

**T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

Burcu İZCİ

**SOSYOTELİZM İLE İLİŞKİ MEMNUNİYETİ VE ROMANTİK
YAKINLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ**

DANIŞMAN

Dr. Öğretim Üyesi Evin Aydın Yöntem

İSTANBUL, Haziran 2025

**T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**Burcu İZCİ
222005048**

**SOSYOTELİZM İLE İLİŞKİ MEMNUNİYETİ VE ROMANTİK
YAKINLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**DANIŞMAN
Dr. Öğretim Üyesi Evin Aydın Yöntem**

İSTANBUL, Haziran 2025

T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

Burcu İZCİ
222005048

SOSYOTELİZM İLE İLİŞKİ MEMNUNİYETİ VE ROMANTİK
YAKINLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ

Tezin Teslim Edildiği Tarih:

Tezin Savunulduğu Tarih:

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Evin AYDIN YÖNTEM

Diğer Jüri Üyeleri: Dr. Öğr. Üyesi Pınar ASLANTÜRK

Dr. Öğr. Üyesi Yeliz YAZICI

İSTANBUL, Haziran 2025

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans sürecimde ve tez çalışmamın ihtiyaç duyduğum her aşamasında değerli bilgi ve donanımıyla bana destek olan çok değerli danışman hocam Dr.Öğr. Üyesi Evin AYDIN YÖNTEM'e,

Çalışmama gönüllü olarak katılım sağlayan tüm katılımcılara,

Bu süreçte zorlukları, stresimi ve mutluluğumu paylaşarak bana destek olan başta Başak BEKLEYEN ve Buket BALCI olmak üzere tüm arkadaşlarıma,

Tüm süreç boyunca bana destek olan her sıkıntım ve sevincimi benimle paylaşan aileme; maddi manevi desteğini hiç eksik etmeyen sevgilim Sefa İZCİ'ye, yükümü alan destekleyen biricik ağabeyim Cem ERİM'e onun sevgili eşi benim de kız kardeşim olan Yasemin ERİM'e özel olarak,

Sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

	<u>SAYFA NO</u>
TEŞEKKÜR	i
İTHAF.....	v
SİMGE, SEMBOL VE KISALTMALAR LİSTESİ	vi
TABLolar LİSTESİ	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ	viii
ÖZET	ix
ABSTRACT	xi
BÖLÜM 1 GİRİŞ ve AMAÇ.....	1
1.1.ÖNEM	1
1.2.PROBLEM.....	1
1.3.TANIMLAR	7
1.4.SAYILTIAR.....	7
1.5.SINIRLILIKLAR	8
1.6.ARAŞTIRMANIN AMACI	8
1.7.HİPOOTEZLER VE ARAŞTIRMA SORULARI.....	9
1.8.KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	11
1.8.1.Sosyotelizm	11
1.8.2. Ebeveyn Sosyotelizmi	17
1.8.3.Patron (Yönetici) Sosyotelizmi	18
1.8.4.Partner Sosyotelizmi	20
1.8.5.İlişki Memnuniyeti	21
1.8.6.Romantik Yakınlık	27

1.9.ARAŞTIRMA MODELİ ÇERÇEVESİNDE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	29
1.9.1.Sosyotelizm ile İlişki Memnuniyeti	31
1.9.2.Sosyotelizm ile Romantik Yakınlık	32
1.9.3.İlişki Memnuniyeti ile Romantik Yakınlık	33
BÖLÜM 2 YÖNTEM	35
2.1.ARAŞTIRMA MODELİ.....	35
2.2.EVREN VE ÖRNEKLEM.....	35
2.3.VERİLERİN TOPLANMASI	36
2.4.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	36
2.4.1.Genel Sosyotelizm Olma (GSO) ve Genel Sosyotelizme Maruz Kalma (GSMK).....	36
2.4.2.İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS).....	37
2.4.3.Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ).....	37
2.5.VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ.....	38
BÖLÜM 3 BULGULAR	39
3.1.BETİMLEYİCİ İSTATİSTİKLER	39
3.2.KORELASYON VE REGRESYON BULGULARI	42
3.2.1.Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi	42
3.2.2.Romantik İlişkilerde Yakınlık ve İlişki Memnuniyetinin Sosyotelizm Türleri Tarafından Yordandığı Çoklu Doğrusal Regresyon Bulguları	45
3.3.ARACILIK MODELİNE AİT BULGULAR.....	46
BÖLÜM 4 TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	50
4.1.TARTIŞMA.....	50
4.2.SONUÇ.....	66
4.3.ÖNERİLER.....	70
4.3.1.Uygulayıcılar İçin Öneriler	70
4.3.2.Gelecek Araştırmalar İçin Öneriler	70
KAYNAKÇA	72

EKLER	78
EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	78
EK B GENEL SOSYOTELİST OLMA VE SOSYOTELİZME MARUZ KALMA ÖLÇEKLER.....	80
EK C İLİŞKİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (RAS)	82
EK D ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK ÖLÇEĞİ (RİYÖ)...	83
EK E GENEL SOSYOTELİST OLMA VE SOSYOTELİZME MARUZ KALMA ÖLÇEKLERİ KULLANIM İZNİ.....	84
EK F İLİŞKİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ(RAS) KULLANIM İZNİ.....	85
EK G ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ.....	86
EK H ETİK KURUL KARARI	87

İTHAF

Her zaman desteğiyle yanımda olan;

Biricik eşim Sefa ve canım Cem ile Yasemin, artık yanımda olamasa da tüm akademik hayatımda her türlü desteği veren anneciğıme,

Anne karnına ilk düştüğü günden beri tüm akademik yolculukta tez sürecime eşlik eden dünyalar tatlısı minik bebeğim Metehan'a...

SİMGE, SEMBOL VE KISALTMALAR LİSTESİ

n: Örneklem sayısı

%: Yüzde

SS: Standart Sapma

t: t Değeri

Akt.: Aktaran

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

JASP: Jeffrey's Amazing Statistics Program

GSO: Genel Sosyotelist Olma Ölçeği

GSMK: Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği

RAS: İlişki Değerlendirme Ölçeği

RİYÖ: Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği

Ve ark.: Ve arkadaşları

Vd.: Ve diğerleri

TABLÖLAR LİSTESİ

	<u>SAYFA NO</u>
Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine ait Betimsel İstatistikler.....	39
Tablo 2. Sosyal Medya Kullanım Durumları	40
Tablo 3. Psikiyatrik/Psikolojik Tedavi Durumu	41
Tablo 4. Araştırma Değişkenlerine Ait Betimsel İstatistikler	42
Tablo 5. Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri.....	44
Tablo 6. Romantik İlişkilerde Yakınlığın Genel Sosyotelize Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Tarafından Yordandığı Regresyon Katsayıları	45
Tablo 7. İlişki Memnuniyetinin Genel Sosyotelize Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Tarafından Yordandığı Regresyon Katsayıları.....	46
Tablo 8. Aracılık Modeline Ait Katsayılar	47
Tablo 9. Genel Sosyotelize Olma ve Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Değişkenlerinin İlişki Memnuniyetinin Romantik İlişkilerde Yakınlık Üzerindeki Etkisinde Azaltıcı Rolü	48

ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>SAYFA NO</u>
Şekil 1. Araştırmada Kullanılan Hipotetik Model	11
Şekil 2. Aracılık Modeline Ait Standart Regresyon Katsayıları	48



ÖZET

SOSYOTELİZM İLE İLİŞKİ MEMNUNİYETİ VE ROMANTİK YAKINLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bu araştırmanın amacı, bireylerin sosyotelizm düzeylerinin romantik ilişkilerindeki ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu kapsamda genel sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma düzeylerinin, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık ile olan ilişkileri değerlendirilmiştir. Değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki durumu ve süresi, sosyal medyada geçirilen süre, psikolojik destek alma durumu ve sosyal medya platformu tercihleri gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Sosyotelizmin, ilişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide düzenleyici ve aracılık rolü oynayıp oynamadığı da incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde yaşayan, 18-35 yaş aralığında, evli veya en az altı aydır romantik ilişkisi olan 481 katılımcı oluşturmaktadır. Veriler, Kişisel Bilgi Formu, Genel Sosyotelizm Olma Ölçeği, Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği, İlişki Değerlendirme Ölçeği ve Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçekleri ile çevrimiçi bir platform üzerinden toplanmıştır. Verilerin analiz sürecinde, puan dağılımlarının normalliği çarpıklık-basıklık değerleri ile değerlendirildikten sonra korelasyon analizleri, çoklu doğrusal regresyon analizleri ve aracılık analizleri yürütülmüştür. Tüm analizler, yazılımlar arası hata varyansını azaltma amacıyla tercih edilen R tabanlı JASP 0.19.3 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, genel sosyotelizm olma ve sosyotelizme maruz kalma düzeylerinin artışı, bireylerin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeylerini anlamlı düzeyde negatif yönde etkilemektedir. Ayrıca, sosyotelizm düzeylerinin, ilişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişki üzerinde kısmen aracılık ve düzenleyici bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Sosyodemografik değişkenler açısından da bazı gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Elde edilen araştırma sonuçlarına göre bulgular yorumlanmış, alanyazını ışığında tartışılmış ve araştırma konusuna ilişkin öneriler yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Akıllı telefon, bağımlılık, sosyotelizm, ilişki memnuniyeti, partner sosyotelizmi, romantik yakınlık



ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHUBBING, RELATIONSHIP SATISFACTION, AND ROMANTIC INTIMACY

The purpose of this study is to identify on what scale the phubbing levels of individuals impact their levels of relationship satisfaction and romantic intimacy in their romantic relationships. In this context, it explores the association between the levels of both general tendency to phub and exposure to phubbing, and the relationship satisfaction and romantic intimacy of individuals. The study also investigates whether there exist any significant differences in terms of demographic variables such as gender, age, educational background, relationship status and duration, time spent on social media, psychological support history, and preferred social media platforms. Additionally, it examines whether phubbing plays moderating and mediating roles in the connection between relationship satisfaction and romantic intimacy. The sample of the study consists of 481 participants residing in Istanbul, aged between 18 and 35, who are either married or have been in a romantic relationship for at least six months. Data were collected on an online platform via the Personal Information Form, the General Tendency to Phub Scale, the General Exposure to Phubbing Scale, the Relationship Assessment Scale, and the Intimacy in Romantic Relationships Scale. In the data analysis process, correlation analyses, multiple linear regression analyses, and mediation analyses were conducted following the normality of score distributions assessed through skewness and kurtosis values. All analyses were performed using the R-based software JASP 0.19.3, which was preferred for its capacity to reduce error variance across different software packages. The evaluation results indicate that the increasing levels of both general tendency to phub and exposure to phubbing have significant negative impact on the levels of the relationship satisfaction and romantic intimacy of individuals.

Furthermore, it is revealed that phubbing levels show partial moderating and mediating effects upon the connection between relationship satisfaction and romantic intimacy. On the basis of socio-demographic variables, significant differences are observed among certain groups. The findings of the study are interpreted depending on the outcome of the surveys, discussed in light of the relevant literature, and suggestions regarding the subject matter are presented in this paper.

Keywords: Smartphone, addiction, phubbing, relationship satisfaction, partner phubbing, romantic intimacy.



BÖLÜM 1 GİRİŞ ve AMAÇ

1.1.ÖNEM

Günümüzde akıllı cihazların ve sosyal medyanın kullanımı bireylerin sosyal yaşamındaki etkisini gün geçtikçe artmaktadır. Romantik ilişkilerin dinamiğinde de değişikliklere neden olmaktadır. Sosyotelizm bireylerin yüz yüze iletişimlerini, ilişki kurma biçimlerini etkilemektedir. Bu çalışmada, sosyotelizmin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık üzerindeki etkilerinin incelenerek ilişkisel işlevselliğin anlaşılmasına katkı sağlamayı ve akıllı cihazların ve sosyal medya kullanımının çiftler arasındaki iletişim kalitesine dair farkındalık oluşturmaya amacıyla önemlidir. Araştırmanın özellikle genç yetişkinler arasında yaygınlaşan akıllı cihaz ve sosyal medya kullanımı alışkanlıklarının romantik bağ kurma, sürdürme ve doyum sağlama süreçlerini nasıl etkilediğini anlamaya olanak tanıyarak alanyazına katkılar sunması ve ruh sağlığı çalışanlarına uygulamalı çıkarımlar sağlamak ve tanıtmak açısından önemlidir.

1.2.PROBLEM

Sosyotelizm, ilk olarak 2012 yılında McCann Melbourne reklam ajansının hazırladığı kampanya ile ortaya çıkmıştır. Sydney Üniversitesi'ndeki bazı araştırmacılar tarafından "karşısındaki insanı görmezden gelmeyle dikkati telefona verme" olarak açıklanmıştır. Bu kavram dünya çapında medyada görülmeye başlamış ve McCann Melbourne reklam ajansı tarafından oluşturulan "sosyotelizmi durdurun" kampanyası ile popüler hale gelmiştir (Uğur ve Koç, 2015). Sosyotelist, sosyal bir ortamda yanındaki kişilerle ilgilenmek yerine onlarını görmezden gelerek akıllı telefonunu tercih eder. Sosyotelizme maruz kalan kişi ise sosyal ortamdayken etrafındakilerin akıllı telefonuna dikkatini vermesi sonucunda yalnız kalan, görmezden gelinen kişi olarak ele alınır. Yine başka bir tanıma göre, sosyotelizm, bireylerin sosyal ortamlarda cep

telefonu veya başka teknolojik cihazları önceliğine alarak yanındaki kişileri göz ardı etmesi durumunu ifade eder (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016).

Araştırma, günlük hayatımızda teknoloji kullanımının artmasıyla bireyler arasındaki iletişim üzerinde olumsuz sonuçları ve bunun romantik ilişki dinamikleri üzerindeki etkisini anlamayı amaçlamaktadır. Bu amaçla sosyotelizm davranışının, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık üzerindeki etkileri bilimsel olarak ele alınmıştır. Sosyotelizm, bireylerin sosyal ortamlarda mobil cihazlarına fazla yönelmesiyle yüz yüze etkileşimi ihmal etmesi durumu olarak tanımlanır (Karadağ, 2015). Bu davranış, özellikle romantik ilişkilerde, partnerler arasında iletişim sorunlarına neden olabilmektedir.

Çiftler arasında deneyimlediğinde dışlanma hissine yol açan sosyotelizm üzerine yapılan çalışmalar ilişki durumunu olumsuz etkilediğini göstermektedir. Ayrıca Literatür, sosyotelist partner davranışlarının ilişkide memnuniyet üzerinde hatırı sayılır bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Roberts ve David, 2016). İlişki dinamiklerini anlamak adına sosyotelizmin ilişkide olan bireylerin memnuniyet ve yakınlık durumlarına etkisi incelenmelidir. Hendrick (1988), ilişki memnuniyetini bireylerin mevcut romantik ilişkilerinden duydukları mutluluk ve tatmin düzeyleridir şeklinde açıklamaktadır. Yine benzer şekilde sağlıklı bir romantik ilişki; güven sevgi ve destek gibi olumlu özellikleri içermektedir demiştir. Rusbult'un (1980) Yatırım Modeli ise ilişki memnuniyetinin, partnerlerin ilişkiye dair yatırımları ve farklı seçenekleriyle ilişkisini belirtmektedir. Yüksek ilişki memnuniyeti çeşitli faktörle ilişkilidir. Bunlar; sağlıklı iletişim, güven ve karşılıklı destek gibi durumlardır. (Spanier, 1976). Ancak, teknolojinin yarattığı dikkat dağınıklığı ve sosyotelizm gibi davranışlar kişiyi ilişki memnuniyeti faktörlerinden uzaklaştırdığından yaşayacağı tatmini düşürebilir.

Partnerlerin sosyotelizm içeren davranışları, ilişki memnuniyetini düşürmekte ve kişilerarası çatışmaların artmasına neden olmakta (Roberts ve David, 2016). Romantik yakınlık, partnerlerin birbirlerine olan duygusal bağlılığı ve samimiyet seviyesini ifade eden bir kavramdır (Sternberg, 1986). Romantik yakınlık, partnerler arasındaki duygusal bağlılık, samimiyet ve paylaşım düzeyi kavramlarıyla da tanımlanır (Reis ve Shaver, 1988). Yakınlık, ilişkinin devam etmesi ve kalitesi için önemli olan faktörlerden biridir. Sternberg'in Üçgen Aşk Teorisi'ne göre romantik yakınlık (diğerleri bağlılık ve tutkulu olacak şekilde) bir ilişkinin temel bileşenlerinden biridir. İlgili teoriye göre

duygusal bağıllık ve karşılıklı destek, romantik yakınlığın sürdürülebilirliğini ve derinliğini arttırmaktadır.

Yen (2020), partner sosyotelizminin romantik yakınlık düzeylerini düşürdüğünü ve bireyler arasında duygusal mesafeyi artırdığını belirtmiştir. Dahası araştırmalar, romantik yakınlığın çiftlerin bireysel olarak ilişkideki refahları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir. Yakınlık, sadece partnerler arasındaki iletişimden oluşmamaktadır. Karşılıklı güven, anlayış ve destekle de beslenir (Hazan ve Shaver, 1987). Tüm bunlara göre, teknolojinin etkileriyle mücadele etmek ve romantik yakınlığı korumak için çiftlerin açık iletişim kurması ve beraber zaman geçirme planları geliştirmesi önerilir (Roberts ve David, 2016). Duygusal yakınlık yalnızca fiziksel bir yakınlık olarak tanımlanmıyor. Bu kavram ayrıca erişilebilirlik ve açıklıkla da desteklendiği belirtilmektedir (Reis ve Shaver, 1988). Ancak günümüzde yaşanan teknolojik dikkat dağınıklığı duygusal paylaşımlarımı zayıflatarak mesafe yaratabilmektedir (Kirkpatrick, 2005).

Mikulincer ve Shaver (2007), güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin duygusal yakınlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Son yıllarda yapılan çalışmalar, romantik yakınlığın teknoloji çağında nasıl bir değişime uğradığına dair önemli bulgular sunar. Örneğin, Chan ve arkadaşları (2020), partnerlerin teknolojiye olan bağımlılıklarının romantik yakınlık ve ilişki tatmini üzerinde negatif bir etkiye sebep olduğunu belirtmektedirler. Buna göre, partnerlerin aşırı teknoloji kullanımı, yüz yüze iletişimde azalmaya ve duygusal bağların zayıflamasına yol açabilir. Öte yandan, Stafford ve Canary (1991), bireyler ilişkilerine özen gösterme yolları geliştirildiğinde romantik yakınlığı ve ilişki tatminini arttıran önemli bir etki yaşandığını vurgulamıştır. Sosyotelizmin romantik yakınlık üzerindeki sonuçları literatürde yeni bir ilgi alanıdır. Yen (2020), partner sosyotelizminin, bireylerin duygusal paylaşımını azalttığını ve duygusal bağları zayıflattığını ortaya koymuştur. Bunlara göre, teknolojik dikkat dağınıklığının, yakınlık kurma çabalarını nasıl etkilediği ve partnerler arasındaki duygusal bağları nasıl zayıflattığı, çalışmada odaklanılan bir sonuç olması amaçlanmaktadır.

Araştırmalar, sosyotelizmin ilişki memnuniyetini olumsuz etkilediğini tutarlı bir şekilde göstermektedir. Roberts ve David (2016), partnerlerin sosyotelizm davranışlarının, bireylerde dışlanma hissi yaratarak ilişki memnuniyetini azalttığını belirtmektedirler. Partnerler arasındaki dikkat dağınıklığı, iletişimde kopmalara neden olarak bireylerin ilişkideki destek ve güven algısını zayıflatabilir. Wang ve arkadaşlarının (2017), 243 Çinli evli çift üzerinde yaptıkları bir çalışmada, çiftlerin yüz yüze iletişim sırasında partnerleden birinin cep telefonlarına yönelmesinin ilişki doyumunu olumsuz etkilediği bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, düşük ilişki doyumu düzeylerinin depresyonla negatif bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Bu sosyotelizmin ruh sağlığı üzerinde yarattığı etkiyi görmek açısından oldukça önemli bir sonuçtur. Araştırma, dikkatin cep telefonunda olmasının depresyon üzerinde dolaylı bir etkisi olduğunu söylemektedir. Bu etkide ilişki doyumunun aracı olduğunu ve yedi yıldan fazla süreli evli olan çiftlerde ise bu sonucun daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Davey ve arkadaşları (2018), ilişki yaşayan kişinin sürekli mobil cihazlarla ilgilenmesi sonucunda partneriyle arasındaki çatışmaların artarak genel ilişki doyumunun düştüğünü bulmuşlardır. Buna göre de sosyotelizm davranışlarının çiftlerin iletişim kalitesini olumsuz etkilediği ve bu durumun ilişki memnuniyetinin azalmasıyla doğrudan ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Gedik'in (2024) çalışması, genç yetişkinlerde sosyotelizm davranışının, kaçınan ve kaygılı bağlanma stilleri ile olumsuz kimlik algısı tarafından pozitif yönde, güvenli bağlanma stili ve olumlu kimlik algısı tarafından ise negatif yönde etkilendiğini göstermiştir. Bu bulgular, sosyotelizmin bireylerin bağlanma stilleri ve kimlik algılarıyla ilişkili olduğunu ve bu durumların romantik ilişkilerdeki memnuniyet ve yakınlık düzeylerini etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Son yıllarda sosyotelizmin uzun süreli ilişkiler üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sayısı artmaktadır (Karadağ vd., 2015; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018).

Topal ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinde partner sosyotelizmi, bağlanma ve algılanan romantik ilişki kalitesi değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İlişkide partnerden algılanan sosyotelist davranışların ilişki kalitesini olumsuz yönde etkilediği gözlemlenmiştir. Bu durum, romantik ilişkide memnuniyet ve yakınlık üzerinde sosyotelizmin anlamlı bir etkiye

sahip olabileceğini düşündürmektedir. Nitekim literatür memnuniyet düzeyi arttıkça yakınlık düzeyinin de artmakta olduğunu belirtmektedir (Spanier, 1976). Bu bağlamda sosyotelizm bu ilişkiyi olumsuz yönde etkileyebilmekte ve ilişki memnuniyeti ile yakınlık arasındaki bağı zayıflatabilmektedir. Örneğin; Roberts ve David (2016) çalışmalarında, bireylerin sosyotelizme bağlı olarak güvensizlik ve dışlanma hissi yaşayabileceklerini ve buna bağlı olarak da romantik bağlarda bir zayıflama yaşanabileceğini vurgulamışlardır. Yen (2020) nin çalışması da sosyotelizm deneyimleyen çiftlerde duygusal bağların zarar gördüğü ve ilişki doyumunda azalma yaşandığını göstermektedir.

Belirtilen literatür dâhilinde; ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık gibi kavramların, sosyotelizm ile nasıl bir ilişki içinde olduğunu anlamak bu araştırma için önemli bir soru olmuştur.

Çiftlerin beraberken, sohbet esnasında ya da herhangi bir paylaşım anında cep telefonları ile ilgilenerek birbirlerini ihmal etmeleri ile şekillenen sosyotelizm; modern teknolojinin yaygınlaşmasıyla birlikte romantik ilişkilerde önemli bir sorun haline gelmiştir. Parmaksız (2022)'nin çalışması da partnerler arası deneyimlenen sosyotelizmin ilişkide anlaşmazlık ve çatışmalara neden olduğu ve takibinde ilişki doyumunu azalttığını göstermektedir. Topal ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan başka bir çalışma da partner sosyotelizmi ile bağlanma stilleri ve algılanan romantik ilişki kalitesi değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemiş ve yine partnerin sosyotelist davranışlarının ilişki kalitesini olumsuz etkilediğini sonucu bulgulanmıştır.

Yam (2023) ise partner sosyotelizminin ilişki doyumu üzerindeki etkisini sosyal değişim teorisi dahilinde incelemiştir. Çalışmanın sonuçları sosyotelizmin artmasının ilişki içinde duygusal desteği azalttığı göstermiştir. Bu durum romantik ilişkilerde ve evlilik içindeki bireylerde anlamlı şekilde ilişki memnuniyetini düşürmektedir. Literatür sıklıkla, yukarıda belirtilen çalışmalarla da paralel şekilde, sosyotelizm seviyesinde artmanın ilişki doyumunu anlamlı şekilde azalttığı yönünde çalışmalar içermektedir ((Roberts ve David, 2022; Thomas vd., 2022). Bu sosyotelizmin çeşitli psikoloji kavramları ile ilişkisinin çeşitlendirilmesi ve güçlendirilmesini önemli kılmaktadır.

Bahsettiğimiz gibi partner sosyotelizminin doğrudan bir çok etkisi vardır. Ancak bunun yanında duygusal etkileri de ortaya çıkmıştır. Kılıçarslan ve Parkmaksız, (2021) partner sosyotelizminin ilişki içinde bireylerde duygusal yalnızlığı ortaya çıkararak

güven duygusuna zarar verdiğini ortaya koymuştur. Bu kişilerde ilişkiyi sürdürme isteğini azaltmaktadır. Bu da sosyotelizmin sadece kısa süreli bir davranış olarak kalmadığını ilişki dinamiklerine uzun vadede etkiler yaratan bir davranış olarak karşımıza çıkarmaktadır.

Sosyotelizmin ilişki doyumu üzerinde etkilerinde bahsedilmişti. Bunun yanında gerginlik yarattığı ve çatışmayı tetiklediği de belirtilmelidir. Örnek gösterilecek olursa Çin’de genç yetişkinlerle yapılan bir çalışmada, partner sosyotelizminin çatışmaları ve “relational aggression” (sosyal agresyon içeren çatışmalar) olarak tanımlanan öfkeyi artırdığı ortaya konulmuştur. Üstelik bu etkinin sosyal destek eksikliğiyle artabildiği gösterilmiştir (Wang vd., 2024). Bu, romantik ilişkilerin hassas dinamikler olduğunu ve sosyotelizmin ilişkiye dahil olmasıyla iletişim kalitesinin bozulmasının memnuniyetsizlik ve çatışma ortamı oluşturduğunu göstermektedir. Çin’de yapılan başka bir çalışmayı incelediğimizde yetişkinlerle sahada yürütülen araştırma ilişki memnuniyeti ile sosyotelizm arasında negatif korelasyon olduğunu bulmuştur. İlişkinin yalnızlığı ortaya çıkardığı ya da tetiklediği empati kurma düzeyi yüksek bireylerde bu etkinin daha güçlü olduğunu ortaya koymuştur (Zhan vd., 2022). İncelenen bu çalışmalarda kavramlara ve ilişkilerine baktığımızda araştırmanın temel problem sorusununda olan sosyotelizm kavramının sadece bir davranış sorunu olmadığı duygusal ve kişisel özelliklerle de şekillendiği değerlendirilebilir.

Kahraman ve Arslan (2024) çalışmada, ait olma, güç ve özgürlük gibi bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının ne ölçüde karşılandığının ilişki memnuniyetini doğrudan etkilediğini belirtmektedir. Bu etmenlere rağmen ilişkinin sosyotelizm ve sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla ilişkisi incelendiğinde dolaylı olarak memnuniyetin azaldığını ortaya koymaktadır. Bu durum, sosyotelizmin yalnızca sosyal bağlamla sınırlı kalmadığını görülme ihtiyacı ve empati gibi kişisel ihtiyaçlarla da ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bu sonuçlar, genel anlamda sosyotelizmin romantik ilişkilerdeki memnuniyet ve yakınlık üzerinde olumsuz etkilere sahip olduğunu göstermektedir. Sosyotelizm, günümüz ilişkilerinde bireylerin karşısına çıkan ve zorlandığı önemli bir durumdur. Sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma bireysel ve romantik ilişki içinde pek çok yönüyle akıla sorular getirerek bu araştırmanın çıkış noktasını desteklemektedir.

Partnerlerin sosyotelizm davranışına karşı farkındalık geliştirmeleri ve teknolojiyi daha bilinçli kullanmaları, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık üzerinde olumlu etkiler ortaya çıkarabilir. Bu durumda, sosyotelizmin ilişki dinamikleri üzerinde geniş kapsamlı sonuçlarını anlamak için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

1.3.TANIMLAR

Sosyotelizm ilk kez 2012 yılında Sydney Üniversitesi'nde "phone ve snubbing" kelimelerinin birleştirilmesiyle "phubbing" ve Türkçe alanyazınına "sosyotelizm" olarak girmiştir. Bireylerin yüz yüze ortamlarda başka bireyleri görmezden gelerek dikkatlerini cep telefonlarına yönlendirmesi ve dış dünyayla iletişimi kesmeleri şeklinde tanımlanmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas,2018; Aydoğdu ve Yaşar 2022).

Sosyotelizme Maruz Kalma: Bireylerin yüz yüze bir ortamdayken yakınlarının veya partnerlerinin dikkatinin akıllı cihazlarında olmasıdır. Bireyin bu davranıştan kaynaklı dışlanma, ihmal veya ilgisizlik gibi duygusal yaşamasını ifade eder (David ve Roberts, 2017; Göksun, 2019).

İlişki Memnuniyeti: Bireyin mevcut ilişkisine dair değerlendirdiği doyum düzeyi olarak tanımlanır. Kişinin ilişki dinamiğinde partneri tarafından duygusal, fiziksel ve sosyal ihtiyaçlarının ne ölçüde karşılandığına dair bireysel değerlendirmesine dayanır (Hendrick ve Hendrick, 1989).

Romantik Yakınlık: Duygusal bağlılık, güven, anlayış, paylaşım ve destek gibi psikolojik unsurların temellendirdiği karmaşık bir yapı olan bu kavram kişilerin romantik ilişki içinde duygusal düzeyde birbirlerine yakın hissetmelerini tanımlar (Reis ve Shaver, 1988).

1.4.SAYILTILAR

Araştırmanın katılımcılarının Kişisel Bilgi Formu, Genel Sosyotelizm Olma Ölçeği (GSO), Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği (GSMK),İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS), Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeğini(RİYÖ) içten bir şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.5.SINIRLILIKLAR

Araştırma 18-35 yaş arasında en az 6 aydır romantik ilişkisi olan İstanbul ilinde yaşayan örneklem ile sınırlıdır.

Bireylerin sosyotelizm düzeyi, “Genel Sosyotelist Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma” ölçeklerinden alınan puanlarla sınırlıdır. Bireylerin ilişki memnuniyeti düzeyi “İlişki Değerlendirme Ölçeği”nden alınan puanlarla sınırlıdır. Bireylerin romantik yakınlık düzeyleri “Romantik İlişkilerde Yakınlık” ölçeğinden aldıkları puanlarla sınırlıdır. Bireylerde elde edilen bilgiler “Kişisel Bilgi Formu”ndan elde edilen bilgiler ile sınırlıdır.

Araştırma kesitsel modelle gerçekleşmiştir. Bu durum değişkenler arasındaki ilişkiyi yönünü ve zaman içinde nasıl değiştiğini ortaya koymakta sınırlamaktadır.

Çalışmada eğitim düzeyinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Örneklem büyük ölçüde üniversite mezunlarından oluşması ile açıklanabilir. Bu durum örneklemin farklı eğitim düzeylerini fazla içermediğinden gruplar arası karşılaştırma yapmayı sınırlamaktadır.

Araştırmada kullanılmış olan tüm ölçekler daha önce Türkçe’ye uyarlanmış ve geçerlilik güvenirlik çalışmaları tamamlanmış olmasına rağmen bu ölçekler bu çalışmanın örnekleminde nasıl bir değerlendirme sağladığı konusunda sınırlı kontrol sağlanabilmiştir.

1.6.ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerin sosyotelizm düzeyinin incelenmesidir. Ayrıca sosyotelizmin romantik ilişkilerdeki memnuniyet ve romantik yakınlık algıları üzerindeki etkilerinin neler olduğu ve bu kavramlar arası ilişkileri incelemektir. Bireylerin sosyotelist olma ve partnerleri tarafından sosyotelizme maruz kalma düzeylerini ölçmeyi hedeflemektedir. Bu ölçümlerin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeyleriyle nasıl ilişkilendiğini belirlemeyi hedeflemektedir. Bu doğrultuda, sosyotelizmin romantik ilişkilerde ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık süreçlerini nasıl şekillendirdiği açıklanmak istenmektedir. İlişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide sosyotelizmin aracı rol oynayıp oynamadığı da araştırmanın diğer önemli boyutlarından biridir. Katılımcıların sosyotelizm düzeyleri, genel sosyotelist

olma ve sosyotelizme maruz kalma düzeyleri, ilişki memnuniyeti düzeyleri ve romantik yakınlık düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, psikolojik destek/tedavi alınıp alınmadığı, sosyal medyada geçirilen süre ve en sık kullanılan sosyal medya platformlarına göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir.

Bu araştırmanın amacı, sosyotelizm düzeyinin yetişkin bireylerin romantik ilişkilerindeki memnuniyet ve romantik yakınlık algıları üzerindeki etkilerini ve ilişkilerini incelemektir. Bireylerin sosyotelist olma ve partnerleri tarafından sosyotelizme maruz kalma düzeylerinin, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeyleriyle nasıl ilişkilendiğini belirlemeyi hedeflemektedir. Bu doğrultuda, sosyotelizmin romantik ilişkilerde ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık süreçlerini nasıl şekillendirdiği açıklanmak istenmektedir. İlişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide sosyotelizmin aracı rol oynayıp oynamadığı da araştırmanın diğer önemli boyutlarından biridir. Katılımcıların sosyotelizm düzeyleri, genel sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma düzeyleri, ilişki memnuniyeti düzeyleri ve romantik yakınlık düzeylerinin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, psikolojik destek/tedavi alınıp alınmadığı, sosyal medyada geçirilen süre ve en sık kullanılan sosyal medya platformlarına göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir.

1.7.HİPOTEZLER VE ARAŞTIRMA SORULARI

H1: Sosyotelizm düzeyinin artışı, bireylerin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık seviyelerini negatif yönde etkiler.

H2: Sosyotelizm düzeyi arttıkça, bireylerin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki bağlantının zayıfladığı gözlemlenir.

A. Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde genel sosyotelist olma düzeyleri

- Cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Yaşa göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- İlişki durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- İlişki süresine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

- En sık kullanılan sosyal medya platformuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

B. Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde genel sosyotelizme maruz kalma düzeyleri;

- Cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Yaşa göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- İlişki durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- En sık kullanılan sosyal medya platformuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

C. Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde ilişki memnuniyeti düzeyleri;

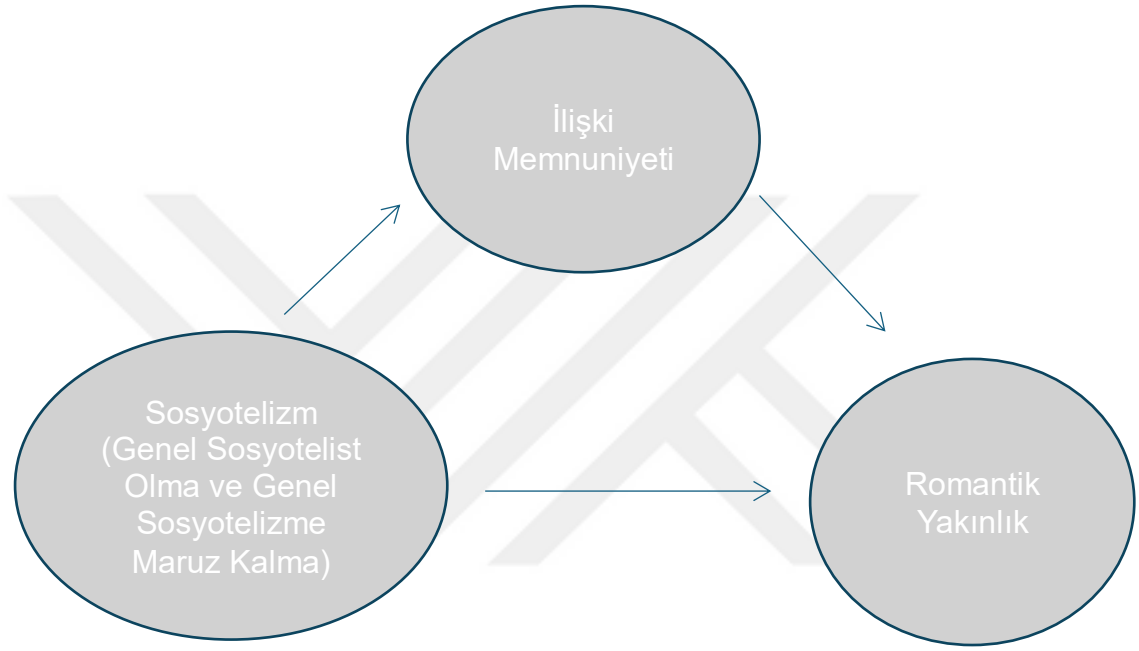
- Cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Yaşa göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- İlişki durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- En sık kullanılan sosyal medya platformuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

D. Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde romantik yakınlık düzeyleri;

- Cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Yaşa göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- En sık kullanılan sosyal medya platformuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- Sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

E. Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde;

- Genel sosyotelist olma ve genel sosyotelizme maruz kalma düzeyleri ile ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Genel sosyotelist olma ve genel sosyotelizme maruz kalma düzeyleri, ilişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamakta mıdır?



Şekil 1. Araştırmada Kullanılan Hipotetik Model

1.8.KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.8.1.Sosyotelizm

Phubbing kavramı Türkçe alanyazınında “sosyotelizm” olarak tanımlanan ve bireyin yüz yüze iletişimi esnasında akıllı telefonuna yönelerek sosyal ortamdaki kişiyi görmezden gelmesi olarak ifade edilmiştir (Karadağ vd., 2015). İlk kez 2012 yılında McCan reklam ajansı tarafından tanıtılan Macquarie Sözlüğü’nde açıklanan kavram, “phone”(telefon) ve “snubbing”(küçük görme) kelimelerinin birleşiminden oluşturulmuştur (Al-Saggaf ve MacCulloch, 2018). Kişilerarası ilişkilerde dikkat dağıtıcı ve ilişki kalitesine zarar veren bir olgu olarak ele alınmaktadır (Sayiner ve Akbağ, 2023).

Literatüre bakıldığında “phubber” (telefonla ilgilenen) ve “phubbee” (maruz kalan) kavramları da beraberinde tanımlanmaktadır(Chotpitayasunondh ve Douglas,2018; Sayiner ve Akbağ, 2023). Sosyotelizm kavramının farklı ortamlarda yarattığı etkilerle partner sosyotelizmi, patron sosyotelizmi gibi alt kavramlarda ortaya çıkmaktadır. Bu alt kategoriler aracılığıyla sosyotelizm davranışının romantik ilişkiler, iş hayatı, aile hayatı ve eğitim gibi ortamlarda meydana etkileri ayrıntılı olarak incelenmektedir (Sayiner ve Akbağ, 2023). Literatürde bu gelişmeler yaşandığı süreçte Orhun Göksün (2019), tarafından yapılan Türkçe uyarlama ölçekler, alanyazınına önemli derecede psikometrik destek sağlamıştır. Sosyotelizm kavramı üzerin ilk çalışmalar, bu kavramın teknoloji bağımlılıklarının bir yansıması olması üzerinde ele alınmış ve sosyotelizmin birden fazla sanal bağımlılığın birleşimi olabileceği belirtilmektedir (Karadağ vd., 2015). Bu kavram üzerine ilgi ve çalışmalar 2016 yılından sonra literatürde hızla artmış 2023 yılında yayın sayısı oldukça yüksek bir veriye ulaştığı görülmektedir (Çalan ve Öğülmüş, 2024). Araştırmaların bu denli çoğalması sosyotelizmin sadece tanımsal olarak değil etkileri ve bu kavramdan doğan alt tanımlarının ayrıca neden olduğu psikolojik unsurları açısından da detaylı olarak incelendiğini göstermektedir (Çalan ve Öğülmüş, 2024).

Karadağ ve arkadaşları (2015), telefon, internet ve sosyal medya bağımlılığının sosyotelizm ile önemli ölçüde ilişkisi olduğunu saptamaktadırlar. Chotpitayasunondh ve Douglas (2018), sosyotelizmin yüz yüze iletişimin kalitesine düşürerek ilişkide yakınlığı azalttığını çalışmalarında göstermektedir. Roberts ve David (2016), romantik ilişkilerde partner sosyotelizminin ilişki doyumunu olumsuz yönde etkilediğini ifade etmektedir. Literatüre bakıldığında en çok katkıda bulunulan alt kavramlardan biri, sosyotelizmin romantik ilişkilerdeki etkileri, başka bir deyişle partner sosyotelizmi, olduğu görülmektedir. Kişinin ilişki içinde telefonla meşgul olmasıyla partnerini ihmal etmesi anlamına gelen “partner phubbing” (partner sosyotelizmi), ilişki içinde çatışma ve kıskançlık duygularını ortaya çıkararak ilişki memnuniyetini düşürebilmektedir (Ni vd., 2025).

Sosyotelizm kavramının etkilediği sosyal ortam ve durumlardan biri ebeveyn-çocuk ilişkisi olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarıyla beraberken sıklıkla telefonlarıyla ilgilemeleri ebeveyn sosyotelizmi tanımı oluşturmaktadır. Bu durumun aile içi iletişime zarar vereceği vurgulanmaktadır (Aydoğdu ve Koçtürk, 2023).

Araştırmalar, ebeveynlerin dikkatinin dağınık olmasının çocuklarda duygusal ihmal hissini arttırdığını ve sağlıklı iletişim eksikliğinin, göz temasının olmayışının bağlanma duygusunu zayıflatabildiğini göstermiştir (Aydoğdu ve Koçtürk, 2023).Ebeveynleri tarafından sosyotelizme maruz kalan ergenlerde yalnızlık duygusunun artışı ve kendilerini arka plana atılmış hissetmeye yol açabilmektedir. Uzun vadede ise, ebeveynin sosyotelist olması, ergenlerin depresif belirtiler göstermesini ortaya koymaktadır (Xie ve Xie 2020; Bai vd., 2020). İlgisini telefona yönelten ebeveynler çocuklarına daha az zaman ayırdığı için aile içi etkileşim zayıflamakta ve çocukların aile işlevselliği ile benlik saygıları da olumsuz yönde etkilenebilmektedir (Onur ve Özer, 2024; Aydoğdu ve Koçtürk, 2023). Ebeveyn sosyotelizmi, ergenlerin akademik tükenmişlik yaşamalarına zemin hazırladığı ayrıca çocukların model alma yoluyla kendilerinin de ileride sosyotelist davranışları sergileyebileceğini öne sürmektedir (Aydoğdu ve Koçtürk, 2023).

Sosyotelizmin gençler ve ergenler üzerindeki yaygınlığı ve etkileri diğer bir araştırma konusu olmaktadır. Davey ve arkadaşları (2018), ergen ve genç yetişkinlerin yaygın olarak düzenli şekilde sosyotelist davranışlar sergilediğini bu duruma müdahale için uzmanların akıllı telefon ve sosyal medya kullanımı üzerine bir takım programlar geliştirmeye yönelmesini önemini belirtmektedir. Sosyotelizmin gençler üzerindeki psikolojik etkilerine dair bulgular genellikle olumsuz bir tablo göstermektedir. Uluslararası literatürde de Türkçe alanyazınında da yapılan araştırmalar, sosyotelizm düzeyinin yüksek olduğu genç yetişkin popölasyonda depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bildirmektedir (Bitar vd., 2022; Karşlı ve Açıık Yavuz,2024). Bitar ve arkadaşları (2022), Lübnan'da üniversite öğrencileriyle yürüttükleri araştırmada, sosyotelizm davranışı puanları ile depresyon, kaygı ve stres belirtilerinin artışı ile ilişkilenen anlamlı ilişkiler bulunduğunu belirtmektedirler. Başka bir çalışmada Karşlı ve Açıık Yavuz (2024), Türkiye'de 18-30 yaş arası gençlerle sosyotelizm puanının katılımcıların depresyon ve anksiyete düzeylerini yordadığı ve sosyotelizm arttııkça bu ruhsal problemlerinde yükseldiğini göstermektedirler. Literatüre bakıldığında bir başka incelenen durum düşük benlik saygısı ve yaşam doyumu ile sosyotelizm arasındaki ilişki olduğu görölmektedir.

Telefon bağımlılığı ve sosyotelist olma eğilimi yüksek bireylerin kendilik düzeyindeki düşüş ve yaşam doyumunda azalma olduğu belirtilmektedir (Roberts ve David, 2016; Karslı ve Açık Yavuz,2024).

Wang ve arkadaşları(2017), sosyotelizm davranışının depresyonla ilişki içinde olduğunu ortaya koymaktadırlar. Türkiye’de yapılan çalışmalar bazında alanyazınına bakıldığında Karadağ ve arkadaşları (2015), sosyotelizm ve telefon bağımlılığının ilişkisine bakılmaktadır. Saymer ve Akbağ (2023), sosyotelizmin partner ilişkileri, sosyal arkadaş grupları, iş ortamı gibi geniş bir çerçevede incelendiğini vurgulamaktadır.

Sosyotelizm davranışı, ilişki kalitesini zayıflatarak yalnızlık, reddedilme, stres ve depresyon gibi olumsuz sonuçlara yol açmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Capilla Garrido vd., 2024; Wang vd., 2017). Capilla Garrido ve arkadaşları (2024), sosyotelizm davranışının fiziksel yakınma semptomlarını ve depresyonu arttırdığını belirtmektedir. Wang ve arkadaşları (2017), araştırmalarında partner sosyotelizmi ile depresyon arasındaki ilişkiye işaret etmektedir. Sosyotelizmin etkileri yalnızca depresyon ve stres gibi klinik belirtilerle sınırlı olmayıp sosyal kaygı ve yalnızlık gibi diğer psikososyal değişkenlerle de bağlantılıdır. Özellikle ergenlik döneminde, akranlar arası etkileşimde phubbing yaşamak, gençlerin sosyal kaygı düzeylerini artırabilmektedir (Chu vd. 2021). Chu ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında, bir gencin arkadaşları tarafından sürekli telefona gömülerek görmezden gelinmesinin, o gencin kaygı ve dışlanmışlık hislerini tetiklediği ortaya konmaktadır. Bu durum sosyal kaygı artışının, ergenlerin sosyal medya bağımlılığına yatkınlığını da yükselttiği görülmektedir (Chu vd., 2021). Ayrıca sosyotelizm yalnızlık duygusu ve bağlanma stilleriyle de ilişkili görülmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen bir araştırmada, anksiyeteye sahip güvensiz bağlanma stiline sahip ve kendini daha yalnız hisseden bireylerin, diğerlerine kıyasla sosyotelist davranışları daha sık sergiledikleri belirtilmektedir (Büyükşakar ve Çelik, 2024). Bu bulgu, sosyotelizmin bir yönüyle kişinin mevcut psikososyal ihtiyaçlarının ve eksiklerinin ortaya çıkardığı bir durum olabileceğini düşündürmektedir. Yalnız hisseden veya yüz yüze iletişimde zorlanan bireyler, dijital dünyaya sığınarak telefona daha çok yönelenerek karşısındaki kişiyi istemeden ihmal edebilmektedir. Nitekim, farklı kültürlerde yapılan çalışmalar da yalnızlık, düşük özsaygı, dikkat eksikliği gibi bireysel özelliklerin sosyotelist olma

eğilimini artırdığını ortaya koymaktadır (Bitar vd., 2021; Ni vd., 2025). Sosyotelizm hem bir sonuç hem de sebep olarak ele alınabilir. Örneğin dışlanma korkusu yüksek olan veya sürekli çevrimiçi kalma isteği duyan kişiler daha fazla sosyotelist davranışlar yaparken (T'ng vd., 2018), aynı şekilde sosyotelist olanların zamanla gerçek sosyal çevrelerinden koparak daha yalnız ve endişeli hale geldikleri bildirilmektedir (Ivanova vd., 2020). Bu karşılıklı ilişki, sosyotelizmin bireyin sosyal becerileri ve psikolojik ihtiyaçlarıyla yakından ilişkili kompleks bir olgu olduğunu göstermektedir.

Sosyotelizme maruz kalma, sosyal iletişimde kişinin karşısındakinin cep telefonu ile ilgilenip görmezden gelme davranışı olarak tanımlanmaktadır. Orhun Göksün(2019), bu alanda ölçümler yapmış sosyotelizme maruz kalan kişilerin saygısızlık ve reddedilme duyguları yaşadıklarını bildirmiştir. Bu durum sağlıklı iletişim unsurlarını zedeleyerek ilişki kalitesini düşürmektedir (Al-Saggaf ve O'Donnell, 2019; Al-Saggaf ve MacCulloch, 2018).Sosyotelizm davranışı, maruz kalan kişilerde devamlı sosyal dışlanma hissi uyandıran bir etkileşim biçimidir. Yüz yüze sohbet etme sırasında sosyotelist tarafından devamlı olarak telefonla ilgilenmesi, karşısındaki bireyin görmezden gelinme duygusunu tetikleyerek temel psikolojik ihtiyaçları (ait olma, değer görme gibi) tehdit edebilmektedir (Hales vd., 2018). Hales ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında, bir kişinin iletişim sırasında telefonuyla meşgul olmasının partnerinde yakınlık ve güven duygularını azalttığı bu durumun kişinin aidiyet ihtiyacına zarar verdiği ortaya konmaktadır. Bu sonuca benzer bir şekilde, başka bir araştırma sosyotelizme tanık oluyor olmanın bile olumsuz sonuçlar yaratabildiğini göstermiştir. Nunez ve arkadaşları (2020), üçüncü kişi bakış açısıyla gerçekleştirdikleri çalışmalarında, bir ortamdaki gözlemcilere telefonuyla uğraşarak partnerini ihmal eden birinin izlettirilmesi sonrasında, bu gözlemcilerin olumsuz duygularının ve stres düzeylerinin belirgin biçimde arttığını belirtmektedirler. Sosyotelizm yalnızca bire bir ilişkideki tarafları değil, etraftaki diğer insanları dahi rahatsız edebilen ortamı olumsuz etkileyen bir davranış olarak değerlendirilmektedir. Sosyotelizme maruz kalan kişiler bu davranışı genellikle kaba, saygısız ve uygunsuz olarak nitelendirmekte, bu da anlık olarak öfke, kırgınlık veya değersizlik hissi uyandırabilmektedir (Vanden Abeele ve Nilsenova, 2018; Aydoğdu ve Koçtürk, 2023).

Ayrıca, cep telefonunun varlığı bile kişilerarası etkileşimde empati ve yakınlık düzeylerini azaltabilmektedir (Roberts ve David, 2016). Bu sonuçlar, sosyotelizmin insan ruh sağlığı üzerinde ölçülebilecek etkiler yaptığını özellikle dışlanma ve stres tepkilerini tetiklediğini göstermektedir.

Sosyotelizm için farklı kültürlerde farklı tepkilerle karşılanan bir sosyal bozukluk denilebilir. Błachnio ve arkadaşları (2021), tarafından 20 farklı ülkede yapılan çalışmada, sosyotelizm davranışına karşı duyulan rahatsızlığın toplulukçu kültürlerde daha belirgin olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada, toplulukçu toplumlarda yüz yüze iletişimde saygının yüksek değer taşıdığı ve dolayısıyla phubbing davranışının kişilerarası bağlılığı zedeleyici bir tehdit olarak algılandığı sunulmaktadır. Ancak, bireyci kültürle sahip toplumlarda bu tür davranışların daha tolere edilebildiği fakat sosyal izolasyonun daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Błachnio vd., 2021). Bu sonuçlar, kültürel unsurların sosyotelizme karşı verilen duygusal ve davranışsal tepkilerde belirleyici bir durum olduğunu göstermektedir. Ni ve arkadaşları (2025), da benzer bir şekilde Asya toplumlarında partner sosyotelizmi davranışının evlilik doyumu ve bağlılık üzerinde Batılı toplumlara göre daha güçlü bir negatif etki yarattığını sunmuştur.

Chotpitayasunondh ve Douglas (2016), phubbing davranışının çoğu zaman bilinçli bir saygısızlık değil, dikkat çekici teknolojik uyaranlara karşı verilen otomatik tepkiler olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle sosyotelizm, sanal içeriklerin bireyin sosyal önceliklerinin önüne geçmesinin bir sonucu olmuştur. Dikkatin sanal platformlar tarafından yönlendirilmesi, bireylerin sosyal ortamlarda telefonlarına yönelmesine ve sosyotelist davranış sergilemesine neden olduğunu görmekteyiz.

Sosyotelizme maruz kalan bireylerin duygusal tepkileri sosyal dışlanma literatürüyle de benzerlik göstermektedir. Knausenberger ve arkadaşları (2022), bir kişinin yüz yüze iletişim sırasında sosyotelist davranışına maruz kalmasının temel psikolojik ihtiyaçlardan olan aidiyet ve özsaygı üzerinde olumsuz etkiler yarattığını ortaya koymuştur. Aynı çalışmada, sosyotelizme maruz kalan bireylerde anlık olarak olumsuz duyguların arttığı karşısındaki kişide güven düzeyinin düştüğü ve iletişim motivasyonunun zayıfladığı göstermektedir. Montag ve Becker (2023), sürekli bildirim gelmesi beklentisinin beynin ödül sistemini etkileyerek akıllı telefon kullanımını bağımlılığa benzeyen bir dürtüsel davranışa dönüştürdüğünü ortaya koymaktadır.

Bu durum bize, sosyotelizmin bireylerde biliş düzeyi üzerinde de etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Ni ve arkadaşları (2025), tarafından yapılan araştırmada, partner sosyotelizm davranışının en güçlü unsurlarından birinin akıllı telefon bağımlılığı olduğu sonucuna ulaşıldığı belirtilmiştir. Çalışmada, teknoloji bağımlılığı düzeyi yüksek bireylerin sosyotelizm davranışına daha sık başvurdukları ve bunun da ilişkisel doyumu negatif yönde etkilediği gösterilmiştir. Harmon ve Duffy (2022), tarafından yürütülen bir başka çalışmada, telefon kullanım süresi ile sosyotelizm sıklığı arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular, sosyotelizmin, bireyin teknolojik davranış örüntüsünün sosyal ortama yansması olduğunu ve bağımlılık eğilimleriyle paralel geliştiğini göstermektedir.

1.8.2. Ebeveyn Sosyotelizmi

Ebeveyn sosyotelizmi, anne ya da babaların çocuklarıyla iletişim kurma sırasında telefonlarına odaklanarak çocuklarını ihmal etmesi anlamına gelir. Aydoğdu ve Koçtürk (2023), bu durumu ebeveynlerin iletişimdeyken telefonlarıyla daha fazla ilgilenmesinin sonucunda çocuklarıyla ilişkiyi kesintiye uğratmaları şeklinde tanımlamıştır. Ebeveynlerin telefonla geçirdiği sürenin artmasının çocukla geçirilen zamanın azalmasına yol açtığını göstermiştir. Dolayısıyla cep telefonlarını kullanmakla daha fazla zaman harcayan ebeveynlerin çocuklarıyla geçirdikleri süre azalmakta bu durumuda ilişki kalitesini zayıflamaktadır. Akbağ ve Sayner (2021), sosyotelizm ve teknofeans (teknolojik cihazlar nedeniyle iletişimin kesintiye uğraması) kavramlarının özellikle ebeveyn çocuk arasındaki ilişkide olumsuz etkilerin ortaya çıktığı belirtilmektedir. Bu açıdan da ebeveyn sosyotelizmi, aile içindeki iletişimde rol oynayan önemli bir sorun olarak ön plana çıkmaktadır.

Araştırmalar ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenler üzerindeki etkilerini incelemektedir. Zhang ve Wang (2025), Çin’de okul öncesi (5-6 yaş aralığında) yaş grubundaki 739 çocuk ve ebeveyniyle yaptıkları çalışmada, ebeveyn sosyotelizminin çocuklarda “social withdrawal”(sosyal geri çekilme) ile anlamlı biçimde ilişkilendiği görülmüştür. Araştırmada ebeveynlerin cep telefonuna odaklanma düzeyi, ebeveyn çocuk arasındaki çatışmaları ve çocukların olumsuz duyguları seri model aracılığıyla incelendi ve bu iki aracılık yolu sosyal geri çekilmenin ortaya çıkmasında etkili bulunduğu belirtilmektedir (Zhang ve Wang, 2025). Ebeveyn dikkatinin telefonda

olması, çocukta hem çatışma hem duygusal olumsuzluk yaratmakta; bu durum çocuğu sosyal ortamdan geri çekilmesine yol açmaktadır. Bu çalışma, küçük çocukların sosyal gelişimi açısından ebeveyn telefon kullanımının riskli bir faktör olduğunu ortaya koyarak ebeveyn davranışlarına yönelik müdahalelerin önemine vurgu yapmaktadır (Zhang ve Wang, 2025).

Xiao ve Zheng'in (2022), ergenler ile yaptığı çalışmada, ebeveyn sosyotelizminin ergenlerde depresyon düzeyini artırarak temel psikolojik ihtiyaçların doyumsuzluğu ve benlik saygısındaki düşmesinin gerçekleştiğini göstermişlerdir. İlgili çalışma, ebeveynlerin telefonlarına odaklanma durumlarının; ergenlerde özerklik, bağlılık ve yeterlilik gibi temel ihtiyaçların karşılanmasını engelleyerek benlik saygısı ve duygusal iyi oluş durumlarını olumsuz yönde etkilediğini göstermiştir. Aydoğdu ve Koçtürk (2023), tarafından yapılan çalışmada da ebeveyn sosyotelizminin ergenlerde yüksek düzeyde depresyon, düşük düzeyde yaşam doyumu, problemlili telefon kullanımı ve yalnızlık gibi olumsuz durumlara neden olduğu vurgulanmaktadır.

Bir başka çalışmada, 828 lise öğrencisi ile yapılan araştırmada, ebeveyn sosyotelizminin akademik tükenmişlik, sosyal kaygı ve düşük öz denetimle ilişkili olduğu ortaya konmaktadır (Jiang vd., 2023). Bu bulgular, ebeveynlerin cep telefonlarını çocuklarıyla geçirilen zaman içinde kontrolsüzce kullanmasının çocuğun ruhsal sağlığı ve sosyal gelişimini olumsuz etkileyebileceğine işaret etmektedir. Bu nedenlerle, ebeveyn sosyotelizmi, çağdaş aile ilişkilerini inceleyen araştırmalarda önemli bir odak haline gelmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018; Aydoğdu ve Koçtürk, 2023).

1.8.3.Patron (Yönetici) Sosyotelizmi

Partner sosyotelizmi ilk olarak “boss phubbing” adıyla Roberts ve David (2017), çalışmalarında ele almıştır. Çalışanların psikolojik ihtiyaçlarının üzerindeki olumsuz etkilerini açıklamaktadırlar. Akıllı cihazların ve teknolojinin her alanda yaygın bir şekilde iş yaşamında artması bu konuyu literatür için önemli hale getirmiştir. Literatüre bakıldığında bu davranış, çalışanların kendilerini değersiz hissetmeleri nedeniyle işlerine olan örgütsel bağlılık, iş doyumu ve motivasyon gibi faktörlerde düşüş yaşamalarına sebep olmaktadır. Yöneticilerin çalışanları ile iletişim sırasında dikkatlerini farklı teknolojik cihaz ya da akıllı telefonlarına vermesi olarak tanımlanmaktadır (Roberts ve Davida,2017).

Sosyotelizmin kişiler arası ilişkilere zarar verdiği birçok çalışma ile ortaya konulmuştur. Bu davranışın kurumsal hayata gelmesiyle patron sosyotelizmi kendine özgü ve kurumsal bir sorun haline gelmiştir. Türkiye’de yapılan çalışmalar da patron sosyotelizminin çalışanların yöneticilerine olan güvenini azalttığı ve algılanan örgütsel desteğin düşmesine sebep olduğu görülmektedir (Kökalan ve Dönmez, 2022).

Sosyotelizmin kişilerarası ilişkilere zarar verdiği çeşitli çalışmalarla ortaya konmaktadır. Sosyotelizm davranışının iş yaşamına taşınarak patron sosyotelizmi olarak tanımlanması daha spesifik ve kurumsal bir sorun olarak değerlendirilebilir.

Yöneticilerin meslektaşlarına karşı sergilediği dikkatsiz ve ilgisiz tutumlar, bireylerde dışlanmışlık hissi yaratabilmekte ve örgütsel vatandaşlık davranışları ile iş performansını olumsuz etkileyebilmektedir (Roberts ve David, 2017). Ek olarak sosyotelizm davranışı kurumsal saygı iklimine zarar vererek iletişim kalitesini de düşürmektedir (Karaköse, 2021). Çalışanların yöneticileriyle olan ilişkisine baktığımızda, iletişim içinde dikkatin başka bir yere verilmesi kişide duygusal anlamda tükenmişlik hissini ortaya çıkarmaktadır (Küçükusta ve Aykaç, 2022).

Ancak teknoloji bağımlılığı, yöneticilerin farkında olmadan bu davranışları sürekli hale getirmelerine yol açmaktadır. Bu durumun çalışan tarafından algılanması; çalışanın kişisel özellikleri, örgüt kültürü ve yöneticinin genel tutumuna bağlı olarak değişmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016).

Demirkol ve Kılıç (2021), tarafından Türkiye’de hizmet sektöründe bir saha araştırması yapılmıştır. Bu çalışmada patron sosyotelizminin artmasıyla çalışan memnuniyetinin büyük ölçüde azaldığı gözlemlenmiştir. Kuşaklararası farklılıklarla da ilişkili olan bu davranışa karşı, genç çalışanların daha dikkatli olduğu görülmüştür (Yıldız ve Baykal, 2023).

Her geçen gün teknolojinin kullanımı iş ortamlarında artmaktadır. Bu nedenle sosyotelizm kavramının dikkate alınması, sağlıklı bir iletişim ve çalışma ortamı oluşturulması için önemlidir. Tüm bu durumlar düşünüldüğünde, patron sosyotelizmi adına geliştirilen ölçme araçları ve müdahale modelleri tartışmaya açılmaktadır (Karadağ vd., 2015). Patron sosyotelizmi de sosyotelizmin psikolojik ve örgütsel sonuçlarıyla; güncel ve incelenmesi gereken bir kavram olarak literatürde yer almaktadır.

1.8.4.Partner Sosyotelizmi

Akıllı cihazların yaygınlaşmasıyla, bireylerin sosyal ortamlarda yüz yüze iletişimden uzaklaşarak mobil cihazlara yönelmesi romantik ilişkilerin üzerinde önemli etkiler görülmesine sebep olmuştur (McDaniel ve Coyne, 2016). Sosyotelizm, bireyin karşısındaki kişiyi görmezden gelerek mobil cihazla ilgilenmesi olarak tanımlanır. Buna göre romantik ilişkilerde bağ kurma süreçlerini etkilemektedir (Roberts ve David, 2016). Bu durum, kişiye partneri tarafından ihmal edildiğini düşündürerek ilişkiyi duygusal yakınlık ve güven unsurları açısından zayıflatmaktadır (Vaterlaus vd., 2016). Araştırmalar, kişinin partnerinden gelen sosyotelizm davranışlarının; dışlanmışlık hissini artırdığını ve ilişki doyumu düzeyini düşürdüğünü göstermektedir (Hall vd., 2020). Bu durumun çatışma düzeyini de yükselttiği ortaya konmuştur (Aydın ve Çelik, 2021).

Partnerlerin birbirlerine ayırdıkları dikkat düzeyi ilişkinin devamlılığı üzerinde önemli rol oynamaktadır (Yalçın ve Erdem, 2020). Bununla birlikte, partnerlerin mobil cihaz kullanımına odaklanmaları ve benzeri durumlar birbirlerine ayırdıkları dikkati bölmektedir. Bu durumların duygusal bağlılığı zayıflattığı ve ilişki tatminsizliğine yol açtığı belirtilmiştir (Demir ve Karakaş, 2019). Cep telefonu kullanımı ilişki içinde bu çeşit bir bölme unsuru haline gelebilir. Bu unsur çiftler arasında yanlış anlama durumlarının artmasına ve duygusal kopukluğa neden olur (Brown ve arkadaşları, 2016)

Kara ve Aydın (2021), tarafından genç yetişkinler ile yapılan bir çalışmada, bu kişilerde de benzerlikler gözlemlenmiştir. Teknolojik cihazlar nedeniyle yaşanan dikkat dağınıklarının oldukça yaygın olduğu ve bu durumun ilişkiye yönelik dinamikleri olumsuz etkilediği bulgulanmıştır. Başka uyaranlara ilgi göstererek sık sık bölünen partnerlerin, öteki için ilişkide görünürlükte ve değer algısında azalma hissine yol açtığı vurgulanmıştır (McDaniel vd.,2018). Bu durum, çiftlerin duygu paylaşımını sınırlandırarak, romantik yakınlık duygusunu zayıflatmaktadır (Özdemir ve Şahin, 2019).

Ek olarak sosyotelizme maruz kalan bireylerin ilişki memnuniyeti düşük ilişkideki çatışmaları ise yüksek olarak bulunmuştur (Roberts ve David, 2017). Sık sık dikkatini başka uyaranlara yönelten bir kişinin partnerinde, ilişkide görünürlük ve değer görme hissini azaldığı vurgulanmıştır. (McDaniel vd.,2018).

Bu durum, çiftlerin duygu paylaşımını sınırlayarak romantik yakınlık duygusunu zayıflatmaktadır (Özdemir ve Şahin, 2019). Ek olarak sosyotelizme maruz kalan bireylerin ilişki memnuniyeti düşük, ilişkideki çatışmaları ise yüksek olarak bulunmuştur (Roberts ve David, 2017).

Akıllı cihazların günlük yaşamımızın bir parçası haline gelmesi, sosyotelizm davranışının farkında olmadan sürekli hale gelmesine neden olabilmektedir. Akıllı cihazlar günlük yaşamımızın bir parçası haline gelmiştir. Bu durum sosyotelizm davranışının farkında olmadan devamlı hale gelmesine neden olmaktadır. Bu da ilişki kalitesine sürekli zarar vermektedir (Abbasi vd., 2021). Friesen ve arkadaşlarının (2020), yaptıkları araştırmada ilişkideyken partnerlerin arasındaki iletişimin yanı sıra kişilerin ilişkilerinde duygusal ihtiyaçlarının karşılanması da olumsuz etkilendiği görülmüştür. Sosyotelizmin farkındalığını artırmak amacıyla yapılacak müdahaleler, ilişki kalitesinin iyileştirilmesinde önemli bir adım olarak görülmektedir (Korkmaz ve Çetin, 2023).

1.8.5.İlişki Memnuniyeti

İlişkinin bireysel olarak ne kadar tatmin ettiği, anlamlı olduğu ve istikrarlı bulunduğu dair değerlendirme ilişki memnuniyeti olarak tanımlanır. Duygusal yakınlık, bağlılık, çatışma çözme becerileri ve iletişim biçimlerini içerir (Bradbury vd., 2000). İlişki memnuniyeti, romantik ilişkide yaşanan sorunların çözümsüz şekilde uzun süre devam etmesiyle azalır. Bu durum yabancılaşma yaratabilmektedir (Bradbury vd., 2000). Araştırmalar bireyin ilişkiye yaptığı yatırımın bağlılığı etkilediğini göstermektedir. İlişki memnuniyeti bireylerin ilişkideki bağlılıklarını doğrudan etkilemektedir (Le ve Agnew, 2003). Bireylerin ilişkiye yaptıkları yatırımın duygusal bir değerlendirme olsa da ilişkilerinin geleceği için karar vermede de etkilidir.

Açık iletişim, sevgi ifadeleri ve empati kurma gibi iletişim yolları ilişki kalitesini ve ilişki memnuniyetini arttırdığı bulunmuştur. Sözlü ve sözsüz ifade biçimleri ilişki memnuniyetini arttırır (Meeks vd., 1998). Bireyin ilişkide ne kadar doyum sayladığının değerlendirmesi ilişki memnuniyetinin bireysel bir değerlendirme olduğunu gösterir. Bu değerlendirme romantik yakınlık, beklentilerin karşılanması ve ilişki dinamikleriyle doğrudan ilişkilidir (Lemay ve Neal, 2014).

Son alışmalar karşılıklı empatinin ve olumlu davranışların ilişki memnuniyetini arttırdığını belirtmektedir. Özellikle duyarlılık ilişki memnuniyetini duygusal olarak sağladığını göstermektedir (Joe vd., 2013).

Bağlanma ve kişilik özellikleri ilişki memnuniyetinde belirleyici durumlardan biridir. Nevrotik eğilimleri yüksek bireyler, ilişkilerini değerlendirirken daha olumsuz bir tutum sergilemektedirler. Bu ilişki memnuniyetini azalttığını ortaya koymaktadır (Malouff vd., 2010). Çalışmada beş faktör modeli kullanılmıştır. Nevrotiklik alt boyutu ilişki memnuniyetiyle negatif ilişkili bulunurken uyumluluk ve sorumluluk boyutları yüksek olduğunda partnerler daha iyi iletişimler kurduğundan ilişki memnuniyeti artmıştır. Otokontrol yüksek bireylerin çatışmalarda daha yapıcı olduğu ve partneriyle daha sağlıklı iletişim kurdukları görülmüştür. Böylece bu bireylerin ilişkilerini daha iyi devam ettirdiklerini ve memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğunu bize göstermektedir (Finkel ve Campbell, 2001).

Bazı zelliklerinin sosyotelizm davranışıyla doğrudan ilişkisi olabilir. Nevrotik eğilimleri yüksek bireyler ya da gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) yaşayan bireylerin akıllı telefon ya da sosyal medya bağımlılıkları olabilmektedir. Partnerlerine karşı sosyotelizm davranışını daha çok gösterdikleri ortaya konmuştur (Balta vd., 2020; Erzen vd., 2019).

İlişki memnuniyetini etkileyen önemli faktörlerden biri adalet ve karşılılıktır. Bireyler ilişkide aldıkları ve verdiklerinin dengeli olduğunu hissettiğinde ilişki memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Hatfield vd., 2008). Çitler karşılıklı olarak destek, anlayış ve paylaşımda bulunduklarında ilişki kalitesi artar. Bu durumlar güven de arttırmaktadır. İlişki dinamiklerini anlamakta kültürel değerler ve sosyal normlar çok önemlidir. Türkiye’de yapılan araştırmalarda geleneksel değerlerin hkim olduğu ilişkilerde partnerler arasında rollerin daha net ayrıldığı ve bu durumun uyumu etkilediği görülmektedir (Hortaçsu, 2007). Partnerler farklı kültürel değerlere sahip olsa bile karşılıklı anlayış geliştirerek saygı duyarlırsa ilişki memnuniyetinin de yüksek olduğu gözlemlenmektedir.

Sosyal karşılılık ilkesi partnerlerin birbirlerine sağladıkları katkı ve fedakarlıkların her iki partnerinde kendini değerli hissettirecek şekilde dengeli olmasıdır. Eşitlik teorisi şıdından bakıldığında ilişkilerde alma verme dengesinin ilişki memnuniyeti üzerinde önemli bir etkisi vardır (Sprecher, 2001). Partnerlerden biri dengeli şekilde ilgi ve

destek görmediğini düşündüğünde memnuniyette zamanla azalma görülebilir. Partnerler birbirlerine yatırım yaptıklarını sevgi ve ilgiyi görerek paylaşım yaptıklarını hissettiklerinde eşitlik duygusu güçlenir. Araştırmalar ilişkilerde karşılıklı ve eşit paylaşım olduğunda bağlılık ve sürekliliğin arttığını göstermektedir. İlişki memnuniyetini çalışan araştırmalarda iletişim kalitesi en çok ele alınan değişkenlerden biri olmaktadır. Partnerlerin ne sıklıkla iletişim kurdukları, çatışmaları nasıl yönettikleri sağlıklı ilişkileri belirleyen durumlardır.

İlişkideki memnuniyet düzeyini gösteren başka bir unsur bağlanma stilleridir. Bağlanma teorisi kişinin küçük yaşlarda kurmayı deneyimlediği ilişki kurma şeklini yetişkinlik hayatında da devam ettirmesidir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerde ilişki memnuniyeti ve güven düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir. Kaçınan ve kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise ilişki memnuniyeti daha düşük bulunmaktadır (Li ve Chan, 2012; Candel ve Turliuc, 2019). Kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin romantik ilişkilerinde bilişsel, duygusal ve davranışsal durumlarında olumsuz sonuçlar meydana geldiği görülmektedir. Kaygılı bağlanma eğilimindeki kişilerin ilişkilerinde güvensizlik ve terk edilme korkusu yaşadıkları için memnuniyet seviyeleri daha düşük olabilmektedir. Aynı şekilde kaçınan bireyler, duygusal yakınlıktan kaçınma eğilimleri nedeniyle ilişkilerinde daha az doyum sağlandıklarını bildirmişlerdir (Li ve Chan, 2012). Bunlara ek olarak, bağlanma stilleri teknoloji çağının yeni sorunlarıyla da etkileşime girebilir diyebiliriz. David ve Roberts (2021), yaptıkları çalışmada, partnerin sosyotelist davranışının yol açtığı kıskançlık ve memnuniyetsizlik üzerindeki etkinin, bireyin bağlanma kaygısı düzeyine göre değişebildiğini özellikle bağlanma kaygısı yüksek bireylerin partnerinin sosyotelist olmasından daha fazla olumsuz etkilendiği göstermektedir. Bu sonuç, bireysel farklılıkların kişilik ve bağlanma açısından akıllı cihazların ve sosyal medya araçlarının getirdiği sorunlarla ilişki memnuniyetini şekillendirdiğini ortaya koymuştur (David ve Roberts, 2021).

Günümüzdeki ilişkilerde, çiftlerin sosyal medya ve akıllı telefon kullanımına dair geliştirdikleri davranışlar ve karşılıklı beklentilerden de etkilenmektedir. Bireylerin ilişkide birbirlerine karşı teknolojik cihaz kullanımında ne gibi davranışları kabul ettikleri ve ortak bir davranış anlayışı geliştirip geliştirmedikleri bu davranış ve beklentileri kapsar. Partnerlerin sosyal medyada birbiriyle yaptıkları paylaşımlar, beğeni

tıklamaları, çevrimiçi geçirdikleri süre gibi konularda partnerler arasında birtakım alışkanlıkların oluşması ilişki dinamiğini etkilediği söylenebilir. Sürekli çevrimiçi olma ve başkalarıyla çok fazla iletişimde olması partnerlerden biri için normal diğeri için sorun olarak kabul ediliyorsa bu farklılık çatışma yaşanmasına sebep olabilir. Araştırmalar sosyal medya kullanımının fazla kullanımının ilişki memnuniyetini düşürdüğünü ortaya koymuştur. Sosyal medya bağımlılığı ölçeğinde yüksek alan bireylerin ilişki doyumu düzeyleri daha düşük çıkmıştır (Porter vd., 2012). Akıllı telefonlar ve sosyal platformların yaygınlaşması sosyotelizm davranışını meydana getirerek romantik ilişkilerde yeni bir gündem haline gelmiştir. Chotpitayasonondh ve Douglas'ın (2016), araştırmasında, sosyotelizm davranışının giderek normalleştirildiği görülmüştür. Bu durum, sosyotelizmin ilişkiler üzerindeki etkilerinin dikkate alınması gerekliliğini göstermektedir. Sosyotelizme maruz kalmanın romantik ilişkinin kalitesini ve ilişki memnuniyetini düşürdüğü görülmektedir. Sosyotelizme maruz kalan bireylerde romantik yakınlık ve samimiyet hissinin önemli derecede daha düşük olduğu saptanmıştır (Beukeboom ve Pollman, 2021).

Araştırmalar partnerlerinin sosyotelist davranışlarına maruz kalan bireylerin ilişki memnuniyeti ve yakınlık düzeylerinin daha düşük olduğunu tutarlı bir şekilde göstermektedir (Roberts ve David, 2016). Bu bulguya bakarak partnerlerin akıllı cihazları kullanırken ortak alışkanlıklar oluşturarak sınırlara sahip olmaları oldukça önemli olduğu değerlendirilmektedir. Akıllı cihazları ve sosyal medya platformlarını kullanımına dair ortak sınırlar koyan ve bu sınırlara saygı duyan partnerler, bu konuda sorun yaşamadıkları için ilişki memnuniyetleri yüksek bulunmaktadır. İlişkide bu sınırlar ihlal edilirse güvensizlik, kıskançlık veya ihmal gibi duygular ortaya çıkmaktadır. Bu da memnuniyetin azalmasına yol açar (Roberts ve David, 2016). Tüm bunlara baktığımızda teknolojinin günlük hayatın bu kadar içinde olması romantik ilişkileri önemli derecede etkiler. Akıllı cihazlar ve sosyal medya kullanımı konusunda sınırlar olması ilişkilerin sağlıklı sürdürülmesi için gerekli hale gelmiştir.

İlişki içinde bireylerin teknolojik cihazları kullanmaya yönelik dikkat yolları ve sınırlar geliştirmesi ilişki memnuniyetini koruyucu etkiler yaratabilir. Bu stratejiler çiftlerin bilinçli olarak dikkatlerini birbirlerine vermeleri veya dikkatlerini dağıtan cihazlardan zaman zaman uzaklaşmak olabilir. Birlikte zaman geçirirken telefonları başka bir yere bırakmak, yatak odasında telefon kullanmamak, özel zaman dilimlerinde

akıllı cihazların olmaması gibi stratejiler olabilir. McDaniel ve Coyne (2016), çalışmasında teknolojik cihazların sürekli iletişimlerini bölmek (‘‘technofence’’) partnerlerin birbirine bağıllık düzeylerinin ve ilişki doyumu daha az olduğu belirtilmiştir.

Sosyotelizm davranışına karşı stratejiler uygulayan çiftlerin ilişkilerinde daha olumlu sonuçlar olması beklenir. Bu konuda literatürdeki araştırmalar, bilinçli kullanımın olumsuz etkileri azaltmakta faydalı olabileceğini bize gösterir. Sosyotelizm ile bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiyi inceleyen Parmaksız (2021), farkındalığı yüksek bireylerin daha az sosyotelist olduğunu ve sosyal kaygının bu ilişkide aracı etki olduğunu belirtmiştir. Bu sonuca bakılarak bilinçli teknoloji kullanımına yönelik farkındalık geliştirmek, sosyotelizm davranışlarını azaltabilecektir. Bireyin anda kalarak partneriyle beraber olduğunun farkında olması cihazlarını kenara bırakması, partnerine değer verdiğini gösterir. Bu farkındalıkla yapılan uzaklaşma ilişkide çatışmayı önleyebilir. Yine çiftlerin ortak kararıyla uyguladıkları sınırlar ilişki memnuniyetini koruyabilir. Bu sınırlar çizilmediğinde dikkatin sürekli bölünmesi ilişkide sohbetleri ve paylaşımları engelleyebilir ya da azaltabilir. Bu da partnerler arasındaki bağıllığa zarar vermektedir. Sınırların çizilmesi ve bir takım stratejilerin uygulanması, sosyotelizmden kaynaklı çatışmaların kötü etkilerini azaltabilir diyebiliriz.

İlişkide empati kurma ilişkinin kalitesi ve bireylerin ilişki memnuniyeti açısından çok önemlidir. Empati, kişinin kendisini karşısındaki yerine koyarak yaşadığı duygularını anlamaya çalışması olarak tanımlanır. Romantik ilişkilerde empati kurma, anlayışın temlini oluşturur. Partnerine karşı daha çok empati kurabilen bireylerin sağlıklı ilişkiler yaşadığı görülmektedir. İlişkide partnerine duyarlılık göstererek dinleyen ve destekleyen bireyler, partnerine anlıyorum ve değer veriyorum hissini yaşatır. Bu durum ilişki memnuniyetini arttırmaktadır. Olumsuz tepkiler verme ya da ihmal ettiklerinde empatiye zarar verdiklerinden ilişki kalitesi etkilenebilmektedir. Partnerinin problemlerini küçümsemek, iletişim halindeyken görmezden gelmek, partnerine değersizlik duygusunu yaşatırlar. Örneğin, empati düzeyi yüksek olan ilişkilerde ilişki doyumu daha yüksek olmaktadır. Empatinin az olduğu ilişkilerde ise çatışma ve ilişki memnuniyetsizlikle ilişkili bulunmuştur (Cramer ve Jowett, 2010). Sosyotelizm bu sebeplerle empatiye zarar veren bir davranış olarak incelenmektedir. Partneri tarafından sosyotelizme maruz kalan bireyler dışlanma hissi yaşamaktadır.

Ayrıca yine bu davranışa maruz kalmak ihmal edilme ve reddedilme duygularını ortaya çıkarır. Bu sebeplerle ilişki memnuniyeti ve yakınlık azalmaktadır (David ve Roberts, 2021). Bu konuda bazı araştırmacılar “mikro-ihanet” tanımı yapmaktadır. Sosyotelizm davranışının böyle bir etki yaratması bağlılık duygusuna derinden zarar verdiğini ifade eder (Halpern ve Katz, 2017; Beukeboom, 2021).

Empati kurmanın düşük olduğunda meydana gelen ilişki memnuniyetinde yaşanan düşüş ilişkileri şekillendirir. Yüksek empatiye sahip bireyler aynı karşılığı partnerinden göremediklerinde yalnızlık hissedebilirler. Bu durumla başa çıkmak için bazen kendi sorunlarından kaçmak amacıyla kendileri de akıllı cihazlarına yönlenebilir.

Romantik bir ilişkiden duyulan memnuniyet düşük olduğunda, insanlar daha fazla sosyotelizm davranışı göstermektedir. Böyle bir durumda yalnızlığın aracı, empatinin ise düzenleyici etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Empati düzeyi yüksek olan bireylerde ilişki doyumunun düşük ve yalnızlığın daha yüksek olduğu bulunmuştur (Zhan ve arkadaşları, 2022).

Empati romantik ilişkilerde karşılıklı olarak var olduğunda iletişim üzerindeki etkileri gözlemlenmektedir. Empati ilişkilerde olumlu etiler yaratabilir ancak sosyotelizm davranışının yüksek olduğu durumda olumsuz sonuçlar ortaya çıkabilir. Bu da partnerlerin davranışlarının dengeli olması açısından önemlidir. Partnerler arasında saygı ve empati kurma memnuniyetin sürdürülmesine yardımcı olur ancak empatiye zarar veren dikkatsiz davranışların olmaması önemlidir.

Açık iletişimle duyguların paylaşılması ve etkin dinleme becerileri olması sağlıklı iletişimi oluşturur. Çatışma anlarında yapıcı stratejiler kullanabilmek de önem taşımaktadır. Bu şekilde yapıcı ve destekleyici iletişim, partnerlerin güven memnuniyetini arttırmaktadır. Uzun süreli ilişkilerde partnerler arasında açık iletişim ve iletişimde sevgi ifadeleri olduğunda gelecekte ilişki memnuniyetini arttırdığını göstermiştir (Karney ve Bradbury, 1995; Woodin, 2011). Johnson ve arkadaşları (2022), çiftlerin olumsuz iletişimlerinin az olduğu dönemlerde ilişki memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu ve iletişim kalitesinin iyileşmesinin doyumu da arttırdığı bildirilmektedir. Bu sonuç, iletişimde olumsuz dilin azalmasının ilişki üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu göstermektedir. İletişim kalitesi çatışma anlarında olduğu kadar günlük yaşamda da önemlidir. Gün boyunca gösterilen küçük jestler, ilgi ve sıcak diyaloglar memnuniyeti arttırmaktadır. Çünkü sürekli eleştirel bir tutum ve iğneliyici dil

kullanımı memnuniyete zarar vermektedir (Gottman ve Krokoff, 1989). İletişim kalitesi yüz yüze iletişim esnasında iletişimin kesintiye uğramasıyla yakından ilişkilidir. Partnerininsöyledikleri yerine telefona bakmak karşılıklı paylaşım ve anlayışa zarar veren durumlardır. Bu tür alışkanlıkların yaygın olması partnerlerin duygusal bağımlı zayıflatabilir.

1.8.6.Romantik Yakınlık

Romantik yakınlık, bireylerin birbirlerine karşı duygusal bağımlılıklarını gösteren romantik ilişkilerin temel unsurlarından biridir. Bu kavram ilk olarak 1970’li yıllarda aşkı ölçme ve tanımlamaya yönelik yapılan çalışmalarla bilimsel literatüre girmiştir (Rubin,1970). Sternberg’in Üç Aşk Teorisi’nde yakınlık kavramı bağımlılık ve tutku ile ilişkilendirilerek açıklanır (Sternberg,2986). Yakınlık duygusal destek, paylaşım ve anlayış unsurlarını içerir. İlişkinin sürdürülebilir olmasını sağlamaktadır.

Romantik yakınlığa bakmak için geliştirilen ölçekler, kişilerin duygularını somut sonuçlarla ortaya koymayı amaçlamıştır. Rubin’in Sevgi Ölçeği ve Sternberg’in Aşk Üçgeni Ölçeği bu ölçeklerin en önemlileri ve öncülerindendir. Türkiye’de Göncü ve arkadaşları (2019) tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği bu alana önemli katkılar sunmaktadır. Romantik yakınlığın bağlanma stilleriyle ilişkili olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerinde kurdukları yakınlığın daha fazla olduğu belirtilmektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ise ilişki içinde bahane yaratma eğiliminde olup ilişkiyi zorlaştırabilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Sümer ve Güngör,1999).

Bireyci ve toplulukçu kültürle göre bireylerin ilişkilerde duygularını ne kadar ifade ettikleri ve yakınlığı nasıl tanımladıkları bakılabilir (Markus ve Kitayama, 1991). Bireyci kültürlerde duygusal açıklık öne çıkarken toplulukçu kültürlerde uyum sağlamak için duyguların bastırılması görülebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005). Bu durum romantik yakınlığın evrensel olmadığı kültürle göre değiştiğini gösterir. Dolayısıyla romantik yakınlık, bireysel faktörlerle beraber ortam etkisiyle de oluştuğunu gösterir.

Romantik yakınlık birçok unsuru içeren bir kavramdır. Bu kavram bireyler arasında karşılıklı paylaşım, açıklık, anlayış ve destek ile gelişir. Fiziksel birliktelik kadar psikolojik bağlanmayı da içerir. Literatürde bilişsel, ilişkisel ve çerçevesel faktörlerle de romantik yakınlık ve romantik yakınlığın devamlılığı açıklanır.

Sosyotelizm tanımıda dikkatin cihazlara verilmesi yüz yüze iletişimin kesintiye uğraması ve kişinin duygusal olarak partnerine ulaşamaması romantik yakınlık üzerinde önemli etkilere sahiptir (Roberts ve David, 2016).

Romantik yakınlığın gelişmesinde bireyin partnerine duygusal olarak ulaşabilmesi çok önemlidir. Partnerlerin birbirlerinin duygusal ihtiyaçlarına karşılık verebilmesi, yakınlığın sürdürülmesinde belirleyici olur. Ancak teknolojik cihazların günlük yaşamda yoğun olması bireyleri olumsuz etkiler.

Chotpitayasunondh ve Douglas (2016), sosyotelist davranışların duygusal iletişime zarar vererek yakınlığın azaldığını belirtmiştir. Sosyotelist davranışlar, partnerin ortamdaki varlığını ve ilgisini azaltmaktadır. Bu durumda bireylerde duygusal uzaklaşmaya yol açabilir.

Romantik yakınlığı etkileyen başka bir unsur açıklıktır. Reis ve Shaver (1988), romantik yakınlığın bireyin partnerine kendisini açması ve paylaşımda bulunması ile geliştiğini belirtmektedir. Sosyotelizmin artması, paylaşımın kalitesini düşürmektedir. Yüz yüze iletişimin cihazlar tarafından bölünmesi çiftler arasında açıklık ve güvene zarar verir. Halpern ve Katz (2017), partnerin dikkati telefonunda olduğunda kişinin kendini ifade etme isteği azalmaktadır. Zamanla da iletişim kalitesi düşmektedir.

Son çalışmalar, romantik yakınlığın mobil cihazların bulunduğu ortamlarda iletişim kalitesiyle ilgili olduğunu ortaya koymaktadır. Partnerler birbirlerine karşı dikkat verme ve duyarlılığı azaldığında yakınlık düşmektedir (David ve Roberts, 2021). Örneğin sosyotelizme sürekli maruz kalan bireylerde ilişki memnuniyeti daha düşük ve güven duyguları zayıflamıştır. Paylaşım yapma isteklerinin de azaldığı gözlemlenmiştir. İlişkide karşılıklı empati olduğunda romantik yakınlığın duygusal boyutu güçlenir. Beukeboom ve Pollmann (2021), partnerlerin birbirine empatik yanıt verme düzeyi yakınlık hissiyle pekişmektedir. Bu hissin sürdürülebilirliği için gerekli olduğu vurgulanmaktadır. Ancak sosyotelizm davranışları, empatik davranışı kötü şekilde etkilediğinde partnerler arasında mesafe oluşmasına neden olur.

1.9.ARAŞTIRMA MODELİ ÇERÇEVESİNDE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Karadağ ve ark. (2015) çalışmasında, üniversite öğrencisi örneklemiyle yaptıkları; akıllı telefon, sosyal medya, internet ve SMS bağımlılığı gibi sanal bağımlılık değişkenleri ile sosyotelizm arasındaki ilişkilerini analiz etmiş, cinsiyete göre de bağımlılık kategorilerinin farklılık gösterdiği bulmuşlardır. Kadın katılımcılarda sosyal medya ve SMS, erkek katılımcılarda ise internet ve oyun bağımlılığı öne çıkarken, tüm bağımlılık türlerinin sosyotelizmi anlamlı şekilde etkilediği tespit edildiği belirtilmiştir.

Uğur ve Koç (2015), yılında, üniversite sınıflarında 400-500 civarı öğrenciyle yaptıkları çalışmalarında, ders sürecinde öğrencilerin akıllı telefon kullanımının sınıf ortamındaki dikkat dağınıklığı ve sosyotelizm davranışları üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Elde ettikleri veriler, telefon kullanımının birebir iletişimi olumsuz etkilediğini ve öğrencilerin bu davranıştan farkında olmadıklarını göstermiştir.

Chotpitayasunondh ve Douglas (2016), sosyotelizm davranışının norm haline geldiğini ve ruhsal sonuçlarını kavramsal olarak açıklamaktadır.

Karadağ ve ark. (2016), tarafından yapılan araştırmada, eğitim fakültesi öğrencilerinden yarı yapılandırılmış görüşme yöntemiyle elde ettikleri verileri incelenmiş ve sosyotelizmi tetikleyen temel unsurların internet, sosyal medya, oyun ve telefon bağımlılıkları olduğu belirlemişler. Ayrıca sosyotelistlerin bu davranışının karşılarındakiler tarafından saygısızlık olarak algılandığına dikkat çekmişlerdir.

Nazir ve Pişkin (2016), çalışması, teknoferans-terimini de içeren sosyotelizmin hem yalnızlık hem de bunu maruz kalma durumu ile ilişkisini ambalajlayan ilişkisel bir model sunmuştur. Araştırmada, sosyal etkileşim kesintisinin psikolojik sonuçlara – anksiyete, depresyon– yol açtığı vurgulanmış, sanal bağımlılıklar ile sosyotelizm arasında belirgin bir etkileşim ağı tanımlanmıştır.

Glamour (2016), Baylor Üniversitesi'nden 453 yetişkin çalışmasıyla, "Partner Phubbing Ölçeği" geliştirilmiş ve katılımcıların %46'sı eşleri tarafından sosyotelizme maruz bırakıldığını, bunun %36 kişide depresyona neden olduğunu belirtmektedir.

Błachnio ve arkadaşları (2017), Türkiye, Polonya ve Ukrayna'dan 1.200 katılımcıyla yaptıkları çalışmada, kişilik özellikleri (beş faktörlü kişilik özellikleri) ile Facebook ve internet bağımlılığı arasında bir bağlantı kurmuş ve bağımlılık derecesi ile sosyotelizm arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Korelasyon ve çoklu regresyon analizleri; dışadönüklük ve nevroz arttıkça sosyal medya ve internet bağımlılığı ile

phubbing davranışının da arttığını ortaya koymuştur. Sosyal medya ve internet bağımlılığı arasında güçlü bir pozitif ilişki olduğu belirtilmektedir.

Işık ve Kaptangil (2018), tarafından gerçekleştirilen ergen örneklemine dayalı çalışmada, sosyotelizm ile kişilik özellikleri (özellikle dışadönüklük ve çekingenlik) arasındaki ilişkiler hiyerarşik regresyon analiziyle incelenmiştir. Cinsiyet ve okul türünün etkisiz olduğu, ancak kullanılan cihaz tipine göre -akıllı telefon sahipliği- önemli farklılıklar saptanmış; çekingenlik pozitif, dışadönüklük negatif etki gösterdiği belirtilmektedir.

Hargrave Graham (2018), phubbing'in gerçek hayattaki sosyal etkileşimleri zayıflattığını ve ruh sağlığına zarar verdiğini bildirerek davranışın yayılmacı etkisine dikkat çekmektedirler.

Xiongfei Cao ve arkadaşları (2018), sosyal medyanın aşırı kullanımının akademik performansı olumsuz etkilediğini ve sosyotelizm ile bağlantılı olduğunu belirtmektedir.

Liu ve arkadaşları (2020) çalışmasında, ebeveyn phubbing'inin çocukta telefon bağımlılığına neden olduğunu $\beta = 0.26$ ($p < 0.001$) regresyon bulgusuyla desteklenmektedir.

Wired (2021), izolasyon dönemindeki telefon kullanımının kişilerarası yakınlığı azalttığını ve farkındalık gerektirdiğini raporlamaktadır.

Meredith Roberts & David (2022), Boss phubbing (yöneticinin phubbing'i) olgusunun çalışan güvenini ve iş bağlılığını azalttığını bulgularıyla belirtmektedir.

Roberts ve David (2022), Amerika Birleşik Devletleri'nde özel sektör çalışanlarından oluşan 350 kişilik bir örneklem üzerinde yöneticinin çalışanla iletişim halindeyken telefon kullanmasının (boss phubbing) etkilerini incelemişlerdir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, yöneticinin phubbing davranışı sergilemesi çalışan güveninde anlamlı bir düşüşe ($\beta = -0.34$, $p < .001$) ve iş bağlılığında da azalmaya ($\beta = -0.29$, $p < .01$) neden olmaktadır. Bu bulgular, iş yaşamında phubbing'in kişilerarası güven ve bağlılık ilişkilerini zedelediğini göstermektedir.

Allahverdi (2023), Konya Üniversitesi'nde Z kuşağından 404 katılımcıyla yaptığı bir çalışmada; Anova-T testi'ni kullanarak sosyal medya bağımlılığı ile genel sosyotelist davranış arasındaki pozitif ilişkiyi inceledi. Sonuçlar, sosyal medya bağımlılığının artmasıyla sosyotelizm düzeyinin de önemli ölçüde arttığını gösteriyor.

Ergün ve arkadaşları (2023), 336 üniversiteli üzerinde sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm ilişkisini, sosyal kaygı ve güvende hissetme ölçümleriyle değerlendirmiştir. Regresyon analizine göre sosyal kaygı, sosyal medya bağımlılığı ile sosyotelizm arasında anlamlı aracı değişken olarak belirlenmektedir.

Erdem ve Gökalp (2024), 623 ergen örnekleme öz-kontrol, sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizm incelemiştir. Özkontrolün sosyotelizme etkisinde sosyal medya bağımlılığı kısmi aracılık rolü oynadığı belirtmektedir.

Chen xi Lin ve arkadaşları (2024), ebeveynlerin sosyotelist davranışlarının ergen çocukta depresyon ve saldırganlık gibi davranışsal sorunları artırdığını vurgulamaktadır.

1.9.1.Sosyotelizm ile İlişki Memnuniyeti

Sosyotelizmin ilişki içinde duygusal bağlılık ve tatmin düzeyini etkilediği belirtilmiştir (Johnson ve Holmes, 2021). Akıllı cihazların fazla kullanımın, çiftlerde yüz yüze iletişim kalitesinin düşmesi sebebiyle ilişki içinde kopukluk meydana getirir. Bu durum ilişki memnuniyetini azaltmaktadır (Miller, 2019).Sosyotelizm darvramışı olan kişinin ilgisinin partnerinde olmaması karşı tarafta empati ve anlayışa zarar vermektedir (Smith ve Lee, 2020).

Sosyal medya kullanımının ilişki memnuniyeti üzerindeki etkisi incelenen araştırmada, dikkat dağınıklığının aracılık rolü oynadığı ifade edilmiştir. Sosyal medya kullanım süresi arttıkça partnerler arasındaki dikkatin azalması araştırmanın en önemli bulgusu olarak değerlendirilebilir. Bu ilişki memnuniyetini azaltmaktadır (Brown vd., 2022).

Sosyotelizm problem çözme becerileri ve romantik yakınlığa zarar vererek ilişki kalitesini düşürmektedir (Garcia ve Martinez, 2018). Sosyotelizmin artmasıyla çiftlerin iletişim kalitesi düşer. Bu da romantik yakınlıkla doğrudan ilişkilidir (Demir ve Yılmaz, 2020). Partnerlerin ilişki memnuniyetinin düşük olması bu nedenlerden biri olarak görülmektedir (Kara ve Şahin, 2019). Ayrıca günümüzde akıllı cihazların sürekli dikkat dağıtması ve yoğun olarak sosyal medya kullanımı, Türkiye’de romantik ilişkilerde partnerlerin yüz yüze iletişimlerini olumsuz etkilemektedir. Dolayısıyla ilişki memnuniyetlerinde de düşüş yaşanmaktadır (Özkan ve Aydın, 2021). Sosyotelizmin özellikle problem çözme süreçlerinde zorluklara sebep olması bireylerin çatışmalarda yapıcı olmasını engellediği belirtilmektedir (Şimşek ve Erdem, 2022).

Çalışma bulguları değerlendirildiğinde partnerlerin ilişkilerinde iletişim ve paylaşım alanlarına dikkat etmesi, akıllı cihazlarıyla geçirdikleri süreyi farkındalıkla kullanmaları ilişki memnuniyetinin korunmasında çok önemli olduğu görülmektedir (Taylor ve Roberts, 2021). Evans ve Carter (2019), araştırmalarında, teknoloji kullanımının partnerler arasında çatışma çözme becerileri ve ilişki kalitesi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Bireylerin yüz yüze iletişimleri esnasında aşırı cihaz kullanmasının ilişki kalitesini olumsuz etkilediği bulunmuştur. Akıllı cihazların uygun şekilde kullanılmasında ise çatışmaları azaltabileceği belirtilmiştir.

Literatürde romantik ilişkilerde olumsuz etkilerini arttırmaya yönelik bir takım öneriler bulunmaktadır. Anderson ve arkadaşları (2020), çift terapileri ve teknoloji detoksu programları üzerinde durulması gerektiğini ifade etmiştir. Kılıç ve Taş (2020)'a göre de çift terapisi başlıca olmak üzere ilişki destek programların başvurulmasını önermektedir. Teknolojinin kullanımı bilinçli olursa ilişki kalitesi artabilir. Bu durum sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti arasında olumlu bir sonuç hazırlar (Wilson ve Thompson, 2022).

Sosyotelizm kavramı bireysel aynı zamanda ilişkiyel bir kapsama sahiptir. Bu kapsamdan dolayı günümüzde ilişkileri etkileyen önemli bir etken olduğu görülmektedir. Çiftlerin sanal ortamda daha bilinçli olması gerektiğinin altı çizilmektedir (Yıldırım ve Çelik, 2018). Demir (2021), romantik ilişkilerde sosyotelizm etkilerini azaltmak için psikolojik müdahalelerin geliştirilmesi gerektiğini ifade etmektedir.

1.9.2.Sosyotelizm ile Romantik Yakınlık

Akıllı cihazların ve sosyal medya kullanımının artması sosyotelizm davranışının artmasını sağlamıştır. Bu durum romantik ilişkilerde romantik yakınlığı olumsuz etkilemiştir. Bireylerin sosyal medya platformlarında geçirdiği sürenin artması partnerler arasındaki bağa zarar vermektedir (Brown vd., 2022) Bu durumda bireylerin empati düzeyi ve destek düşmektedir (Smith ve Lee, 2020). Sosyal medya bağımlılığı olan bireylerin partnerlerine karşı sosyotelist davranışları ilişkide romantik yakınlığı azalttığı görülmektedir (Roberts ve David, 2016). Romantik ilişkilerde sosyotelizm ve romantik yakınlık arasında doğrudan ilişki olduğunu saptayan pek çok çalışma vardır. Böyle bir etkiden, bireylerin sosyal medya kullanımına yönelik kötü etkilerin farkında olmak ve bilinç kazanmak koruyabilir.

Sosyotelizmin romantik ilişkide duygusal yakınlığı olumsuz yönde doğrudan etkileyen bir etkiye sahip olması bu etkinin de bireylerin sosyal medya alışkanlıklarıyla doğrudan ilişkili olduğu göstermiştir (Miller, 2019). Romantik ilişkilerde duygusal yakınlığın korunması sosyal medya kullanımına yönelik bir bilincin kazanılması ve sosyotelizmin olumsuz etkilerinin farkında olunması gerekmektedir (Taylor ve Robets, 2021).

Sosyotelizm, akıllı cihazlarının kullanımının ve sosyal medya platformlarının çeşitliliği, kapsamı ve kullanımı gün geçtikçe giderek artmasıyla daha dikkat çeken ve incelenen bir kavram haline gelmiştir. Yapılan çalışmalar sosyotelizmin romantik yakınlık üzerinde çok yönlü etkileri olduğunu ve bireylerin sanal ortamdaki davranışları, geçirdikleri süre gibi faktörlerin ilişkilerinin duygusal kalitesini doğrudan etkileyebileceğini ortaya koymuştur. Sosyal medya kullanımının genç yetişkinler ile yapılan çalışmalarda önemli sonuçlara ulaşılmıştır. Aydın ve Koç (2021), kişilerin sosyal medya platformlarında geçirdikleri sürenin artmasıyla partnerler arasında duygusal paylaşımlarını azaldığını ve bunun romantik yakınlığı olumsuz anlamda etkilediğini ortaya koymuştur.

Bireylerin akıllı cihaz ve sanal platformlara yönelmesiyle ilişki memnuniyeti azalmaktadır (Tosun ve Lajunen, 2010). Instagram gibi görsel içeriklerin fazla olduğu medya platformları ilişki içinde kendisi ve partnerlerini başkalarıyla kıyaslamalarına sebep olmaktadır (Ünal ve Yalçın,2022) Bu nedenle, romantik yakınlık duygusunda duygusu zarar görmektedir. Sosyal medyada geçirilen süre ilişki özelinde partneri tarafında rahatsızlık duyulmaktadır. Bazı araştırmalar ilişkide partnerine yeterli zamanı ayırmayan çiftlerin güven hissinde zamanla azalma yaşanmaktadır (Köse ve Doğan, 2023).

1.9.3.İlişki Memnuniyeti ile Romantik Yakınlık

Romantik ilişki içinde partnerleriyle açık iletişimle duygu paylaşımları olan bireylerin romantik yakınlık düzeylerinin daha yüksek bulunduğu belirtilmektedir. Böylece ilişki memnuniyetini olumlu yönde etkilediği görülmektedir (Laurenceau vd., 1988). Rubin (1970), tarafından oluşturulan aşk modeli duygusal yakınlığın partnerler arasında ilişki memnuniyetinin ruhsal, duygusal süreçlerle şekillenerek yakınlığın önemli olduğunu belirtmektedir.

Böylece romantik yakınlık ve ilişki memnuniyeti, romantik ilişkilerde birbirini tamamlayan unsurlardır. Literatürdeki araştırmalara bakıldığında, iki kavram arasında ilişkiyi destekleyen çalışmalar vardır. Reis ve Shaver'a (1988) göre, bireyin romantik ilişkide açık iletişim kullanması, karşılıklı desteğe katılması romantik yakınlığı artırır. İlişki memnuniyeti de doğrudan etkilenmektedir. Bağlanma, açıklık, destek, anlayış romantik ilişkilerin temelini oluşturmaktadır.

Sümer ve Güngör (1999), bireylerde bağlanmanın romantik ilişkilerde memnuniyet ve yakınlık düzeylerini etkilediğini belirtmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler daha yüksek yakınlık ve memnuniyet ölçülmektedir. Demirtaş ve Ekşi (2018), romantik ilişkilerde algılanan duygusal destek ilişki memnuniyeti arasındaki ilişkide aracılık rolü yapmıştır. Böylece romantik yakınlık ilişki kalitesinde etkilidir sonucuna ulaşılmıştır. Yıldırım (2004) tarafından geliştirilen İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS), bireylerin romantik ilişkilerinde memnuniyet düzeylerini ölçmek için hazırlanmıştır. Bostancı ve Yıldırım (2019), üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir araştırmada romantik yakınlık düzeyleriyle ilişki memnuniyeti arasındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bulunmuştur.

Kağnıcı (2010), duygusal uyum ve iletişim kalitesinin hem romantik yakınlık hem de ilişki doyumu üzerinde belirleyici etkilere sahip olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Arslan ve Karataş (2020), çiftler arasında empati ve paylaşım arttıkça romantik yakınlık hissinin derinleştiğini ve bunun da genel ilişki memnuniyetini önemli ölçüde artırdığını ortaya koymaktadır.

BÖLÜM 2 YÖNTEM

2.1.ARAŞTIRMA MODELİ

Araştırmada nicel araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Veriler tek bir zaman içinde toplandığından çalışma kesitseldir. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha çok değişkenin arasındaki ilişkinin incelenmesini araştıran bir yöntemdir. Değişkenlerin beraber değişiklik gösterip göstermediğine ve değişimin nasıl gerçekleştiğine bakılır.

2.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Tez çalışması kapsamında 172 erkek (%35.759) ve 309 kadın (%64.241) olmak üzere toplamda 481 katılımcıya ulaşılmıştır.

Çalışmanın evreni İstanbul ilinde yaşayan 18-35 yaş arası evli veya en az 6 aydır romantik ilişkisi olan genç yetişkin bireylerden oluşur. İlişki süresi ve demografik özellikler nedeniyle heterojen bir evrendir.

Araştırmanın hedef örneklem büyüklüğünün hesaplanması için Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004) tarafından hazırlanan örneklem büyüklüğü formülü kullanılmıştır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2023 verilerine göre, İstanbul genelinde evli veya en az 6 aydır romantik bir ilişkisi olan 18-35 yaş aralığındaki bireylerin tahmini sayısı yaklaşık 1.200.000 kişi olarak belirlenmiştir.

Evrenin heterojen özellikleri olduğu düşünülerek %95 güven aralığı ve ± 5 örnekleme hatası ile hesaplama yapılmıştır. Standart sapma (s) değeri 0,5, sapma miktarı (d) ise 0,5 olarak kabul edilmiştir. Bu formülle hesaplanan sonuca göre, en az 384 katılımcıya ulaşılması yeterli olacağı düşünülmüştür. Bu sayı, araştırmanın hedefini yeterli doğruluk derecesinde yansıtabilecek en az katılımcı sayısını ifade ediyor.

2.3.VERİLERİN TOPLANMASI

Çalışmada toplanacak veriler, katılımcılardan elektronik ortamda bulunan “Google Formlar” aracılığıyla anket yöntemiyle elde edilmiştir. Araştırmada kullanılacak ölçekler arasında Sosyo-Demografik Bilgi Formu,İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS), Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve Genel Sosyotelizm Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği yer almaktadır.

2.4.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

2.4.1.Genel Sosyotelizm Olma (GSO) ve Genel Sosyotelizme Maruz Kalma (GSMK)

"General Phubbing Scale" ölçeğiden uyarlanmıştır. Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) tarafından geliştirilen ölçek, Derya Orhan Göksün tarafından 2019’da Türkçe’ye uyarlanmıştır. GSO ölçeği, bireyin diğer insanları görmezden gelerek telefon kullanmasını ölçmektedir. GSMK ölçeği ise bireyin başkası tarafından telefona dikkat verip görmezden gelinmesidir.

22 madde ve üç faktörden oluşan GSMK ölçeği 7’li Likert tipinde yanıtlanmaktadır. (1=Hiç Katılmıyorum, 7=Tamamen Katılıyorum)

GSO Ölçeğinden örnek bir madde; “Sosyal ortamlarda sık sık telefonuma bakarım.”

GSMK Ölçeğinden örnek bir madde; “Arkadaşlarımla birlikteyken onların telefonlarına bakmaları beni dışlanmış hissettirir.”

Sosyotelizm ölçeği teknolojik cihaz kullanan bireylerin bireysel ve toplumsal durumlarına bakılmak amacıyla iki alt boyutta hazırlanmıştır. İlk alt ölçek telefonla aşırı ilgilenen bireyleri ölçen GSO, diğeri ise bu bireylerle bir arada paylaşım yaparken etkilenen bireyleri inceleyen GSMK Ölçeğidir.

GSO ölçeği nomofobi (1-4.maddeler), kişisel çatışma (5-8.maddeler), kendini yalnızlaştırma (9-12.maddeler) ve problem farkındalığı (13-15.maddeler) olmak üzere dört faktörden ve 15 maddeden oluşmaktadır.

Bu iki alt boyut birlikte değerlendirildiğinde, sosyotelist davranışların ilişkisel doyum ve yakınlık üzerinde nasıl bir baskı unsuru oluşturduğuna dair önemli ipuçları sunmaktadır. GSMK ölçeği algılanan normlar (1-9.maddeler), ihmal edilmişlik hissi (10-17.maddeler) ve kişilerarası çatışma (18-22.maddeler) olmak üzere üç faktör 22 maddeden oluşmaktadır.

2.4.2 İlişki Değerlendirme Ölçeği (RAS)

7 madde tek faktörden oluşan ölçek Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe uyanması Curun (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısının ,86 düzeyinde hesaplanmış olmasıyla maddelere verilen yüksek puanlar ilişki doyumunun arttığını gösterir. Varyansın yüzde 52'sini açıklayan yapı tek faktörden oluşmaktadır.

Alınan yüksek puanlarla ilişki doyumunun yüksek olduğunu gösteren 5'li Likert tipi (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum) değerlendirme ölçeğidir. Ölçekte yer alan örnek bir madde şöyledir: "İlişkimde aradığım her şeyi buluyorum."

İlişki Memnuniyeti Ölçeğinin amacı romantik ilişkilerde kişinin genel doyum düzeyini ölçmek. Partnerler geçirilen zaman, karşılıklı beklentilerin karşılanması düzeyi, ilişkisel tatmin ve genel mutluluk gibi bileşenler içeren ölçek tek faktörlüdür. Bu ölçek sayesinde katılımcıların mevcut ilişkilerinden ne ölçüde tatmin oldukları değerlendirilmiştir. Katılımcının ilişkide duygusal bir destek görüp görmediği ya da ilişkisine dair inancı da bu ölçekle öğrenilmiştir.

2.4.3. Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ)

Hülya Ercan tarafından geliştirilen Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, bireylerin romantik ilişkilerdeki yakınlık düzeylerini ölçmektedir. Ölçek 18-34 yaş 423 katılımcının olduğu çalışmayla oluşturulmuştur. Dört faktörden oluşan ölçeğin Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek de .88 alt boyutlarda .79-.83 arasındadır. Test tekrar test .89 olarak bulunmuştur.

Biri ters puanlanan 17 maddeden oluşan ölçeğin 4 alt ölçeği; Kendini Açma, Fiziksel Çekim, Destek, Güven.

Dörtlü Likert tipindedir. Örnek bir madde verilirse: "Partnerime duygularımı açıkça ifade ederim."

Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. Duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık ve davranışsal yakınlık. Duygusal yakınlık alt boyutu, bireyin romantik ilişkide partneriyle kurduğu duygu temelli bağı, samimiyeti ifade eder. Davranışsal yakınlık bireyin partneriyle geçirdiği zamanın özelliği, beraber yapılan paylaşımların, etkinliklerin sıklığını ifade eder. Bilişsel yakınlık ise partnerin inanç, düşünce biçimi, iç dünyasını anlamayı ifade etmektedir.

Üç boyut bir arada değerlendirildiğinde bireyin iç ve dış dünyası bütün halinde anlaşılmaya çalışılır.

2.5. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Araştırmaya katılımcıların demografik özellikleri incelenerek başlanmış; bu doğrultuda yaş, cinsiyet, eğitim durumu, ilişki durumu ile süresi, sosyal medyada geçirilen süre, psikolojik tedavi alıp almama ve psikolojik tedavi alanların tedavi türü incelenmiştir.

Betimleyici değişkenlerin incelenmesinden sonra genel sosyotelizm olma, genel sosyotelizme maruz kalma, ilişki değerlendirme ve romantik ilişkilerde yakınlık ölçekleri için hem boyut düzeyinde hem de genel toplam düzeyinde puan dağılımları incelenmiştir. Puan dağılımları incelenirken basıklık ve çarpıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında olması koşulu (Kim, 2013; Mishra vd., 2019) temele alınmıştır. Arkasından tüm alt boyut ve ölçek genel puanları için korelasyon analizleri yürütülmüştür. Hem sosyotelizme maruz kalma hem de sosyotelize olma boyutlarının; ilişki memnuniyeti (ilişki değerlendirme ölçeği) ve romantik yakınlık (ilişkilerde yakınlık ölçeği) düzeyini ne şekilde yordadığını görmek amacıyla regresyon analizleri yürütülmüştür. Son olarak ilişki memnuniyetinin romantik yakınlığını sosyotelizme maruz kalma ve sosyotelize olma aracılığıyla yordadığı aracılık modeli incelenmiştir. Farklı programlara eklenen paketlerin ya da aynı anda farklı analizler için farklı programlar kullanmanın yazılımsal sebeplerle hata varyansını etkilediği bilindiğinden (Dembe vd., 2011; Piccolo ve Frampton, 2016), kendi içerisinde aracılık modellerinin yapılmasına doğrudan olanak sağlaması nedeniyle tüm analizler R tabanlı JASP 0.19.3 (JASP Team, 2024) paket yazılım programı ile yürütülmüştür.

BÖLÜM 3 BULGULAR

3.1.BETİMLEYİCİ İSTATİSTİKLER

Katılımcıların sosyodemografik değişkenleri ve ölçek puanlarının betimleyici istatistikleri; Tablo 1 ve Tablo 2’ de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine ait Betimsel İstatistikler

<i>Cinsiyet</i>	N	%
Erkek	172	35.759
Kadın	309	64.241
<i>Eğitim</i>		
İlk/Ortaokul	15	3.108
Lise	135	28.067
Lisans	279	58.004
Lisansüstü	52	10.811
<i>İlişki Durumu</i>		
Hiç İlişkisi Olmayan	11	2.287
Daha Önce Varken Şimdi Olmayan	43	8.940
Flört/Sevgili	197	38.877
Sözlü/Nişanlı	36	7.484
Evli	204	42.412
<i>İlişki Süresi</i>		
6 Aydan Az	25	5.198
6 Ay -1 Yıl	142	29.522
1 -2 Yıl	71	14.761
2- 5 Yıl	64	13.306
5 Yıldan Fazla	141	29.314
Belirtmek İstemeyen	38	7.900

Demografik özelliklere ait betimsel istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur. Tez çalışması kapsamında 172 erkek (%35.759) ve 309 kadın (%64.241) olmak üzere toplamda 481 katılımcıya ulaşılmıştır. Bu katılımcıların yaş ortalaması 27.744 ($S = 5.365$) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların eğitim seviyesi incelendiğinde çoğunluğun lisans düzeyinde olduğu ($n = 279$, %58.004) tespit edilmiş olup bunu sırasıyla %28.067 ($n = 135$) ile lise, %10.811 ($n = 52$) ile yüksek lisans/doktora ve son olarak %3.108 ($n = 15$) ile ilk/ortaokul düzeyi eğitim alanlar takip etmektedir. Katılımcıların ilişki durumları incelendiğinde 204 katılımcının (%42.412) evli olduğu, 187 katılımcının (%38.877) flörtü ya da sevgilisi olduğu, 43 katılımcının (%8.940) daha önce ilişkisi varken şimdi olmadığı, 36 katılımcının (%7.484) sözlü/nişanlı olduğu tespit edilirken 11 katılımcının (%2.287) ise şimdiye kadar hiç ilişki yaşamadığı görülmüştür. İlişki süresi incelendiğinde örneklemin çoğunluğunun ya 5 yıldan fazla ($n = 141$, %29.314) ya da 6 ay ile 1 yıl arası süredir ($n = 142$, %29.522) ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Tablo 2. Sosyal Medya Kullanım Durumları

<i>Sosyal Medya</i>	N	%
Instagram	446	92.723
YouTube	252	52.391
Twitter	199	41.372
Tiktok	116	24.116
Facebook	97	20.166
Whatsapp	3	0.624
Snapchat	2	0.416
Linkedin	1	0.208
Capcut	1	0.208
Kullanmayan	1	0.208
<i>Sosyal Medyada Geçirilen Süre</i>		
0-2 Saat	108	22.453
2-4 Saat	137	28.482
4-6 Saat	134	27.859
6-8 Saat	92	19.127
8-10 Saat	10	2.079

Katılımcıların kullandığı sosyal medya platformları incelendiğinde en çok kullanılan ilk 3 platformun sırasıyla Instagram ($n = 446$, %92.723), YouTube ($n = 252$, %52.391) ve X/Twitter ($n = 199$, %41.372) olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan hiçbir platformu kullanmayan yalnızca 1 katılımcı (%0.208) varken en az iki platform kullanan katılımcıların sayısı ise 378 (%78.586) olarak belirlenmiştir. Sosyal medyada geçirilen süreye bakıldığında ise 0-2 saat arasında kullananların örneklemin %22.453'ünü ($n = 108$), 2-4 saat kullananların %28.482'sini ($n = 137$), 4-6 saat kullananların %27.859'unu ($n = 134$), 6-8 saat kullananların %19.127'sini ($n = 92$) ve son olarak 8-10 saat kullananların %2.079'unu ($n = 10$) oluşturduğu görülmüştür.

Tablo 3. Psikiyatrik/Psikolojik Tedavi Durumu

<i>Tedavi Alma Durumu</i>	N	%
Tedavi Var	89	18.503
Tedavi Yok	392	81.497
Tedavi Türü		
Psikoterapi	40	8.316
İlaç	27	6.029
Psikoterapi ve İlaç	29	5.613
Belirtmeyen/Kayıp Veri	385	80.042

Son olarak katılımcıların psikiyatrik/psikolojik durumları ele alınmıştır. Buna göre 392 katılımcının (%81.497) hiç psikiyatrik/psikolojik tedavi almadığı ve 89 katılımcının (%18.503) ise tedavi geçmişinin olduğu saptanmıştır. Tedavi türleri incelendiğinde ise yalnızca psikoterapi alanların örneklemin %8.36'sını ($n = 40$), yalnızca ilaç alanların %5.613'ünü ($n = 27$), her iki tedaviyi de alanların ise %6.029'unu ($n = 29$) oluşturduğu görülmüştür.

Tablo 4. Araştırma Değişkenlerine Ait Betimsel İstatistikler

	Ortalama	S	Çarpıklık	Basıklık	Minimum	Maksimum
Nomofobi	16.983	5.379	0.120	-0.332	4.000	28.000
Kişiler Arası Çatışma (GSO)	10.936	6.012	0.568	-0.527	4.000	28.000
Kendini Yalnızlaştırma	11.672	5.780	0.383	-0.410	4.000	28.000
Problem Farkındalığı	9.838	4.021	0.112	-0.350	3.000	21.000
GSO Toplam Puanı	49.428	17.108	0.382	-0.034	15.000	105.000
Algılanan Normlar	37.757	11.443	-0.280	-0.052	9.000	63.000
İhmal Edilmişlik Hissi	25.794	11.562	0.192	-0.544	8.000	56.000
Kişilerarası Çatışma (GSMK)	15.821	7.245	0.148	-0.730	5.000	35.000
GSMK Toplam Puanı	79.372	25.250	-0.056	0.009	22.000	154.000
İlişki Memnuniyeti	31.561	6.703	-0.824	1.754	7.000	49.000
Kendini Açma	15.717	3.935	-0.767	-0.106	5.000	20.000
Fiziksel Çekim	13.599	2.808	-1.236	1.375	4.000	16.000
Destek	13.717	2.709	-1.200	1.188	4.000	16.000
Güven	11.559	2.203	-0.764	1.208	4.000	16.000
Romantik İlişkilerde Yakınlık	54.593	10.661	-1.009	0.847	17.000	68.000

S: Standart Sapma, GSO: Genel Sosyotelize Olma, GSMK, Genel Sosyotelizme Maruz Kalma

Tüm değişkenlere ait değerler -değişkenlere ait betimsel istatistikler- Tablo 4'te gösterilmiştir. Modellerde kullanılacak değişkenlerin analize uygunluğunun tespit edilmesi amacıyla değişkenlerin dağılımları incelenmiştir. Buna göre tüm değişkenlerin normal dağılım varsayımını karşıladığı saptanmıştır. En çarpık ve basıklık değeri en kötü olan değişkenin -1.236 çarpıklık katsayısına ve 1.375 basıklık katsayısına sahip romantik ilişkilerde yakınlık değişkenine ait fiziksel çekim olduğu saptanmıştır.

3.2.KORELASYON VE REGRESYON BULGULARI

3.2.1.Değişkenler Arası İlişkilerin İncelenmesi

Değişkenler arası korelasyonların incelenmesi sonucunda genel sosyotelizme olma boyutlarından nomofobinin kendini açma ($r = -.114$, $p = .012$), destek ($r = -.117$, $p = .011$), güven ($r = -.104$, $p = .023$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.091$, $p = .045$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilerarası çatışmanın ilişki memnuniyeti ($r = -.297$, $p < .001$), kendini açma ($r = -.356$, $p < .001$), fiziksel

çekim ($r = -.368, p < .001$), destek ($r = -.505, p < .001$), güven ($r = -.274, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.413, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kendini yalnızlaştırmanın ilişki memnuniyeti ($r = -.342, p < .001$), kendini açma ($r = -.389, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.389, p < .001$), destek ($r = -.467, p < .001$), güven ($r = -.339, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.435, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Problem farkındalığının ilişki memnuniyeti ($r = -.243, p < .001$), kendini açma ($r = -.300, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.245, p < .001$), destek ($r = -.333, p < .001$), güven ($r = -.209, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.303, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Genel sosyotelize olma toplam puanı ise ilişki memnuniyeti ($r = -.292, p < .001$), kendini açma ($r = -.363, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.316, p < .001$), destek ($r = -.450, p < .001$), güven ($r = -.292, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.392, p = .001$) ile negatif yönde ilişkilidir.

Daha sonra genel sosyotelizme maruz kalma ile ilişki memnuniyeti ve romantik ilişkilerde yakınlık boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Algılanan normların yalnızca kendini açma ($r = -.135, p = .003$) ve destek ($r = -.108, p = .017$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. İhmal edilmişlik hissinin ilişki memnuniyeti ($r = -.304, p < .001$), kendini açma ($r = -.384, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.323, p < .001$), destek ($r = -.383, p < .001$), güven ($r = -.324, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.391, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Kişilerarası çatışmanın ilişki memnuniyeti ($r = -.220, p < .001$), kendini açma ($r = -.324, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.282, p < .001$), destek ($r = -.328, p < .001$), güven ($r = -.301, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.340, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Genel sosyotelizme maruz kalma toplam puanı ise ilişki memnuniyeti ($r = -.208, p < .001$), kendini açma ($r = -.330, p < .001$), fiziksel çekim ($r = -.218, p < .001$), destek ($r = -.277, p < .001$), güven ($r = -.284, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = -.308, p = .001$) ile negatif yönde ilişkilidir.

Son olarak ilişki memnuniyeti ile romantik ilişkilerde yakınlık boyutlarının korelasyonları incelenmiştir. Tek boyutlu bir değişken olan ilişki memnuniyetinin, kendini açma ($r = .631, p < .001$), fiziksel çekim ($r = .658, p < .001$), destek ($r = .620, p < .001$), güven ($r = .579, p < .001$) ve romantik ilişkilerde yakınlık toplam puanı ($r = .683, p = .001$) ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Nomofobi	-														
2. Kişilerarası Çatışma (GSO)	.338**	-													
3. Kendini Yalnızlaştırma	.334**	.773**	-												
4. Problem Farkındalığı	.451**	.650**	.660**	-											
5. Genel Sosyotelize Olma	.652**	.872**	.870**	.828**	-										
6. Algılanan Normlar	.346**	.160**	.221**	.333**	.318**	-									
7. İhmal Edilmişlik Hissi	.204**	.546**	.568**	.466**	.558**	.476**	-								
8. Kişilerarası Çatışma (GSMK)	.122**	.449**	.432**	.432**	.444**	.425**	.740**	-							
9. Genel Sosyotelizme Maruz Kalma	.285**	.452**	.485**	.488**	.527**	.793**	.886**	.818**	-						
10. İlişki Memnuniyeti	.046	.297**	.342**	.243**	.292**	.012	.304**	.220**	.208**	-					
11. Kendini Açma	.114*	.356**	.389**	.300**	.363**	.135**	.384**	.324**	.330**	.631**	-				
12. Fiziksel Çekim	.007	.368**	.389**	.245**	.316**	.026	.323**	.282**	.218**	.658**	.790**	-			
13. Destek	.117*	.505**	.467**	.333**	.450**	.016	.383**	.328**	.277**	.620**	.783**	.808**	-		
14. Güven	.104*	.274**	.339**	.209**	.292**	.108*	.324**	.301**	.284**	.579**	.806**	.725**	.731**	-	
15. Romantik İlişkilerde Yakınlık	.091*	.413**	.435**	.303**	.392**	.070	.391**	.340**	.308**	.683**	.943**	.910**	.907**	.881**	-

*p < .05, **p < .01 ***p < .001; GSO: Genel Sosyotelize Olma, GSMK: Genel Sosyotelizme Maruz Kalma

3.2.2. Romantik İlişkilerde Yakınlık ve İlişki Memnuniyetinin Sosyotelizm Türleri Tarafından Yordandığı Çoklu Doğrusal Regresyon Bulguları

İlk olarak romantik ilişkilerde yakınlık değişkeni incelenmiştir. Analize geçmeden önce yapılan çoklu doğrusal bağlantı ($VIF_{maks} = 2.976$, $VIF_{min} = 1.409$, $Tolerans_{maks} = .710$, $Tolerans_{min} = .336$) ve hataların ilişkisizliği ($Otokorelasyon = .057$, $DW = 1.882$, $p = .183$) varsayımların karşılandığı tespit edilmiştir. Toplam varyansın %24.5'inin açıklandığı modelin anlamlı olduğu görülmüş ($R^2 = .245$, $F[7, 480] = 21.962$, $p < .001$) ve regresyon katsayıları incelenmeye başlanmıştır. Buna göre genel sosyotelize olma ölçeğine ait kendini yalnızlaştırma boyutunun romantik ilişkilerde yakınlığı negatif yönde yordadığı ($B = -.436$, $\beta = -.236$, $SH = .127$, $t = -3.427$, $p < .001$) görülürken, bu ölçeğe ait diğer boyutların anlamlı etkisinin olmadığı ($p > .05$) saptanmıştır. Genel sosyotelizme maruz kalmaya ait boyutlar incelendiğinde ise algılanan normların ($B = .112$, $\beta = .120$, $SH = .047$, $t = 2.394$, $p = .017$) pozitif ve ihmal edilmişlik hissini ($B = -.163$, $\beta = -.177$, $SH = .063$, $t = -2.578$, $p = .010$) negatif yönde yordadığı görülürken problem farkındalığının ($p = .939$) ve kişilerarası çatışmanın ($p = .070$) ise etkisi bulunamamıştır,

Tablo 6. Romantik İlişkilerde Yakınlığın Genel Sosyotelize Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Tarafından Yordandığı Regresyon Katsayıları

	B	SH	β	t	P
Sabit	63.284	1.785	-	35.461	<.001
Nomofobi	.066	.094	.033	.703	.482
Kişilerarası Çatışma (GSO)	-.208	.122	-.117	-1.708	.088
Kendini Yalnızlaştırma	-.436	.127	-.236	-3.427	< .001
Problem Farkındalığı	.012	.159	.005	.076	.939
Algılanan Normlar	.112	.047	.120	2.394	.017
İhmal Edilmişlik Hissi	-.163	.063	-.177	-2.578	.010
Kişilerarası Çatışma (GSMK)	-.164	.090	-.111	-1.814	.070

SH: Standart Hata, GSO: Genel Sosyotelize Olma, GSMK: Genel Sosyotelizme Maruz Kalma

Daha sonra ilişki memnuniyeti değişkeni incelenmiştir. Analize geçmeden önce yapılan çoklu doğrusal bağlantı ($VIF_{maks} = 2.976$, $VIF_{min} = 1.409$, $Tolerans_{maks} = .710$, $Tolerans_{min} = .336$) ve hataların ilişkisizliği ($Otokorelasyon = .064$, $DW = 1.852$, $p = .096$) varsayımların karşılandığı tespit edilmiştir. Toplam varyansın %15.7'sinin

açıklandığı modelin anlamlı olduğu görülmüş ($R^2 = .157$, $F[7, 480] = 12.579$, $p < .001$) ve regresyon katsayıları incelenmeye başlanmıştır. Genel sosyotelize olma ölçeğine ait kendini yalnızlaştırma boyutunun romantik ilişkilerde yakınlığı negatif yönde yordadığı ($B = -.251$, $\beta = -.217$, $SH = .084$, $t = -2.974$, $p < .001$) görülürken, bu ölçeğe ait diğer boyutların anlamlı etkisinin olmadığı ($p > .05$) saptanmıştır. Genel sosyotelizme maruz kalmaya ait boyutlar incelendiğinde ise yine algılanan normların ($B = .087$, $\beta = .149$, $SH = .031$, $t = 2.814$, $p = .005$) pozitif ve ihmal edilmişlik hissinin ($B = -.138$, $\beta = -.237$, $SH = .042$, $t = -3.275$, $p = .001$) negatif yönde yordadığı görülürken problem farkındalığının ($p = .315$) ve kişilerarası çatışmanın ($p = .894$) ise etkisi bulunamamıştır,

Tablo 7. İlişki Memnuniyetinin Genel Sosyotelize Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Tarafından Yordandığı Regresyon Katsayıları

	B	SH	β	t	P
Sabit	34.601	1.186	-	29.179	<.001
Nomofobi	-.066	.062	.053	1.051	.294
Kişilerarası Çatışma (GSO)	-.005	.081	-.004	-.056	.956
Kendini Yalnızlaştırma	-.251	.084	-.217	-2.974	.003
Problem Farkındalığı	-.107	.106	-.064	-1.006	.315
Algılanan Normlar	.087	.031	.149	2.814	.005
İhmal Edilmişlik Hissi	-.138	.042	-.237	-3.275	.001
Kişilerarası Çatışma (GSMK)	.008	.060	.009	.134	.894

SH: Standart Hata, GSO: Genel Sosyotelize Olma, GSMK: Genel Sosyotelizme Maruz Kalma

3.3.ARACILIK MODELİNE AİT BULGULAR

Son olarak ilişki memnuniyet ile romantik ilişkilerde yakınlık ilişkisinde genel sosyotelize olma ve genel sosyotelizme maruz kalmanın aracı rolü incelenmiştir. Aracılığın tam mı kısmi mi olduğunu görmek amacıyla yapılan öncül regresyonun (Baron ve Kenny, 1986) anlamlı olduğu ($R^2 = .467$, $F[1, 480] = 419.085$, $p < .001$) ve ilişki memnuniyetinin romantik ilişkilerde yakınlığı ($B = 1.087$, $\beta = .683$, $SH = .053$, $t = 20.472$, $p < .001$) pozitif yönde yordadığı saptanmıştır.

Daha sonra 5000 bootstrap yöntemi kullanılarak aracılık modeli incelenmiştir. Buna göre ilişki memnuniyetinin genel sosyotelize olma yakınlığı ($B = -.744$, $\beta = -.292$, $SH = .111$, $z = -6.684$, $p < .001$, $\%95GA = -1.048/-474$), genel sosyotelizme maruz kalma yakınlığı ($B = -.783$, $\beta = -.208$, $SH = .168$, $z = -4.659$, $p < .001$, $\%95GA = -1.286/-342$) ve romantik ilişkilerde yakınlığı yakınlığı ($B = .980$, $\beta = .616$, $SH = .053$, $z = 18.493$, $p < .001$, $\%95GA = .777/1.151$) anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır. Ayrıca genel sosyotelize olma ($B = -.101$, $\beta = -.163$, $SH = .024$, $z = -4.243$, $p < .001$, $\%95GA = -.149/-.047$) ve genel sosyotelizme maruz kalma ($B = -.040$, $\beta = .094$, $SH = .014$, $z = -2.517$, $p = .012$, $\%95GA = -.076/-.004$) da romantik ilişkilerde yakınlığı yordamaktadır. Dolaylı etkiler incelendiğinde ilişki memnuniyetinin romantik ilişkilerde yakınlığı hem genel sosyotelize olma hem de genel sosyotelizme maruz kalma üzerinden pozitif yönde yordadığı saptanmıştır. İlişki memnuniyetinin romantik ilişkilerde yakınlığı toplam olarak da anlamlı şekilde yordadığı gözlenmiştir. Modele ait katsayılar Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8. Aracılık Modeline Ait Katsayılar

<i>Doğrudan Etki</i>	B	SH	β	z	P	%95GA	R ²	F
İM → GSO	-.744	.111	-.292	-6.684	<.001	-1.048/-474	.085	44.484***
İM → GSMK	-.783	.168	-.208	-4.659	<.001	-1.286/-342	.043	21.615***
İM → RİY	.980	.053	.616	18.493	<.001	.777/1.151		
GSO → RİY	-.101	.024	-.163	-4.243	<.001	-.149/-.047	.514	167.959***
GSMK → RİY	-.040	.016	-.094	-2.517	.012	-.076/-.004		
<i>Dolaylı Etki</i>								
İM → GSO → RİY	.075	.021	.047	3.582	<.001	.028/.141		
İM → GSMK → RİY	.031	.014	.020	2.215	.027	.002/.077		
<i>Toplam Etki</i>								
İM → RİY	.107	.022	.067	4.780	<.001	.052/.185		

*** $p < .001$, SH: Standart Hata, GA: Güven Aralığı

İM: İlişki Memnuniyeti, GSO: Genel Sosyotelize Olma, GSMK: Genel Sosyotelizme Maruz Kalma, RİY: Romantik İlişkilerde Yakınlık

Modelde genel sosyotelize olma varyansının %8.5’i, genel sosyotelizme maruz kalma varyansının %4.3’ü ve romantik ilişkilerde yakınlık varyansının ise %51.4’ü anlamlı şekilde açıklanmıştır. Modele ait yol diyagramı Şekil 1’de gösterilmiştir.

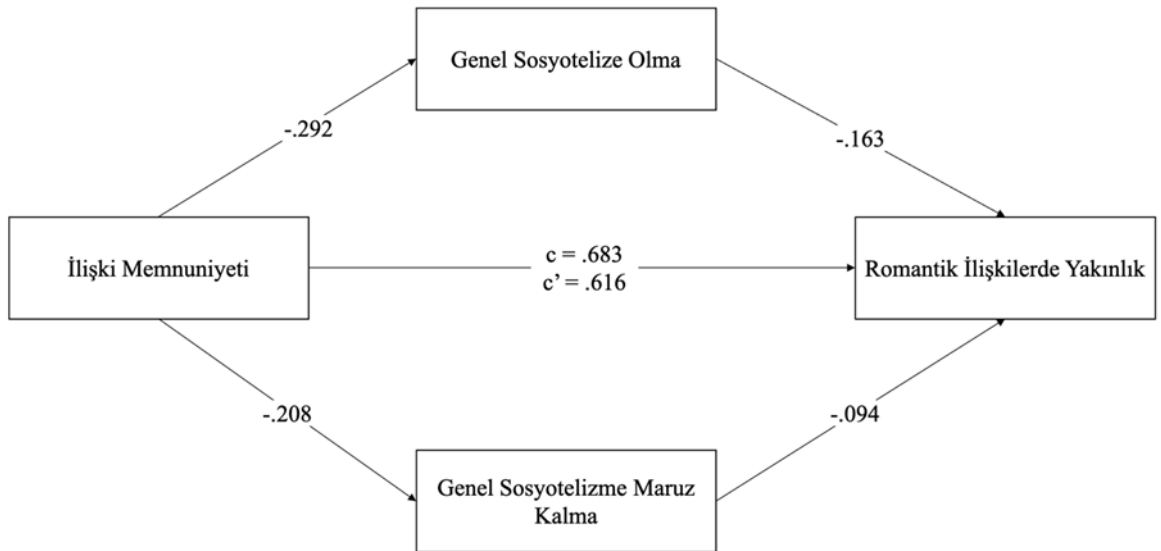
Aracıların varlığında ilişki memnuniyetinin romantik ilişkilerde yakınlık üzerindeki doğrudan etkisini anlamlı olmaya devam etmemesi gerekçesiyle aracılığın kısmî olduğu görülmüştür.

Tablo 9. Genel Sosyotelize Olma ve Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Değişkenlerinin İlişki Memnuniyetinin Romantik İlişkilerde Yakınlık Üzerindeki Etkisinde Azaltıcı Rolü

	Toplam Etki (c)	Doğrudan Etki (c')	Dolaylı Etki	Azalma Miktarı	Açıklama
İM → RİY	.683	.616	.067	.607	Kısmî Aracılık

İM: İlişki Memnuniyeti, RİY: Romantik İlişkilerde Yakınlık

Yukarıdaki Tablo 9 incelendiğinde genel sosyotelize olma ve genel sosyotelizme uğramanın paralel araçlar olduğu modelde doğrudan etkiyi ne derecede azalttığı gösterilmiştir. Aracıların varlığında doğrudan etki .616'ya düşmekte ve dolaylı etki de .067 olarak hesaplanmaktadır. Aracıların varlığında ilişki memnuniyetinin romantik ilişkilerde yakınlık üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olmaya devam etmesi gerekçesiyle aracılığın kısmî olduğu görülmüştür. Modele ait yol diyagramı Şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 2. Aracılık Modeline Ait Standart Regresyon Katsayıları

Modelde c toplam etkiyi, c'doğrudan etkiyi, a ve b yolları ise dolaylı etkiyi temsil etmektedir. Aracılar eklendikten sonra toplam etkide B=.683'ten B=616'ya düşüş gözlemlenmiş bu da kısmi aracılığın varlığını göstermektedir. Tüm yol kat sayıları anlamlıdır($p<.05$).



BÖLÜM 4 TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1.TARTIŞMA

Sonuçlar katılımcıların sosyotelizm, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık puanlarında eğitim düzeyine göre istatistikler olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgular çeşitli araştırmalarla paralellik göstermekle birlikte literatürde farklı sonuçlar gözlemlenmektedir. Marschall ve arkadaşlarının (2013), çalışmasında eğitim düzeyi daha yüksek olan katılımcıların romantik ilişkilerdeki duygusal ifade becerileri konusunda daha açık ve güven temelli iletişim geliştirdikleri ve bu durumun çevrimiçi iletişimlere daha ölçülü sonuçlara neden olduğu bulgulanmıştır. Fox ve Anderegg (2014)'de üniversiteden mezun olmuş bireylerin sosyal medya kullanımlarında partnerlerine yönelik içerik paylaşımları konusunda daha düşük eğitim düzeyindekilere oranla daha temkinli oldukları ve genel anlamda ilişki memnuniyetini korumaya yönelik davranışları daha sık sergilediklerini ileri sürmüşlerdir. Farklı sonuçları destekleyecek şekilde Muise ve arkadaşları (2009), bireylerin sosyal medyadan kaynaklanan kıskançlık ve ilişkisel stres yaşantılarının eğitim düzeyinden ziyade ilişki süresi ve bireysel güvensizlik gibi kişiliksel farklılıklara dayalı değişkenlerle ilişkili olduğunu gözlemlemişlerdir. Yine Utz ve Beukeboom (2011), Facebook kullanımı ile ilişkisel tatmin arasında anlamlı bir bağlantı kurarken, bu bağlantının eğitim düzeyine göre değişiklik göstermediğini belirtmektedirler. Bu çelişkili sonuçlar, eğitim düzeyinin dijital ilişkilerde belirleyici bir rol oynamadığı ya da bu etkinin başka aracı değişkenlerle (örneğin yaş, ilişki süresi, dijital okuryazarlık) şekillendiği varsayımını desteklemektedir.

Araştırmaya dair bulguların literatürle büyük oranda örtüşmesi, sosyotelizmin ilişki dinamikleri üzerindeki evrensel etkilerine işaret etse de bazı özgün noktaların altını çizmekte yarar vardır.

Bu çalışma Türk kültürü bağlamında gerçekleştirilmiş olup, katılımcıların büyük kısmını genç yetişkin romantik partnerler oluşturmaktadır. Katılımcıların bu şekilde

dağılması çalışmanın Türk örneklemindeki önceki araştırmalarla karşılaştırılmasını önemli kılmaktadır. Türkiye örnekleminde yapılmış çalışmalar partner sosyotelizminin ilişki doyumunu düşürdüğünü ve çift iletişimini olumsuz yönde etkilediğini sıklıkla raporlamaktadır (Çizmeci, 2017; Demircioğlu ve Koç, 2019).

Mevcut çalışma bu değişkenlere ek olarak romantik yakınlık boyutunun etkisini de ayrıca inceleyerek sosyotelizmin daha derin duygusal yapılar ile ilişkisini ele almakta ve bu yönüyle literatüre yeni bir katkı sunmaktadır. Romantik partnerlerin birbirine zaman ayırmasının ve yüz yüze iletişimin Türkiye gibi kolektif kültürlerde ilişki dinamiği için önemli olduğu ele alınırsa, Batı kültürlerine kıyasla, Türk toplumunda birlikte geçirilen zaman ve bölünmemiş ilgi, sevginin ve saygının göstergesi sayılabilir. Dolayısıyla, partnerin yanında sürekli şekilde telefonla ilgilenmenin, Türk çiftlerinde daha fazla hayal kırıklığı yaratabileceği düşünülmektedir. Örneğin, Ni ve arkadaşlarının (2025), bulguları Batı örneklemelerinde sosyotelizmin daha çok açık çatışma ve tartışmaya yol açtığını ancak Doğu örneklemelerinde farklı olarak içe dönük memnuniyetsizlik ve evlilik doyumunda düşüş şeklinde kendini gösterdiğini belirtmektedir.

Mevcut çalışmada katılımcıların partnerlerinin telefonlarına olan düşkünlüklerinden yakındıkları ancak bunu partnerlerine doğrudan iletmedikleri ve bunun kendilerini uzaklaştırmış hissetmelerine neden olabileceğine vurgu yapmaktadır. Bireylerin partnerlerinin bu davranışını, Türk kültürü dâhilinde, her zaman açıkça çatışmaya dökemeyerek ve duygularını içedönük şekilde yaşayarak ilişkide olumsuz duygular yaşıyor olabilecekleri düşünülmektedir. Bu durum, sosyotelizmin gizli bir zarar verici olabileceğini düşündürmektedir: Yani, yüksek sesle dile getirilen kavgalara sebep olmasa dahi yavaşça ilişkideki yakınlığı tüketebilir.

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın sınırlılıkları ele alınacaktır. Bulgular literatürle paralellik gösterse de araştırmanın kesitsel bir tasarıma sahip olması nedensellik konusunda tartışmaya açıklık yaratabilir. Sosyotelizm ilişki memnuniyetini düşürüyor gibi görünse de memnuniyetsiz ya da halihazırda yakınlık sorunu yaşayan çiftlerin daha fazla sosyotelist eğilimler gösterme ihtimali de göz önünde bulundurulmalıdır. İlerleyen çalışmaların bu alanda boylamsal tasarımlarla araştırma yapması bu ilişkinin yönünü daha net ortaya koyabilir. Ek olarak çalışma özbildirime dayalı ölçekler kullanılarak yapılmıştır. Katılımcıların partnerlerine yönelik sosyotelist davranışları ve memnuniyetlerini kendilerinin bildirmesi çeşitli yansıtma etkileri ya da

ortak yöntem yanlılıkları doğurabilmektedir. Gelecek çalışmaların çiftlerin iki tarafını da içeren, davranış gözlemlerine yer veren teknikler kullanması önerilmektedir. Ek olarak, romantik yakınlığın yalnızca öznel algısal boyutu değil, fizyolojik semptomlarının da (stres düzeyleri, kalp ritmi senkronizasyonu gibi) inceleyen yenilikçi çalışmalar, sosyotelizmin yakınlık üzerindeki etkisini incelemek literatüre katkı sağlayabilir.

Araştırmada partner sosyotelizmi davranışları, bireylerin ilişkideki memnuniyet düzeylerini anlamlı şekilde düşürmüştür. Analiz sonucu cep telefonu ile sürekli ilgilenerek karşısındakini ihmal etmenin ilişkiden alınan memnuniyet düzeyiyle negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Türkçe literatürde yer alan çalışmalar da bu şekilde sonuçlar ortaya koymaktadır. Karadağ ve arkadaşları (2015), sosyotelizm davranışının önemli sonuçlarını çok fazla akıllı telefon ve sosyal medya kullanımından kaynaklanan sanal bağımlılıklarla ilişkili olduğunu ifade etmektedirler. Bu durum ilişkilerde dikkatin dağılması ve iletişimin bölünmesiyle olduğunu vurgulamaktadırlar. Böylece teknolojik cihazların aşırı bağımlılığında sosyotelist olma ve romantik ilişkilerde memnuniyetin azalması beklenebilir bir durum denilebilir.

Daha önce yapılmış birçok çalışma partner sosyotelizmi ve ilişki memnuniyeti arasında negatif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Partnerini sosyotelize maruz bırakan bireylerin partnerinde ilişki memnuniyeti belirgin düzeyde düşmektedir. Bireyin sosyotelist olması partnerler arasındaki çatışmayı arttırdığını göstermektedir. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler bu durumda daha çok olumsuz tepki verdiklerini belirtmektedirler. Bu değerlendirme sosyotelist davranışa maruz kalan bireylerin, güvenli bağlanan bireylere göre daha çok rahatsızlık duyduklarını ve belirttiklerini göstermektedir.

Uluslararası literatür partner sosyotelizminin ilişki memnuniyetine etkisini pek çok çalışmada düşürdüğünü bulmuştur. Chotpitayasunondh ve Douglas (2018), telefonla meşgul olmak ilişkinin kalitesini düşürdüğünü ifade etmektedir. İlişki memnuniyeti anlaşılan düzeyde azalır. Beukeboom ve Pollman (2021), partnerin sosyotelist olmasının ilişki memnuniyetini düşürerek dışlanmışlık hissinin çıkmasına yol açmaktadır. Partnerine karşı empatinin azalması ve anlaşıldığını hissetmeme duygularıyla ilişkilidir. Bu çalışmanın bulguları, sosyotelize maruz kalan kişinin ilişki memnuniyetini azaltmaktadır. Çünkü kişi daha az yakınlık kurduğunu ve partneri tarafından daha az

anlaşıldığını hissetmektedir. Bu bulgular sosyotelizmin ilişki memnuniyetine düşürmesinin sebeplerini bize gösterir.

Partneri tarafından ihmal edilen bireyler kendini değersiz hisseder bu durum ilişki kalitesini düşürerek bağlanma ihtiyaçlarını karşılanmaz hale getirir. MillerOtt ve Kelly (2015), bir konuşma esnasında telefon kullanmanın anı böldüğü ve karşı tarafta rahatsızlık ve öfke yarattığını belirtmiştir. Bu etki ilişkideki paylaşımları olumsuz şekilde sonuçlandırır. Bu nedenle literatürde, sosyotelizm davranışının partnerler arasında anlaşmazlıkları tetikleyip memnuniyeti azlattığı yönünde yaygın bir kanı bulunmaktadır.

Literatürde ilişki memnuniyeti ile algılanan yakınlık genellikle pozitif yönde ilişkili bulunmaktadır. Bir ilişkiden memnun olan kişiler genellikle daha yakın hissetmektedirler. Bu nedenle sosyotelizmin memnuniyeti azaltırken aynı zamanda romantik yakınlığı da azaltmaktadır. Literatürde araştırmalar sosyotelist davranışların çiftler arasındaki özel iletişimi ve bağlılığı azaltmaktadır (Roberts ve David, 2016; Wang vd., 2017). Bireyler büyük çoğunlukla romantik ilişkilerinde zaman zaman sosyotelize maruz kaldıklarını belirtmektedirler. Ni ve arkadaşlarının (2025), araştırması bu çalışmanın hipotezleri ve bulgularını pek çok açıdan destekleyecek niteliktedir. Sosyotelist partnerlerinden duygusal olarak uzaklaştıklarını ifade ederler. Yüz yüze iletişim ortamını teknolojik bir cihazla paylaşmak yakınlık duygusuna zarar vermektedir (Roberts ve David, 2016). Sosyotelizm bireye partneri tarafından anlaşılmadığını hissettirerek ilişkide güven ve karşılıklı empatinin kurulamadığını ifade eder. Bunlara bağlı olarak romantik yakınlık olumsuz şekilde etkilenir. Çalışmada sosyotelist bireyler başlıca değişken olduğundan yakınlık üzerindeki etki daha anlamlı olmuştur. Bulgular sosyotelize maruz kalan bireylerin partnerleriyle aralarında samimiyet ve duygusal bağın zayıfladığını belirtmektedir.

Çalışmalar, sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti arasındaki negatif ilişkinin genellikle yakınlık ve anlaşılma hissinin azalmasıyla sonuçlandığını göstermektedir. Bu sonuç bu araştırma bulgularına paralellik sağlamasından dolayı son derece önemlidir. Beukeboom ve Pollmann'ın(2021), ilişkide yakınlığı etkileyen daha anlamlı etkinin samimiyet olduğunu, çalışmadaki çatışma aracı etkisinin daha düşük olduğunu belirtmektedir. Bu sonuca göre, sosyotelizmin var olduğu ilişkilerde partnerler her zaman büyük çatışmalar yaşamada bu davranış gizli olarak partnerler arasına girerek

mesafe oluşmasını sağlıyor yorumu yapılabilir. Partnerlerin güvenin, karşılıklı empatinin ve paylaşımlarının azalması, romantik yakınlığı oluşturan bu unsurların zara gördüğünü göstermektedir. Bu konuda yapılan çalışmalar sosyotelizmin karşılıklı tepkiler ve genel duygusal yakınlık üzerinde olumsuz etkilerini ortaya koyar (Ni vd., 2025).

Türkiye’de yapılan araştırmalarda sosyotelizm ile romantik yakınlık değişkenlerinin incelendiği az sayıda çalışma olduğu için araştırmanın bulguları dikkate değer olabilir. Parmaksız (2022), tarafından yapılan araştırmada partner sosyotelizminin romantik ilişkilerdeki etkisi sadece ilişki memnuniyetini azaltması değildir. Destek ve yakınlık hissilerini azalttığı u durumunda çiftlerde ilişki doyumunu zaman içinde azalttığını göstermektedir. Psikolojik sağlık üzerinde de etkilerine dikkat çekmiştir. Zaten yakın ilişkilere dair literatüre baktığımızda yakınlık kavramı, bireyin genel mutluluk ve iyi oluş düzeyinde önemli bir etkidir.

Romantik partnerinden kendisini uzak, duygusal olarak kopuk hissedenen bir bireyin hayattaki önemli bir destekten uzak kaldığını hissettirerek stres gibi olumsuz duygularla başa çıkmasını gerektirebilir. Bu durumda sosyotelizmin yakınlığa etkisi dolaylı şekilde yalnızlık ve depresyon gibi sorunlara neden olabilir. Wang ve arkadaşları (2017), partner sosyotelizminin yakınlığı düşürerek depresif semptomların ortaya çıktığını ortaya koymaktadır. Çalışmaya göre, ilişki memnuniyeti düşük bireyler genel olarak bir boşluk ve mutsuzluk duygusuna kapılırlar (Wang, 2017; Parmaksız, 2022). Yakınlığın azalması bireyin ait olma ihtiyacına zarar verdiğinden iyi oluş negatif yönde etkilenebilir.

Araştırmanın bulguları, sosyotelizmin romantik ilişkilerdeki olumsuz etkilerini güçlü biçimde doğrulamaktadır. Sürekli akıllı telefonu ile ilgilenen partnerin ilişkide memnuniyeti azaltmakta ve partneriyle arasındaki yakınlığa zara vermektedir. Teknoloji çağında yaşamının romantik ilişkilere yaşattığı en büyük sorunlardan biri olarak değerlendirilebilir. Türkçe ve uluslararası literatürde, sosyotelizmin çiftler için yaygın ve endişe verici bir problem haline geldiğini ortaya koymaktadır (Parmaksız,2022). Buna örnek olarak bir çalışmada, partner sosyotelizm davranışının dünya genelinde çiftlerin yaklaşık yarısı tarafından deneyimlendiğini bildirmektedir (Roberts ve David, 2016; Carnelley vd., 2023; Ni vd., 2025). Bu kadar yaygın olması, bu durumun bireysel bir alışkanlıkla kalmadığını toplumsal bir sorun haline geldiğini göstermektedir. Örneğin, Zhan ve arkadaşları (2022), tarafından yapılan bir çalışmada, ilişki memnuniyeti yüksek

olduğu zamanlarda sosyotelizmin düşük olduğu gözlemlenmiş, yani ilişki memnuniyeti ile partnerin sosyotelist davranışı arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Öncü ve Kuşçu (2024)' da partner sosyotelizmi ile ilişki memnuniyeti arasında anlamlı derecede negatif bir ilişki olduğunu belirtmektedirler. Partnerin akıllı cihazıyla geçirdiği süre arttıkça ilişki memnuniyetinin düştüğünü saptamıştır. Bu sonuçlar, bu araştırmadaki bulgularıyla genel olarak paralellik göstererek desteklemesi açısından çok önemlidir. Araştırmada yüksek sosyotelizm puanlarının düşük ilişki memnuniyeti üzerinde ters yönlü sonucu belirlenmiştir. Ancak literatürde bazı çalışmalar, sosyotelizm ile ilişki doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Örneğin, Cizmeci (2017) ve Wang ve arkadaşları (2021), benzer araştırmalarında bu değişkenler arasında anlamlı bir bağ görmediklerini belirtmektedirler. Araştırmada bu çelişkili sonucun olası nedenleri olarak örneklem farklılıkları veya ölçüm araçlarındaki farklar dikkate alınabilir. Örneğin, örneklem farklılığı ya da yaşanan ilişki süresindeki farklılıklar, sosyotelizmin veya sosyotelizme maruz kalmanın etkisini değiştiriyor olabilir. Bununla birlikte istatistiksel analiz çalışmaları, sosyotelizmi genel olarak ilişki memnuniyetini olumsuz yönde etkilediğini destekler niteliktedir. Ahrari ve arkadaşları (2025), tarafından gerçekleştirilen araştırmada, sosyotelizm davranışının ilişki doyumunu ve evlilik memnuniyeti gibi değişkenleri azalttığını göstermektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın bulguları yaygın literatürle paralel olduğu sosyotelizm arttığında ilişki memnuniyetinin azaldığı yönündeki çalışmaları desteklemektedir.

Araştırmanın bulguları, kuramsal açıdan da anlamlı bulunmaktadır. Sosyotelizm olgusunu anlamak için çeşitli kuramsal çerçeveler kullanılabilir. Bağlanma kuramı, sonuçları yorumlamak için ilgili unsurları bulundurmaktadır. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler sosyotelist davranışlara daha duyarlı olması gibi anlamlı sonuçlar vermesine yol açabilir (Roberts ve David, 2016). Bu araştırmanın değişkenleri ve veri toplamada içerik olarak direkt bağlanma teorileri kullanılmamıştır. Fakat çalışmanın ilişkiye yönelik değişkenleri ve ölçekler dikkate alındığında dolaylı yoldan ilgili kavramlarla ilişkilendirilebileceği görülmüştür. Partneri tarafından sosyotelizme maruz bırakılan kaygılı bireyin güvensizlik ve terkedilme korkusu rtarak ilişki mmemnuniyet ve yakınlık olumsuz derecede etkilenebilmektedir. Bu durum partnerin daha talepkar ya da alıngan davranmaya başlamasına sebep olabilir. Partneriyle arasındaki çatışma artarak ilişki açısından olumsuz sonuçlanır (Collins ve Feeney, 2000).

Partnerinin sosyotelist olması kaçınan bağlanan birey için zaten az ihtiyaç duyduğu yakınlık ihtiyacının daha çok azaltılmasında bir neden olabilir. Duygusal olarak içe kapanıp partnerinden uzaklaşabilir. Bahsedilen iki durumda da ilişkinin kalitesinin bozulması sonucu yaşanabilir. Sosyal değişim teorisi de (Homas, 1958) bu durumu açıklar. Bireylerin ilişkide belirli bir alışveriş, ilgi ve sevgi beklentisi olur. Eğer bir taraf devamlı olarak dikkatini akıllı cihazına vererek partnerini görmezden geliyorsa, ilişkide ilgi, onay ve iletişim gibi temel unsurlar azalmıştır. Bu duruma maruz kalan kişi için ilişkiyi sürdürmek zor hale gelir. Aldığı ödüller (ilgi, onay, iletişim gibi) azaldığından memnuniyeti de azalmaya başlar. Bu da ilişkisinden duygusal olarak kötü yönde etkilenmeye başlamasına sebep olabilir. Bu gibi duygusal unsurların romantik yakınlığı birçok yönden içerdiği düşünülürse romantik yakınlık da olumsuz yönde etkilenebilir şeklinde değerlendirebiliriz.

İlişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasında ilişkiye dair literatürde pozitif yönde ilişkili olduklarına dair sonuçlar yer almaktadır. Bireylerin ilişki doyumu, romantik ilişkide samimiyet ve yakınlık düzeyi arttıkça arttığı görülür. Szpakiewicz ve arkadaşları (2023), çiflerle yaptıkları çalışmada, yakınlık düzeylerinin ilişki memnuniyeti üzerinde anlamlı değişikliğe sebep olduğunu belirtmektedir. Martire ve arkadaşları 'nın (2025) çalışması ise bir daha farklı bir sonuç ortaya koymaktadır. Çiftlerin kronik ağrı semptomları olan bir örneklem grubuna bakıldığında yakınlık ve ilişki doyumunun her durumda paralel olmadığını belirtmektedir Yani bazen ilişki doyumu yüksek olsa yakınlık beklenenden düşük olabilir. Genel olarak bakıldığında literatürde romantik ilişkilerle yapılan çalışmalarda yakınlık güven ve destek duygularını artırır. Bu sonuç Laurenceau ve arkadaşlarının (1998) çalışmasında, ilişki memnuniyetinin duygular açıkça paylaşıldığında ve kişilerin anlaşıldığını hissettiği iletişime sahip ilişkilerde arttığı sonucuyla tutarlılık gösterir.

İlişkide yakınlığın ilişki memnuniyetiyle ilişkisi ve sosyotelizmle olan ilişkisi çalışmada anlamlı farklarla ilişkili bulunmuştur. Çalışmadaki bu bulgular mevcut literatürde genellikle uyumludur (Zhan vd., 2022; Öncü ve Kuşçu, 2004; Han vd., 2025; Ahari vd., 2025). Sosyotelizmin ilişkide yakınlığın artmasının memnuniyeti desteklediğini gösteren çalışmalarla uyumludur. Bu sonuca dayanarak yakınlığın artmasının memnuniyeti desteklediğini gösteren çalışmaları destekler (Szpakiewicz ve vd., 2023). Yine de literatürde bazı anlamlı farklılıkların olduğu sonuçlara ulaşmayan

Çalışmaların sonuçlarını dikkate aldığımızda gelecek araştırmaların örneklem ve yöntem farklılıklarını gözden geçirilip daha derin incelenmesi önemlidir.

Araştırmada, sosyotelizm ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki ilişkiler incelendi. Bulgulara göre sosyotelist davranışların partner ilişkilerinde olumsuz sonuçlar yarattığı görülmüştür. Bulgular genel olarak daha önce bu konuda yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir.

Partnerlerin sosyotelist davranışlarından dolayı ilişki memnuniyetinin azaldığı ve yakınlığa zarar verdiğini önceki bulgular desteklemiştir. Bulgular kapsamlı olarak ve çalışmanın olası nedenleriyle tartışılmalıdır. Sonuçlara ana hipotezler doğrultusunda sosyotelizmin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık üzerindeki etkilerini literatürdeki bulgularla karşılaştırarak genel bir değerlendirme olarak alınmıştır.

Romantik ilişkide memnun olan kişiler genellikle partneriyle duygusal olarak daha yakın hissederler. Sosyotelizmin memnuniyeti azaltması aynı zamanda yakınlığı da azaltmasıyla sonuçlanabilir. Araştırmalar sosyotelist davranışların çiftlerin arasındaki özel iletişimi ve duygusal bağlılığı azalttığını belirtmektedir (Roberts ve David, 2016; Wang vd.,2017). Partnerlerin yaklaşık yarısı ilişki içinde bazı zamanlarda sosyotelizme maruz kaldığını bildirmişlerdir. Bu kişiler bu davranışa maruz kalmalarını partnerlerinden uzaklaşmayla etkilendiklerini ifade etmektedirler. Hatta bu çalışma örneğinde, yüz yüze bir iletişim veya paylaşım esnasında ortamda akıllı bir cihazın bulunduğu zamanlarda bile partnerler arasındaki romantik yakınlık duygusunun kötü yönde etkilenebileceği belirtilmiştir (Roberts ve David, 2016).

Masa üzerinde telefon varken sohbet eden çiftlerin gözlemlendiği çiftlerin, ortamda telefon yokken sohbet edenlerden daha düşük güven ve empati kurma sonuçlarının bulunduğu bir deney yapılmıştır. Bu sonuç, sosyotelizm davranışı olmasa da telefonun ortamdaki varlığının büyük bir problem olduğu ve yakınlık hissini azaltabileceği belirtilmektedir. Başka veriler de partneri tarafından sık sosyotelizme maruz kalmanın ilişkide samimiyet ve duygusal bağları zayıflattığını belirtir (Ni vd., 2025).

Bu araştırmada elde edilen sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki negatif ilişkinin bulguları, sosyal izolasyonun romantik ilişkiler üzerindeki olumsuz etkilerini gösteren geçmişte yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Özellikle Cacioppo ve arkadaşları (2015), sosyal izolasyonun bireylerin romantik ilişkilerinde ilişki memnuniyetini düşürdüğünü belirtmişlerdir.

Sosyotelizmin artması, sosyal desteğin azalması ve bireylerin duygusal ihtiyaçlarının karşılanmamasıyla sonuçlanır. Yani sosyal iletişimin yetersiz olması partnerler arasında iletişim kalitesini hem düşürdüğü hem de ilişki doyumunu azalttığı görülmektedir.

Sosyotelizm romantik yakınlıkla olan negatif ilişkisinde sosyal bağların önemli bir değişken olduğunu söylemek mümkün. Sosyal çevreden uzaklaşan bireylerin, romantik ilişkilerine daha hassas ve samimi bağlar kurması zor olmaktadır. Dolayısıyla sosyotelizmin romantik ilişkilerde, kişilerin bireysel sosyal ilişkileriyle doğrudan ilişkili olduğu belirtilmektedir (Hawkey ve Cacippo, 2010).

Reis ve Aron (2008), romantik ilişkilerde duygusal yakınlığın artmasından kaynaklı ilişki doyumunun yükseldiği ortaya koymuştur. Duygusal bağlar güçlendiğinde partnerler arasında sağlıklı iletişimi ve karşılıklı destek de gelişmektedir. Bu bulgu, bağlanma teorisi içerisinde de ayrıca değerlendirilebilir. Bağlanma stilleri bireylerin romantik ilişkilerinde memnuniyet düzeyleri ve yakınlığı etkiler (Bowly, 1988). Güvenli bağlanma stili olan bireylerin memnuniyet ve yakınlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu çalışmalar göstermiştir (Mikulincer ve Shaver, 2016).

Araştırmanın korelasyon ve aracılık bulguları sosyotelizm düzeyinin artmasının romantik yakınlık ve ilişki memnuniyeti arasındaki pozitif ilişkiyi negatif yönde etkilediği görülmüştür. Sosyal çevreden uzaklaşan bireylerin romantik ilişkideki durumlarını olumsuz etkilediği önceki çalışmalarla da paraleldir (Hawkey ve Cacioppo, 2010). Sosyotelizme maruz kalan bireyler, partnerleriyle duygusal bağ kurmada güçlük çekerler. İlişki doyumu ve duygusal yakınlık hissi azalır. Bunun sonucunda ilişkilerde destek ve anlayış azalabilmektedir. Sosyal destek eksikliğinin ilişki memnuniyetine etkisi literatürde sıkça bahsedilmektedir (Cohen ve Wilss, 1985). Dolayısıyla sosyotelizmin romantik ilişki anlamında yarattığı olumsuz etkilerin giderilmesi sosyal etkileşimlerin desteklenmesiyle olabilir.

Romantik yakınlık ve ilişki memnuniyetinin arasındaki pozitif ilişki, ilişki kalitesini arttırmaktadır. Araştırma sonuçları, sosyal çevrenin romantik ilişki kalitesi üzerindeki etkilerine dair literatürde bir çok çalışmanın desteklediği bir kanıdır. Sosyal bağların zayıflaması, bireylerde ilişkilerine yönelik memnuniyet ve bağlılığı azaltan bir unsurdur. Umberson ve Montez (2010), sosyal destek ağlarının sağlıklı ilişkiler sürdürmek için çok önemli olduğunu belirtmektedir. Bu ağların eksikliğinde duygusal ve psikolojik sorunlar ortaya çıkmaktadır. Romantik ilişkilerde sağlıklı iletişim ve güven, sosyal

bağların iyi olduğu ortamlarla yakından ilişkili olduğu görülür. Çalışmada sosyotelizmin negatif etkileri, sosyal ortamın dışında kalmanın ilişki kalitesine doğrudan etki yapmaktadır. Sosyotelizmin artması bireylerin stresle başa çıkmalarının zayıflaması sonucu ilişki memnuniyetini olumsuz etkileyebilir. Bu nedenlerle romantik ilişkilerde bağların güçlenmesi için bireysel ve çift olarak daha çok çaba ve bir takım müdahalelerde bulunmak önemli olabilir.

Halpren ve Katz (2017), sosyotelizmin çiftler arasında çatışmaya neden olmasından dolayı yakınlığın olumsuz yönde etkilendiğini ve ilişki doyumunun düşmesine sebep olduğunu belirtmektedir. Sosyotelizmin partnerin beklentilerini karşılamamasından dolayı olumsuz duygular ortaya çıkırdığını ekler. Yakın ilişkilerde partnerlerin beklentileri incelendiğinde partnerlerin dikkat vermayla ilgili başka beklentileri olduğu farkedilmiştir. Birbirine tam dikkat vermeyi beklentisi olduğu beklenti gerçekleşmediğindeyse hayal kırıklığı ve öfke duyguları ortaya çıktığını saptamışlardır (Afifi ve Metts, 1998). Bu sebeplerle, partnerin sosyotelist davranışları ilişkide düzeni bozacak şekilde olduğunda ilişki memnuniyetine zarar verdiği değerlendirilebilir.

Araştırmada sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti arasında negatif ilişkinin büyüklüğü anlamlıdır. Bu etki literatürdeki başka çalışmalarda yer alan bulgularla paraleldir. Ni ve arkadaşları (2025) çalışmalarında, partner sosyotelizmi ile ilişki doyumu arasındaki etki değeri anlamlıdır. Çalışmada bireyin akıllı telefon kullanımından dolayı partnerini görmezden gelmesi ilişki memnuniyeti, ilişki kalitesi, yakınlık ve güven gibi ilişki unsurları romantik ilişkiyi olumsuz etkilemektedir. Sosyotelizmin ilişkide çatışma ve kıskançlığı da yol açtığı belirtilmiştir. Bireyin akıllı cihazları kullanmak için ilişkide özensiz davranışları zamanla ilişkide kaliteli zaman geçirmeye iletişim kopukluklarına ve ilişki memnuniyetinin düşmesine neden olmaktadır.

Partner sosyotelizmi ile ilişki memnuniyeti arasındaki ilişkinin literatürde farklı örneklem gruplarında incelemeleri vardır. Literatürde bu ve konu kapsamındaki birçok araştırmaya katkı sunacak bir çalışma olan Çizmeci (2017), Türkiye’de evli ve evli olmayan çiftlerle yaptığı çalışmadan evli partnerlerin sosyotelist olması ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü ilişki saptamıştır. Evli olmayan çiftlerde anlamlı bir farklılık olmamıştır. Bu sonuca varılması oldukça olağan durmaktır. Evli olmayan genç yetişkinler, partnerlerinin telefon kullanımı konusunda evli çiftlere kıyasla daha anlayışlı değerlendirmeleri veya ilişki sürelerinin genel anlamda daha kısa ya da daha esnek dinamiklere sahip olmasından dolayı ilişki memnuniyetleri daha yüksek düzeyde olabilmektedir.

Çin’de evli çiftlerle yapılan bir araştırmada, partner sosyotelizminin bakıldığı değişkenlerden biri olan ilişki doyumu incelendiğinde evlilik süresi arttıkça ilişki doyumunun azaldığı bulunmuştur. Bu sonuç ilişki süresi arttıkça partnerden gelen dikkatsiz ve özensiz davranışlara daha hassas yaklaşıldığını düşündürmektedir. Bu çalışmanın sonuçları genellikle genç yetişkinlerden oluşmaktadır. Daha uzun süreli ilişkilerde daha güçlü etkiler ortaya çıkmamış olabilir. İleride yapılacak araştırmalarda evlilik süresi gibi değişkenlerin bu ilişkiyi nasıl etkilediğine yönelik daha detaylı bakılabilir.

Partner sosyotelizmi bağlanma stilleri ve kişilik özellikleriyle göre değişebildiğine dair inceleme çalışmaları bulunmaktadır. Roberts ve David (2016), kaygılı bağlanma stili olan bireylerin sosyotelizm durumunda daha fazla çatışma yaşadıkları belirtilmiştir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerde daha düşüktür. Yine partner sosyotelizmine yönelik yapılan başka bir çalışma, uzun süreli ilişkisi olan çiftlerde cinsiyet faktörüyle ilişkili anlamlı fark saptamıştır. Çiftlere yapılan ikili analizlerde, erkeklerin ilişki memnuniyeti sosyotelize maruz kaldıklarında daha düşük bulunmuştur. Kadınların daha farklı tepkiler verdiği ya da daha çok tolere ediyor olduğu anlaşılmaktadır. Cinsiyet farklarına göre saptanan bu sonuçlar ilişkideki roller ve beklentilerle de değerlendirilmelidir. Kültürel olarak erkeklerin kadın partnerlerinden beklentisi dikkatlerinin kendi üstünde olması ya da iletişim kopukluklarını farklı değerlendirilebilir İki cinsiyet için de sosyotelizmin olumsuz etkiler saptanmıştır.

Sosyotelizm ilişki memnuniyetini azaltır bulgusu birçok kuramsal ve ampirik çalışmayla desteklenmektedir. Sosyotelizm çiftlerin geçirdiği kaliteli zamanların bölünmesi ve iletişimlerinin azalmasına neden olarak ilişkiyi zayıflatmaktadır. Bu durum ise zamanla partnerlerin ilişkiden aldıkları doyumu da düşürmektedir. İlişki memnuniyetinin düşmesi literatürde de pek çok değişkenle ilişkisi incelendiği gibi önemli sonuçlara sebep olabilir. Depresif belirtierin artması ve yaşam doyumunun azalması gibi örnekler verebiliriz. Bu sebeple de bulgular yalnızca istatistiksel veriler değil araştırmaya değer yeni psikolojik etkileri de göstermektedir. Sosyotelist bireyler bu davranışı önemsiz bir alışkanlık olarak görebilir. Ancak bu durum önemli bir sorun olarak ele alınmalıdır. Bu sorunla ilgili fakında olmak ve ilişkiyi korumak için ortak sınırlar koymak ilişkinin korunmasını sağlayabilmektedir.

Çalışmanın bulguları uygulamaya yönelik yapılabileceklerle de çıkarımlar sağlamaktadır. Romantik partnerlerin akıllı cihazları kullanmada sınırlar koymaları ilişkileri için faydalı olabileceğini göstermektedir. Bu durumun ilişkide önemli bir sorun oluşunu kabul etmek, ortak kararlarla belirli zamanlardan telefonu bırakmak gibi sınırlar çizmek sosyotelizm davranışı üzerinde değişimler yaratabilir.

Roberts ve David (2016), bu konuda partnerlerin yatak odasında telefon kullanmayı kısıtlamalarının birbirlerine telefonsuz zamanlar ayırmasını tavsiye etmektedir. Benzer olarak partner sosyotelizminin sorun olarak kabul edilip bireylerin sorumluluk alması gerektiği vurgulanmıştır. Partnerlerin telefon kullanımı konusunda açık iletişimle konuşmaları ve karşılıklı beklentilerin dinlenip değerlendirilmesi tavsiye edilmektedir (Parmaksız, 2022). Bu araştırmanın bulguları da romantik yakınlık ve ilişki memnuniyetinin anlamlı şekilde etkilemesinden dolayı bu önerileri desteklemektedir. İlişki memnuniyeti ve romantik yakınlığı korumak, akıllı cihaz ve sosyal medya platformlarının kullanımının yönetilmesiyle olumlu yönde etkiler sağlayabilir.

Araştırma, bağlanma teorisi ve sosyal destek teorisi çerçevesinde değerlendirilebilir. Bowly 'e göre (1988), bireyin erken yaşlarda edindiği ilişki kurma şekli romantik ilişkilerinde yakınlık ve ilişki memnuniyetini etkilemektedir. Sosyotelizmin yüksek olduğu bireylerde güvenli bağlanma geliştirmenin zor olduğu yakınlık ve ilişki doyumunun düştüğü belirtilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2016). Sosyal destek teorisi bireyin sosyal ilişkileri stresle başa çıkmasında ve ilişkilerinde olumlu deneyimler yaşamasını sağlamaktadır (Cohen ve Wills, 1985). Sosyotelizmde zayıf sosyal ilişkiler ve destek ilişkilerin durumunu olumsuz etkilemektedir. Bu teorik yaklaşımlar, bulgularımızı anlamlandırmak da önemli bir zemin oluşturmaktadır.

Sosyotelizmin bağlanma stilleriyle olan ilişkisine dair en önemli çalışmalardan biri Topal ve arkadaşları (2021), tarafından yapılan bir çalışma olmuştur. Bu çalışma ile Partner Sosyotelizm Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Partner sosyotelizminin bağlanma ve algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Erkek katılımcılar arasında kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin partner sosyotelizminin algıladıkları ilişki kalitesi üzerinde anlamlı düzeyde farklılık olduğu bulunmuştur. Kaçınan bağlanma stili yüksek olan erkek bireylerin sosyotelizm ve ilişki kalitesi arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur.

Güvenli bağlanma stili olan bireylerde ise sosyotelizm ile ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Partnerin ilgisizliğinin yakınlaşmaktan kaçınan erkek bireyler tarafından bir bahane olarak görüldüğü ya da ilişkiye zarar veren bir durum olarak yaşandığı değerlendirilmiştir. Kaçınan bireylerin yakın olmaktan rahatsızlık duymasından dolayı mesafe koymak istemeleri ilişkide partnerlerinin akıllı cihazlara yönelmesini bir kopma durumu algılayarak ilişkisini daha değersiz değerlendirmesine sebep olabilir (Topal ve arkadaşları, 2021). Bulgular ve değerlendirme bağlanma kuramıyla tutarlıdır.

Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler partner sosyotelizmini ilişkide büyük bir problem olarak değerlendirip kıskançlık ve güvensizlik yaşayabilirler. Literatürde sosyotelizmin kıskançlığı arttırdığı çalışmalar da vardır (Krasnova vd., 2016; Halpern ve Katz, 2017).

Yine başka bir çalışmada kaygılı bağlanma stiline sahip partnerlerde sosyotelizmin yüksek puanlanması ilişkide çatışmaya sebep olduğu ve memnuniyeti düşürdüğü bulunmuştur. Partner sosyotelizmin her değişkenle ilişkisinde romantik ilişkileri olumsuz etkileyen bulgular saptanmıştır. Bu etkinin düzeyi bağlanma, ilişki süreleri ya da cinsiyet gibi unsurlara göre değiştiği görülmektedir. Bu çalışmada bağlanma stillerine dair değişkenlere yer verilmedi ve veri toplanmadı. Ancak örneklemin genç yetişkin ve devam eden romantik ilişkileri olan bireylerden oluşması sosyotelizmin etkisinin bu grupta da istikrarlı düzeyde negatif ilişkilerde olduğu değerlendirilmiştir.

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu ise romantik ilişkilerde, yakınlık hissinin partner sosyotelizminden etkilendiğidir. Romantik yakınlık; partnerler arasındaki paylaşımları ve karşılıklı ilgiyle oluşturulan ilişkiyel bir özelliktir, çiftler tarafından paylaşılan özel duyguların yoğunluğunu ifade etmektedir. Ayrıca çiftlerin duygusal olarak birbirlerine bağlanma dereceleri de bu kapsamda ele alınmaktadır. Çalışmada kullanılan romantik yakınlık ölçeğinden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde partneri tarafından sık sık sosyotelize maruz kalan bireyler, partnerleriyle aralarındaki duygusal yakınlığı daha düşük algılamaktadırlar. Diğer bir deyişle, partnerin dikkatinin sürekli telefonuna yönelmesi, çiftler arasındaki samimi duyguları zedelemektedir. Sosyotelizmin romantik yakınlığa etkisi, literatürde bulunan çalışmaların çok az bir kısmında doğrudan incelenmiştir. Ancak daha sık karşımıza çıkan ilişki memnuniyeti göz önüne alındığında; ilişki memnuniyetini düşüren unsurların genellikle iletişim ve

yakınlığı da zayıflattığı görülmektedir. Örneğin Han ve arkadaşları (2025), genç yetişkinlerde partner sosyotelizminin ilişki doyumu üzerindeki olumsuz etkisini araştırmışlardır. Bu araştırmada sosyotelizmin olumlu paylaşımları negatif yönde etkilediğini vurgulayarak partner sosyotelizminin iletişimi engellediğini ve samimi ilişkilerde problem yaratabildiğini belirtmişlerdir. Buna dayanarak, sosyotelizmin çiftler arasında romantik yakınlığı azalttığını söylenebilir.

Türkçe literatürler incelendiğinde de sosyotelizmin romantik yakınlığı azaltabileceğini ortaya konmuştur. Ancak bu alanda henüz sınırlı sayıda araştırma yapılmıştır. Topal ve arkadaşları (2021) çalışmalarında; belirli koşullarda partner sosyotelizmini incelemiş, algılanan romantik ilişki kalitesinin üzerinde, olumsuz etkisi olduğunu belirtişlerdir. Bu koşullardan biri de partnerlerden birinin, yüksek kaçınan bağlanma stiline sahip bir erkek olması durumudur. Bu kişilerin sosyotelizm davranışına maruz kalmaları, algılanan ilişki kalitesini -dolayısıyla yakınlık ve güven duygularını- ciddi ölçüde azaltmaktadır. Aynı zamanda bu bulgu, yakınlık konusunda bireysel farkların önemini de vurgulamaktadır. Kaçınan partnerler zaten duygusal mesafeyi koruma eğilimindedirler. Bu nedenle partnerlerinin telefona yönelmesini fazladan bir kopukluk doğrulaması olarak görmeleri muhtemeldir. Bu durumun bir sonucu olarak yakınlık derecelerinde bir azalma söz konusudur. Kaygılı partnerler ise bu durumu reddedilme sinyali olarak algılayıp yoğun duygusal tepkiler verebilir. Bazen bu tepkiler kıskançlık veya kırgınlık şeklinde olabilir ve yakınlığı zedeleyebilir. Kıskançlık kavramı da burada önemli bir ara değişken olabilir. Partnerinin telefonda kiminle meşgul olduğunu bilemeyen kişilerde kıskançlık duygusu gelişebilir. Güvensizlik ya da kıyaslama eğilimi olan kişiler, partnerinin başka sosyal medya araçlarına kendisinden daha fazla ilgi göstermesini kıskanabilir. Bu kıskançlık, uzun vadede partnerler arasında güvensizlik ve uzaklık duygusunu oluşturmaktadır Krasnova ve arkadaşları (2016), bir anket çalışmasında konuyu daha derinlemesine ele alarak sosyotelizme maruz kalan partnerlerin çocuklarında yoğun kıskançlık hislerinin ortaya çıktığını ortaya koymuşlardır. Sosyotelizm her zaman üçüncü bir kişiyle flörtleşmek olarak algılanmamaktadır. Partnerin birlikteyken sürekli telefonuyla ilgilenmesi, sosyal ağlara ilişkisine kıyasla daha fazla yatırım yaptığı izlenimini yaratabilmektedir (Karabulut, 2023). Bu izlenimden kaynaklı olarak yakınlık duygusu zarar görebilmektedir. Kişi kendini ilişkide özel hissetmek ister fakat partneri kişinin yanında ilgisini tamamen

telefona yönelttiğinde, kendisini sıradan ve önemsiz hisseder. Nazir ve Pişkin (2016), bu konu hakkında çalışmalarında, sosyotelizm yaşayan bireylerin “Aramızda eskisi kadar samimiyet kalmadı.” ya da “Beni eskisi gibi önemsemiyor.” şeklinde ifadeler dile getirdiğini söylemektedirler. Yine aynı çalışmada sosyotelizm kavramını “Dünyayı birbirine bağlayan teknolojinin insanları birbirinden koparması.” şeklinde tanımlamaktadırlar. Teknolojiye ve sosyal ağlara olan bağlılığın artması, fiziksel ve duygusal bağların zayıflamasına sebep olmuştur. Bu zayıflama romantik yakınlığın en büyük engellerinden biri olarak görülmektedir.

Bu noktada araştırmada yer alan romantik yakınlık bulgusu ele alındığında partner sosyotelizminin çiftler arasındaki duygusal bağa zarar verdiği görülmektedir. Bu zarar, literatürdeki tanımlarla da uyumludur. Parmaksız (2022), sosyotelizmi yüz yüze etkileşimin niteliğini düşüren ve çiftler arası mahremiyeti bozan bir modern ilişki engeli olarak tanımlamıştır. Bu engel yeterince dikkate alınmadığında ilişkide zamanla derinleşen sorunlara yok açabilmektedir. Partnerler bir arada zaman geçirirken birbirleriyle ilgilenmek yerine telefonları ile ilgilendiklerinde aralarına görülmez bir duvar örülür. Zamanla paylaşılan deneyimlerin sayısı azalır ve duygusal etkileşim sınırlanır. Bunun bir sonucu olarak çiftler birbirlerine yabancılaşmaya başlayabilir. Bu durumun ilişkiye etkisi, zaman içerisinde fark edilmeden ilerleyerek ciddi bir duygusal kopukluk olarak ortaya çıkabilir. Tüm bunlar göz önüne alındığında sosyotelizmin yalnızca “telefonla ilgilenmek” olarak tanımlanabilecek zararsız bir eylemden kaynaklanmadığını, romantik yakınlığı derinden etkileyebilecek bir iletişim ve etkileşim sorunu olduğunu söylemek mümkündür.

Tüm bu hususlar göz önüne alındığında, yapılan bu tez araştırması dijital çağda romantik ilişkilerin karşılaştığı önemli bir güçlüğe dikkat çekmektedir. Günümüzde akıllı telefonlar hayatımızın her alanına girmiştir. Bunun bir sonucu olarak romantik partnerler arasında, iletişime zarar verebilen bu tür davranışlar ne yazık ki sıklıkla yaşanmaktadır. Bulgular, partnerler arası etkileşimde anda ve beraber olmanın ihmal edilmemesi gerekliliğini bir kez daha göstermektedir. Partnerler arasında memnuniyetin ve yakınlığın korunması önemlidir. Bu yakınlığı korumak, büyük jestlerden ziyade günlük hayattaki küçük dikkatlere ve anda kalmalara bağlı olabilir. Kişilerin partnerlerine ayıracakları bölünmemiş dikkat, ekranlara ayırdıkları zamandan ilişki anlamında daha değerlidir. Bu değeri göz ardı etmek, ilişki doyumunu ve yakınlığı sürdürmeyi zorlaştıracaktır.

Araştırmanın sonuçları anlamlı bir değerlendirme yapılması için yeterli olsa da sınırlılıkları da dikkate alınmalıdır. Örneklemenin İstanbul'da yaşayan genç yetişkinlerle sınırlı olması, bulguların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Ayrıca kesitsel tasarım, nedensellik ilişkilerinin belirlenmesini engellemektedir. Bu kısıtlar, gelecekte yapılacak araştırmalar için önemli öneriler sunmaktadır. Örneğin, farklı kültürel bağlamlarda ve yaş gruplarında benzer çalışmalar yapılması, sosyotelizmin etkilerinin daha kapsamlı anlaşılmasını sağlayacaktır (Shaver ve Mikulincer, 2014). Boylamsal çalışmalar yapılarak sosyotelizmin romantik ilişki dinamikleri üzerindeki etkilerinin zaman içinde nasıl değiştiği daha net ortaya konulabilir. Böylece literatüre anlamlı katkılar sağlanabilir. Mevcut araştırma, sosyotelizmin romantik ilişkilerdeki etkilerini anlamada önemli bir adımdır.

Sonuçların literatürde bulunan farklı demografik gruplarla kıyaslandığında da tutarlı olduğu gözlenmektedir. Örneğin, genç yetişkinlerde sosyal izolasyonun romantik ilişki tatmini üzerindeki negatif etkisi Layden, Cacioppo ve Cacioppo (2018) tarafından da rapor edilmiştir. Ancak yine de sosyotelizmin romantik ilişkilere etkisi, kültürel ve demografik bağlama göre değişebilir. Kolektivist toplumlarda sosyal bağların önemi daha fazla vurgulandığından, sosyotelizmin etkisi daha belirgin olabilir (Triandis, 1995). Bu nedenle, sonuçlar farklı gruplara genellenirken dikkatli olunmalıdır. Kültürlerarası karşılaştırmalı araştırmalar, bu konuda daha net bulgular sağlayabilir.

Sosyotelizm teknolojinin içinde yaşadığımız yeni dünya düzeninde ilişkilere de modern bir engel olarak çıkan kavramdır. Yerli ve yabancı literatürde, bireyin akıllı cihazlarıyla aşırı ilgilenmesinin romantik ilişkilere zarar verdiği görülmektedir. İlişki memnuniyetinin azalması ve romantik yakınlığın zarar görmesi ilişkilerin sürdürülebilirliği için iyi değildir. Sağlıklı ilişkiler sürdürülebilmesi için bu konuda farkındalık kazanması önemlidir. Araştırma, sosyotelizmin yalnızca bireysel etkileriyle kalmayıp ilişki anlamda da ele alındığını ortaya koymaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmalar ve uygulamalar için bilimsel bir veri sunmayı ummaktadır.

Araştırma örnekleminin sadece İstanbul'da yaşayan genç yetişkinler olması bulguların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Kesitsel bir araştırma olduğundan nedenselliğe ulaşmak da mümkün olmamaktadır. Bu sebeplerden, farklı ya da daha geniş yaş aralığında benzer çalışmalar olması kapsamlı ve yeni bilgilere ulaşmayı sağlayacaktır.

Sosyotelizmin etkilerini azaltmak için yapılacak yeni çalışmalar da kavramın literatürde yaygınlaştırılması açısından önemli olabilir. Uygulamalı çalışmalardan bahsedeceksek, sosyal izolasyonu olan bireyleri buna yönelik programlara ve psikolojik destek almayateşvik önemlidir. Çiftlerin yaşadığı sorunlar için destek, psikoeğitim almaları ya da iletişimlerini güçlendirmek önemli olabilir. Sosyal dışlanma yaşayan bireyleri topluma katabilmek için teşvik programları çok önemli olacaktır. Bireylerin ruh sağlığı ve ilişki kalitesi için bu teşvik ve eylemler fayda sağlayacaktır.

Araştırma bulguları geçmiş araştırma örnekleriyle genellikle farklı gruplar olsa da tutarlı sonuçlar görülmektedir. Türkçe literatürünün bu konuda daha çok araştırma yapmaya ihtiyacı olabilir. Sonuçlar genellenirken kültürlerarası karşılaştırmalar dha net bulgular ortaya koymaktadır.

Araştırma bulguları sosyal izolasyonun genellikle olduğu sosyotelist bireylerde sosyal bağların geliştirilmesi gerektiğini göstermektedir. İlişkilerin desteklenmesi ve güçlenmesi sosyal bağların geliştirilmesi için önemlidir. Çift terapileri ve sosyal beceri eğitimleri bu süreçte önemli rol oynayabilir (Johnson, 2019).

Literatürde bazı çalışmalarında yer verdiği gibi sosyotelizmin oluşturabileceği psikolojik etkiler, kişilik özellikleri ve duygular ile ilgili araştırmalar büyük katkı sağlayacaktır. İlerleyen süreçlerde sosyotelizmin stres, benlik saygısı gibi psikolojik değişkenlerle ilişkilerine bakılabilir. Farklı sosyoekonomik gruplar ve kültürel çerçevede etkileri önemli çalışmalar olabilir. İleride yapılacak çalışmalar sosyotelizmin etkilerini çok daha kapsamlı ortaya koyacaktır.

4.2.SONUÇ

Çalışmada 481 yetişkin bireyden toplanan veriler sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi incelemek için demografik değişkenlerle farklılık düzeyine ve aracılık etkilerine bakılarak detaylı şekilde incelendi.

Öncelikle yaş değişkenine göre sosyotelist olma düzeyine bakılmış farklılık göstermediği bulunmuştur. Sosyotelizm davranışının farklı kuşaklara göre değişmediği ama ilişki durumlarına dinamiklerin değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Katılımcıların cinsiyet farklılığına göre anlamlı farklılaşma da olmamıştır. Çalışma sonuçlarında yaş ortalaması 30.2 bulunmuştur. Özetle yaş değişkeni için sosyotelizm, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık

saptanmamıştır diyebiliriz. Araştırma örnekleminde sosyotelizm 26-30 arasında en yüksek görülmüştür. Bu bulguya göre genç yetişkin bireylerin sosyal medya kullanımlarından dolayı bu davranışa daha çok meyil ettiği yaş ilerledikçe teknolojik cihaz kullanımlarından kaynaklı ilişki sorunlarının azaldığı sonucuna varılmaktadır. Cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre sosyotelizme maruz kalma düzeylerine de baktığımızda anlamlı bir fark yoktur.

Yine demografik bilgilerde alınan eğitim düzeylerine bakıldığında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu sonuç sosyotelist davranışların bireylerin bilgi düzeyinin değil teknolojik cihaz kullanımına yönelik davranış tutumlarıyla ilgilini olduğunu bize göstermektedir.

Katılımcıların sosyal medya kullanım alışkanlıklarını ölçmek için kullanılan platformlar ve geçirilen süre gibi değişkenlere bakılmıştır. Instagram uygulaması kullanıcılar tarafından diğer platformlara göre daha çok tercih edilmektedir. Bu uygulamanın ağırlıklı olarak görsel içeriklerle paylaşım yapılan bir yapısı vardır. Bu uygulamanın başka bir önemli özelliği bireylerin kendisini ve ilişkilerini daha fazla karşılaştırma yapmasına sebep olmasıdır. Sonuçlarda bu durumu ortaya koymaktadır. Sosyal medyada paylaşım yapma sıklığı arttıkça genel sosyotelist olma düzeyi de artmıştır. Bu sonuç daha çok sosyal medya kullananların daha fazla görünürlüğe önem verdiğini, hayatlarına ve ilişkilerine karşılaştırmaları yoğun şekilde yaptıkları olarak değerlendirilmiştir.

Paylaşım sıklığı ve sosyal medyada geçirilen süre değişkenleri için sosyotelizme maruz kalma da anlamlı farklılık göstermiştir. Bireylerin sosyal medya kullanımı arttıkça ilişkilerine yönelik algılarının da etkilendiği söylenebilir.

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan ilişki memnuniyetinin sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma ($r=-0.208$, $p<.001$) düzeyleri arasında negatif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Bu sonuca bakarak literatürde yer alan bulgularla sosyotelizmin ilişki memnuniyetini negatif yönde etkilediği sonucu güçlenmiştir. Sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Sosyotelizme maruz kalma düzeyi yüksek olduğunda ilişki memnuniyetinin azaldığını gösterir. Sosyal izolasyon ve yalnızlık bireylerin ilişki memnuniyetini düşürür. Bu da sosyotelizmin ilişki memnuniyetini olumsuz etkilediğini açıklamaktadır.

Sosyotelizmin romantik ilişki içindeki bireylere doğrudan olumsuz etkiler yaptığı ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık düzeylerini azaltır. Bu durum, romantik ilişkilerde sosyotelizm yüksek olan bireylerin, ilişki kalitelerini artırmak ve yakınlıklarını daha iyi hale getirmek için sosyal ve psikolojik desteğe ihtiyaç duyduklarını gösterir.

Yine bir diğer bağımsız değişken olan romantik yakınlık düzeyinin genel sosyotelist olma($r = -0.392$, $p < .001$) ve sosyotelizme maruz kalma ($r = -0.308$, $p < .001$) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç araştırma açısından çok önemlidir. Sosyotelizmin romantik yakınlığa negatif yönde etkisi olduğu bulunmuştur. Sosyotelizmle romantik yakınlık arasında ki negatif ilişki, sosyotelizme maruz kalan bireylerin romantik yakınlık düzeyini düşürdüğünü göstermektedir. Kişinin sosyal ortamı ve destekten uzak durması partnerine yakınlık düzeyini azalttığını göstermektedir.

İki bağımsız değişken arasındaki ilişkiye bakıldığında ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = 0.683$, $p < .001$). Bu sonuç bireylerin ilişkideki memnuniyetinin romantik yakınlıkla doğrudan ilişkili olduğunu gösterir. İlişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasında bulunan pozitif ve güçlü ilişki romantik yakınlığın artması ilişki memnuniyetinin de arttığını göstermektedir. Bu da yakınlık ve memnuniyetin birbirini destekleyen unsurlar olduğunu ortaya koymaktadır.

Analiz sonuçları sosyotelizmin iki bağımsız değişken arasındaki ilişkiyi anlamlı şekilde azalttığını göstermiştir. Sosyotelizm düşük olduğunda ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasında güçlü ve pozitif bir ilişki vardır. Yüksek olduğunda bu ilişkinin zayıfladığı görülmüştür. Bu sonucu sosyotelizmin yüksek olduğunda yakınlığa engel olması ilişki memnuniyetini azaltarak romantik partnerlerin arasındaki bağı zayıflatır olarak yorumlarız.

Sosyotelizme maruz kalma ölçeğinde yer alan algılanan normları ölçen alt boyut romantik yakınlık üzerinde pozitif yönde ($B = 0.112$, $p < .05$) etki etmiştir. İhmal edilmişlik hissi alt boyutlarında negatif yönde ($B = 0.163$, $p < .01$) etkisi bulunmuştur. Bu sonuçlar bireylerin ilişkilere dair beklentilerinin kimi zaman olumlu kimi zaman olumsuz sonuçlar ortaya koyduğunu gösterir.

Sosyotelizm düzeyi artması ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık ile ilişkisinde ters orantılıdır. Korelasyon analizleri sosyotelizmin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık ile anlamlı farklılıkla negatif yönde olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar

bireylerin sosyotelizm düzeyi yüksek olduğunda romantik ilişkilerinde memnuniyet ve romantik yakınlık hislerinin azalmasıyla ilişkili olduğunu gösterir.

Sosyotelizmin romantik ilişkilerde olumsuz sonuçları, bireylerin sosyal ortamlarının ve destek unsurlarının azalmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Sosyotelizme maruz kalan bireyler stresle başa çıkma ve ilişki sorunlarını çözme becerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu da romantik yakınlık ve ilişki memnuniyetini azaltmaktadır.

Araştırmanın nicel verileri, sosyotelizm düzeyindeki artışın, ilişki memnuniyetini ve romantik yakınlığı önemli derecede düşürmektedir.

Yapılan çoklu regresyon analizinde genel sosyotelist olma ölçeğinin kendini yalnızlaştırma alt boyutu, ilişki memnuniyeti ($B=-0.251$, $p<.01$) ve romantik yakınlık ($B=-0.436$, $p<.001$) değişkenlerini anlamlı düzeyde ve negatif yönde etkilemiştir. Bu alt boyut bireylerin başkalarıyla karşılaştırma yaptıktan sonra ilişkilerinden uzaklaşmalarını gösteren önemli bir sonuçtur. Sosyotelizmin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık üzerindeki etkisi araştırmanın hipotezlerini anlamlı çıkartmıştır. Sosyotelizmin artması ilişki memnuniyeti ile romantik yakınlık arasındaki ilişkiyi zayıflatmaktadır. Sosyotelizm yüksek olduğunda romantik yakınlık ve ilişki memnuniyeti arasındaki olumlu ilişkili tersine dönmektedir.

Uygulanan bir diğer model olan yapısal eşitlik modeline göre ilişki memnuniyeti romantik yakınlığı yüksek şekilde pozitif yönde yordamıştır ($\beta=0.616$, $p<.001$). Genel sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma bu ilişkide kısmi aracılık rolü oynamaktadır. Bu durumdan bireylerin ilişki memnuniyeti arttıkça romantik yakınlığı artar fakat bu bireylerin sosyal medyaya maruz kalmasına bağlı olarak düşüş yaşanabilir sonucuna varılabilir. Sosyotelizme maruz kalma seviyesi yüksek bireylerin ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık deneyimleri daha düşüktür. Sosyotelizm ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki bağı zayıflatmaktadır. Bireyleri bağları koruma ve sürdürme kapasiteleri olumsuz etkilenmektedir.

Çalışmanın bulgularına bakılınca teknoloji çağının sosyal medya kullanımının arttırmasıyla romantik ilişkiler üzerinde anlamlı düzeyde etkiler çıkardığını ortaya koymuştur. Uygulanan çoklu regresyon analizi sosyotelist olma ($\beta=-.248$, $p<.01$) ve sosyotelizme maruz kalma ($\beta=-.168$, $p<.01$) bireylerde romantik yakınlığı negatif yönde etkilemiştir. İlişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki ilişkiye de sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma kısmi aracılık etmiştir. Bu sonuçlar sosyal medya kullanımından kaynaklı sosyotelist davranışların ilişki memnuniyetini ve romantik yakınlığı olumsuz şekilde etkilediğini göstermiştir.

4.3.ÖNERİLER

4.3.1.Uygulayıcılar İçin Öneriler

1. Sosyotelizm ve kişilerin ilişki dinamiklerinin, kişiden kişiye ve partnerler arasında değiştiğinden, uygulayıcıların bireysel özellikleri, kültürel değerleri ve ilişki biçimlerini dikkate alarak kişiselleştirilmiş tedaviler geliştirmesi önemlidir.
2. Ruh sağlığı alanında çalışanlar, bireylerin romantik ilişki içerisinde yaşanan problemlerini sosyotelist olma ya da maruz kalma durumlarını göz önünde bulundurup değerlendirebilirler. Bu değerlendirme ilişki memnuniyeti ve yakınlık üzerindeki olumsuz etkilerin daha erken farkedilip müdahalesini sağlayabilir.
3. Uygulayıcılar, bireylerin sosyal çevreleriyle daha sağlam bağlar kurmalarını destekleyebilir. Örneğin, yalnızlık hissini azaltmaya yönelik grup terapileri veya sosyal etkinliklere yönlendirmeler yapılabilir.
4. Empati ve iletişim becerilerinin iyileştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir. Sosyotelizmin ilişki dinamiklerindeki etkisini azaltmak için çift terapilerinde, empati geliştirme ve sağlıklı iletişim becerileri kazandırmak için psikoeğitimler verilebilir. Bu çiftler arasındaki bağı güçlendirerek olumsuz etkilere azaltabilir.
5. Terapi sürecinde, bireylerin kendi duygularını tanıması ve düzenlemesi üzerine çalışmalar yapılmalıdır. Bu, sosyotelizmin yol açtığı ruhsal olumsuzlukların dışa vurma şekillerini kontrol altına almaya yardımcı olabilir.

4.3.2.Gelecek Araştırmalar İçin Öneriler

1. Gelecekteki çalışmalarda, sosyotelizmin romantik ilişkiler üzerindeki sonuçları farklı kültür ve sosyoekonomik gruplarda karşılaştırarak incelemesiyle daha gellenebilir sonuçlara ulaşılabilir.
2. Sadece istatiksel verilerle değil bireylerin sosyotelizmi deneyimleme biçimlerini derinlemesine anlamak için nitel yöntemlerle yapılacak araştırmalar ilişki süreçlerine dair zengin bilgi sağlayabilir.
3. Sosyotelizm ile ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki ilişkide zaman içindeki değişimi anlamak için uzun sürekl izlem yapılan çalışmalara ihtiyaç var. Bu şekilde yapılacak bir çalışmada değişim süreçleri ve neden-sonuç ilişkileri daha net anlaşılabilir.

4. Farklı aracı ve düzenleyici değişkenlerin rolüne bakılabilir. Sosyotelizmin ilişki dinamikleri üzerindeki etkisini daha iyi anlamak için stres, bağlanma stilleri veya duygusal düzenleme gibi psikolojik değişkenlerin aracılık ve düzenleyici etkileri araştırılabilir.

5. Günümüzde sosyal medya ve teknolojik iletişim araçlarının sosyotelizm ve romantik ilişkiler üzerindeki sonuçlarını inceleyen çalışmalar çoğaltılabilir. Teknoloji çağında sosyal olarak izole yaşamanın yeni sonuçları ve bu sonuçların ilişkilere yansımaları araştırılabilir.

6. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu'na sahip bireylerin dürtüsellik, dikkat dağınıklığı ve sosyal ilişkilerinde istikrarsızlık gibi belirtilerinin sanal ortamda sürdürdükleri ilişkilerinde sorun yaratabilir ve sosyal medya davranışlarıyla ilişkili olarak ilişki doyumunu etkileyebilmektedir (Faraone vd., 2015; Weinstein, 2018). Gelecekte yapılacak araştırmalarda, sosyotelist olma eğilimi ile ilişki dinamikleri arasındaki ilişkinin, bireylerin dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) özellikleriyle ilişkisi açısından da incelenmesi önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Abbasi, I. S., Alghamdi, N. G. ve Saeed, F. (2021), Phubbing and relationship satisfaction: The role of loneliness and social interaction anxiety. *Journal of Psychology*, 155(1), 65–85.
- Akbağ, M., & Sayiner, F. D. (2021). Teknoloji bağımlılığı ve ebeveyn sosyotelizmi: Çocuk-ebeveyn etkileşimleri. *Aile Psikolojisi Dergisi*, 4(2), 93–108.
- Al-Saggaf, Y., & MacCulloch, R. (2018). Phubbing and social connectedness in a digitally-oriented society. *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*, 16(1), 61–76.
- Aydoğdu, B., & Koçtürk, N. (2023). Ebeveyn sosyotelizmi ve çocukların psikososyal gelişimi: Nitel bir inceleme. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 10(2), 145–162.
- Aydın, M., & Çelik, S. (2021). Partner phubbing davranışı ve ilişki kalitesi arasındaki ilişki. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10(4), 987–1003.
- Bai, Q., Lin, W., & Wang, L. (2020). Parent phubbing and adolescent depression: The role of basic psychological needs satisfaction and self-esteem. *Children and Youth Services Review*, 118, 105372.
- Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Partner phubbing: Relationship effects and underlying mechanisms. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 15(1), Article 5.
- Bitar, H., Akoury, S., & Rahme, R. (2022). Phubbing and psychological distress among university students in Lebanon. *Current Psychology*, 41, 4932–4942.
- Bitar, H., Chidiac, M., & Rahme, R. (2021). Social media addiction and phubbing: A mediational model. *Journal of Media Psychology*, 33(4), 187–196.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964–980.
- Brown, G., Levinson, D., & Goldsmith, R. (2016). Smartphones in romantic relationships: Disruptions and dynamics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(8), 1053–1070.
- Büyükşakar, G., & Çelik, N. (2024). Yalnızlık, bağlanma stilleri ve sosyotelizm arasındaki ilişki. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 14(1), 33–49.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., & Benvenuti, M. (2021). Phubbing in cultural context: 20-country study. *Computers in Human Behavior*, 115, 106614.

- Candel, O. S., & Turliuc, M. N. (2019). Attachment and relationship satisfaction: The mediating role of emotion regulation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(7), 2192–2209.
- Capilla Garrido, N., López Peláez, A., & Santiago, R. (2024). Phubbing, psychological symptoms, and physical complaints: A mediation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 13(2), 105–117.
- Chan, L. S., Cheung, H. T., & Mak, W. W. (2020). Mobile phone dependence and relationship quality: The role of phubbing. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 5–25.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316.
- Chu, X., Zhou, J., & Li, Y. (2021). Peer phubbing and adolescent social anxiety: A moderated mediation model. *Child and Youth Services Review*, 121, 105867.
- Davey, S., Richards, D., & Jamal, S. (2018). Young adults and mobile phone use: Phubbing, conflict, and intimacy. *Youth & Society*, 50(4), 515–535.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155–163.
- Demir, Y., & Karakaş, F. (2019). Partner phubbing behavior and romantic relationship satisfaction. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 123–136.
- Demirkol, İ., & Kılıç, H. (2021). Yönetici sosyotelizmi ve çalışan bağlılığı ilişkisi: Hizmet sektöründe bir araştırma. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 13(1), 241–256.
- Drouin, M., & Miller, D. A. (2016). Texting's consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(6), 701–718.
- Faraone, S. V., Biederman, J. ve Mick, E. (2015). The age-dependent decline of attention deficit hyperactivity disorder: A meta-analysis of follow-up studies. *Psychological Medicine*, 36(2), 159–165.
- Finkel, E. J., & Campbell, W. K. (2001). Self-control and accommodation in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 263–277.
- Fox, J., ve Anderegg, C. (2014). Romantic relationship development in the age of Facebook: An exploratory study of emerging adults' perceptions, motives, and behaviors. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(1), 3–7.
- Friesen, M. D., Hong, S. Y., & Sagarin, B. J. (2020). Phubbing and intimacy: A daily diary study. *Personal Relationships*, 27(3), 570–589.
- Gedik, M. (2024). Genç yetişkinlerde bağlanma stilleri ve kimlik algısı açısından sosyotelizm davranışları. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 44(1), 56–74.
- Göksun, O. (2019). Sosyotelizme maruz kalma ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34(2), 89–105.
- Güneş, H., & Topçu, S. (2022). Romantik ilişkilerde sosyotelizm ve güven ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 14(1), 33–47.

- Hales, A. H., Dvir, M., & Prager, K. J. (2018). The influence of partner phubbing on attachment and communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(10), 1406–1427.
- Hall, J. A., Baym, N. K., & Miltner, K. M. (2020). Phubbing, relationship quality, and conflict: A study on mobile phone interference. *Computers in Human Behavior*, 109, 106389.
- Harmon, S., & Duffy, R. (2022). The relationship between smartphone use and phubbing behavior in couples. *Technology in Society*, 70, 101993.
- Hatfield, E., Rapson, R. L., & Aumer-Ryan, K. (2008). Equity theory and relationships. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 637–651). Cambridge University Press.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98.
- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1989). Research on love: Does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 784–794.
- Hortaçsu, N. (2007). Aile yapısı, bireycilik-toplulukçuluk ve evlilik doyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(60), 1–17.
- Joel, S., Gordon, A. M., Impett, E. A., MacDonald, G., & Keltner, D. (2013). The things you do for me: Perceptions of a romantic partner's investments promote gratitude and commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(10), 1333–1345.
- Karabulut, S. (2023). Partner phubbing davranışı ve bağlanma stilleri ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Knowledge, Science and Society*, 4(15), 553–571.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., & Şahin, B. M. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74.
- Karaman, S., & Arslan, G. (2024). Sosyal medya bağımlılığı, phubbing ve temel psikolojik ihtiyaçların ilişki memnuniyeti üzerindeki etkisi. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(1), 101–115.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.
- Korkmaz, T., & Çetin, M. (2023). Sosyotelizm davranışının azaltılmasına yönelik bilinçli farkındalık temelli müdahale programı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 12(1), 35–46.
- Kökalan, Ö., & Dönmez, A. (2022). Yönetici sosyotelizmi algısı ve çalışanların örgütsel güveni. *İş ve İnsan Dergisi*, 9(1), 23–39.
- Kılıçarslan, A., & Parmaksız, İ. (2023). Partner phubbing, yalnızlık ve ilişki bağlılığı ilişkisi: Seri aracılık modeli. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 24(2), 213–222.
- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37–57.
- Lemay, E. P., & Neal, A. M. (2014). Helping close others: The roles of perspective taking and attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(4), 713–730.

- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five-factor model of personality and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124–127.
- Marshall, T. C., Bejanyan, K., Di Castro, G. ve Lee, R. A. (2013). Attachment styles as predictors of Facebook-related jealousy and surveillance in romantic relationships. *Personal Relationships*, 20(1), 1–22.
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98.
- McDaniel, B. T., Galovan, A. M., & Coyne, S. M. (2018). Technology interference in the couple relationship and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 7(2), 148–157.
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 755–773.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Montag, C., & Becker, B. (2023). Smartphone use and brain activity: Implications for attention and impulse control. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 149, 105211.
- Muise, A., Christofides, E. ve Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: Does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 441–444.
- Ni, X., Wang, L., & Liu, Y. (2025). Partner phubbing and marital satisfaction: A meta-analytic review across cultures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 42(1), 44–67.
- Nunez, J., Guevara, R., & Vargas, M. (2020). Observing phubbing: The emotional effects of witnessing social neglect. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(7), 489–495.
- Onur, E., & Özer, E. (2024). Ebeveyn sosyotelizminin çocukların aile işlevselliği ve benlik saygısı üzerindeki etkisi. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 31(1), 50–67.
- Özdemir, F., & Şahin, N. (2019). Partnerin teknoloji kullanımı ve romantik ilişkide duygusal ihmal. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 311–318.
- Parmaksız, İ. (2021). Sosyotelizmin bilinçli farkındalıkla ilişkisi: Sosyal kaygının aracı rolü. *Anadolu Psikoloji Dergisi*, 11(1), 74–89.
- Parmaksız, İ. (2022). Genç yetişkinlerde partner sosyotelizmi ile ilişki doyumu ilişkisi: Yalnızlık ve iletişim kalitesinin aracı rolü. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(2), 389–412.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 367–389). Wiley.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141.

- Roberts, J. A., & David, M. E. (2022). The evolution of phubbing and its effects on relationship satisfaction: A longitudinal perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1384–1401.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), 265–273.
- Sayner, F. D., & Akbağ, M. (2023). Sosyotelizm davranışının sosyal yaşam kalitesi üzerindeki etkileri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 13(2), 102–117.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28.
- Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 217–242.
- Sternberg, R. J. (1986). *A triangular theory of love*. *Psychological Review*, 93(2), 119–135.
- Thomas, G., Li, W., & Yu, C. (2022). Phubbing and partner disconnection: A meta-analytic update. *Technology, Mind, and Behavior*, 3(2), Article 5.
- Topal, A., Yılmaz, D., & Duran, S. (2021). Partner sosyotelizmi, bağlanma stilleri ve ilişki kalitesi. *Klinik Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 22–39.
- T'ng, S. T., Ooi, C. L., & Lim, P. K. (2018). The relationship between fear of missing out, smartphone addiction and depression. *Asian Journal of Psychiatry*, 34, 27–33.
- Uğur, N. G., & Koç, T. (2015). Sosyotelizm: Akıllı telefonlar ve sosyal yaşam arasındaki çatışma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 41, 1–24.
- Utz, S. ve Beukeboom, C. J. (2011). The role of social network sites in romantic relationships: Effects on jealousy and relationship happiness. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 16(4), 511–527.
- Vanden Abeele, M. M. P., & Nilsenova, M. (2018). Phubbing behavior and perceived social norms: An experiment. *Mobile Media & Communication*, 6(3), 333–349.
- Vaterlaus, J. M., Patten, E. V., Roche, C., & Young, J. A. (2016). #Gettinghealthy: The perceived influence of social media on young adult health behaviors. *Computers in Human Behavior*, 63, 28–34.
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The role of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17.
- Wang, X., Zhou, L., & Qian, J. (2024). Partner phubbing and relational aggression: A moderated mediation model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(2), 154–173.
- Xiao, W., & Zheng, W. (2022). Parental phubbing and adolescent depression: A moderated mediation model. *Child and Youth Services Review*, 135, 106327.
- Xie, X., & Xie, X. (2020). Parental phubbing and adolescents' emotional neglect. *Children and Youth Services Review*, 116, 105216.

- Yalçın, A., & Erdem, E. (2020). Partner phubbing davranışları ve romantik ilişkilerde güven algısı. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 40(2), 199–218.
- Yam, K. C. (2023). The impact of phubbing on relationship satisfaction: A meta-analytic perspective. *Journal of Social Psychology*, 163(1), 44–62.
- Yıldız, B., & Baykal, N. (2023). Patron sosyotelizmi ve kuşaklar arası iletişim farklılıkları. *İşletme ve İletişim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 211–230.
- Zhan, Z., Shrestha, D., & Zhong, B. (2022). Relationship satisfaction, phubbing, empathy, and loneliness among *Chinese couples*. *Current Psychology*, 41(5), 2893–2907. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00745-4>
- Zhang, W., & Wang, Y. (2025). Parent phubbing and preschoolers' social withdrawal: A serial mediation model. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 66(1), 101–115.



EKLER

EK A BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın katılımcı,

Bu çalışma, İstanbul Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr.Öğretim Üyesi Evin Aydın Yöntem danışmanlığında, Burcu İzci tarafından yürütülen bir tez araştırmasıdır. Bu araştırmanın amacı sosyotelizm, ilişki memnuniyeti ve romantik yakınlık arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışma, 18 ile 35 yaş arasındaki bireylere yöneliktir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır ayrıca çalışmada kimlik belirleyici herhangi bir bilgi istenmemektedir. Araştırmadan elde edilen bilgiler gizli tutulacak ve sadece bilimsel veri olarak kullanılacaktır. Çalışmanın ortalama 10 dakika sürmesi beklenmektedir. Anketler genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir ancak kendinizi rahatsız hissederseniz dilediğiniz zaman cevaplama işlemi sonlandırarak araştırmadan ayrılma hakkınız bulunmaktadır. Bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki bölümü doldurunuz.

Yukarıda yer alan bilgi metnini okudum. Bu koşullar altında, araştırmaya katılmayı ve araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin gizlilik kurallarına uyularak, bilimsel amaçlarla kullanılmasını ve yayınlanmasını kabul ediyorum.

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1)Cinsiyetiniz:

- 1.Kadın
- 2.Erkek

2)Yaşınız:

3)Eğitim Durumunuz:

- 1.İlkokul
- 2.Ortaokul
- 3.Lise
- 4.Lisans
- 5.Yüksek lisans ve üstü

4) İlişki durumunuzu nasıl tanımlarsınız?

- 1.Evliyim
- 2.Sözlü/Nişanlıyım
- 3.Bir flörtüm/sevgilim var.
- 4.Daha önce ilişkim oldu, şimdi yok.
- 5.Hiç ilişkim olmadı.

- 5)İlişki içinde veya evliyseniz şu anki partnerinizle ne kadar süredir birliktesiniz?
- 1.6 aydan az
 - 2.6 ay ila 1 yıl arası
 - 3.1 ila 2 yıl arası
 - 4.2 ila 5 yıl arası
 - 5.5 yıldan fazla
- 6)Sıklıkla kullandığınız sosyal medya platformları nelerdir?(3 taneye kadar seçebilirsiniz.)
1. Instagram
 2. X (Twitter)
 - 3.Tiktok
 - 4.Facebook
 - 5.YouTube
 - 6.Diğer
- 7)Bir günde sosyal medyada geçirdiğiniz ortalama süre ne kadardır?
1. 0-2 saat
 - 2.2-4 saat
 - 3.4-6 saat
 - 4.6-8 saat
 - 5.8-10 saat
- 8) Şimdiye kadar herhangi bir nedenle psikolojik destek/ruhsal yardım aldınız mı?
- 1.Evet
 - 2.Hayır
- 9)Nasıl bir tedavi gördünüz? (Tedavi almadıysanız soruyu geçebilirsiniz.)
- 1.Psikoterapi
 - 2.İlaç
 - 3.Psikoterapi ve İlaç

EK B GENEL SOSYOTELİST OLMA VE SOSYOTELİZME MARUZ KALMA ÖLÇEKLER

BÖLÜM 2- Genel telgisizlik (telefon ile ilgilenip etrafa ilgisiz olma) ölçeği							
	As la	N ad ire n	Ar a sır a	Ba ze n	St sı k	G en ell ikl e	D ai m a
Aşağıdaki 15 madde sizin telefon kullanımınız için ne kadar doğrudur?							
1 Telefonum yanımda olmadığında huzursuz olurum.	1	2	3	4	5	6	7
2 Telefonumu bırakıp çıkamam.	1	2	3	4	5	6	7
3 Telefonumu görebileceğim bir yere koyarım.	1	2	3	4	5	6	7
4 Telefonumu kontrol etmediğimde önemli şeyler kaçırmaktan korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
5 Telefon kullanımım nedeniyle başkalarıyla tartışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6 İnsanlar telefonumla çok uğraştığını söylerler.	1	2	3	4	5	6	7
7 Başkaları bana telefonumu bırakmamı ve onlarla konuşmamı söylediğinde sinirlenirim.	1	2	3	4	5	6	7
8 Başkalarını rahatsız ettiğini bilsem bile telefonumu kullanırım.	1	2	3	4	5	6	7
9 Başkaları ile ilgilenmektense telefonumla ilgilenmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
10 Başkalarındansa telefonumla ilgilendiğimde rahatlarım.	1	2	3	4	5	6	7
11 Başkalarına odaklanmayı bırakıp telefonumla ilgilendiğimde iyi hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
12 Başkalarını görmezden gelip telefonumla ilgilendiğimde stres atarım.	1	2	3	4	5	6	7
13 Telefonumla planladığım zamandan daha fazla ilgilenirim.	1	2	3	4	5	6	7
14 Telefon kullanımım nedeniyle başkalarıyla konuşma fırsatlarını kaçırdığımı farkındayım.	1	2	3	4	5	6	7
15 Telefonumu kullanırken kendimi " sadece birkaç dakika daha" diye düşünürken bulurum.	1	2	3	4	5	6	7

BÖLÜM 3- Genel telgisizliğe (telefon ile ilgilenip etrafa ilgisiz olma) maruz kalma ölçeği

Aşağıdaki 22 madde çevrenizdeki diğer kişilerin telefon kullanımı için ne kadar doğrudur?	As la	N ad ire n	Ar a sır a	Ba ze n	Sı k sı k	G en ell ikl e	D ai m a
1 Başkaları telefonlarında mesajlarını ve sosyal medyadaki gelişmeleri kontrol ederler.	1	2	3	4	5	6	7
2 Başkalarının telefonlarını online olmak için kullanırlar.	1	2	3	4	5	6	7
3 Başkaları telefonları görebilecekleri bir yere koyarlar.	1	2	3	4	5	6	7
4 Başkaları telefonunu kontrol etmediğinde önemli şeyler kaçırmaktan korkarlar.	1	2	3	4	5	6	7
5 Başkaları telefon kullanımları nedeniyle çevrelerine yönelik farkındalıklarını kaybederler.	1	2	3	4	5	6	7
6 Başkaları telefonlarını bıraktıklarında zor zaman geçiriyor gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
7 Başkaları telefonlarını bırakıp çıkamazlar.	1	2	3	4	5	6	7
8 Başkaları telefonunu kullanırken "kendi dünyalarında" gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
9 Başkaları telefonları yanlarında değilse huzursuz görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
10 Başkaları benimle konuşmak yerine telefonları ile ilgilenirler.	1	2	3	4	5	6	7
11 Başkaları benimle konuşmaktansa telefonları ile ilgilenmeyi tercih ederler.	1	2	3	4	5	6	7
12 Başkaları beni görmezden gelip telefonu ile ilgilendiğinde sıkılmaktan kurtulmuş gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
13 Başkaları bendense telefonlarıyla ilgilendiğinde rahatlamış gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
14 Başkaları bana odaklanmaktansa telefonlarıyla ilgilenirler.	1	2	3	4	5	6	7
15 Başkaları bendense telefonlarıyla ilgilendiklerinde stres atmış gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
16 Başkaları bana odaklanmayı bırakıp telefonlarıyla ilgilendiklerinde iyi hissediyor gibi görünürler.	1	2	3	4	5	6	7
17 Başkaları ilgilerini benden telefonlarına kaydırırlar.	1	2	3	4	5	6	7
18 Başkalarına telefonlarıyla çok uğraştıklarını söylerim.	1	2	3	4	5	6	7
19 Başkalarıyla onların telefon kullanımları yüzünden tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
20 Başkaları telefonlarını kullanırken kendimi "bıktım artık" diye düşünürken bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
21 Başkaları beni sinirlendirdiğini bilseler de telefonlarıyla ilgilenirler.	1	2	3	4	5	6	7
22 Başkaları onlara telefonunu bırakmalarını ve benimle konuşmalarını söylediğimde sinirlenirler.	1	2	3	4	5	6	7

EK C İLİŞKİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (RAS)

Lütfen her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip ifadenin yanındaki boşluğa uygun sayıyı yazınız.

1)- Sevgiliniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?

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

2)- Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

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

3)- Diğerleri ile karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?

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

4)- Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?

1	2	3	4	5	6	7
Hiçbir zaman						Her zaman

5)- İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç						Tamamen
karşılamiyor						karşılıyor

6)- Sevgilinizi ne kadar seviyorsunuz?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç						Çok
evmiyorum						seviyorum

7)- İlişkinizde ne kadar problem var?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç						Çok fazla
yok						problem var

EK D ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK ÖLÇEĞİ (RİYÖ)

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ)

Maddeleri

1. Onunla her konuda konuşurum.
2. Bana sarılması hoşuma gider.
3. Onu zor zamanlarında cesaretlendiririm.
4. İhtiyaç duyduğunda yanında olurum.
5. Bana dokunması hoşuma gider.
6. Ona kişisel problemlerimi anlatırım.
7. Beni aldatabileceğini düşünüyorum.
8. Güç durumlarda karar vermesine yardım ederim.
9. Her türlü düşüncemi onunla paylaşıyorum.
10. Ona karşı olan duygularımı rahatlıkla açıklarım.
11. Ona dokunmak hoşuma gider.
12. Ona her konuda güvenirim.
13. Çok özel yaşantılarımı ona anlatırım.
14. Onu çekici bulurum.
15. Onun bana karşı dürüst olduğunu düşünüyorum.
16. İhtiyacı olduğunda ona yardım ederim.
17. Ona söylediğim özel şeylerin sır olarak kalacağını bilirim.

Kendini açma alt ölçeği 1, 6, 9, 10 ve 13. maddelerden,

Fiziksel çekim alt ölçeği 2, 5, 11 ve 14. maddelerden,

Destek alt ölçeği 3, 4, 8 ve 16. maddelerden

Güven alt ölçeği 7, 12, 15 ve 17. maddelerden oluşmaktadır.

Ters puanlama: 7. Madde

4'lü likert tipinde (hiç, bazen, çoğunlukla, her zaman)

Ölçekten alınan toplam puan ilişkideki romantik yakınlık düzeyini vermekte.

EK E GENEL SOSYOTELİST OLMA VE SOSYOTELİZME MARUZ KALMA ÖLÇEKLERİ KULLANIM İZNİ

Genel Sosyotelist Olma ve Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçekleri kullanım izni hakkında



Gelen kutusu



Doç. Dr. DERYA ORHAN... 17 Oca



alıcı: ben

Merhabalar,

Ölçekleri kullanabilirsiniz. Ölçek izni makalenin sonunda araştırmacı beyanı olarak belirtilmiştir.

Ölçek formunu ekte gönderiyorum. Ölçek toplam puanı, makalede olumlu olumsuz maddelerin belirtildiği biçimde toplam puan olarak oluşturuluyor. Orijinal ölçekte puanlama çalışması bulunmuyordu, ölçek geliştiriciler sürekli veriyi süresiz hale getirmemek için düzey gibi bir çalışma yapmadıklarını, yüksek puanlar sosyotelist davranışın yükseldiği, düşük puanlar davranışın düştüğü şeklinde yorumlansın istiyorlar.

Ben de benzer biçimde toplam puan kullanmanızı öneriyorum. Ancak düzeylendirmek istiyorsanız ortalama puan olarak kendiniz eşik değerler belirleyebilirsiniz. Ben, ölçeği kullanım deneyimlerime dayanarak, en düşük ortalama 1 en yüksek 7 olduğundan; 1-3 arasında puanlar düşük, 3,01-5 aralığında puanlar orta, 5,01-7 aralığında puanlar yüksek olarak düzeylere ayrılabilceği kanısındayım.

Kolaylıklar iyi çalışmalar dilerim.

Dr. Derya ORHAN GÖKSÜN

EK F İLİŞKİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ(RAS) KULLANIM İZNİ

Türkçe Relationship Assessment Scale Ölçeği Kullanım İzni

Gelen kutusu



ben 17 Oca



Merhaba Sayın Ferzan Curun hocam, ben Psikolog Burcu İzci. İstanbul Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans tez aşamasındayım. Türkçe uyarlamasını yapmış olduğunuz İlişki Değerlendirme Ölçeği'ni çalışmam için kullanmak istiyorum. İletmeniz mümkünse ölçek çalışmasını ve izninizi rica ediyorum. Teşekkür ederim, iyi çalışmalar Saygılarımla.



Ferzan Curun 17 Oca



alıcı: ben

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

EK G ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Kullanım İzni

Gelen kutusu



ben 17 Oca

alıcı: e...



Merhaba Sayın Hülya Ercan hocam, ben Psikolog Burcu İzci. İstanbul Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans tez aşamasındayım. Geliştirmiş olduğunuz Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği'ni çalışmam için kullanmak istiyorum. İletmeniz mümkünse ölçek çalışmasını ve izninizi rica ediyorum. Teşekkür ederim, iyi çalışmalar Saygılarımla.



Hülya ERCAN 17 Oca

alıcı: ben



Ölçek maddeleri ve puanlama bilgileri ektedir.
Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.
Doç. Dr. Hülya ERCAN

EK H ETİK KURUL KARARI

 OKAN ÜNİVERSİTESİ	İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ ETİK KURUL KARARI
--	---

Toplantı Tarihi: 05.02.2025

Toplantı Sayısı: 185

Toplantıya Katılanlar:

Prof. Dr. Mazhar Semih Baskan	(Başkan)
Prof. Dr. Süleyman Nazif Eripek	(Üye)
Prof. Dr. Fatma Çiğdem Çelik	(Üye)
Prof. Dr. Ayşe Demet Kaya	(Üye)
Prof. Dr. Tuğrul Erbaydar	(Üye)
Prof. Dr. Arif Haldun Soygür	(Üye)
Dr. Öğr. Üyesi Deniz Sönmez	(Üye)
Dr. Öğr. Üyesi Gamze Aydın	(Üye)
Dr. Öğr. Üyesi Özlem Yazıcı	(Üye)

Okan Üniversitesi Etik Kurulu 05.02.2025 tarihinde toplandı.

Yapılan görüşmeler sonucunda;

Karar 4-Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü – Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı’ndan **Burcu İZCİ’nin Dr. Öğr. Üyesi Evin AYDIN YÖNTEM** danışmanlığında “**Sosyotelizm İle İlişki Memnuniyeti ve Romantik Yakınlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı çalışmasının etik açıdan uygun olduğuna oy birliğiyle karar verildi.

Prof. Dr. Mazhar Semih Baskan
(Başkan)

Prof. Dr. Süleyman Nazif Eripek
(Üye)

Prof. Dr. Fatma Çiğdem Çelik
(Üye)

Prof. Dr. Ayşe Demet Kaya
(Üye)

Prof. Dr. Tuğrul Erbaydar
(Üye)

Prof. Dr. Arif Haldun Soygür
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Deniz Sönmez
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Gamze Aydın
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Özlem Yazıcı
(Üye)