

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÇİFTLERİN İLİŞKİ DOYUMUNUN YORDAYICILARI
OLARAK PSİKOLOJİK MANİPÜLASYON VE
DUYGUSAL BAĞIMLILIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ayşe Nur KULOĞLU

İstanbul

Temmuz, 2024

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÇİFTLERİN İLİŞKİ DOYUMUNUN YORDAYICILARI OLARAK
PSİKOLOJİK MANİPÜLASYON VE DUYGUSAL BAĞIMLILIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ayşe Nur KULOĞLU

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

İstanbul

Temmuz, 2024

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “Çiftlerin İlişki Doyumunun Yordayıcıları Olarak Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Ayşe Nur KULOĞLU

ÖNSÖZ

Öncelikle tez danışmanım Prof. Dr. M. Yüksel ERDOĞDU'ya uzmanlığı, rehberliği, cesaretlendirmesi ve desteği için teşekkür etmek istiyorum. Hayatın koşturmacası devam ederken çıktığım bu yolda her zaman yanımda olduğunuzu hissettirdiğiniz, pes etmememi sağladığınız ve en önemlisi bana inandığınız için çok teşekkür ederim.

Lisans eğitimimde yolumuzun kesişmesinden büyük onur duyduğum kıymetli hocalarım Dr. Olcay YILMAZ ve Dr. Kürşad DEMİRUTKU'ya lisansüstü eğitimime devam etmem konusunda verdikleri cesaret ve ne zaman ihtiyaç duysam ulaşılabilir oldukları için çok teşekkür ederim.

Hayattaki en büyük şansım, kıymetli ailem, fedakarlığı, desteği, gözlerindeki o gururlu bakışıyla yola devam etmemi sağlayan canım annem Birsen KULOĞLU, ilmine ve yaşantısına her zaman imrendiğim ve örnek aldığım canım babam Hüseyin KULOĞLU, hayatın her anında, koşulsuz yanımda olacaklarını bildiğim, avukatlarım, canım abim Hasan KULOĞLU ve kardeşim Yunus Emre KULOĞLU'na her şey için çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecim boyunca yanımda olan, bana inanan, desteğini esirgemeyen başta ev arkadaşlarım olmak üzere dostlarımın her birine teşvikleri için ayrı ayrı teşekkürlerimi sunuyorum.

Tezimi hayat karşısına ne çıkarırsa çıkarsın ışığı sönmeyen, ayakları üzerinde durup kendi gelişimi için yola devam eden, geliştikçe etrafını da güzelleştiren, pes etmeyen ve gücünü kendinden alabilen tüm kadınlara ithaf ediyorum.

Ayşe Nur KULOĞLU

İstanbul- 2024

ÖZET

ÇİFTLERİN İLİŞKİ DOYUMUNUN YORDAYICILARI OLARAK PSİKOLOJİK MANİPÜLASYON VE DUYGUSAL BAĞIMLILIK

Ayşe Nur KULOĞLU

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

Temmuz, 2024- 73 Sayfa

Bu araştırmada çiftlerin ilişki doyum düzeylerinin yordanmasında psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılığın rolünü ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Çalışmada ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu 279'u (%72,1) kadın, 108'i (27,9) erkek olmak üzere toplam 387 bireyden oluşmaktadır. Çalışmada "İlişki Doyum Ölçeği", "Psikolojik Manipülasyon Ölçeği" ve "Duygusal Bağımlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların demografik özelliklerinin tespiti için "Kişisel Bilgi Formu" oluşturulmuştur. Ölçeklerden elde edilen puanları analiz etmek için; frekans ve yüzdelikler, t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson Korelasyon ve Çoklu Regresyon analizinden yararlanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre kadın ve erkek katılımcıların ilişki doyumları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Erkek katılımcıların psikolojik manipülasyona daha fazla maruz kaldığı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Pearson Korelasyon Analizi sonucuna göre, katılımcıların ilişki doyumunu ve psikolojik manipülasyon yönelimleri arasında negatif yönde yüksek düzeyde, ilişki doyumunu ve duygusal bağımlılıkları arasında ise pozitif yönde yüksek düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık arasında ise negatif yönde ilişki görülmektedir. Çoklu Regresyon Analiz sonucuna göre ise, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılığın ilişki doyumunu üzerinde yüksek düzeyde anlamlı yordayıcı etkisi bulunmuştur. Psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlardan değersizleştirilmenin de benzer şekilde ilişki doyumunu üzerinde yüksek derecede anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmışken, diğer alt boyutlar inkâr ve reddedilme ve bastırılmanın ilişki doyumunu üzerinde anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık

ABSTRACT
**PSYCHOLOGICAL MANIPULATION AND EMOTIONAL
DEPENDENCY AS PREDICTORS OF COUPLES'
RELATIONSHIP SATISFACTION**

Ayşe Nur KULOĞLU

Master's Degree, Guidance and Psychological Counseling

Advisor: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

July, 2024 – 73 Pages

This study aimed to reveal the role of psychological manipulation and emotional dependence in predicting the relationship satisfaction levels of individuals who have been in a romantic relationship or marriage for one year or more. The relational screening model was used in the study. The study group consists of a total of 387 individuals, 279 (72.1%) of whom are women and 108 (27.9) of whom are men. "Relationship Satisfaction Scale", "Psychological Manipulation Scale" and "Emotional Dependency Scale" were used in the study. Additionally, a "Personal Information Form" was created to determine the demographic characteristics of the participants. To analyze the scores obtained from the scales; Frequencies and percentages, t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), Pearson Correlation, and Multiple Regression analysis were used. According to the results of the study, no significant difference was found between the relationship satisfaction of male and female participants. It was concluded that male participants were more exposed to psychological manipulation. According to the results of Pearson Correlation Analysis, it was found that there was a high level of negative correlation between the participants' relationship satisfaction and psychological manipulation tendencies, and a high positive correlation between their relationship satisfaction and emotional addictions. There is a negative relationship between psychological manipulation and emotional addiction. According to the results of Multiple Regression Analysis, a highly significant predictive effect of psychological manipulation and emotional dependence was found on relationship satisfaction. While it was concluded that devaluation, one of the sub-dimensions of the psychological manipulation scale, was similarly highly significant on relationship satisfaction, it was found that the other sub-dimensions,

denial and rejection, and suppression, did not have a significant predictive effect on relationship satisfaction.

Key Words: Relationship Satisfaction, Psychological Manipulation, Emotional Dependence



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR LİSTESİ	xi
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1.Problem	1
1.2.Araştırmanın Amacı	3
1.3.Araştırmanın Önemi.....	4
1.4.Varsayımlar	5
1.5.Sınırlılıklar	5
1.6.Tanımlar	6
İKİNCİ BÖLÜM.....	7
KURAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1.Romantik İlişki.....	7
2.1.1.İlişki Doyumu.....	7
2.1.2.Bağlanma Kuramı	8
2.1.3.Yatırım Modeli	10
2.1.4.İlişki Doyumu ve Manipülasyon.....	10
2.1.5.İlişki Doyumu ile İlgili Yapılan Çalışmalar	11
2.2.Manipülasyon	12
2.2.1.Psikolojik Manipülasyon.....	12
2.2.2.Gaslighting	13
2.2.3.Duygusal Manipülasyon.....	14
2.2.4.Makyavelizm.....	15
2.2.5.Psikolojik (Duygusal) İstismar.....	15
2.3.Duygusal Bağımlılık	16

2.3.1.Duygusal Bağımlılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	17
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	19
YÖNTEM.....	19
3.1.Araştırmanın Modeli	19
3.2.Katılımcılar	19
3.3.Veriler Toplama Araçları	21
3.3.1.Araştırmacı Tarafından Oluşturulan Bilgi Formu	21
3.3.2.İlişki Doyum Ölçeği (İDO)	21
3.3.3.Psikolojik Manipülasyon Ölçeği (PMÖ).....	22
3.3.4.Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ).....	22
3.4.Verilerin Toplanması	23
3.5.Verilerin Analizi	23
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	25
ARAŞTIRMA BULGULARI	25
4.1.İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerinin Betimsel İstatistikleri	25
4.2.Katılımcıların İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerine İlişkin Sosyo-Demografik Değişkenlerin İncelenmesi.....	26
4.3.Katılımcıların İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerinin Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları.....	26
4.4.İlişki Doyum Ölçeği, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	39
4.5.İki Bağımsız Değişkenin “Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık” Bağımlı Değişken “İlişki Doyumu” Üzerindeki Yordama Gücünün İncelenmesi .	41
4.6.Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Alt Boyutlarının Bağımlı Değişken “İlişki Doyumu” Üzerindeki Yordama Gücünün İncelenmesi	41
BEŞİNCİ BÖLÜM	43
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	43
5.1.Sonuç ve Tartışma	43
5.1.1.Araştırma Katılımcılarının İlişki Doyumu ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi.....	43
5.1.2.Araştırma Katılımcılarının Psikolojik Manipülasyon Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi	46
5.1.3.Araştırma Katılımcılarının Duygusal Bağımlılık Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi.....	48
5.1.4.Araştırma Katılımcılarının İlişki Doyumları ile Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi	50

5.1.5.Katılımcıların Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılıklarının İlişki Doyum Düzeylerini Yordamasına İlişkin Değerlendirme.....	51
5.2. Öneriler	52
KAYNAKÇA.....	54
EKLER.....	67
EK-1 Demografik Bilgi Formu	67
EK-2 İlişki Doyum Ölçeği (İDO)	68
EK-3 Psikolojik Manipülasyon Ölçeği	69
EK-4 Duygusal Bağımlılık Ölçeği	71
EK-5 Ölçek Kullanım İzinleri.....	72
ÖZ GEÇMİŞ.....	73
EĞİTİM	73
YAYINLAR.....	73

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Bilgiler Frekans, Ortalama ve Yüzde Değerleri	20
Tablo 4.1: İlişki Doyum, Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerine İlişkin Betimsel İstatistikleri	25
Tablo 4.2: Katılımcıların İlişki Doyum, Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Gösteren Verilerin t Testi Sonuçları	27
Tablo 4.3: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	29
Tablo 4.4: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Partner Yaşı Değişkenine ANOVA ile Sonuçları	31
Tablo 4.5: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Birliktelik Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	32
Tablo 4.6: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	34
Tablo 4.7: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Partnerin Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları... ..	36
Tablo 4.8: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Birliktelik Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	38
Tablo 4.9: İlişki Doyum Ölçeği, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Ait Korelasyon Katsayı Sonuçları	39
Tablo 4.10: Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılığın İlişki Doyumunun Ne Kadarını Açıkladığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu.....	41
Tablo 4.11: Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Alt Boyutlarının İlişki Doyumunun Ne Kadarını Açıkladığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu.....	41

KISALTMALAR LİSTESİ

APA: (American Psychological Association) Amerikan Psikoloji Derneği

SPSS: (Statistic Packets For Social Sciences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi

TDK: Türk Dil Kurumu

Akt: Aktaran

Bknz: Bakınız

ev: Çeviren

Ed: Editör

Vb.: Ve benzeri

Vd.: Ve diğerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Birinci bölümde ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılığı içeren çalışmanın problemi, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlamalarına yer verilmiştir.

1.1. Problem

İnsanlar doğaları gereği çevresindeki bireylerle etkileşim halindedir ve buna ihtiyaç duyarlar. Erikson'un psikososyal gelişim kuramında yetişkinlik döneminde yakın ilişkilerin önemi vurgulanmıştır ve bu dönemde bireyin yakın ilişkiler kurması ve sürdürmesi beklenir ancak birey bu dönemi başarısızlıkla sonuçlandırır ise toplumdan yalıtılmışlık yaşar (Erikson, 1994). Romantik ilişkiler de bu yakın ilişkilerden biridir ve bireylerin hayatındaki önemi oldukça fazladır. Atak ve Taştan (2012: 520-546)'ın çalışmasına göre romantik ilişkilerin insanların hayatlarında etkili bir işlevi vardır hayatlarını daha anlamlı hale getirmesi açısından önemli bir noktadadır.

Arnett ve diğerleri (2014: 569-576), başarılı şekilde başlayan ve devam ettirilen romantik ilişkilerin bireylerin hayatının ilerleyen dönemlerinde de psikolojik iyilik hallerine faydalı olacağını savunmaktadır. Benzer şekilde sağlıklı romantik ilişki içinde olan bireylerin benlik algılarının ve özgüvenlerinin yükseldiği öne sürülmektedir (Kalkan, Hamamcı ve Yalçın, 2015: 69-81). Romantik ilişkilerin sağlıklı ve uzun süreli olabilmesi için ilişki doyumunun elzem olduğu söylenebilir. Hendrick (2004: 13-27)'e göre bireyler ilişkilerinden doyum aldıkları müddetçe partnerlerinden ve onunla olan ilişkilerinden istek ve ihtiyaçlarını karşılamaya devam ederler ve ilişkilerini sürdürme eğiliminde olurlar. İlişki doyumu kişinin partnerinin davranışları ve bireyin beklentileri arasındaki etkileşim olarak tanımlanırken (Sabatelli, 1988: 217-222), Hawkins (1968)'e göre kişinin ilişkide olduğu bireyin duygu, davranış ve düşüncelerini kendine uygun bulmasıdır. Alanyazın incelendiğinde ilişki doyumunun pek çok farklı değişkenle incelendiği görülmektedir (Elphinston ve Noller, 2011, Barnes vd., 2007, Stackert ve Bursik, 2003). Sosyal medya kullanımı, kıskançlık ve ilişki doyumu değişkenlerini içeren çalışmada aşırı sosyal medya kullananların partnerlerine karşı daha kıskanç tavırlar sergiledikleri, onları kontrol altına almaya

çalıştıkları ve buna bağlı olarak ilişki doyumunun zedelendiği sonucuna ulaşılmıştır (Elphinston ve Noller, 2011). Bir başka çalışmada bilinçli farkındalık (mindfulness) ile ilişki doyumu incelenmiş ve bilinçli farkındalığın ilişki doyumunu ciddi düzeyde yordadığı sonucuna erişilmiştir (Barnes vd., 2007). Bağlanma stilleri ve ilişki doyumunun incelendiği bir çalışmada olumsuz bağlanma stillerine sahip olan kişilerin ilişki doyumunun olumlu bağlanma stiline sahip olanlara kıyasla daha düşük olduğu gözlenmiştir (Stackert ve Bursik, 2003). İlişki doyumu ve ilişkinin devam edip etmeyeceği elbette birçok unsura bağlıdır. Manipülasyon ve duygusal bağımlılığın bu unsurlardan olabileceği düşünülebilir. Amerika'nın en eski sözlük yayıncısı Merriam-Webster tarafından 2022 yılının kelimesi seçilen "Gaslighting" son yıllarda ilişkiler içinde kullanılmasıyla popülerlik kazanmıştır (Merriam-Webster, 2023). Gaslighting kelimesi Türkçe'de manipülasyon, psikolojik manipülasyon ve duygusal manipülasyon olarak isimlendirilmektedir. Manipülasyonun en çok gözlemlendiği alanlardan biri de romantik ilişkilerdir (Erdoğan ve Öztürk, 2018: 11-20). Manipülasyon Clair (1996: 248-258)'e göre, başkalarını etki altına almak için kişinin zekâ, kandırma ve saldırganlık kullanmasıyla, Buss ve diğerlerine (1987) göre bireylerin çevresindekileri harekete geçirmek, değiştirmek, sömürmek ve etkilemek için kasten yaptıkları taktiklerdir. İlişki içinde karşı tarafı yönlendirici çeşitli taktikler ve oyunlar kullanılması partnerin güvenini azaltırken, kişi kontrol altında tutulmakta ve bağımlı hale getirilmektedir (Spear, 2020; Thomas, 2018). Çalışmalar çoğunlukla bireylerin bu durumu içselleştirdiğini ve normalleştirdiğini göstermektedir (Goldsmith ve Freyd, 2005: 95-123), çünkü kişi kendini manipüle eden kişiye bağımlı hisseder ve istismara uğradığını fark etmekte zorlanır (Ertürk ve Arıkan, 2022: 1776-1791). Dolayısıyla birey partneri tarafından kontrol altına alınması ve benliğini yitirmesine rağmen bağımlılığın dolaylı farkında bile olmayabilir. Duygusal bağımlılık bireylerin tatmin edilememiş duygusal ihtiyaçlarını etraflarındaki diğer insanlardan uyumsuz şekilde edinme çabası olarak tanımlanır (Castelló, 2000).

İlişkilerde bağımlılık konusunda iki farklı görüş mevcuttur. Bunlardan ilkinde göre romantik ilişkilerde duygusal bağımlılığı olan partnerler birbirlerine daha fazla uyum sağlama eğilimindedir ve bu işlevsel duygusal bağımlılıktır (Ümmet ve Acar-Bulut, 2022: 660-678). Duygusal bağımlılığı olan bireyler birbirleriyle daha etkili iletişim kurar ve evlilik sorunlarını duygusal bağımlılığı olmayan bireylere göre daha etkin şekilde çözerler (Rusbult vd., 2002). Diğer bir görüşe göre ise duygusal bağımlılık yüksek olduğunda bireyler sevgi dolu biriyle bağlantı kurmaya özlem duyar, terk

edilme korkuları olur bu yüzden ilişki yaşadıkları kişiye yapışırçasına tutunabilirler ve ayrılık durumunda yas dönemleri daha derin ve umutsuz olabilmektedir (Arntz, 2005: 411-416). Ayrıca duygusal bağımlı bireylerde partnerleriyle birlikte olmak için aşırı zaman ve çaba harcama, tüm olumsuz durumlara rağmen bağına beslenmesi, ayrılmada zorluk çekme gibi durumlar baş gösterebildiğinden, duygusal bağımlılık patolojik bağımlılığa dönüşebilir (Jiménez ve Sirvent, 2008: 150-167).

Literatür incelendiğinde Türkiye’de romantik ilişkilerde manipülasyon konusuyla ilgili yeterince araştırma olmamakla beraber, ilişki doyumu, duygusal bağımlılık ve manipülasyonun bir arada incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. İlişki doyumu psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık ile ilgili yukarıda yapılan tanımlar ve araştırma bulgularından hareketle bu araştırmanın temel problemi ilişki doyumunun yordayıcıları olarak psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılığın incelenmesidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık değişkenlerinin ilişki doyumunu yordama düzeyini ortaya koymaktır.

Genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık ölçeklerinden alınan puanların betimsel istatistik düzeyleri nedir?
2. İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık ölçeklerinden alınan puanlar; cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, birliktelik durumuna, birliktelik süresine göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar göstermekte midir?
3. Katılımcıların ilişki doyumları ile psikolojik manipülasyon ve alt boyutları ve duygusal bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Katılımcıların psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık düzeylerinin ilişki doyumu üzerinde yordayıcı bir rolü var mıdır?
5. Katılımcıların psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlarından değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılma düzeylerinin ilişki doyumu üzerinde yordayıcı bir rolü var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

İnsan sosyal bir varlıktır ve bunun doğal bir sonucu olarak çevresiyle devamlı etkileşim halindedir. Bowlby (1983)'e göre bireyler doğum ve ölüm süreci arasında ilişki ve yakınlık kurma eğilimindedir. Sevgi, ilgi gibi olumlu duyguların yanı sıra kızgınlık, kıskançlık gibi olumsuz duyguları da içinde barındıran ilişkiler yakın ilişkililerdir (Weiten, Dunn ve Hammer, 2014). Yakın ilişki türlerinden biri de romantik ilişkililerdir ve erken yetişkinlik döneminde deneyimlenen romantik ilişkiler, bireysel ve sosyal gelişime oldukça büyük katkı sağlamaktadır (Sarı, 2008). Bireyler çoğunlukla mutlu olmak ve uzun süreli devam ettirmek üzerine romantik ilişki yaşarlar ve bu beklentilerin gerçekleşip gerçekleşmemesi ilişkiden alınan doyum ile ilişkilendirilebilir.

İlişki doyumu insanların evliliklerinde ve romantik birlikteliklerinde o ilişkinin devamı açısından oldukça önemli bir kavramdır çünkü ilişki doyumu olmadığında partnerler arasında sorunlar baş gösterebilir. Bireylerin kendilerine ne kadar nazik davrandıkları kendileri kadar ilişki içinde oldukları bireyleri de etkilemektedir (Neff ve Beretvas, 2013: 78-98). Bundan dolayı ilişki doyumunun eksikliği veya olmayışı romantik ilişkileri derinden etkileyebilir hatta romantik ilişkilerin etkilenmesi sonucu aile içi dinamiklerin ve ailedeki çocukların psikososyal gelişiminin bile etkileyebileceği söylenebilir. Bu anlamda evlilik ve romantik ilişkilerdeki ilişki doyumunu etkileyen potansiyel faktörlerin araştırılması büyük bir önem arz etmektedir. Nitekim Öztürk (2021: 1-39) flört ve evlilik ilişkileri ile aile içinde çocukların da gaslighting mağduru olabileceğini öne sürmüştür. Ayrıca romantik ilişkilerde yaşanan sorunların bireylerin hem sosyal hem de kişisel yaşamlarını etkilediği söylenebilir. Psikolojik manipülasyonun da çiftler arasındaki önemli problemlerden biri olduğu düşünüldüğünde, bu konuda çalışmalar yapılması önem arz etmektedir. Duygusal bağımlılık da romantik ilişkilerde incelenen bir diğer konu olmakla beraber Rusbult ve meslektaşları (1983: 101-117)'nin araştırmasında romantik ilişkide ilişki doyumu ve bağımlılık arasında pozitif korelasyon bulunmuş, ilişki doyumunun yüksek olduğu durumlarda bağımlılığın da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kemer, Yıldız ve Bulgan (2016)'ın evli bireylerle yapmış oldukları çalışmasında da duygusal bağımlılık ile ilişki doyumu arasında pozitif ilişki saptamışlardır. Bu bulgular ışığında duygusal bağımlılığın ilişki doyumunu artırdığı düşünülebilir.

Bu çalışmada psikolojik manipölasyon ve duygusal bağımlılık değişkenlerinin ilişki doyumunu üzerindeki etkisi test edilerek ilişki doyumunu hangi değişkenin ne düzeyde etkilediği ortaya konulmuştur. Elde edilen bulguların bu alanda çalışan psikologlara, psikolojik danışmanlara, çift terapistleri ve aile danışmanlarına çok önemli katkılar sağlaması beklenmektedir. Ayrıca bu çalışmada ilişki doyumunun demografik değişkenlerle ilişkisi incelenecektir dolayısıyla ilişki doyumunu açısından yetersiz ve riskli grupların belirlenmesi ve gerekli önlemlerin alınması konularında da bu çalışmanın özel bir yere sahip olduğu söylenebilir.

1.4. Varsayımlar

- 1- Araştırmaya katılan bireylerin anket ve ölçek sorularını içtenlikle cevapladıkları varsayılmaktadır.
- 2- Araştırmaya katılan bireylerin 1 yıl ve üzeri romantik birlikteliği olduğu varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

- 1- Araştırmada elde edilen veriler kullanılan ölçme araçlarının ölçümleri ile sınırlıdır.
- 2- Araştırmadan elde edilen bulgular 2023-2024 yılında elde edilen verilerle sınırlıdır.
- 3- Araştırma ilişkisel araştırma modelinde olduğundan, değişkenler arasında bir nedensellik ilişkisi sunmaz.
- 4- Çalışmanın verileri, yalnızca kullanılan ölçeklerin özelliklerini ve alt boyutlarını içermektedir.

1.6. Tanımlar

Çalışmanın temel kavramları aşağıda tanımlanmıştır.

Romantik İlişki: Romantik ilişki bireylerin karşılıklı olarak fark ettiği ilgi ifadeleriyle beraber özel bir yoğunlukta olan, gönüllü bir etkileşimdir (Collins, 2003).

İlişki Doyumu: İlişki doyumu, Hendrick (1988)'e göre bireylerin yaşadıkları ilişki içindeki düşünce, duygu ve davranışlarıdır. Sabatelli (1988) ilişki doyumunun bireyin beklentileri ile ilişkide olduğu kişinin davranışları arasındaki etkileşimin ürünü olduğunu ileri sürmekteyken, Rusbult (1983: 101-117), bireyin ilişkide olduğu kişi ile ilgili genel olarak olumlu duygulara sahip olması olarak tanımlamaktadır.

Psikolojik Manipülasyon: Psikolojik manipülasyon, bireyin aldatıcı veya rahatsız edici yollara başvurarak karşısındaki bireyin düşünce, algı ve davranışlarını değiştirme ve etkilemeyi amaçlayan sosyal bir etkidir (Braiker, 2004; akt. Erden-Çınar vd., 2022).

Duygusal Bağımlılık: Kökenleri erken çocukluk dönemi deneyimlerine ve çocuğa aşırı düşkün ebeveynlere dayanan duygusal bağımlılık (Arntz, 2005: 411-416), kişinin tatmin edilememiş duygusal gereksinimlerini çevresindeki diğer bireyler aracılığıyla uyumsuz şekilde karşılamaya çalışmasıdır (Castelló, 2000).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde sırasıyla ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık değişkenleri ile ilgili kuramsal bilgiler ve açıklamalara yer verilmiştir. Değişkenlerin her biri kuramsal çerçevede açıklanmış, konu ile ilgili yapılan araştırmalardan bahsedilmiştir.

2.1. Romantik İlişki

Romantik ilişki, Sternberg (1986: 119-135)'e göre kadın ve erkek arasında gelişen tutku, bağlılık ve yakınlık içeren ilişkidir. Moss ve Schwebel (1993)'e göre ise romantik ilişki karşılıklı ve olumlu duygusal, fiziksel ve bilişsel bağlılık ve yakınlık içeren bir kavramdır. Benzer şekilde Collins (2003) romantik ilişkiyi tıpkı arkadaşlıklar gibi karşılıklı olarak kabul edilen ve gönüllü olarak devam edilen etkileşim olarak tanımlamıştır. Kısacası romantik ilişki, sosyal bir varlık olan ve yaşamını diğerleriyle etkileşim içerisinde devam ettiren insanın kurduğu ilişki tiplerinden biridir.

Stenberg (1988)'e göre bir ilişkinin romantik ilişki olarak değerlendirilebilmesi için yakınlık olarak adlandırılan, bireylerin samimi ve güçlü bağlarının olması ve birbirleriyle sınırlarını paylaşması, tutku olarak adlandırılan ilişki içerisinde fiziksel ve romantik çekiciliğin, cinselliğin var olması ve bağlılık olarak adlandırılan bireylerin ilişkilerini ileriye taşıma sorumluluğunu alması, ilişkiyi sürdürmesi ve ilişki içinde kalması gereklidir.

2.1.1 İlişki Doyumu

İnsanlar hayatları boyunca farklı biçimlerde çevreleriyle ilişki kurmaktadır. Psiko-sosyal gelişim kuramının öncüsü Erikson (1968), teorisinin “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” evresinde bireyin gelişimi için yakın ilişkiler kurması ve sürdürmesinin önemine dikkat çekmiştir (Erikson, 1968). Buradan hareketle insan yaşamında yakın ilişkilerin oldukça önemli olduğu söylenebilir. İnsanın yaşamını devam ettirirken kurduğu ilişkilerden biri olan romantik ilişki, birlikte yaşama, flört, uzun süreli birliktelik ve evlilik gibi beraberlikleri niteleyen bir ilişki türüdür. (Hendrick ve Hendrick, 2006: 881-899).

Romantik ilişkinin devamlılığı ve sağlıklı kalabilmesi için ilişki doyumu oldukça önemlidir. Hendrick (2004), ilişkinin devam edip etmeyeceği ve ne şekilde devam edeceği konusunda ilişki doyumunun önemli bir değişken olduğunu belirtmektedir.

Bireyin ilişkisi hakkındaki genel değerlendirmesini ifade eden ilişki doyumu, çift ilişkileri hakkındaki çalışmalarda en çok araştırılan husustur (Gerlach vd., 2020: 3688-3695). Hendrick ve meslektaşları (1988: 980-988), romantik ilişki sürecinin sağlıklı bir şekilde devam etmesinin ilişki doyumu ile mümkün olacağını öne sürmektedir. İlişki doyumu, Hendrick (1988)'e göre bireylerin yaşadıkları ilişki içindeki düşünce, duygu ve davranışlarıdır. Sabatelli (1988) ilişki doyumunun bireyin beklentileri ile ilişkide olduğu kişinin davranışları arasındaki etkileşimin ürünü olduğunu ileri sürmekteyken, Rusbult (1983: 101-117), bireyin ilişkide olduğu kişi ile ilgili genel olarak olumlu duygulara sahip olması olarak tanımlamaktadır. Fletcher ve Simpsons (2000) bireyin ilişkide olduğu kişinin duygu, düşünce ve davranışlarını kendi kriterlerine uygun bulmasının ilişki doyumu olduğunu ifade etmektedir. Hawkins (1968) ise ilişki doyumunu çiftlerin ilişkilerini birçok farklı açıdan değerlendirmeleri ve bunun sonucunda mutluluk ve zevk duygularının öne çıkıyor olması şeklinde ifade etmiştir. Rusbult ve meslektaşları (1998)'na göre doyum düzeyi ilişki içerisinde yaşanan olumlu ve olumsuz duygulanımdır ve ilişki doyumu partnerlerin birbirlerinin en önemli ihtiyaçlarını karşılama düzeylerinden etkilenir. Baumeister ve Leary (1995: 497-529)'e göre romantik ilişki doyumunun artması bireylerin iyi oluş haline de olumlu katkı yapmaktadır.

2.1.2 Bağlanma Kuramı

Romantik ilişki konusu üzerinde en fazla incelenen değişkenlerden birinin bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarını etkileyen bağlanma stilleri olduğu söylenebilir. Hazan ve Shaver (1987: 511-524), bağlanma stillerinin romantik ilişkiler açısından incelenmesi sonucu romantik ilişkilerin birçok özelliğinin açıklanabileceğini ileri sürmektedir. Temeli anne karnında atılan, büyüme süresince şekillenip ömür boyu gelişen ve yetişkin bireylerin yakın çevresiyle ilişkilerinde gözlemlenen davranış (Bowlby, 2012), ve bireylerin değer verdiği diğer kişilerle duygusal bağlar kurma eğilimi şeklinde tanımlanan bağlanma; hayatın ilk aşamalarında bebeğin bağlanma stilleri temel fizyolojik, duygusal, ruhsal ve güvenlik gibi ihtiyaçlarına bakım vereninin verdiği tepkilerle şekillenmektedir (Kaya ve Öz, 2020: 106-114). Bireylerin sevme-sevilme ihtiyacı bebeklik dönemlerinde bakım verenleriyle kurdukları ilişkiyle

başlar ve yetişkinlik döneminde yaşanan, bağlanma, aşk, sevgi ve güven temelinde oluşan romantik ilişkiler ile deneyimlenir (Gülaydın ve Semerci, 2018: 14-25).

Bağlanma kuramının temelleri John Bowlby ve Mary Ainsworth tarafından atılmış, Bowlby (1971), bağlanmayı bebeğin annesinden ayrılma durumuna verdiği tepkiyi gözlemleyerek anlamlandırmaya çalışmış (akt. Sümer ve Güngör, 1999: 71-106), Ainsworth ve diğerleri ise bağlanma kuramını inceleyip yaptıkları çalışma neticesinde kaygılı, güvenli ve kaçınan olacak şekilde üzere üç farklı bağlanma türü sınıflandırmışlardır (Ainsworth vd., 1978). Ainsworth ve meslektaşlarının yaptıkları deneylere göre güvenli bağlanma, anneleri tarafından hassasiyet gösterilen çocuklarda gözlemlenirken, güvensiz bağlanmaya hassasiyet gösterilmemiş çocuklarda rastlanmıştır (Bretherton, 1992). Tüm bunların ışığında, güvenli bağlanma anne veya birincil bakım veren kişiyle güvene dayalı kurulmuş duygusal bağ olarak tanımlanabilir. Hazan ve Shaver (1987: 511-524)'a göre bireylerin kendilerini ve çevresindekileri olumlu olarak değerlendirip kolaylıkla iletişim kurması güvenli bağlanma; bireylerin kendilerini olumsuz, çevresindekileri olumlu yönde değerlendirip, sevmeye değer biri olmadığını kabul etmeleri ve başkalarını sevgiye değer olarak nitelendirmeleri kaygılı bağlanma; bireylerin kendilerini olumlu olarak değerlendirip, sevmeye layık olduklarını düşünüp, çevresindekileri olumsuz ve değersiz olarak nitelendirmeleri ise kaçınan bağlanmadır.

Simpson (1990: 971-980)'a göre kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler partnerlerini idealleştirmelerine rağmen onların tepkileri konusunda kararsız olduklarından düşük özsaygıya sahiptirler, partnerleri tarafından sevildiklerine inanmayabilirler, yapışkan ve muhtaç davranışlar gösterirler ve ilişkilerinde daha düşük bağlılık, güven ve ilişki tatmini yaşarlar.

Güvenli bağlanmaya sahip bireyler ilişkilerinde oldukça yapıcı olmakla beraber, iyi bir eş ve iyi bir ebeveynidir (Ainsworth, 1989: 709-716). Duygusal konuda rahat olduklarından terk edilme korkusu yaşamazlar, partnerlerine yakınlık duyarlar ve ilişkilerini olumlu olarak tanımladıklarından (Hazan ve Shaver, 1987: 511-524; Hendrick ve Hendrick, 1989), romantik ilişkilerinde genellikle daha fazla memnuniyet, güven ve bağlılık bildirirler (Collins ve Read, 1990; Simpson, 1990). Kaçınan bağlanan bireyler ise duygusal yakınlık kurmaktan rahatsızlık duyarlar, bu yüzden güven konusunda problemleri vardır ve ilişkilerinde bağlılık, güven ve ilişki tatmini düşüktür (Collins ve Read, 1990: 644-663; Simpson, 1990: 971-980).

2.1.3 Yatırım Modeli

Literatür incelendiğinde romantik ilişkileri devam ettirme veya sonlandırma süreçleri bağlanım kavramıyla açıklandığı söylenebilir. Bağlanım kavramını inceleyen çalışmaların çoğu Thibaut ve Kelley'in (1959) tarafından ortaya atılan karşılıklı bağımlılık kuramına dayandırılmaktadır. Kurama göre ilişkileri değerlendirmede bireylerin ilişki doyumunu ve çekiciliğini değerlendirirken kullandıkları karşılaştırma düzeyi ve ilişkilerini devam ettirmeye karar verirken kullandıkları seçenekler için karşılaştırma düzeyi olmak üzere iki ölçüt kullanılır (Thibaut ve Kelley, 1959, akt: Terzi-İlhan ve Işık, 2017: 184-199). Alanyazın incelendiğinde bağlanım kavramının Rusbult tarafından ortaya çıkarılan ve karşılıklı bağımlılık kuramına dayanarak geliştirilen Yatırım Modeli ile incelendiği görülür.

Rusbult ve Buunk (1993: 175-204) bazı ilişkilerin zor anlarda nasıl ve niçin devam ettirildiğini diğerlerinin neden sonlandırıldığını ilişki doyumu ve bağımlılık arasında ayırım yapan karşılıklı bağımlılık teorisiyle açıklamış ve bu ayrımları yatırım modeli ile genişletmişlerdir. Yatırım modeli kısaca bireylerin romantik ilişki doyumlarının ve bağımlılıklarının nelerin etkisinde olduğunu açıklayan modeldir. Rusbult (1980: 172-186)'a göre yatırım modelinde ilişkiye yapılan yatırım, partnerin niteliği ve ilişki doyumu olmak üzere üç temel faktör bulunur ve bağımlılık ilişkiye yapılan yatırım ve zaman ile doğru orantılı olarak artar çünkü ilişkiye girilen kaynaklar o ilişkiden çekilmenin maliyetini de artırır. Ayrıca yatırım modeline göre bireylerin ilişki doyumları partnerleri zeki ya da çekici olduğunda veya yakınlıkları yüksek, tartışmalar ve mesafeler az olduğunda yüksek olmaktadır (Rusbult, vd., 1986: 81-89).

2.1.4 İlişki Doyumu ve Manipülasyon

Bobera (2015)'nın yaptığı çalışmada manipülasyon taktiklerinin ilişki kalitesiyle ve özellikle de ilişki doyumu ile negatif korelasyonu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Shackelford ve Buss (2000), eşlerin sadakatsizlik tehditleri, sadakatsizlik nedeniyle cezalandırma veya ceza tehdidi ve duygusal manipülasyonun evlilik tatmini ile olumsuz ilişki kurduğunu doğrulamışlardır. Bu çalışmalara göre ilişkilerdeki manipülasyon taktikleri zayıf ilişki doyumu ile ilişkilendirilmektedir. Romantik ilişkilerde duygusal manipülasyon araştırılırken kişinin ilişki doyumu düzeyini değerlendirmek önemlidir çünkü ilişkisinden memnun olmayan bireyler partnerlerini duygusal olarak manipüle etmek isteyebilirken, ilişkilerinden memnun olan bireyler manipülasyon ihtiyacı hissetmeyebilirler (Bobera, 2015).

2.1.5 İlişki Doymu ile İlgili Yapılan Çalışmalar

İlişki doymu uzun yıllardır pek çok araştırmacı tarafından farklı değişkenlerle ele alınmış hem Türkiye hem de dünyada ilişki doymu ile ilgili pek çok araştırma yapılmıştır.

Stackert ve Bursik (2003) 'in yaptıkları çalışmada kaygılı ve kaçınan bağlanma stilindeki kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip olanlara kıyasla daha fazla gerçekçi olmayan inançlara sahip oldukları ve bu sebeple ilişkilerinden doyum alamadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Barnes ve diğerlerinin (2007: 482-500) bilinçli farkındalığın ilişki doymu üzerindeki etkilerini incelemek için yaptıkları çalışmada bilinçli farkındalığın romantik ilişkideki stresle başa çıkılmasına yardımcı olduğu ve ilişki doymu üzerinde yüksek düzeyde yordayıcı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bir başka çalışmada Roberts ve Pistole (2009: 5-17) birbirinden uzakta ilişki yaşayan çiftler ile bağlanma stilleri ve ilişki doymunu incelemiş, araştırmanın sonucuna göre birbirlerinden uzak mesafede yaşayan çiftlerin uzak olmalarının tek başına ilişki doymunu yordamadığını, bağlanma stillerine göre kaygılı bağlanan bireylerin uzak mesafe ilişkisinde ilişki doyumlarının daha az, güvenli bağlananların ise ilişki doyumlarının mesafeye göre farklılaşmadığı gözlenmiştir.

Aşırı sosyal medya kullanımının ilişki doymu ve kıskançlık ile ilişkisinin incelendiği çalışmada (Elphinston ve Noller, 2011), yoğun olarak sosyal medya kullanan bireylerin partnerlerini kıskandıkları ve kontrolcü davrandıkları bu sebeple hem kendilerinin hem de partnerlerinin ilişki doyumlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Türkiye'de romantik ilişki doymu ile ilgili yapılan ilk çalışma Curun (2001) tarafından romantik ilişki doymunun cinsiyetçilik ve cinsiyet rolleri ile ilişkisinin araştırıldığı yüksek lisans tezidir ve araştırmanın sonucunda ilişki doymu ile cinsiyetçilik ve cinsiyet rolleri arasında pozitif yönde korelasyonlar bulunmuştur.

Beştav (2007) tarafından yapılan bir diğer çalışmanın sonucunda ilişki doymu ile cinsiyet, rasyonel olmayan inançlar, bağlanma stilleri ve aşka ilişkin tutumlar incelenmiş romantik ilişki doymunun cinsiyet ile ilişkili olmadığı, mantık dışı inanışların ilişki doymu üzerinde negatif bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.2 Manipülasyon

Literatür incelendiğinde manipülasyon kavramı; psikolojik manipülasyon, gaslighting, duygusal manipülasyon, makyavelizm ve psikolojik (duygusal) istismar kavramları ile ele alınmaktadır. Bu bölümde psikolojik manipülasyon ve benzer kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

TDK (2022)'ye göre manipülasyon; seçme, ekleyip çıkarma yolu ile bilgileri değiştirme ve yönlendirme olarak tanımlanır. Manipülasyon, az çok bilinçli bir hedef doğrultusunda karşı taraf üzerinde hakimiyet kurma şeklindeki küçük girişimlerdir (Chapaux-Morelli ve Couderc, 2017). Manipülasyonu yapan kişinin motivasyonunun bilinçsiz, davranışının bilinçli olduğunu ve çevresindekileri kendi arzularına uymaları konusunda zorlamaya çalıştığını belirten Clair (1996: 248-258), manipülasyonu psikiyatrik anlamda ele almış, başkalarını etkilemek için zekâ, saldırganlık ve aldatmanın kullanıldığı psikososyal bir manevra olarak tanımlamıştır. Buss ve diğerleri (1987) manipülasyonu çevredeki kişileri etkilemek, zorlamak, harekete geçirmek, değiştirmek ve sömürmek için kasten yapılan taktikler olarak tanımlamış, yaptıkları çalışma sonucunda nedenini sorgulama, çekicilik, geri çekilme, baskılama, sessiz muamele ve aşağılama olmak üzere altı farklı manipülasyon taktiği ortaya çıkarmış ve manipülasyon mekanizmasının kötü bir niyeti ima etmesi gerekmediğini ileri sürmüşlerdir.

Manipülasyon sosyal açıdan; toplumsal eşitsizliği doğrulayan aykırı bir baskı, bilişsel açıdan; anlama sürecine müdahale eden zihin kontrolü, söylemsel olarak ise; bireyin kendisi ile ilgili iyi, başkalarıyla ilgili kötü şeyleri vurgulaması olarak tanımlanır (Van Dijk, 2006: 359-383).

2.2.1 Psikolojik Manipülasyon

Psikolojik manipülasyon gerçek dışı, kifayetsiz ve taciz edici planlar vasıtasıyla karşı tarafın algısı ve davranışlarında değişikliğe sebep olmayı hedefleyen sosyal etki olarak tanımlanmaktadır (Braiker, 2004; akt. Yılmaz, 2018: 449-467). Nepryakhin (2019), psikolojik manipülasyonun şiddet içeren doğa, psikolojik etki, gizli gündem ve manipülatörün karşı taraftan beklediği davranış modeli şeklinde aktararak dört ana özelliği olduğundan bahsetmiş, psikolojik manipülasyonu bir kişi üzerinde kendi rızası olmadan aldatıcı ve kötü niyetli bir tür psikolojik etki olarak tanımlamıştır. Manipülasyonun yıkıcı doğasıyla, her zaman özel bir amaç ile kurbanın davranışına ilişkin önceden tasarlanmış bir senaryoya sahip olduğunu, daima kurbanın belirli bir

kırılganlığını hedef alarak duygulara etki edip mantığı ve eleştirel düşünmeyi yok ettiğini ileri sürmüştür (Nepryakhin, 2019). Lau (2023: 592-610)'ya göre ise yaygın olarak zararlı ve ahlaka aykırı olarak kabul edilen psikolojik manipülasyon, sosyal etkileşimler sonucu doğal olarak ortaya çıkan bir tür sosyal etkidir.

Psikoloji yazarı George K. Simon'a göre, başarılı psikolojik manipülasyonda manipülatörün saldırgan niyet ve davranışlarını gizlemesi, gerektiğinde mağdura zarar verebilecek kadar acımasız olması ve en etkili taktikleri kullanabilmesi için kurbanın psikolojik zayıflıklarını bilmesi gerekmektedir (Crangle, 2013). Psikolojik manipülasyonu yapan kişi karşısındakini duygusal olarak baskılayarak onun hareket alanını kısıtlar (Nagler vd., 2014: 47-52).

2.2.2 Gaslighting

Gaslighting, bireye sistematik olarak işlenen kafa karışıklığı, gerçeküstülük ve duygusal çarpıtmalar içeren bir duygusal istismar biçimidir (Sweet, 2019). İlk olarak Patrick Hamilton tarafından 1938 yılında, bir kocanın eşini deli olduğuna ikna etmeye çalışarak ondan kurtulmaya çalışması sürecini anlatmakta olan tiyatro oyununda geçmekte, 1960'lı yıllardan bu yana karşı tarafın kendi akıl sağlığını sorgulaması amacıyla onu psikolojik bir manipülasyona maruz bırakmak anlamında kullanılmaktadır (Thomas, 2018). Oyunda, sır saklayan adam eşinin sırrını açığa çıkarabileceğini fark eder ve onun gerçeklik duygusunu, kendi deneyimlerine olan inancını zedelemeye başlayan sistematik manipülasyon, gizli duygusal ve psikolojik şiddet taktikleri kullanarak doğuştan gelen özelliklerini manipüle eder ve halihazırda korkak, nazik, duyarlı ve sadık olan eşi manipüle edilmiş deneyimleri kabul etmeye başlar (Hightower, 2017). Abramson (2014:1-30) yaptığı çalışmada gaslighting'i manipülatörün kurbanı algı, inanç ve tepkilerinin hatalı olduğuna dair zorlanmasının yanı sıra “delilik” olarak nitelendirilebilecek derecede uyumsuz düşünce ve davranışlara yönlendiren duygusal bir manipülasyon şekli olarak tanımlamıştır. Günümüzdeki kullanımına uygun olacak şekilde tanımlanacak olursa gaslighting; bireyin duygu ve düşüncelerinin değersizleştirilmesi, gerçeklik algısında sorunlar olduğunun iddia edilmesi ve kendine güven ve özdeğer konularında problemler yaşamasına yol açan bir manipülasyon çeşididir (Nazir ve Özçiçek, 2022). Barton ve Whitehead (1969) yaptıkları çalışmada, 1959 yılında deli olduklarını düşünerek akıl hastanesine başvuran iki hastadan yola çıkmış, birinci vakada kadın hastaya partnerinin son altı aydır psikolojik baskı uyguladığını ancak bunu kavramakta zorluk

çektğini belirtmesi ve ikinci vakada 48 yaşındaki erkek hastaya partneri tarafından sezemediği ve anlamlandıramadığı bir psikolojik şiddet uygulanması ve her ikisinde aslında hasta olmadığı sonucuna ulaşılması üzerine bu durumu gaslighting olarak isimlendirmişlerdir. Özetle gaslighting, bireye baskı uygulayarak ve bu baskı kendi algısınıymış gibi hissettirilerek kaygı oluşturmak ve oluşan kaygı sonucunda bireyin düşünce ve davranışlarında değişikliğe sebep olan bir psikolojik manipülasyon çeşidi olarak tanımlanabilir. Kişinin zihniyle gerçeklik algısı arasında tıkanmaya ve bağlantı bozulmasına ciddi ve şiddetli psikolojik baskı olan gaslightingın en önemli unsuru davranışın maruz bırakılan kişiye hedeflenen etki verilinceye kadar devam ettirilmesidir (Thomas, 2018). Bilgileri değiştirmek, gizlemek ve durum kontrolü yapmak en yaygın gaslighting yöntemlerinden olmakla birlikte, kısaca manipülasyonu yapan kişinin karşısındaki birey ile ilgili bazı durumları değiştirmesi, bazı bilgileri gizlemesi ve bunlar sonucunda onu tamamen kontrol etmeye başlaması olarak açıklanabilir (Greenberg., 2017). Gaslighting'ın neden yapıldığına bakıldığında, bireylerin sorumluluktan kaçınmak ve karşısındaki kişinin davranışlarını kontrol etmeye çalışmak üzere gaslighting'e yönelik iki farklı motivasyonu vardır (Klein vd., 2023). Bunun yanı sıra Graves ve Samp (2021: 3378-3386), gaslighting ve güç arasındaki ilişkiye dair ampirik veriler yayımlayan ilk kişiler olarak, özellikle düşük kişilerarası güce sahip bireylerin gaslighting'e daha yatkın oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

2.2.3 Duygusal Manipülasyon

Duygusal zekâ ve kişiliğin karanlık yönünün birlikte ele alınmasıyla ortaya çıkan (Aydemir, 2021) duygusal manipülasyon, kişinin başka kişilerin duygularını kendi çıkarlarına hizmet eden bir çerçevede manipüle etmesidir (Grieve ve Mahar, 2010). Benzer tanımlarla duygusal manipülasyon, bireyin kendi menfaatleri doğrultusunda başkalarının duygu ve davranışlarını etkileme yeteneği (Austin vd., 2007: 179-189), arzu edilen sonucun elde edilmesi için başkalarının duygularının stratejik olarak etkileme eğilimidir (Grieve, 2011: 981-985). Grieve ve Mahar (2010: 945-950) yaptıkları çalışmada psikopati ve duygusal manipülasyon kavramlarını incelemiş ve aralarında güçlü bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Benzer şekilde Neumann ve meslektaşları (2007: 102-117) yaptıkları çalışmada manipülatif ve aldatıcı davranışların psikopati ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

2.2.4 Makyavelizm

Bireylerin kendi menfaatleri doğrultusunda çevresindeki kişileri aldatması ve onları kendi çıkarları için kullanmasını niteleyen Makyavelizm (Kanten, Yeşiltaş ve Arslan, 2015), duygusal manipülasyon kavramıyla benzerlikler göstermektedir ve Austin ve meslektaşlarının (2007: 179-189) çalışmasında duygusal zekanın karanlık yönleri incelenmiş, makyavelizmin duygusal manipülasyon kavramıyla pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde uluslararası alanda duygusal zekâ ile ilgili yapılan pek çok çalışmada kişiliğin karanlık yönüne dikkat çekilmiştir (Grieve, 2011: 981-985) ve ilk olarak Paulhus ve Williams (2002: 556-563)'ın ortağa attığı “Karanlık Üçlü” kavramlarından biri de Makyavelizm'dir. Duygusal manipülasyonla pozitif yönde ilişkili olan Makyavelizm kavramı Psikopati ve Narsisizm ile Karanlık Üçlü kavramını oluşturur. Psikopati kişilik özelliğindeki bireyler düşük öz-kontrol ve düşük empati yeteneğine sahip, sapkın davranışlar sergileyemeye meyilli, pişmanlık duygusu yaşamayan, üstünlük hevesinde, yalancı ve manipülatif insanlar olarak tanımlanır (Cleckley, 1976 akt; Saltoğlu ve Irak, 2020). Makyavelizm kişilik özelliğine sahip bireyler ise şüpheli, etik değerler konusunda duyarsız ve başarıya ulaşmak adına manipülasyon kullanmanın gerektiğine inanan insanlar olarak tanımlanır (Furnham, Richards ve Paulhus, 2013: 199-216). Duygusal manipülasyon kavramının karanlık üçlü kavramlarından hem psikopati (Neumann vd. 2007; Grieve & Mahar, 2010) hem de Makyavelizm (Austin vd., 2007: 179-189) ile ilişki olması bu konunun incelenmesi konusunda önem arz edebilir.

2.2.5 Psikolojik (Duygusal) İstismar

Ferraro (2006) gaslighting terimini, bireylerin partnerlerinin günlük hayatlarındaki en ufak ayrıntıları içerecek şekilde, tüm biyografik özellikleri dahil her şey ile ilgili bilişlerini çarpıtarak gerçeklik algılarını bozan sistematik bir duygusal istismar yöntemi olarak tanımlamıştır (akt. Akiş & Öztürk, 2021: 1-39).

Duygusal istismar diğer bir adıyla psikolojik istismar, bireyin kasıtlı ve tekrarlayan şekilde bir başkasını duygusal ve davranışsal işlevselliğine ve zihinsel sağlığına zarar verecek şekilde, korkutma, aşağılama, sömürü, sevginin reddedilmesi veya esirgenmesi, izolasyon ve aşırı kontrol gibi fiziksel olmayan eylemlere maruz bırakmasıdır (APA, 2024).

Gündelik hayatta en sık karşılaşılan istismar çeşitlerinden biri olan duygusal istismar, çocukluk döneminde bireyin ebeveynlerinin ve çevresindeki diğer yetişkinlerin

beklenti ve istek içerisinde olmaları ve saldırganca davranmaları olarak tanımlanır ve diğer istismar türlerine göre (fiziksel, cinsel) etkileri daha uzun süre devam edebilir (Topbaş, 2004: 76-80). Duygusal istismar, istismara uğrayan bireyin yaşadığı durumu ve kendisine yapılanları algılayış şekliyle belirlenebilir (Kanak & Çelik, 2018) ve farklı kültürler arası eylemler de farklılaşacağından mağdurun istismarı algılama biçimi maruz kaldığı eylemlerin etkisini etkiler (Jewkes, 2010: 851-852). Fiziksel ve cinsel istismardan daha çeşitli olan duygusal istismar, işlevsiz ve istismarcı ilişkilerde yaygın olan bir partnerler arası şiddet biçimidir ve sözlü taciz, korku yaratma, aşağılama, şiddet tehdidi, mülke zarar verme, sosyal izolasyon gibi birçok farklı biçime sahiptir. (Jewkes, 2010: 851-852).

2.3 Duygusal Bağımlılık

Kişiler arası bağımlılık bireylerin önemseydiği insanlarla yakınlaşma, etkileşim içinde olma ve güven hissetme gereksinimi sebebiyle ortaya çıkan karmaşık duygu, inanç ve düşünceleri açıklamaktadır (Barak, 2018). Duygusal bağımlılık, bireyin tatmin edilmemiş duygusal ihtiyaçlarını diğer insanlar aracılığıyla uyumsuz bir şekilde karşılamaya çalıştığı kalıcı bir modeldir (Castelló, 2000). Arntz'a (2005: 411-416) göre ise duygusal bağımlılık başka bir bireyin kişiye güvenli bağlanması hususundaki duygusal ihtiyacıdır ve bireyler güvenli bağlanabilecekleri biri olmadığında yalnız ve boşlukta hissederler. Solomon (2009: 214-223) benzer şekilde yakın ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürebilme becerisinin ve bağımlılık kapasitesinin hayatta kalma işlevinden dolayı güvenli bağlanmanın bir parçası olduğunu belirtmektedir. Neyer (2002: 483-503)'e göre çiftler güvenli bir şekilde bağlandıklarını hissettiklerinde karşılıklı bağımlılık yaşama eğilimindedirler. Buradan hareketle güvenli bağlanma ile ilişki içerisinde karşılıklı bir güven duygusu geliştiği söylenebilir.

Duygusal bağımlılığın kökenleri erken çocukluk dönemindeki deneyimlerden veya çocuğa aşırı derecede bağımlı olan ebeveynlerden kaynaklanır ve bu nedenle duygusal bağımlı birey için ayrılık duygusal bir tehlike olarak algılanır (Arntz, 2005: 411-416). Duygusal açıdan bağımlı bireyler, bağımsız çalışan, kendine güvenen bireyler olabilirler ve günlük hayatta başkalarına güvenmek zorunda hissetmeyebilirler ancak ilişkilerinde duygusal bağımlılık ihtiyaçları karşılanmadığında terk edilme ve ayrılık kaygısı yaşayabilirler (Göral-Alkan, 2010). İşlevsel bağımlılığı olan kişilerin aksine, duygusal bağımlılığı yüksek olan kişiler, sevgi dolu bir insanla bağlantı kurma konusunda özlem duyar, terk edilme korkusu yaşar bundan dolayı partnerlerine,

arkadaş ve aile üyelerine yapışırmasına tutunabilirler ve ayrılığın ardından yas süreçleri diğer insanlara göre daha derin ve umutsuzdur, depresyon riski yüksektir (Arntz, 2005: 411-416). Buradan hareketle ilişkilerde yüksek duygusal bağımlılık, kişilerarası olumsuz sonuçlar yaratmadaki rolü nedeniyle olumsuz ruh haline de katkıda bulunabilir. Duygusal bağımlı bireylerde şiddetli arzu, ilişkide olduğu kişiyle birlikte olmak için çok fazla zaman ve çaba harcama, yoksunluk, ilişkiyi sonlandırmaya yönelik başarısız girişimler ve tüm olumsuzluklara rağmen bağın beslenmesi gibi durumlar ortaya çıktığından, duygusal bağımlılık patolojik bağımlılık haline gelebilir (Jiménez ve Sirvent, 2008: 150-167). Dolayısıyla literatür incelendiğinde çift ilişkilerinde duygusal bağımlılık ile ilgili iki farklı görüş mevcuttur. Bunlardan ilkinde göre partnerlerin aşırı duygusal bağımlılığı patolojiktir ve ilişkide çatışma ve şiddete yol açabilir. Diğer bakış açısına göre ise çiftlerin duygusal bağımlılığının belirli bir dereceye kadar işlevsel ve sağlıklı olduğu belirtilir (Göral-Alkan, 2010).

2.3.1 Duygusal Bağımlılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Romantik ilişkiler tipik olarak yakın insani bağlantıya yönelik en derin ihtiyaçlara hitap etmesi bakımından bireyin partnerine olan duygusal bağımlılığının kaynağıdır (Kemer vd., 2016). Partnerlerin birbirlerine karşılıklı olarak bağlanması ilişkilerinin sürdürülmesinin temelinde yer almaktadır (Spanier ve Lewis 1980: 825-839). Bağımsızlık arayışı genellikle bağımsız düşünce, davranış ve kendine güvenmeye değer veren Batı Avrupa, Kuzey Amerika ve Avustralya'nın çoğunun baskın kültürlerini karakterize eder ve temeli batı düşüncesine dayanan çift terapisi de dahil çeşitli psikoterapi biçimleri genellikle bağımsızlık arayışını desteklese de artan araştırma bulguları çift ilişkilerinde bağımlılığın da bir yeri olduğunu ileri sürmektedir (Biscoff, 2008: 267-273).

İkili ilişkilerde güvenin artmasını sağlayan duygusal bağımlılık, ilişki tatmininin artmasını da sağlamaktadır (Çetinkaya vd., 2008; Cirhinlioğlu, Tepe ve Cirhinlioğlu, 2017: 164-171). Benzer şekilde Schurs ve Buunk (1996)'a göre de duygusal bağımlılık ilişki doyumunu artıran bir faktör olmakla beraber sosyal, cinsel ve eğlence amaçlı yakınlık ile pozitif ilişki içindedir. Duygusal bağımlılık, alternatif ilişkiler çekici olmadığında ve bireyler ilişkilerine önemli miktarda bağlılık gösterip yatırım (zaman, çaba) yaptığında en güçlü düzeye ulaşır (Rusbult vd., 1994: 115-139) ve duygusal bağımlılığın derecesi arttıkça ilişki doyumu ve kalitesi de artar (Kemer vd., 2016). İnsanlar güvенеbilecekleri birini isterler ve uzun vadeli samimi bir ilişki için başka

birine bağımlı olma ihtiyacı birincil motivasyondur ve birbirlerine bağıllık sağlıklı bir ilişkinin sonucudur, çok fazla bağımlılık da bağımlılık eksikliği de patolojik olabilir (Biscoff, 2008: 267-273). Psikoloji literatüründe araştırmalar arttıkça bağımlılık çok yönlü bir olgu olarak görülüp yakın ilişkilerde ilişki doyumunun temel bileşenlerinden biri olarak kabul edilmiştir (Arntz, 2005: 411-416).

Feeney (2007: 268-285) 'nin bulgularına göre, partnerinin duygusal bağımlılığının durumsal olduğunu kabul edebilenlerin ilişki doyumunun artması muhtemeldir, kişi partnerinin bağımlılığını kabul ettiğinde partneri ilişkinin daha sonralarında bağımsızlık gösterebilir. Benzer şekilde Overall ve Sibley (2008: 95-104)'in çalışmasında da partnerin durumsal bağıllığını kabul etmenin ve buna uyum sağlamanın çiftler arasında daha büyük yakınlığa sebep olduğu, ilişki kalitesi ve ilişki doyumunu artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Buunk (1995) evlilik dışı ilişkiler yaşayan bireylerle yaptığı çalışmada partnerine duygusal bağlanan bireylerin kıskançlık tepkilerinin azaldığını belirtmiştir. Buradan bakıldığında duygusal bağımlılığın ilişkiyi koruduğu söylenebilir. Kansere ile mücadele eden kadınların partnerlerinin ilişkiye bağımlı olması sonucu oluşan aile bütünlüğünden memnuniyet duymaları ile sonuçlanan çalışmada çiftler arasındaki bağımlılığın yaşam döngüsü değişiklikleri ve stresli yaşam olaylarında koruyucu bir faktör olduğu ileri sürülmektedir (Blake-Mortimer vd., 2003). Bedensel engelli bireylerin engelli olmayan partnerleriyle yapılan bir başka araştırmada (Feign, 1994: 235-247), partnere olan bağımlılığın engelli olmanın yarattığı kaygıyı azalttığı, engelliliğin kabulünü ve ilişkileri geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır. İşlevsel duygusal bağımlılık çiftler arası etkili iletişime olanak sağlar ve eşler evlilik sorunlarını düşük duygusal bağımlılığa sahip eşlere göre daha etkili şekilde çözüme ulaştırırlar (Rusbult vd., 2002). Terzi'nin (2014) 60 katılımcı ile yaptığı nitel çalışmasında romantik ilişkilerde bağlanma ilişkilerinin bozulmasında yalan söyleme ve aldatmanın yanı sıra hakaret, değersiz hissettirme, görmezden gelme gibi faktörlerinde önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmalar neticesinde duygusal bağımlılık faktörünün işlevsel olmasının yakın ilişkilerde olumlu rol oynamakta olduğu, ilişki doyumu açısından önemli bir etmen olduğu söylenebilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, ölçme araçları, katılımcılar ve veri analizlerine yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık arasındaki ilişkiler ilişki tarama modeli ile incelenmiştir. Birden fazla değişken arasındaki örüntüyü ortaya koymak amacı ile kullanılan istatistiksel model, ilişki tarama modelidir (Creswell, 2017).

3.2. Katılımcılar

Araştırma katılımcılarının demografik bilgileri ile ilgili frekans ve yüzde değerleri aşağıda verilmiştir. Araştırmanın katılımcıları 279 (%72,1) kadın, 108 (%27,9) erkekten oluşmaktadır ve katılımcıların yaş, beraberlik süresi, öğrenim durumu, birliktelik durumlarına göre dağılımları tablo 3.1’de gösterilmiştir.

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Bilgiler Frekans, Ortalama ve Yüzde Değerleri

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	279	72,1
	Erkek	108	27,9
Yaş	18-25	119	30,7
	26-35	180	46,5
	36 ve üzeri	88	22,7
Birlikte Olduğunuz Kişinin Yaşı	18-25	104	26,9
	26-35	176	45,5
	36 ve üzeri	107	27,6
Berberlik Süresi	1 Yıl	66	17,1
	2-10 Yıl	223	56,6
	10 Yıl ve üzeri	98	25,3
Öğrenim Durumu	Lise	40	10,4
	Üniversite	187	48,3
	Lisansüstü	160	41,3
Birlikte Olduğunuz Kişinin Öğrenim Durumu	Lise	61	15,8
	Üniversite	244	63,0
	Lisansüstü	82	21,2
Birliktelik Durumu	Flört	122	31,5
	Söz/Nişan	64	16,5
	Evlilik	201	51,9

N=387

Tabloda görüldüğü üzere örnekleme oluşturan 387 bireyin 279'u (%72,1) kadın, 108'i (27,9) erkektir. Katılımcıların yaşlarına bakıldığında 18-25 yaş grubunda 119 (%30,7), 26-35 yaş grubunda 180 (%46,5) ve 36 ve üzeri yaş grubunda 88 (%22,7) kişi bulunmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin partnerlerinin yaşlarına bakıldığında ise 18-25 yaş grubunda 104 (26,9), 26-35 yaş grubunda 176 (%45,5) ve 36 ve üzeri yaş grubunda 107 (%27,6) kişi bulunmaktadır. Katılımcıların beraberlik süresi

incelendiğinde 1 yıllık ilişkisi bulunan 66 (%17,1), 2-10 yıllık ilişkisi bulunan 223 (%56,6) kişi ve 10 yıl üzeri ilişkisi bulunan 98 (%25,3) kişi vardır. Araştırmaya katılan bireylerin öğrenim durumları lise ve altı toplam 40 (%10,4), üniversite 187 (%48,3), yüksek lisans/doktora 160 (41,3) kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların partnerlerinin öğrenim durumları ise lise ve altı toplam 61 (%15,8), üniversite 244 (%63), yüksek lisans/doktora ise 82 (%21,2) kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların birliktelik durumuna bakıldığında ise 122'si (%31,5) flört evresinde, 64'ü (%16,5) söz/nişan evresinde ve 201'i (%51,9) evlilik evresindedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde araştırmacı tarafından geliştirilen anket formuna, İlişki Doyum Ölçeği, araştırmacı tarafından geliştirilen Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçeği veri toplama araçlarına yer verilmiştir.

3.3.1. Araştırmacı Tarafından Oluşturulan Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, birlikte oldukları kişinin yaşı, ilişkilerinin ne kadar süredir devam ettiği, kendilerinin ve birlikte olduğu kişilerin öğrenim durumları ve birliktelik durumlarını içeren 7 soru demografik bilgi formunu oluşturmaktadır.

3.3.2. İlişki Doyum Ölçeği (İDO)

İlişki doyum ölçeği Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiştir ve toplamda 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçek yedili Likert tipindedir ve 4. ve 7. maddeleri ters maddedir. Katılımcıların ilişki doyum ölçeğinden aldıkları puanların yüksek olması ilişki doyumlarının yüksek olduğunu, düşük olması ise ilişki doyumlarının düşük olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin Curun (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış, 140 lisans öğrencisine uygulanmıştır. Faktör analizi sonucuna göre ölçeğin orijinalindeki sonuca benzer şekilde Türkçe uyarlamasının da tek faktör ekseninde toplandığı gözlenmiştir ve ölçeğin Türkçe formu için iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Eken (2019) yaptığı araştırmada İlişki Doyum Ölçeği'ni kullanmış ve ölçeğin Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .89 olarak tespit etmiştir.

İlişki Doyum Ölçeği'nin bu araştırmanın katılımcılarından elde edilen veriler üzerinden güvenilirliğini saptamak amacıyla uygulanan istatistiksel analiz sonucunda Cronbach's Alfa değeri tekrar hesaplanmış ve güvenilirlik değeri .85 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen bu sonuç bu ölçme aracının psikometrik özelliklerinin yüksek olduğunu göstermektedir.

3.3.3. Psikolojik Manipülasyon Ölçeği (PMÖ)

Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Erdoğan ve Kuloğlu (2024) tarafından geliştirilmiştir ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi yapılmış ve tüm ölçek maddelerinin açıkladığı toplam varyans %63,89 bulunmuştur. AFA sonucu ölçeğin 3 faktörden oluştuğu gözlenmiştir. Ölçek, birinci faktörün varyans değeri %31,98'dir ve 13 maddeden oluşmaktadır; ikinci faktörün varyans değeri %19,06'dır ve 5 maddeden oluşmaktadır; üçüncü faktörün varyans değeri ise %12,84 olup, 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin tamamı 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri bütünüyle incelenmiş ve inceleme sonucunda birinci faktöre “Değersizleştirilme” ikinci faktöre “İnkâr ve Reddedilme” üçüncü faktöre ise “Bastırılma” adı verilmiştir. Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmış ve elde edilen uyum değerleri [$\chi^2/sd=2,58$, RMSEA=.064, SRMR=.06, CFI=.95, GFI=.90, AGFI=.88, NFI=.92 ve IFI=.95] bulunmuştur ve bu değerler genel olarak yüksektir.

Ölçeğin güvenilirlik değerlerinin hesaplanması için her bir faktörün Cronbach Alfa'sı hesaplanmış, ulaşılan Cronbach Alfa değeri Değersizleştirilme için 0.95, İnkâr ve Reddedilme için 0.85, Bastırılma için 0.76 ölçeğin bütünü için ise 0.95 olarak hesaplanmıştır. Bu veriler ışığında, Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon Ölçeği'nin katılımcıların psikolojik manipülasyon düzeyini tespit etmek için uygun bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

3.3.4. Duygusal Bağımlılık Ölçeği (DBÖ)

Buunk (1981) tarafından geliştirilen Duygusal Bağımlılık Ölçeği 9 maddeden oluşur ve her bir maddesi 5 puandır. Ölçeğin maddeleri bağlanma derecesine, karşılıklı bağımlılığa ve doğrudan alternatiflerin karşılaştırma düzeyine atıfta bulunan maddeler içerir. Ölçeğin orijinal versiyonunda iç tutarlılık .81 olarak hesaplanmıştır ancak analiz yapılırken orijinal halindeki 5 puanlık ölçek yerine 7 puanlık ölçek (“tamamen katılıyorum”dan “tamamen katılmıyorum”a) kullanılmıştır.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Karakurt (2001) tarafından yapılmış olup, uyarlama sırasında Türkçe'ye çeviriler yapılmıştır ve varyansın %48.2'sini açıklaması üzerine ölçek tek faktörlü olarak yapılandırılmıştır. Ölçeğin ilk versiyonunda “partnerim olmadan yaşamak benim için zor olurdu”, “partnerim olmasaydı hayatımın nasıl olacağını hayal edemiyorum” ve “şu anki partnerimle mutlu olduğum kadar mutlu olacağım başka birini bulmak benim için zor olurdu” maddeleri bulunurken, Türkçe'ye uyarlanması esnasında bu maddeler çıkarılmıştır. Pilot çalışma sonucu iç tutarlılık

katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır, ölçeğin uygulandığı bir diğer çalışma da ise Cronbach Alfa katsayısı .89 olarak bulunmuştur (Ümmet ve Acar-Bulut, 2022: 660-678). Duygusal Bağımlılık Ölçeği'nin bu araştırmanın katılımcılarından elde edilen veriler üzerinden güvenilirliğini tespit etmek için uygulanan istatistiksel analiz sonucunda ölçme aracının Cronbach's Alfa değeri tekrar hesaplanmış ve güvenilirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre, Duygusal Bağımlılık Ölçeği'nin araştırma katılımcılarının duygusal bağımlılık düzeyini belirlemeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Çalışmanın verileri, Mayıs 2023-Mart 2024 tarihleri arasında toplanmıştır. Gerekli izinler alındıktan sonra gönüllülük ilkesi esas alınarak yapılan araştırmanın verileri anket ve ölçek maddelerinin Google Forms'a çevrilmesi ile online olarak elde edilmiştir. Çalışmanın amacı, yanıtlandırmanın nasıl yapılacağı, katılımın gönüllülük esasına dayandığı, kişisel verilerin gizli tutulacağı, verilerin akademik amaçlı kullanılacağı ve sağlıklı bulgular için içten ve doğru cevaplara ihtiyaç duyulduğu ön bilgilendirme formunda açıkça belirtilmiştir. Ek olarak katılımcıların çalışma ile ilgili soruları olması durumunda ulaşabilmeleri için araştırmacının e-posta adresi form içerisinde paylaşılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22 programından faydalanılmıştır. Analizlere başlarken örneklemin büyüklüğü değerlendirilerek 387 katılımcının tamamının verilerinden elde edilen toplam puanların normallik değerlerinde puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Kalaycı (2010) çarpıklık ve basıklık değerlerinin -3 ile +3 aralığında olması durumunda dağılımın normallik göstereceğini belirtmiştir.

Boyutların basıklık çarpıklık değerleri incelendiğinde; psikolojik manipülasyon ölçeğinden edinilen toplam puanların çarpıklık değeri: 1,170, basıklık değeri: ,867; ilişki doyum ölçeğinden edinilen toplam puanların çarpıklık değeri: -1,153, basıklık değeri: 2,186; duygusal bağımlılık ölçeğinden elde edilen toplam puanların çarpıklık değeri: -,383, basıklık değeri: -, 233'tür. Psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlarından Değersizleştirilme'nin toplam puanının çarpıklık değeri: 1,357, basıklık değeri: 1,377, İnkâr ve Reddedilme alt boyutu toplam puanının çarpıklık değeri: 1,181, basıklık değeri: ,607; son olarak Bastırılma alt boyutu toplam puanının çarpıklık

değeri: ,836, basıklık değeri: ,100 değeri aldığı tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen puanların normal dağılım göstermesi üzerine parametrik testler kullanılmış, ikili gruplar arasındaki ayırımın anlamlılığı tespit etmek için ilişkisiz t testi; ikiden fazla grup ortalamalarından alınan puanların ilişkili olup olmadığını test etmek içinse tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada lekler arasındaki yordayıcılık durumunun incelenmesi için regresyon analizi kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde araştırma sonucunda erişilen bulguların analizlerinden bahsedilecektir. İlk olarak katılımcıların demografik bilgileriyle ilgili veriler analiz edilecek, sonrasında araştırmanın temel sorularına ilişkin bulgulara yer verilecektir.

4.1. İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerinin Betimsel İstatistikleri

Bu bölümde araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistikleri yer almaktadır. Araştırmada kullanılan İlişki Doyum Ölçeği toplam puanları (İDÖT), Psikolojik Manipülasyon Ölçeği toplam puanları (PMÖT) ve Duygusal Bağımlılık Ölçeği toplam puanları (DBÖT) ve alt boyutlarından alınan puanların minimum, maksimum değerleri ile ölçekten alınan ortalama puanlar ve standart sapmalarına tablo 4.1’ de yer verilmiştir.

Tablo 4.1 : İlişki Doyum, Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerine İlişkin Betimsel İstatistikleri

Ölçekler	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart S.
İDÖT	22.00	103.00	40.80	17.45
PMÖT	8.00	35.00	27.62	4.50
DBÖT	12.00	45.00	31.77	6.96
Değersizleştirilme	13.00	65.00	24.10	11.52
İnkâr & Reddedilme	5.00	24.00	8.64	4.39
Bastırılma	4.00	20.00	8.06	3.66

Tablo 4.1 incelendiğinde İlişki Doyum Ölçeği puanlarının ortalaması 40.80, standart sapması 17.45 olarak bulunmuştur ve ölçekten alınan en yüksek puan 103.00, en düşük puan 22.00’dir. Psikolojik Manipülasyon Ölçeği puanlarının ortalaması 27.62, standart sapması 4.50’dir ve ölçekten alınacak en yüksek puan 35.00, en düşük puan 8.00’dir.

Duygusal Bağımlılık Ölçeği puanlarına bakıldığında ise ortalama 31.77, standart sapma 6.96'dır ve ölçekten alınacak en yüksek puan 45.00, en düşük puan 12.00'dir. Psikolojik Manipülasyon Ölçeği alt boyutlarından Değersizleştirilme'den alınan puanların ortalaması 24.10, standart sapması 11.52'dir ve bu alt boyuttan alınacak en yüksek puan 65.00, en düşük puan 13.00'tür. Ölçeğin bir diğer alt boyutu olan İnkâr ve Reddedilme'den alınan puanların ortalaması 8.64, standart sapması 4.39'dur ve bu alt boyuttan alınacak en yüksek puan 24.00, en düşük puan 5.00'tir. Son olarak ölçeğin bir diğer alt boyutu olan Bastırılma'dan alınan puanların ortalaması 8.06, standart sapması 3.66 olarak hesaplanmış, bu alt boyuttan alınacak en yüksek puanın 20.00, en düşük puanın ise 4.00 olduğu tespit edilmiştir.

4.2. Katılımcıların İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerine İlişkin Sosyo-Demografik Değişkenlerin İncelenmesi

Katılımcıların ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık puanlarının gruplar arasında farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki tablolarda belirtilmiştir.

4.3. Katılımcıların İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçeklerinin Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Katılımcıların ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık ve alt boyutlarından aldıkları toplam puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını gösteren verilerin t testi sonuçları aşağıda, tablo 4.2'de gösterilmiştir.

Tablo 4.2: Katılımcıların İlişki Doyum, Romantik İlişkide Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklaşıp Farklaşmadığını Gösteren Verilerin t Testi Sonuçları

Puan	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	<i>t Testi</i>		
					<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
İDÖT	K	279	39.93	17.34	.114	385	.706
	E	108	43.06	17.61			
PMÖT	K	279	27.26	4.46	.013	385	.473
	E	108	28.53	4.49			
DBÖT	K	279	31.27	6.88	.025	385	.777
	E	108	33.04	7.05			
PMÖD	K	279	23.80	11.62	.406	385	.756
	E	108	24.88	11.28			
PMÖİ	K	279	8.40	4.43	.095	385	.923
	E	108	9.24	4.25			
PMÖB	K	279	7.72	3.64	.003	385	.615
	E	108	8.93	3.61			

p < .05

İDÖT; İlişki Doyum Ölçeği toplam puanı, PMÖT; Psikolojik Manipülasyon toplam puanı, DBÖT; Duygusal Bağımlılık Ölçeği toplam puanı, PMÖD; Değersizleştirilme, PMÖİ; İnkâr ve Reddedilme ve PMÖB; Bastırılma olmak üzere psikolojik manipülasyon ölçeğinin alt boyutlarını belirtmektedir.

İlişki Doyum Ölçeğinden alınan toplam puanlar [$t(387)=.114$, $p>.05$], Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Alt Boyutlarından Değersizleştirilme'den alınan puanlar [$t(387)=.406$, $p>.05$], İnkâr ve Reddedilme'den alınan puanlar [$t(387)=.095$, $p>.05$] Duygusal Bağımlılık Ölçeği'nden alınan toplam puanlar [$t(387)=.025$, $p<.05$],

Psikolojik Manipülasyon Ölçeği alt boyutlarından Bastırılma'dan alınan puanlar [$t(387)=.003$, $p<.05$] cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermezken, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği'nden alınan toplam puanlar [$t(387)=.013$, $p<.05$], cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılar göstermektedir.

Bu durumda erkeklerin psikolojik manipülasyon puanları ($\bar{x}=28.53$) kadınlara göre ($\bar{x}=27.26$) daha yüksek bulunmuştur. Buradan, erkeklerin romantik ilişkilerinde kadınlara göre daha fazla manipüle edildiği söylenebilir.

Yapılan araştırmaya göre erkeklerin daha fazla psikolojik manipülasyona uğradığı gözlenmiştir.

İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon, duygusal bağımlılık ölçekleri ve alt boyutlarının yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları tablo 4.3'te gösterilmiştir.

Tablo 4.3: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Değişken	Yaş	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	p
İDÖ	18-25	119	28.93±3.64	G.A	436.908	2	218.454		
	26-35	180	27.55±4.14						
	36 ve üzeri	88	26.00±5.63	G.İ	7404.012	384	19.281	11.3	.000
				Top.	7840.920	386			
PMÖ	18-25	119	35.81±12.71	G.A	8049.659	2	4024.83		
	26-35	180	40.40±17.54						
	36 ve üzeri	88	48.38±20.16	G.İ	109638.19	384	285.256	14.1	.000
				Top.	117587.85	386			
DBÖ	18-25	119	32.94±5.74	G.A	519.209	2	259.605		
	26-35	180	31.96±7.01						
	36 ve üzeri	88	29.78±7.96	G.İ	18229.323	384	47.472	5.46	.005
				Top.	18748.532	386			
DEĞ.	18-25	119	20.65±8.19	G.A	3842.349	2	1921.17		
	26-35	180	23.82±11.56						
	36 ve üzeri	88	29.34±13.36	G.İ	47422.308	384	123.496	15.5	.000
				Top.	51264.656	386			
İNK.RD	18-25	119	7.30±3.36	G.A	436.761	2	218.381		
	26-35	180	8.75±4.48	G.İ	7028.314	384	18.303		
	36 ve üzeri	88	10.22±4.90	Top.	7465.075	386		11.9	.000
BAST.	18-25	119	7.85±3.41	G.A	65.188	2	32.594		
	26-35	180	7.82±3.90	G.İ	5133.323	384	13.368	2.43	.089
	36 ve üzeri	88	8.81±3.43	Top.	5198.512	386			

Tabloda görüldüğü üzere; ilişki doyumu puanları yaşa göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır [$f(2-384)=11.3$ $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon ölçeğinden alınan puanlar da yaşa göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-384)=14.1$, $p<.05$]. Benzer şekilde duygusal bağımlılık ölçeği puanlarının da yaşa göre anlamlı olarak farklılaştığı göze çarpmaktadır [$f(2-384)=5.46$, $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden değersizleştirilme yaşa göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-384)=15.5$, $p<.05$]. Benzer şekilde inkar ve reddedilme alt boyutunun da yaşa göre anlamlı farklılıklar gösterdiği göze çarpmaktadır [$f(2-384)=11.9$, $p<.05$]. Bir diğer alt boyut olan bastırılma ise yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$f(2-384)=2.43$, $p>.05$]. Grupların arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını ortaya koymak amacıyla Scheffe testi yapılmıştır ve 36 yaş ve üzeri bireylerin ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve değersizleştirilme düzeyleri diğer yaş gruplarına göre anlamlı şekilde yüksekken, 18-25 yaşındaki bireylerin de duygusal bağımlılık düzeyleri diğer gruplara göre anlamlı şekilde yüksektir.

İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon, duygusal bağımlılık ölçekleri ve alt boyutlarının partner yaşı değişkenine ANOVA sonuçları Tablo 4.4'te gösterilmiştir.

Tablo 4.4: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Partner Yaşı Değişkenine ANOVA ile Sonuçları

Değişken	PYaş	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	P
İDÖ	18-25	104	28.87±3.69	G.A	523.450	2	261.725		
	26-35	176	27.96±3.83	G.İ	7317.470	384	19.056	13.7	.000
	36 ve üzeri	107	25.84±5.61	Top.	7840.920	386			
PMÖ	18-25	104	37.02±14.24	G.A	7420.824	2	3710.41		
	26-35	176	38.79±15.77	G.İ	110167.02	384	286.893	12.9	.000
	36 ve üzeri	107	47.79±20.77	Top.	117587.85	386			
DBÖ	18-25	104	32.94±6.07	G.A	662.511	2	331.255		
	26-35	176	32.34±6.74	G.İ	18086.022	384	47.099	7.03	.001
	36 ve üzeri	107	29.69±7.72	Top.	18748.532	386			
DEĞ.	18-25	104	21.58±9.28	G.A	4118.573	2	29.343		
	26-35	176	22.40±10.25	G.İ	47146.084	384	13.385	16.7	.000
	36 ve üzeri	107	29.35±13.69	Top.	51264.656	386			
İNK.RED	18-25	104	7.19±3.28	G.A	386.290	2	2059.28		
	26-35	176	8.73±4.28	G.İ	7078.785	384	122.776	10.4	.000
	36 ve üzeri	107	9.88±5.10	Top	7465.075	386			
BAST.	18-25	104	8.25±3.76	G.A	58.686	2	29.343		
	26-35	176	7.65±3.57	G.İ	5139.825	384	13.385	2.19	.113
	36 ve üzeri	107	8.55±3.69	Top	5198.512	386			

Tablo 4.4 incelendiğinde; ilişki doyumu puanları partnerin yaşına göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır [$f(2-384)=13.7$, $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık puanlarında da benzer şekilde partnerin yaşına göre gruplar arasında farklılar mevcuttur [$f(2-384)=12.9$, $p<.05$], [$f(2-384)=7.03$, $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden değersizleştirilme ve inkar ve reddedilme partnerin yaşına göre anlamlı farklılıklar gösterirken [$f(2-384)=16.7$, $p<.05$], [$f(2-384)=10.4$, $p<.05$] bastırılma alt boyutu partnerin yaşına göre anlamlı bir farklılık

göstermemektedir [$f(2-384)=2.19$, $p>.05$]. Grupların arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını ortaya koymak amacıyla Scheffe testi yapılmıştır ve 36 yaş ve üzeri bireylerin ilişki doyumu ve duygusal bağımlılığı diğer yaş gruplarına göre anlamlı şekilde düşük, psikolojik manipülasyon ve değersizleştirilme düzeyleri diğer yaş gruplarına göre anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 4.5: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Birliktelik Süresi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Değişken	YIL	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	P
İDÖ	1	66	29.30±4.30	G.A	296.982	2	148.491		
	1-10	223	27.59±4.09	G.İ	7543.938	384	19.646	7.55	.001
	11+	98	26.56±5.19						
				Top.	7840.920	386			
PMÖ	1	66	34.54±13.05	G.A	5466.171	2	2733.08		
	1-10	223	40.30±17.11	G.İ	112121.67	384	291.984	9.36	.000
	11+	98	46.17±19.27						
				Top.	117587.85	386			
DBÖ	1	66	33.18±6.85	G.A	162.363	2	81.182		
	1-10	223	31.55±6.79	G.İ	18586.169	384	48.401	1.67	.188
	11+	98	31.31±7.36						
				Top.	18748.532	386			
DEĞ.	1	66	19.74±8.21	G.A	2764.811	2	1382.40		
	1-10	223	23.69±11.24	G.İ	48499.845	384	126.302	10.9	.000
	11+	98	27.97±12.86						
				Top.	51264.656	386			
İNK.RED	1	66	7.34±3.39	G.A	232.042	2	116.021		
	1-10	223	8.53±4.38	G.İ	7233.033	384	18.836	6.16	.002
	11+	98	9.74±4.78	Top.	7465.075	386			
BAST.	1	66	7.45±3.54	G.A	39.051	2	19.526		
	1-10	223	8.07±3.76	G.İ	5159.461	384	13.436	1.45	.235
	11+	98	8.44±3.51	Top.	5198.512	386			

Tablo 4.5 incelendiğinde; ilişki doyumu puanları ve psikolojik manipülasyon puanları birliktelik süresine göre gruplar arasında anlamlı farklılık göstermektedir [$f(2-384)=7.55, p<.05$], [$f(2-384)=9.36, p<.05$]. Duygusal bağımlılık puanları birliktelik süresine göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-384)=1.67, p>.05$]. Psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden değersizleştirilme ve inkar ve reddedilme birliktelik süresine göre anlamlı farklılıklar gösterirken [$f(2-384)=10.9, p<.05$], [$f(2-384)=6.16, p<.05$] bastırılma alt boyutu birliktelik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$f(2-384)=1.45, p>.05$]. Grupların arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını ortaya koymak için Scheffe testi uygulanmıştır ve 11 yıl ve üzeri birliktelikleri olan bireylerin ilişki doyumlarının daha anlamlı şekilde düşük, psikolojik manipülasyon, değersizleştirilme ve inkâr ve reddedilme düzeylerinin anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal bağımlılık ve bastırılma faktörünün ise gruplar arasında anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür. İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon, duygusal bağımlılık ölçekleri ve alt boyutlarının eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları Tablo 4.6'da gösterilmiştir.

Tablo 4.6: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Değişken	ED	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	P
İDÖ	Lise	40	28.72±4.89	G.A	289.072	2	144.536		
	Üni	187	28.25±4.45	G.İ	7551.848	384	19.666	7.34	.001
	YL+	160	26.60±4.28						
				Top.	7840.920	386			
PMÖ	Lise	40	45.02±18.62	G.A	1468.624	2	734.312		
	Üni	187	39.03±16.11	G.İ	116119.22	384	302.394	2.42	.090
	YL+	160	41.83±18.48						
				Top.	117587.85	386			
DBÖ	Lise	40	35.05±7.16	G.A	640.624	2	320.312		
	Üni	187	32.02±6.77	G.İ	18107.90	384	47.156	6.79	.001
	YL+	160	30.65±6.90						
				Top.	18748.53	386			
DEĞ.	Lise	40	27.25±12.48	G.A	684.949	2	343.474		
	Üni	187	22.96±10.90	G.İ	50579.70	384	131.718	2.60	.76
	YL+	160	24.65±11.86						
				Top.	51264.65	386			
İNK.RED	Lise	40	9.35±4.70	G.A	80.157	2	40.078		
	Üni	187	8.18±3.88	G.İ	7384.918	384	19.232	2.08	.126
	YL+	160	9.00±4.83						
				Top.	7465.075	386			
BAST.	Lise	40	8.42±3.45	G.A	13.581	2	6.791		
	Üni	187	7.88±3.44	G.İ	5184.931	384	13.502	.503	.605
	YL+	160	8.18±3.97						
				Top.	5198.512	386			

Tablo 4.6 incelendiğinde; ilişki doyumu puanları ve duygusal bağımlılık puanları eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır [$f(2-384)=7.34, p<.05$], [$f(2-384)=6.79, p<.05$]. Psikolojik manipülasyon puanları ve psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden alınan puanlar eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir [$f(2-384)=2.42, p>.05$], [$f(2-384)=2.60, p>.05$], [$f(2-384)=2.08, p>.05$], [$f(2-384)=.503, p>.05$]. Grupların arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak amacıyla Scheffe testi yapılmıştır ve en çok lise mezunu grubundaki katılımcıların diğer gruplardakilere göre ilişki doyumu ve duygusal bağlanmalarının anlamlı ve yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer değişkenlerin ise gruplar arasında anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür.

İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon, duygusal bağımlılık ölçekleri ve alt boyutlarının partnerin eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları Tablo 4.7’de gösterilmiştir.

Tablo 4.7: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Partnerin Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Değişken	PED	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	P
İDÖ	Lise	61	27.67±4.79	G.A	43.067	2	21.534		
	Üni	244	27.82±4.52	G.İ	7797.853	384	20.307	1.06	.347
	YL+	82	26.98±4.21						
				Top.	7840.920	386			
PMÖ	Lise	61	42.57±17.65	G.A	279.942	2	139.971		
	Üni	244	40.24±17.60	G.İ	117307.90	384	305.489	.458	.633
	YL+	82	41.18±16.96						
				Top.	117587.85	386			
DBÖ	Lise	61	31.72±6.66	G.A	39.116	2	19.558		
	Üni	244	31.97±6.98	G.İ	18709.416	384	48.722	.401	.670
	YL+	82	31.18±7.19						
				Top.	18748.532	386			
DEĞ.	Lise	61	25.80±12.24	G.A	280.363	2	140.182		
	Üni	244	23.51±11.37	G.İ	50984.293	384	132.772	1.05	.349
	YL+	82	24.59±11.40						
				Top.	51264.656	386			
İNK.RED	Lise	61	8.95±4.31	G.A	7.126	2	3.563		
	Üni	244	8.56±4.50	G.İ	7457.949	384	19.422	.183	.832
	YL+	82	8.62±4.16						
				Top.	7465.075	386			
BAST.	Lise	61	7.81±3.31	G.A	6.523	2	3.262		
	Üni	244	8.15±3.71	G.İ	5191.989	384	13.521	.241	.786
	YL+	82	7.96±3.81						
				Top.	5198.512	386			

Tablo 4.7’de görüldüğü üzere; ilişki doyumu puanları partnerin eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır [$f(2-384)=1.06, p>.05$]. Psikolojik manipülasyon ölçeği puanları da partnerin eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir [$f(2-384)=.458, p>.05$]. Duygusal bağımlılık ölçeği puanları için de benzer durum söz konusu olup, partnerin eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır [$f(2-384)=.401, p>.05$]. Psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden değersizleştirilme puanları partnerin eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir [$f(2-384)=1.05, p>.05$]. Bir diğer alt boyut inkar ve reddedilme için de benzer durum söz konusu olup, alınan puanlar partnerin eğitim durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır [$f(2-384)=.183, p>.05$]. Bastırılma alt boyutu puanları da benzer şekilde partnerin eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir [$f(2-384)=.241, p>.05$].

İlişki doyumu, psikolojik manipülasyon, duygusal bağımlılık ölçekleri ve alt boyutlarının birliktelik durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları Tablo 4.8’de gösterilmiştir.

Tablo 4.8: İlişki Doyumu, Psikolojik Manipülasyon, Duygusal Bağımlılık Ölçekleri ve Alt Boyutlarının Birliktelik Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Değişken	BD	N	$\bar{X}\pm S$	V.K.	K.T	Sd	K.O.	F	P
İDÖ	Flört	122	27.86±4.29	G.A	196.607	2	98.304		
	SözN	64	29.00±2.81	G.İ	7644.313	384	19.907	4.93	.008
	Evli	201	27.03±4.95	Top.	7840.920	386			
PMÖ	Flört	122	38.63±15.59	G.A	5015.009	2	2507.50		
	SözN	64	34.78±11.80	G.İ	112572.84	384	293.158	8.55	.000
	Evli	201	44.04±19.28	Top.	117587.85	386			
DBÖ	Flört	122	32.00±6.31	G.A	330.625	2	165.312		
	SözN	64	33.60±6.46	G.İ	18417.908	384	47.963	3.44	.033
	Evli	201	31.03±7.40	Top.	18748.532	386			
DEĞ.	Flört	122	22.71±10.52	G.A	2613.788	2	1306.89		
	SözN	64	19.56±7.07	G.İ	48650.868	384	126.695	10.3	.000
	Evli	201	26.39±12.66	Top.	51264.656	386			
İNK.RED	Flört	122	7.77±3.65	G.A	340.143	2	170.071		
	SözN	64	7.46±3.43	G.İ	7124.932	384	18.55	9.16	.000
	Evli	201	9.53±4.88	Top.	7465.075	386			
BAST.	Flört	122	8.13±3.85	G.A	7.512	2	3.756		
	SözN	64	7.75±3.20	G.İ	5190.999	384	13.518	.278	.758
	Evli	201	8.11±3.70	Top.	5198.512	386			

Tablo 4.8 incelendiğinde; ilişki doyumu puanları birliktelik durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır [$f(2-384)=4.93$ $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık puanları da benzer şekilde yaşa göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır [$f(2-384)=8.55$, $p<.05$], [$f(2-384)=3.44$, $p<.05$]. Psikolojik manipülasyon alt ölçeklerinden değersizleştirilme ve inkar ve reddedilme birliktelik durumuna göre anlamlı farklılıklar gösterirken [$f(2-384)=10.3$, $p<.05$], [$f(2-384)=9.16$, $p<.05$] bastırılma alt boyutu birliktelik durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$f(2-384)=.278$, $p>.05$]. Grupların arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını ortaya koymak amacıyla Scheffe testi yapılmıştır ve en çok evlilik grubundaki katılımcıların değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve psikolojik manipülasyon düzeyleri diğer gruplardakilere göre anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Diğer değişkenlerin ise gruplar arasında anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür.

4.4. İlişki Doyum Ölçeği, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo 4.9: İlişki Doyum Ölçeği, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Ait Korelasyon Katsayı Sonuçları

Değ.	1.PMÖT	2.İDÖT	3.DBÖT	4.PMÖD	5.PMÖİ	6.PMÖB
1.PMÖT	-					
2.İDÖT	-.718**	-				
3.DBÖT	-.421**	.634**	-			
4.PMÖD	.964**	-.742**	-.476**	-		
5.PMÖİ	.832**	-.559**	-.297**	.712**	-	
6.PMÖB	.732**	-.416**	-.150**	.591**	.522**	-

** $p<.01$

PMÖT; Psikolojik Manipülasyon toplam puanı, İDÖT; İlişki Doyum Ölçeği toplam puanı, DBÖT; Duygusal Bağımlılık Ölçeği toplam puanı, PMÖD; Değersizleştirilme, PMÖİ; İnkâr ve Reddedilme ve PMÖB; Bastırılma olmak üzere psikolojik manipülasyon ölçeğinin alt boyutlarını belirtmektedir.

Psikolojik Manipülasyon Ölçeğinden alınan puanlar ile İlişki Doyum Ölçeğinden alınan puanlar arasında negatif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir, Psikolojik Manipülasyon puanları arttıkça, İlişki Doyumu azalmaktadır ($r=-.718$, $p<.01$). Benzer şekilde Psikolojik Manipülasyon Ölçeği puanları ile Duygusal Bağımlılık Ölçeği puanları arasında da negatif korelasyon söz konusudur ($r=-.421$, $p<.01$).

İlişki Doyum Ölçeğinden alınan puanlar ile Duygusal Bağımlılık Ölçeğinden alınan puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-.634$, $p<.01$). Buradan hareketle duygusal bağımlılık arttıkça ilişki doyumunun da arttığı söylenebilir. İlişki Doyum Ölçeği puanları, Psikolojik Manipülasyon Ölçeği alt boyutlarından Değersizleştirilme ($r=-.742$, $p<.01$), İnkâr ve Reddedilme ($r=-.559$, $p<.01$) ve Bastırılma ($r=-.416$, $p<.01$) ile negatif korelasyon içerisinde olup, ilişkide değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılma söz konusu olduğunda ilişki doyumunun azaldığı sonucuna varılmıştır.

Duygusal Bağımlılık ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde benzer şekilde Psikolojik Manipülasyon ölçeği alt boyutlarından Değersizleştirilme alt boyutu ($r=-.476$, $p<.01$), İnkâr ve Reddedilme alt boyutu ($r=-.297$, $p<.01$) ve Bastırılma alt boyutu ($r=-.150$, $p<.01$) ile negatif korelasyon gözlenmektedir. İlişkide duygusal bağımlılık arttıkça değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılmanın azaldığı sonucuna varılmıştır.

4.5. İki Bağımsız Değişkenin “Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık” Bağımlı Değişken “İlişki Doyumu” Üzerindeki Yordama Gücünün İncelenmesi

Tablo 4.10: Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılığın İlişki Doyumunun Ne Kadarını Açıkladığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu

Değişken	B	Std. H.	β	t	p	İkili R	Kısmi R
Sabit	25.10	.901		27.865	.000		
Duy.Bağ.	.261	.022	.404	12.127	.000	.634	.526
Psk.Man.	-.142	.009	-.548	-16.461	.000	-.718	-.643

R=0.80 R²=0.65

F(2-384)=21.25 p=356.001

Tablo 4.10’a göre; duygusal bağımlılık ve psikolojik manipülasyon ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır (R=0.80, R²=0.65, p<0.01). Duygusal bağımlılık ve psikolojik manipülasyon birlikte ilişki doyumundaki varyansın %65’ini açıklamaktadır. Standardize regresyon katsayısına (β) göre değişkenlerin ilişki doyumunu üzerindeki önem sırası; psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılıktır. Regresyon katsayılarına ilişkin t testi sonuçlarına bakıldığında ise, duygusal bağımlılık ve psikolojik manipülasyon puanlarının ilişki doyumunu üzerinde önemli ve anlamlı yordayıcılığı görülmektedir.

4.6. Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Alt Boyutlarının Bağımlı Değişken “İlişki Doyumu” Üzerindeki Yordama Gücünün İncelenmesi

Tablo 4.11: Psikolojik Manipülasyon Ölçeği Alt Boyutlarının İlişki Doyumunun Ne Kadarını Açıkladığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonucu

Değişken	B	Std. H.	β	t	p	İkili R	Kısmi R
Sabit	34.57	.408		84.81	.000		
Değ.	-.281	.020	-.718	-13.73	.000	-.742	-.574
İnk&Red.	-.074	.051	-.072	-1.455	.147	-.559	-.074
Bas.	.056	.053	.046	1.066	.287	-.416	.054

R=0.74 R²=0.55

F(3-383)=158.14 p=.001

Tablo 4.11’de görüldüğü üzere; psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutları olan değersizleştirilme, inkar ve reddedilme ve bastırılma ilişki doyumunun %55’ini açıklamaktadır ($R = .74$, $R^2 = .55$, $F_{(3,383)} = 158.14$ $p < .01$). Standardize Beta değerleri incelendiğinde değersizleştirilme ($\beta = -.718$; $p < .01$) alt ölçeğinin ilişki doyumunu önemli ölçüde yordadığı görülmektedir; inkâr ve reddedilme alt ölçeğinin ($\beta = -.072$; $p > .05$) ve bastırılma ($\beta = .046$; $p > .05$) alt ölçeğinin ilişki doyumu üzerinde anlamlı düzeyde yordayıcılığının olmadığı görülmektedir.



BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma

Beşinci bölümde “Çiftlerin İlişki Doyumunun Yordayıcıları Olarak Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık” isimli tez çalışmasının bulguları çalışmanın amacına yönelik tartışılacak, elde edilen sonuçlar literatür ışığında yapılan tartışmalar ve araştırma bulguları üzerinden yorumlanacak ve önerilere yer verilecektir.

Öncelikle yapılan çalışmada, ilişki doyum ölçeği puanlarının ortalaması 40,80; psikolojik manipülasyon ölçeği puanlarının ortalaması 27,62; psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlarından değersizleştirilme puanlarının ortalaması 24,10; inkâr ve reddedilme puanlarının ortalaması 8,64; bastırılma puanlarının ortalaması 8,06; duygusal bağımlılık ölçeği puanlarının ortalaması ise 31,77 olarak tespit edilmiştir. Bu durumda çalışmanın katılımcılarının ilişki doyumlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Duygusal bağımlılık ölçeğinden alınan puanların aritmetik ortalaması incelendiğinde ise, katılımcıların duygusal bağımlılığın düşük-orta düzey olduğu söylenebilir.

5.1.1. Araştırma Katılımcılarının İlişki Doyumu ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Araştırmanın katılımcıları cinsiyete göre ele alındığında kadın katılımcıların (%72,1) erkek katılımcılara (%27,9) göre fazla olduğu dikkat çekmektedir. Yaşa bakıldığında ise katılımcıların çoğunluğunun (%46,5) 26-35 yaşında olduğu görülmektedir. Beraberlik süresi incelendiğinde en çok katılımcının (%56,6) 2-10 yıllık beraberlik süresi grubunda yer aldığı göze çarpmaktadır. Katılımcıların eğitim durumlarına bakıldığında çoğunun (%48,3) lisans mezunu olduğu görülmektedir. Birliktelik durumuna bakıldığında katılımcıların yarısından fazlasının (%51,9) evli olduğu dikkat çekmektedir.

Araştırmanın sorularından biri olan “ilişki doyumu cinsiyete göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben sonuçlara bakıldığında ilişki doyumu ölçeğinden alınan toplam puanlar cinsiyet değişkeni ile anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Bu durumda erkek ve kadın katılımcıların eşit düzeyde ilişki doyumuna sahip olduğu veya kadınların da erkeklerin de ilişkilerinden doyum almadığı şeklinde iki ihtimal düşünülebilir. Bu araştırmanın sonucunu destekler

nitelikte (Beştav, 2007; Hamamcı, 2005: 313-328; Günay, 2007; Soğancı, 2017; Theran, 2011, Özbiçer, 2013) diğer çalışmalarda da ilişki doyumunun cinsiyete göre anlamlı farkının bulunmadığı çalışmalar mevcuttur. Literatür incelendiğinde ilişki doyumunun cinsiyet ile ilişkisinde tutarlılık yoktur. Yolcu (2023)'ün çalışmasına göre kadın ve erkeklerin ilişki doyum düzeyleri arasında anlamlı fark görülmüş, kadınlarda ilişki doyumunun erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde (Özel, 2021; Rosen vd., 2018: 214-225) kadınların evlilik/ilişki doyumlarının erkeklerden daha yüksek olduğu (Sarı, 2008) sonucuna ulaşımlardır.

Kısacası ilişki doyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı çalışmalar mevcutken, bazı çalışmalarda ise kadınların ilişki doyumunun daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın sorularından bir diğeri olan “ilişki doyumu eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben ilişki doyumunun bireyin ve partnerinin eğitim durumu ile ilişkisi incelendiğinde, bireyin eğitim düzeyi arttıkça ilişki doyumunun azaldığı sonucu göze çarpmaktayken, kişinin partnerinin eğitim durumunun ilişki doyumu ile anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin eğitim seviyesi arttıkça ilişki doyumlarında azalma olması kişinin ilişkisi önüne kariyer, iş, sosyal çevre gibi diğer değişkenleri koyabileceğini düşündürmektedir. Mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen çalışmalar literatürde mevcuttur (Fışiloğlu, 1992; Hamamcı, 2005: 313-328; Karatatar, 2018). Literatürde eğitim durumu ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çok fazla çalışma bulunmamakla beraber Başaran (2022)'a göre katılımcılara hem kendilerinin hem de partnerlerinin eğitim durumu sorulmalıdır ve eğitim düzeylerinin değerlendirilmesi araştırılmaya değerdir. Bu çalışmada bireyin eğitim durumu ile ilgili anlamlı sonuçlara ulaşılmış fakat partnerin eğitim durumunun bireyin ilişki doyumu ile anlamlı bir sonucu çıkmamıştır. Bu anlamda partnerin eğitim durumunun ilişki doyumuna etkisini ölçmek adına daha fazla çalışma yapılabilir. Kılıç (2021: 401-417) tarafından en az bir yıllık romantik ilişkisi olan katılımcılarla yürütülen çalışmada eğitim düzeyi ve ilişki doyumu arasında pozitif korelasyon bulunmuş, eğitim düzeyinin artmasıyla ilişki doyumunun da arttığı gözlenmiştir. Akdoğan (2023)'ün çalışmasında eğitim düzeyi lisansüstü olan katılımcıların ilişki doyumu ve aldatmayı kabul etmeme puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu bulgulara göre eğitim düzeyi arttıkça bireylerin kişisel gelişimlerinin de olumlu yönde etkileneceği dolayısıyla

ilişkilerindeki olumsuz durumların azalacağı veya olumsuzluklarla baş etme becerileri yükseleceği düşünülebilir. Sonuç olarak ilişkilerinden aldıkları doyumda bundan dolayı artabilir.

Araştırmanın bir diğer sorusu olan “ilişki doyumu yaşa göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” incelendiğinde bireyin yaşının ve partnerinin yaşının ilişki doyumu üzerinde anlamlı olarak farklılaştığı gözlenmiş hem bireyler hem de partnerleri için genç yaştaiken ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu durumun bireylerin hayatlarının erken dönemlerinde, genç yetişkin çağlarında ilişki kurmaya özellikle de romantik ilişkilere daha hevesli, motive ve enerjik olmasından kaynaklanabileceği düşünülebilir. Birey hayatın gençlik döneminde eşini seçmek isteyebilir, kalan yaşantısında bir yol arkadaşı isteyebilir ve bundan dolayı genç yaşlarda ilişki kurmaya ve o ilişkiyi beslemeye yatkınlık gösterebilir, dolayısıyla ilişki doyumunun bu yaşlarda fazla çıkması normal karşılanabilir. İlişki doyumu ve yaş değişkeninin incelendiği bazı çalışmalarda iki değişken arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Soğancı; 2017, Özel; 2021).

Araştırmanın bir diğer sorusu “İlişki doyumu birliktelik süresine göre farklılaşmakta mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bulgular incelendiğinde birliktelik süresinin ilişki doyumu üzerinde anlamlı olarak farklılaştığı gözlenmiş, ilişkinin ilk yıllarında ilişki doyumunun daha fazla olduğu görülmüştür. Bu durumun ilişkilerde yıllar geçtikçe sorunlar çıkmasından, ilerleyen yıllarda sorumluluk artışı olabileceğinden veya ilişkinin yıllar geçtikçe alışkanlığa dönüşüp ilişki doyumunun göz ardı edilebileceğinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Aksine (Cramer, 2000; Özel, 2021; Başaran, 2022; Yolcu, 2023) birçok çalışmada daha uzun süreli birliktelik durumu olan kişilerin ilişki doyumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Akdoğan (2023) yaptığı çalışmada ilişki süresi 1-5 yıl olan katılımcıların ilişkide otantiklik, ilişkide risk alma ve ilişki doyum puanlarının anlamlı şekilde yüksek olduğunu saptamıştır. Sbarra ve Hazan (2008: 141-167)’a göre ilişkiden elde edilen doyum düzeyi ilişkinin devamlılığı açısından önemlidir. DeMoss (2004) benzer şekilde ilişki doyumunun yüksek düzeyde olmasıyla ilişkilerin uzun süreceğini belirtmiştir (akt. Yolcu, 2023). Bu bilgiler ışığında çalışmadan elde edilen bulgunun şaşırtıcı olduğu söylenebilir. Bu sonucun çalışma grubu ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sorusu “İlişki doyumu birliktelik durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben birliktelik durumu değişkeni ilişki doyumu üzerinde anlamlı olarak farklılaşmaktadır. İlişki doyumu düzeyinin en fazla söz-nişan evresinde olduğu gözlenmiştir. Bu durum flört dönemindeki bireylerin henüz ilişkinin erken dönemlerinde olmalarından, ilişkinin bir sonraki evresine geçmekte hem fikir olunmamasından, ilişkinin geleceğiyle ilgili endişe duyulmasından veya partnerlerin birbirlerini tanıyacak yeterli zamanı geçirmemiş olmasından kaynaklanabilir. Evli bireylerin ilişki doyumunun söz-nişan evresindeki çiftlere göre daha az olması ise evlilik içerisinde çıkabilecek sorunlardan, ailelerin ilişkinin içine dahil oluşundan, ev geçindirmek veya çocuk sahibi olmak gibi sorumluluklardan kaynaklandığı düşünülebilir. Bu durumda söz-nişan evresindeki bireyler flört döneminde ilişkiye devam etme, beraberliği evlilikle taçlandırma evresine adım atma döneminde olduklarından ve evlilik için heyecan duyduklarından ilişki doyumları daha fazla olabilir. Saraç ve diğerlerinin (2015) araştırmasında benzer şekilde söz-nişan evresindeki bireylerin ilişki doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Temelli (2018)’in çalışmasında ilişki doyumu düzeyi en çok söz-nişan evresindeki çiftlerdeyken, en düşük ilişki doyumunun sevgililik evresindeki çiftlerde olduğu gözlenmiştir.

5.1.2. Araştırma Katılımcılarının Psikolojik Manipülasyon Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Araştırmanın sorularından biri olan “psikolojik manipülasyon cinsiyete göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben sonuçlara bakıldığında psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutları olan değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılma faktörlerinin cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür. Psikolojik manipülasyon ölçeğinin toplam puanlarına göre erkeklerin kadınlardan daha fazla manipülasyona uğradığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Uyanık (2022) çalışmasında erkeklerin kadınlardan daha fazla duygusal istismara maruz kaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu çalışmanın sonucunun aksine, Bobera (2015) yaptığı çalışmada ilişkilerinden memnun olmayan kadınların psikolojik manipülasyona başvurduğunu ancak romantik ilişkide partneri manipüle etme isteğinin ikincil psikopati ve sadizm düzeyleri yüksek erkek bireylerde daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında erkeklerin psikolojik şiddet uygulama eğiliminin kadınlara göre daha fazla olduğunu gösteren

çalışmalar olduğu gibi (Kepir-Savoly vd., 2014), psikolojik şiddetin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Forke vd., 2008: 634-641). Yapılan çalışmalarda cinsiyete göre farklı sonuçlar bulunması çalışma grubu ile alakalı olabilir. Bu noktada psikolojik manipülasyona erkeklerin mi kadınların mı daha fazla maruz kaldığı konusunda net bir taraf belirtmek mümkün değildir.

Araştırmanın sorularından bir diğeri olan “psikolojik manipülasyon eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben sonuçlara bakıldığında bireylerin eğitim durumu ve partnerlerinin eğitim durumunun psikolojik manipülasyon üzerindeki etkisine bakıldığında her iki değişken için de anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Bir diğer araştırma sorusu olan “psikolojik manipülasyon yaşa göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben sonuçlara bakıldığında yaş değişkenleri için bireyin yaşının ve partnerinin yaşının psikolojik manipülasyon üzerinde anlamlı olarak farklılaştığı gözlenmiş, bireylerin ileri yaşlarda daha fazla psikolojik manipülasyona maruz kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik manipülasyonun partnerlerinin yaşına göre farkı incelendiğinde ise benzer şekilde partnerlerinin yaşları arttıkça psikolojik manipülasyonun arttığı gözlenmiştir. Psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlarından değersizleştirilme ve inkâr ve reddedilme hem bireyin yaşı hem de partnerin yaşı arttıkça artmaktadır, bastırılma ise bireyin ve partnerin yaşına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Psikolojik manipülasyonun yaş ilerledikçe artması bireyin partneriyle geçirdiği süreyle alakalı olduğu düşünülebilir. Çiftler birlikte zaman geçirdikçe birbirlerini tanımaları da doğal olarak artar ve kişi partneri tarafından çözümlenmiş olur yani partneri kişiyi nasıl manipüle edeceğini öğrenmiş hale gelir. Ayrıca bu süreçte birey partnerine güven duygusu geliştireceğinden manipüle edildiğinin farkına varamayabilir. Benzer bir çalışmada Şen (2023), 18-23 yaş grubundaki bireylerin algıladıkları ilişki kalitesinin diğer yaş gruplarına göre anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erken yaştaki bireylerin hem ilişki kalite algısının fazla olması hem de manipülasyonun az olmasının birbiri ile bağlantılı olduğu düşünülebilir. İlişkide manipülasyon az ise, ilişki kalitesi artabilir veya ilişki kalitesi yüksek olan ilişkilerde manipülasyon ortadan kalkabilir.

“Psikolojik manipülasyon birliktelik süresine göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben psikolojik manipülasyon ve birliktelik süresi incelendiğinde birliktelik süresinin psikolojik manipülasyon üzerinde anlamlı olarak farklılaştığı

gözlenmiş, ilişkinin ilk yıllarında manipülasyon düzeyinin daha az olduğu gözlenmiştir. Birliktelik süresi ve psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutlarından değersizleştirme ve inkâr ve reddedilme arasında anlamlı bir fark mevcuttur ve her iki değişkenin düzeyi de birliktelik süresi arttıkça artmaktadır, diğer bir değişken bastırılma ile beraberlik süresi arasında ise anlamlı fark bulunmamıştır. Bu durumun romantik ilişki içindeki bireylerin ilişkinin ilk yıllarında birbirlerini tanıma evresinde olmaları, daha fazla kaliteli zaman geçirmeleri, birbirlerine vakit ayırma konusunda istekli ve heyecanlı olmalarından kaynaklanabilir. İlişki yıllandıkça bazı şeyler rutine binebilir, partnerler arasında iletişim azalabilir ve tanınmışlık artacağından bir partnerin diğeri hakkında özümseyemediği, hoşlanmadığı durumları düzeltmek adına manipülasyona başvurması artabilir.

Bir diğer soru olan “psikolojik manipülasyon birliktelik durumuna göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben sonuçlara bakıldığında birliktelik durumu değişkeni psikolojik manipülasyon üzerinde anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Evlilik evresinde psikolojik manipülasyonun daha fazla olduğu gözlenmiştir. Duygusal istismar ile medeni durum ilişkisini inceleyen çalışmalarda da benzer şekilde evli bireylerin duygusal istismar uygulama düzeyinin evli olmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Uyanık, 2022)

Psikolojik manipülasyon ölçeğinin alt boyutlarına bakıldığında ise değersizleştirilme ve inkâr ve reddedilme faktörleri birliktelik durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmakta olup, her iki faktörün de evlilik evresinde arttığı görülmüştür. Bireyler ilişkileri evlilik evresine geçtiğinde birbirlerine karşı daha manipülatör olabilir, partneri tarafından değersiz hissettirilebilir veya inkâr ve reddedilmeye maruz kalabilir. Bunun sebebi evlendikten sonra partnere sahip olduğunun düşünülmesi, ayrılmanın daha zor olacağı inancı ve bunlardan kaynaklı bireyin eşine karşı daha duyarsız davranması olabilir. Bastırılma faktörü ise birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

5.1.3. Araştırma Katılımcılarının Duygusal Bağımlılık Düzeyleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Duygusal bağımlılık ve cinsiyete değişkenleri incelendiğinde katılımcıların duygusal bağımlılık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Elde edilen verilere göre erkeklerin kadınlara göre daha fazla duygusal bağlandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın sonucunun aksine Günebakan (2023)'in çalışmasında

kadınların duygusal bağımlılığının erkeklerden daha fazla olduğu gözlenirken, Çalık (2023)'in çalışmasında cinsiyet ve duygusal bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Farklı sonuçların çıkması bu konuda daha fazla araştırma yapmayı gerekli kılabilir.

Bir diğer araştırma sorusu “duygusal bağımlılık eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben bireylerin eğitim durumu ve partnerlerinin eğitim durumunun duygusal bağımlılık üzerindeki etkisine bakıldığında, bireyin eğitim düzeyi arttıkça duygusal bağımlılığın azaldığı, partnerinin eğitim durumunun ise herhangi bir etkisinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buradan eğitim düzeyi ile bireyin kişisel gelişiminin de doğru orantılı olarak arttığı, bireyin kendisine, kariyerine daha fazla önem vererek bağımlılık eğiliminin azaldığı sonucu çıkarılabilir. Alan yazın incelendiğinde eğitim durumu arttıkça duygusal bağımlılığın azaldığı sonucuna ulaşan çalışmalar mevcuttur (Çalık, 2023)

Yaş değişkenleri için ise bireyin yaşının ve partnerinin yaşının duygusal bağımlılık üzerinde anlamlı olarak farklılaştığı gözlenmiş, bireylerin yaş aldıkça duygusal bağımlılık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal bağımlılığın partnerlerinin yaşına göre farkı incelendiğinde ise aynı şekilde partnerlerin yaşı arttıkça bireylerin duygusal bağımlılık düzeyleri azalmaktadır. Hem bireyin hem de partnerinin yaşı arttıkça duygusal bağımlılığın azalıyor olması bireylerin olgunlaşmasıyla ilişkilendirilebilir.

Bir diğer araştırma sorusu olan duygusal bağımlılık ile birliktelik süresi incelendiğinde birliktelik süresinin duygusal bağımlılık üzerinde anlamlı olarak farklılaşmadığı gözlenmiştir. Benzer şekilde Çalık (2023)'in tezinde de birliktelik süresi ve duygusal bağımlılık arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Son olarak birliktelik durumu değişkeni duygusal bağımlılık üzerinde anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Söz-nişan evresinde duygusal bağımlılığın daha fazla olduğu gözlenmiştir. Flört döneminde ilişkinin yeni başlıyor olması ve birbirini tanıma evresinde olmak duygusal bağımlılığın gündemde olmamasını sağlıyor olabilir. Evlilik evresi için ise yaş değişkenindeki sonuçlara paralel olarak yaş alıp olgunlaştıkça evliliğinde olgunlaştığı, evlilik içerisindeki bireylerin flört evresindeki bireyler gibi birbirini tanıma durumunda olmayışı, evliliğin içinde birbirine güven duyma, evliliği karşılıklı bir sorumluluk olarak görüp o şekilde ilerletme gibi durumlar duygusal

bağımlılığın daha az olmasına katkıda bulunabilir. Söz-nişan evresindeki bireyler flört döneminden çıkmış, evlilik öncesi adım evresindedirler. Bundan dolayı ilişkinin evlilikle sonlanıp sonlanmayacağı kaygısıyla veya evlenecekleri fikrinin heyecanıyla duygusal bağlanma geliştirebilirler. Literatür incelendiğinde evli bireylerin evli olmayanlara göre duygusal bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu araştırmalar da mevcuttur (Günebakan, 2023).

5.1.4. Araştırma Katılımcılarının İlişki Doyumları ile Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada cevap bulunması hedeflenen sorulardan bir diğeri “Katılımcıların ilişki doyumları ile psikolojik manipülasyon ve alt boyutları ve duygusal bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Katılımcıların ilişki doyum düzeyleri ile psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık değişkenleri arasındaki ilişkileri ve saptanan ilişkilerin büyüklüklerinin ve yönlerinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon Analizi yapılmış, analizin sonuçlarında ilişki doyumunu ile psikolojik manipülasyon arasında negatif yönde yüksek düzeyde; ilişki doyumunu ile duygusal bağımlılık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde psikolojik manipülasyon ile duygusal bağımlılık arasında da negatif korelasyon söz konusudur. İlişki doyumunu ve duygusal bağımlılık arasında ise pozitif yönde anlamlı korelasyon bulunmuştur. Buradan hareketle duygusal bağımlılığın artmasıyla ilişki doyumunun da yükseleceği söylenebilir. Benzer bir sonuç Rusbult ve diğerlerinin (1982) çalışmasında da gözlenmiştir ve romantik birlikteliklerde ilişki doyumunun yüksek oluşuyla bağımlılık düzeyinin de yüksek olduğu dikkat çekmiştir.

İlişki doyumunu ve psikolojik manipülasyon ölçeğinin alt boyutlarından değersizleştirilme ile yüksek düzeyde negatif korelasyon, inkâr ve reddedilme ve bastırılma ile de azımsanamayacak düzeyde negatif korelasyon gözlenmiştir. Duygusal bağımlılık ve psikolojik manipülasyon ölçeği alt boyutları arasında da benzer şekilde negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bu ilişkilere göre psikolojik manipülasyon arttıkça ilişki doyumunu azalmaktadır. Bu araştırmanın sonucunu destekler nitelikte Uyanık (2022) bireylerin romantik ilişkilerinde partnerlerine uyguladıkları duygusal istismar düzeyinin artması sonucu ilişki doyumlarının azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Burada çift yönlü bir etkileşim söz konusu olabilir. Bireylerin ilişkilerinden aldıkları doyum az ise psikolojik manipülasyon eğilimleri artabilir veya bireyler partnerlerine psikolojik manipülasyon

uyguladıkça karşı tarafın ilişki doyumu azalabilir, bunun sonucunda bireyin ilişki doyumu da olumsuz etkilenebilir.

Benzer şekilde psikolojik manipülasyon arttıkça duygusal bağımlılık azalmaktadır. Psikolojik manipülasyonun alt boyutları değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılma arttığında da duygusal bağımlılığın azaldığı sonucuna varılmıştır. İlişki doyumu duygusal bağımlılıktan olumlu yönde etkilenir ve duygusal bağımlılık arttıkça ilişki doyumu da artar. Buradan hareketle ilişkisinden doyum alan bireylerin partnerlerine daha fazla bağlandığı, partnerlerine daha fazla bağlı olan bireylerin de aynı şekilde ilişki doyumunun arttığı söylenebilir. Bireyler birlikte zaman geçirdikçe, beraber yaptıkları aktiviteler arttıkça ve birbirlerini daha yakından tanıdıkça duygusal bağımlılıkları artabilir, doğru orantılı olarak benzer sebeplerden ilişki doyumunun da olumlu etkileneceği düşünülebilir. Psikolojik manipülasyonun söz konusu olduğu ilişkilerde duygusal bağımlılığın azalması manipülatör tarafından incelendiğinde bireyin partnerinin bazı davranış, düşünce ve inançlarından rahatsız olarak onları değiştirmeye, kendi beğendiği hale getirmeye çalışması aslında duygusal bağımlılığının azaldığının bir göstergesi olabilir. Bu duruma kurbanın penceresinden bakıldığında ise partneri tarafından sürekli ne yapması ve nasıl düşünmesi gerektiğinin söylenmesi, düşüncelerine, yaptıklarına, hayata bakış açısına değer verilmeyip, sürekli bir değişim içerisinde sürüklenmeye çalışılması bireyin partnerine karşı geliştirdiği duygusal bağımlılığa ket vuruyor olabilir. Bu çalışmanın sonucunun aksine psikolojik şiddete maruz kalan bireylerin özsayılarının düştüğü ve birlikte oldukları bireye bağımlılıklarının fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Pavia, Lima & Cavalcanti, 2022; akt. Günebakan, 2023).

5.1.5. Katılımcıların Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılıklarının İlişki Doyum Düzeylerini Yordamasına İlişkin Değerlendirme

Araştırmada cevaplanması amaçlanan sorulardan bir diğeri “Katılımcıların psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık düzeylerinin ilişki doyumu üzerinde yordayıcı bir rolü var mıdır?” şeklindedir. Bu sorunun cevaplanması için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır ve bulgulara göre her iki değişkenin de ilişki doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık değişkenlerinin birlikte ilişki doyumundaki varyansın %65’ini açıkladığı bulunmuştur. Değişkenlerin yordama düzeyi sırasıyla psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık şeklindedir. Psikolojik manipülasyon

ölçeği alt boyutları olan değersizleştirilme, inkâr ve reddedilme ve bastırılmanın bir arada ilişki doyumunun %55'ini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre değersizleştirilme alt ölçeğinin ilişki doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülürken, diğer değişkenler inkâr ve reddedilme ve bastırılmanın ilişki doyumu üzerinde anlamlı düzeyde yordayıcı etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çiftler arasında psikolojik manipülasyon olması ilişki doyumuna ket vurur ancak alt boyutlar incelendiğinde değersizleştirilme göz çarpmaktadır. Buradan hareketle değersizleştirilmenin ilişki doyumu üzerinde ciddi bir yıkıcı etkisi olduğu söylenebilir. Bireyler romantik ilişkisinde değersizleştirildiklerinde ilişkiden aldıkları doyum etkilenir, bu da ilişkinin sağlığını ve devamlılığını etkileyebilir.

Duygusal bağımlılık da ilişki doyumu üzerinde anlamlı şekilde yordayıcı etkiye sahiptir. Duygusal bağımlılığın var olduğu ilişkide çiftlerin aldığı doyum da artmaktadır. Alanyazın incelendiğinde bu çalışmanın sonucunu destekler nitelikte duygusal bağımlılığın ilişki doyumunu pozitif yönde yordadığı çalışmalara rastlanmıştır. Buunk ve Schurs (1996) duygusal bağımlılığın cinsel, sosyal ve eğlence maksatlı yakınlıkla pozitif anlamda ilişki olduğunu ve ilişki doyumunu artırdığını ileri sürmektedir. Overall ve Sibley (2008: 95-104)'in çalışmasında bağımlılığın varlığı ve bunun kabul edilmesinin ilişki doyumunu ve kalitesini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Çetin ve Arslan (2023: 364-376)'ın romantik ilişkilerde bağımlılık düzeyine etki eden faktörleri inceledikleri çalışmada duygusal bağımlılığın romantik ilişkileri olumlu olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

5.2. Öneriler

1. Romantik ilişki veya evliliklerin bireylerin sosyal yaşantısı üzerindeki etkisi düşünüldüğünde ilişki doyumunun yordayıcılarına yönelik yapılan çalışmalar çeşitlendirilebilir.
2. Cinsiyet ve ilişki doyumu konusunda yapılan araştırmalarda sonuçlar tutarsız olduğundan ilişki doyumunun cinsiyet ile ilişkisini inceleyen daha fazla araştırma yapılmalıdır.
3. Türkiye'de psikolojik manipülasyon ile ilgili çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Son dönemde oldukça popülerlik kazanan ve romantik ilişkileri derinden sarsabileceği düşünülen psikolojik manipülasyon konusunda çalışmaların

arttırılmasının, alana, romantik ilişkilerin kalitesine ve bireylerin ilişki doyumlarının artırılmasına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

4. Psikolojik manipülasyonun olumsuz etkileri konusunda çiftler bilgilendirilmelidir.
5. Bu çalışmanın değişkenleri coğrafi bölgeler bazlı yeniden işlenerek, yaşayan coğrafya ve kültürün ilişki doyumu, psikolojik manipülasyon ve duygusal bağımlılık değişkenleri ile ilişkisi incelenebilir.
6. Çift terapistleri, psikologlar, aile danışmanları ve diğer alan çalışanları psikolojik manipülasyonun ilişki doyumu üzerindeki yıkıcı etkileri konusunda bilgilendirilmelidir.
7. Boşanmaların arttığı bu dönemde aile ve sosyal politikalar bakanlığı ilişki doyumunu etkileyen faktörlerin incelendiği bu ve benzeri çalışmaların sonucu neticesinde çeşitli bilinçlendirmeler öne sürebilir.
8. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. İlgili alanda yapılacak diğer çalışmalarda nitel veriler ele alınarak konu veri toplama araçları dışında incelenebilir.
9. Bu çalışmanın değişkenleri ileriki çalışmalarda ekonomik durum değişkeniyle incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Abramson, K. (2014). Turning Up The Lights On Gaslighting. *Philos Perspect*, 28(1):1– 30.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S., (1978). Patterns of Attachment. Erlbaum, Hillsdale, New Jersey.
- Ainsworth, M.D.S., (1989). Attachments Beyond Infancy, *American Psychologist* 44(4): 709-716.
- Akdoğan, Ş. (2023). *Beliren yetişkinlik döneminde ilişki doyumunun yordayıcıları olarak ilişkide otantiklik ve cinsel doyum* (Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, İstanbul
- Akiş, A. D. & Öztürk, E. (2021). Patolojik Narsisizm: Duygusal İstismar ve "Gaslighting" Perspektifinden Kapsamlı Bir Değerlendirme, *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, 6(2): 1- 31.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., ve Sugimura, K. (2014). The New Life Stage Of Emerging Adulthood At Ages 18–29 Years: Implications For Mental Health, *The Lancet Psychiatry*, 1(7): 569-576.
- Arntz, A. (2005). Pathological Dependency: Distinguishing Functional From Emotional Dependency, *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(4): 411-416.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik İlişkiler Ve Aşk, *Current Approaches in Psychiatry*, 4(4): 520-546.
- Austin, E. J., Farrelly, D., Black, C., & Moore, H. (2007). Emotional İntelligence, Machiavellianism And Emotional Manipulation: Does EI Have A Dark Side?, *Personality and individual differences*, 43(1): 179-189.
- Aydemir, C. (2021). Duygusal Manipülasyon Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, *Global Journal Of Economics And Business Studies*, 10(19): 87-94.

- Barak, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı örseleme yaşantıları ile kişiler arası bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Bir vakıf üniversitesi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Barnes, Sean, et al. Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D., (2007). The Role Of Mindfulness in Romantic Relationship Satisfaction and Responses to Relationship Stress, *Journal Of Marital And Family Therapy*, 33(4): 482-500.
- Barton, R., & Whitehead J. (1969). The Gas-Light Phenomenon, *The Lancet*, 293 (7608): 1258-1260.
- Başaran, Z. P., (2022). *İlişki doyumunun yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve öz duyarlılık* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Baumeister, R.F., & Leary, M.R. (1995). The Need To Belong: Desire For İnterpersonal Attachments As A Fundamental Human Motivation, *Psychological Bulletin*, 117: 497- 529.
- Beştav, G. F. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bischoff, R. J (2008). The Role Of Dependence In Couple Relationships, *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 7(3): 267- 273.
- Blake-Mortimer, J., Koopman, C., Spiegel, D., Field, N., & Horowitz, M (2003). Perceptions Of Family Relationships Associated With Husbands' Ambivalence And Dependency İn Anticipating Losing Their Wives Tometastatic/Recurrent Breast Cancer, *Journal of Loss and Trauma*, 82 (2): 139-147.
- Bobera, T. (2015). *Able versus willing to manipulate partners in romantic relationships* (Doctoral Dissertation), University Of Tasmania.
- Bowlby, J. (1983). *Attachment: Attachment And Loss*, (2nd ed.). Basic Books.
- Buss, D. M., Gomes, M., Higgins, D. S., & Lauterbach, K. (1987). Tactics Of Manipulation, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52(6): 1219.

- Buunk, B. P. (1995). Sex, Self-Esteem, Dependency And Extradynamic Sexual Experience As Related To Jealousy Responses, *Journal Of Social And Personal Relationships*, 12(1): 147–153.
- Castelló, J. M., (2000). Análisis del concepto “Dependencia Emocional”. [Analysis of the concept —Emotional dependency]. Work presented in the I Virtual Congress of Psychiatry. 6-CI-A Conference.
- Chapaux-Morelli, P. ve Couderc, P. *İkili İlişkilerde Duygusal Manipülasyon: Narsist Bir Partnerle Yüzleşmek*. İletişim Yayınları 1595, Psykhe 5, ISBN-13: 978-975-05-0888-2, 9., Baskı 2017, İstanbul.
- Cirhinlioğlu, F. G., Kındap-Tepe Y. & Cirhinlioğlu Z. (2017). Psychological Distress, Self-Esteem And Emotional Dependency Of Married Individuals as Predictors of Marital Adjustment. *Theory and Application of Soft Computing With the Words and Perception*, 120: 164-171.
- Collins, N. L, & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, And Relationship Quality İn Dating Couples, *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Collins, W. A. (2003). More And Myth: The Developmental Significance Of Romantic Relationships During Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1): 1-24.
- Cramer, D. (2000). Relationship Satisfaction And Conflict Style İn Romantic Relationships, *The Journal of Psychology*, 134(3), 337-341.
- Crangle, O. (2013). What Is Psychological Manipulation.
- Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi* (H. Ekşi, Çev. Ed.). Edam.
- Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientation on romantic relationship satisfaction* (Unpublished Master’s Thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- Çalık, B. (2023). *Romantik ilişkisi olan yetişkin bireylerde çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile duygusal bağımlılıkları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

- Çetin, H. & Arslan, K. (2023). Romantik İlişkilerde Bağımlılık Düzeyine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi, *Kalemname* 8/16: 364-376.
- Çetinkaya, E., Kemer, G., Bulgan, G., & Tezer, E. (2008). İkili İlişkiler Güven Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29): 66-77.
- Eken, Ö. (2019). *Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Elphinston, R. A., Noller P. (2011). Time To Face It! Facebook İntusion And The Implications For Romantic Jealousy And Relationship Satisfaction, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11): 631-635.
- Emotional Abuse, American Psychological Association APA dictionary of psychology, <https://dictionary.apa.org/emotionalabuse> [22.03.2024].
- Erden-Çınar, S. Yazıcı, S., & Tekiner, B. (2022). Beliren Yetişkin İlişkilerindeki Manipülasyonlarda Aidiyet Hissinin Gücü, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(1): 97-112.
- Erdoğan, B. & Öztürk, E. (2018). Ruhsal Travmanın Aktarımında Narsisizm, *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 3(3): 11-20.
- Erdoğan, M. Y., Kuloğlu A. N. (2024). "Psikolojik Manipülasyon Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Niteliklerinin Saptanması" 2. Uluslararası Rumeli Toplum ve Eğitim Bilimleri Kongresi Bildiriler Kitabı, 27-29 Nisan 2024 (İstanbul: Rumeli Üniversitesi, 2024): 267-279.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis (No. 7), New York: WW Norton and Company.
- Ertürk, Y. & Arıkan, S. (2022). Romantik İlişkilerde İlişki İstikrarı: Sınır Kişilik Örgütlenmesinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, İlişkilerde Manipülasyon ve Flört Şiddeti Bağlamında İncelenmesi, *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 9(87): 1776-1791.
- Feeney, B. C. (2007). The Dependency Paradox In Close Relationships: Accepting Dependency Promotes Independence. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 92: 268-285.

- Feign, R. (1994). Spousal Adjustment To A Postmarital Disability In One Partner. *Family Systems Medicine*, 12 (3): 235-247.
- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu, *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(28): 16- 23.
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). Ideals, Perceptions, And Evaluations İn Early Relationship Development, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 79(6): 933.
- Forke, C. M., Myers, R. K., Catalozzi, M. ve Schwarz, D. F. (2008). Relationship Violence Among Female And Male College Undergraduate Students, *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 162(7): 634-641.
- Furnham, A., Richards, S. C., & Paulhus, D. L. (2013). The Dark Triad Of Personality: A 10 Year Review, *Social and Personality Psychology Compass*, 7(3): 199–216.
- Gerlach, T. M., Driebe, J. C., & Reinhard, S. K. (2020). Personality And Romantic Relationship Satisfaction, *Encyclopedia Of Personality And Individual Differences*, 3688-3695.
- Goldsmith, R. E., & Freyd, J. J. (2005). Awareness For Emotional Abuse, *Journal Of Emotional Abuse*, 5(1): 95-123.
- Göral-Alkan, F. S. (2010). *Coupling through projective identification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationship* (Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Graves, C. G., & Samp, J. A. (2021). The Power To Gaslight, *Journal Of Social And Personal Relationships*, 38(11): 3378-3386.
- Greenberg E. (2017). *Are You Being Gaslighted By the Narcissist in Your Life? Psychology Today*. Sussex Publisher.
- Grieve, R. (2011). Mirror Mirror: The Role Of Self-Monitoring And Sincerity İn Emotional Manipulation, *Personality and Individual Differences*, 51(8): 981-985.

- Grieve, R., & Mahar, D. (2010). The Emotional Manipulation–Psychopathy Nexus: Relationships With Emotional İntelligence, Alexithymia And Ethical Position, *Personality And Individual Differences*, 48(8): 945-950.
- Gülaydın, G. K. Ve Semerci, B. (2018). Romantik İlişkisi Olan Yetişkin Bireylerin İlişki Doyumlarının Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından İncelenmesi, *Psikoloji Araştırmaları*, 3(6): 14-25.
- Günay, S. (2007). *Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hamamcı, Z. & Hamamcı, E. (2015). Çocuk Gelişimi Kuramları Ve Dil Öğretmenleri İçin Yansımaları, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*: 4(1).
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional Relationship Belief İn Marital Satisfaction And Adjustment, *Social Behavior and Personality*, 33(4): 313- 328.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations Between Companionship, Hostility, And Marital Satisfaction, *Journal of Marriage and the Family*.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized As An Attachment Process, *Journal of Personality And Social Psychology*, 52(3): 511-524.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1989). Research On Love: Does İt Measure Up?, *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5): 784.
- Hendrick, S. S. (1988). A Generic Measure Of Relationship Satisfaction, *Journal of Marriage and the Family*, 50(1): 93-98.
- Hendrick, S. S. (2004). Close Relationships Research: A Resource For Couple and Family Therapists, *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(1): 13-27.
- Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2006). Measuring Respect in Close Relationships, *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6): 881-899.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C. & Adler, N. L. (1988). Romantic Relationships: Love, Satisfaction, and Staying Together, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6): 980-988.

- Hightower, E. (2017). *An exploratory study of personality factors related to psychological abuse and gaslighting* (Doktora Tezi) William James College.
- Hyde, J. & Grieve, R. (2018). The Dark Side of Emotion at Work: Emotional Manipulation in Everyday and Work Place Contexts, *Personality and Individual Differences*, 129, 108-113.
- Jewkes, R. (2010). Emotional Abuse: A Neglected Dimension Of Partner Violence, *The Lancet*, 376(9744): 851–852.
- Jiménez, M., & Sirvent. C. (2008). Dependencias Sentimentales O Afectivas: Etiología, Clasificación Y Evaluación [Emotional Or Affective Dependencies: Etiology, Classification And Assessment], *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2): 150-167.
- Kalaycı, Ş. (2010). *Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım A.Ş.
- Kalkan M, Hamamcı Z, Yalçın İ. (2015) *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma*, Anı Yayıncılık. 2. Baskı. Ankara, 187-205/209.
- Kanak, M., & Çelik, M. (2018). Türkiye'de Duygusal İstismar Üzerine Yazılan Lisansüstü Tezlerin Değerlendirilmesi, *Electronic Turkish Studies*, 13(27).
- Kanten, P., Yeşiltaş, M. ve Arslan, R. (2015). Kişiliğin Karanlık Yönünün Üretkenlik Karşıtı İş Davranışlarına Etkisinde Psikolojik Sözleşmenin Düzenleyici Rolü, *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 29(2): 365-391.
- Karakurt, G. (2001). *The impact of adult attachment styles on romantic jealousy* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Karatatar, H. (2018). *Beliren yetişkinlikte algılanan ebeveynlik stili ve ilişki doyumu arasındaki ilişkide kişilik özelliklerinin aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara
- Kaya, Y., & Öz, F. (2020). Ergenlerin Benlik Algısı Üzerinde Algılanan Ebeveyn Tutumlarının ve Bağlanma Stillerinin Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modellemesi, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 11(2): 106-114.

- Kemer, G., Yıldız, E. Ç., & Bulgan, G. (2016). Emotional Dependency And Dysfunctional Relationship Beliefs As Predictors Of Married Turkish Individuals' Relationship Satisfaction, *The Spanish Journal Of Psychology*, 19.
- Kepir-savoly, D. D., Ulaş, Ö. ve Demirtaş-Zorbaz, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Çiftler Arası Şiddeti Kabul Düzeylerini Etkileyen Etmenler, *Turkish Psychological Counseling And Guidance Journal*, 5(42): 173-183.
- Kılıç, B. (2021). Romantik İlişkilerde Psikolojik İyi Oluş ve İlişki Boyutları Üzerine Bir İnceleme, *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10(2): 401-417.
- Klein, W., Li, S., & Wood, S. (2023). A Qualitative Analysis Of Gaslighting İn Romantic Relationships, *Personal Relationships*, 30(4): 1316-1340.
- Lau, S. (2023). The Good, The Bad, And The Tradecraft: HUMINT And The Ethics Of Psychological Manipulation, *Intelligence and National Security*, 38(4): 592-610.
- Manipülasyon, Türk Dil Kurumu Sözlükleri, <https://sozluk.gov.tr/> [27.11.2023].
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Defining İntimacy İn Romantic Relationships, *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 42(1): 31-37.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Marriage And Romantic Relationships: Defining İntimacy İn Romantic Relationships, *Family Relations*, 42: 7-31.
- Nagler, U. K., Reiter, K. J., Furtner, M. R., & Rauthmann, J. F. (2014). Is There A "Dark İntelligence"? Emotional İntelligence İs Used By Dark Personalities To Emotionally Manipulate Others, *Personality and Individual Differences*, 65: 47-52.
- Nazir, T., & Özçiçek, A. (2022). Gaslighting: İki Yüzlü Bir Duygusal İstismarla Yüzleşmek, *Anadolu University Journal of Education Faculty*, 6(3): 241-250.
- Neff, K. D., ve Beretvas, S. N. (2013). The Role Of Self-Compassion İn Romantic Relationships. *Self and Identity*, 12(1): 78-98.
- Nepryakhin, N. (2019). Classification of vulnerability factors in the process of psychological manipulation. In *International Conference on the Advanced Research in Social Science*.

- Nepryakhin, N. (2019). Classification of vulnerability factors in the process of psychological manipulation. In *Proceedings of The International Conference on Advanced Research in Social Sciences*.
- Neumann, C. S., Hare, R. D., & Newman, J. P. (2007). The Super-Ordinate Nature Of The Psychopathy Checklist-Revised, *Journal of personality disorders*, 21(2): 102-117.
- Neyer, F. J. (2002). The Dyadic İnterdependence Of Attachment Security And Dependency: A Conceptual Replication Across Older Twin Pairs And Younger Couples, *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(4): 483-503.
- Overall, N. C., & Sibley, C. G. (2008). When Accommodation Matters: Situational Dependency Within Daily İnteractions With Romantic Partners, *Journal of Experimental and Social Psychology*, 44: 95–104.
- Özbiçer, Ş. (2013). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile romantik ilişki doyumları ve eşlerinin ilişki doyumlarına yönelik algıları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Özel, B. (2021). *Romantik ilişki doyumunun yordayıcıları olarak öz anlayış ve duygusal zekanın incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk E. (2021). *Disfonksiyonel Aile Modellerinden Fonksiyonel Aile Modeline: "Doğal ve Rehber Ebeveynlik Stili"*. Öztürk E, editör. Aile Psikopatolojisi. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 1-39.
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad Of Personality: Narcissism, Machiavellianism And Psychopathy, *Journal of Research in Personality*, 36(6): 556–563.
- Riso, W. (2004). *¿Amar o depender? [To love or to depend?]*. Barcelona: Granica.
- Roberts, A., Pistole M.C. (2009). Long-Distance And Proximal Romantic Relationship Satisfaction: Attachment And Closeness Predictors, *Journal of College Counseling*, 12(1): 5-17.
- Roberts, R. (2015). *Psychology and Capitalism: The Manipulation of Mind*. John Hunt Publishing, ISBN: 1782796533, 9781782796534.

- Rosen, N. O., Bailey, K., & Muise, A. (2018). Degree and Direction of Sexual Desire Discrepancy Are Linked to Sexual and Relationship Satisfaction in Couples Transitioning to Parenthood, *The Journal of Sex Research*, 55(2): 214-225.
- Rusbult C. E., Drigotas S. M., & Verette J. (1994). The Investment Model: An Interdependence Analysis Of Commitment Processes And Relationship Maintenance Phenomena. In D. Canary & L. Stafford (Eds.), *Communication and relational maintenance* (115–139). New York, NY: Academic Press.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test of The Investment Model, *Journal Of Experimental Social Psychology*, 16(2): 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development (and Deterioration) of Satisfaction and Commitment in Heterosexual Involvements, *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1): 101-117.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., ve Morrow, G. D. (1986). Predicting Satisfaction and Commitment in Adult Romantic Involvements: An Assessment Of The Generalizability Of The Investment Model, *Social Psychology Quarterly*, 49(1): 81–89.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Finkel E. J., & Wildschut, T. (2002). *The War Of The Roses: An Interdependence Analysis Of Betrayal And Forgiveness*. (In P. Noller and J. A. Feeney Eds.). *Understanding Marriage: Developments in the Study of Couple Interaction*. Cambridge University Press.
- Rusbult, C. E., ve Buunk, B. P. (1993). Commitment Processes in Close Relationships: An Interdependence Analysis, *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2): 175–204.
- Rusbult, C.E., Martz, J.M., Agnew, C.N. (1998). The Investment Model Scale: Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality Of Alternatives And Investment Size, *Journal of Personal Relationships*, 5: 357-391.
- Rusbult, C.E., Zembrodt, I.M. ve Gunn, L.K. (1982). Exit, Voice, Loyalty, and Neglect: Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements, *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(6): 1230-1242.

- Sabatelli, R. M. (1988). Exploring Relationship Satisfaction: A Social Exchange Perspective On The Interdependence Between Theory, Research, And Practice, *Family Relations*, 37(2): 217-222.
- Saltoğlu, S., & Irak, D. U. (2020). Kişiliğin Karanlık Üçlüsü: Narsisizm, Makyavelizm ve Psikopati, *Turk Psikoloji Yazilari*, 23(45): 42-62.
- Saraç, A., Hamamcı, Z., & Güçray, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması, *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43): 69-81.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma stilleri ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sbarra, D. A., & Hazan, C. (2008). Coregulation, Dysregulation, Self-Regulation: An Integrative Analysis And Empirical Agenda For Understanding Adult Attachment, Separation, Loss, And Recovery, *Personality and Social Psychology Review*, 12(2): 141- 167.
- Schreurs, K. M. G., & Buunk, B. P. (1996). Closeness, Autonomy, Equity, And Relationship Satisfaction In Lesbian Couples, *Psychology of Women Quarterly*, 20(4): 577–592.
- Shackelford, T. K., & Buss, D. M. (2000). Marital Satisfaction and Spousal Costinfliction, *Personality and Individual Differences*, 28: 917-928.
- Simpson, J. A. (1990). Influence Of Attachment Styles On Romantic Relationships, *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5): 971–980.
- Soğancı, D. (2017). *Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Solomon, M. F (2009). Attachment Repair In Couples Therapy: A Prototype For Treatment Of İntimate Relationships, *Clinical Social Work Journal*, 37: 214–223.
- Spanier, G. B. & Lewis, R, A, (1980). Marital Quality: A Review Of The Seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 42: 825-839.

- Spear, A. D. (2020). Gaslighting, Confabulation, and Epistemic Innocence, *Topoi*, 39(1): 229-241.
- St. Clair, H. R. (1966). Manipulation, *Comprehensive Psychiatry*, 7(4): 248- 258.
- Stackert, R. A., Bursik K. (2003). Why Am I Unsatisfied? Adult Attachment Style, Gendered Irrational Relationship Beliefs, and Young Adult Romantic Relationship Satisfaction, *Personality And Individual Differences*, 34(8): 1419-1429.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory Of Love, *Psychological Review*, 93(2): 119–135.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43): 71-106.
- Sweet, P. L. (2019). The Sociology Of Gaslighting, *American Sociological Review*, 84(5): 851-875.
- Şen, G., S. (2023). *Romantik ilişki kalitesinin benliğin ayrımlaşması ve duygusal manipülasyon düzeyine göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Temelli, E. (2018). *Bireylerin değer yargılarına bağlı olarak romantik ilişki memnuniyetlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Terzi, S. (2014). Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmalarına Yol Açan Olaylar: Nitel Bir Çalışma, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(2): 99-108.
- Terzi, S., & Işık, Ş. (2017). Evli Bireylerin İlişki Bağlanımları: Yatırım Modeli Temelli Nitel Bir Çalışma, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2): 184-199.
- Theran, S. A. (2011). Authenticity İn Relationships and Depressive Symptoms: A Gender Analysis, *Personality and Individual Differences*, 51(4): 423-428.
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. John Wiley.
- Thomas, L. (2018). Gaslight And Gaslighting, *The Lancet Psychiatry*, 5(2):117–118.
- Topbaş, M. (2004). İnsanlığın Büyük Bir Ayıbı: Çocuk İstismarı. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 3(4): 76-80.

- Uyanık, G. (2022). *Yetişkin bireylerde duygusal istismar ve ilişki istikrarı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Ümmet, D., Acar-Bulut, Ö. (2022). Affetme ile İlişki Kalitesi Arasındaki İlişkide Duygusal Bağımlılığın Aracı Rolü, *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(27): 660-678.
- Van Dijk, T. A. (2006). Discourse And Manipulation, *Discourse & Society*, 17(3): 359-383.
- Weiten, W., Dunn, D. S., & Hammer, E. Y. (2014). *Psychology Applied To Modern Life: Adjustment In The 21st Century*. Cengage Learning.
- Word of the Year 2022, Merriam-Webster, <https://www.merriam-webster.com/wordplay/word-of-the-year-2022#:~:text=Word%20of%20the%20Year%202022%20%7C%20Gaslighting%20%7C%20Merriam%2DWebster> [11.08.2023]
- Yılmaz, H. (2018). İnsan İlişkilerinde Manipülasyon Ölçeği, *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4): 449-467.
- Yolcu, Ö. (2023). *Genç yetişkinlerde ilişki doyumunun yordayıcıları olarak romantik ilişkilerde yakınlık ve romantik ilişkide kendini açma düzeyi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Medipol Üniversitesi, İstanbul.

EKLER

EK-1 Demografik Bilgi Formu

Değerli Katılımcı, bu çalışma “Romantik İlişkilerde Psikolojik Manipülasyon Ölçeği” geliştirilmesi ve geliştirilen ölçeğin İlişki Doyumu ve Duygusal Bağımlılık değişkenleriyle ilişkisini incelemek amacıyla yapılmaktadır. Aşağıda romantik ilişki yaşadığınız eşinizin ya da kız/erkek arkadaşınızın size yönelik davranışlarına ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Maddede yer alan davranışa maruz kalma durumunuza göre “hiç katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum ve tamamen katılıyorum” seçeneklerinden uygun olanı işaretleyiniz. Ankete vereceğiniz içten ve doğru cevaplarınız, çalışmada elde edilen verilerin sağlıklı işlenmesinde önem arz etmektedir. Veri toplama araçlarından elde edilecek bilgiler sadece araştırma amacıyla kullanılacağından dolayı kişisel bilgilerinizi (Ad-Soyad vb.) yazmanıza **gerek yoktur**. Çalışmaya katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

Psikolojik Danışman Ayşe Nur KULOĞLU

1. **Cinsiyet**
 - a) Kadın b) Erkek
2. **Yaş**
 - a) 18-25 b) 26-35 c) 36 ve üzeri
3. **Birlikte Olduğunuz Kişinin Yaşı**
 - a) 18-25 b) 26-35 c) 36 ve üzeri
4. **İlişkiniz-evliliğiniz ne kadar süredir devam etmektedir?**
 - a) 1 yıl b) 2 yıl-10 yıl c) 11 yıl ve üzeri
5. **Öğrenim Durumunuz**
 - a) Lise ve altı
 - b) Üniversite mezunu
 - c) Yüksek lisans / Doktora
6. **Birlikte Olduğunuz Kişinin Öğrenim Durumu**
 - a) Lise ve altı
 - b) Üniversite mezunu
 - c) Yüksek lisans / Doktora
7. **Birliktelik Durumuz**
 - a) Romantik İlişki b) Evlilik

EK-2 İlişki Doyum Ölçeği (İDO)

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

	Hiç Karşılamiyor						Çok İyi Karşılıyor
1- Sevgiliniz İhtiyaçlarınızı Ne Kadar Karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç Memnun Değilim						Çok Memnunum
2- Genel Olarak İlişkinizden Ne Kadar Memnunsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Çok Daha Kötü						Çok Daha İyi
3- Diğerleriyle Karşılaştırdığınızda İlişkiniz Ne Kadar İyi?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiçbir Zaman						Her Zaman
4- Ne Sıklıkla İlişkinize Hiç Başlamamış Olmayı İstiyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç Karşılamiyor						Tamamen Karşılıyor
5- İlişkiniz Ne Dereceye Kadar Sizin Başlangıçtaki Beklentilerinizi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
	Hiç Sevmiyorum						Çok Seviyorum
6- Sevgilinizi Ne Kadar Seviyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
	Çok Var						Hiç yok
7- İlişkinizde Ne Kadar Problem Var?	1	2	3	4	5	6	7

EK-3 Psikolojik Manipülasyon Ölçeği

Aşağıda romantik ilişkiniz/eşiniz ile ilişkiniz içinde yaşayabileceğiniz bazı durumların listelendiği ölçeğin maddelerini size uygunluk durumuna göre ölçek üzerinde işaretleyiniz.

		Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
1hiçbir şeyi doğru yapamayacakmışım gibi hissettirir.					
2bazı konuları dile getirmeden önce çok kez düşünmeme ve kaygılanmama neden olur.					
3tepki verir diye korktuğumdan yalan söylediğim olur.					
4 kendimi umutsuz hissettirdiği zamanlar olur.					
5zaman zaman özgüvenimi azaltır.					
6hayatımla ilgili kararlarda ne kadar söz hakkı sahibi olduğumu sorgular.					
7 duygularımı çoğunlukla önemsemez.					
8 düşüncelerime değer vermez.					
9basit kararlar almakta bile zorlanmama neden olur.					
10sık sık yeterince iyi bir partner olup olmadığını düşündürür.					
11yüzünden zaman zaman aşağılandığımı hissedirim.					
12bazen söylemediğim şeyleri söyledim diye kabul ettirir.					
13zaman zaman yapmadığım şeyleri yaptığımı kabul ettirir.					
14tarafından zaman zaman küçümsendiğimi hissedirim.					

15anlattığım olayların yaşanmadığını ve hafızamın kötü olduğunu söyler.					
16tarafından cinsiyet genellemelerine maruz kaldığım olur. (Kadınlar/Erkekler hep böyledir vs.)					
17söylediğim şeylerin aslında olmadığını, onları benim uydurduğumu söyler.					
18çok iyi hatırladığım konularda bile yanıldığımı hissettirir.					
19den çekindiğim için düşüncelerimi sakladığım olur.					
20den çekindiğim için giyim kuşamıma dikkat ederim.					
21den çekindiğim için görüşmediğim insanlar olur.					
22ile bir arada olduğumda bile çoğu zaman kendimi yalnız hissederim.					

EK-4 Duygusal Bağımlılık Ölçeği

Aşağıdaki ifadelerin size ne kadar uygun olduğunu aşağıdaki ölçek üzerinde işaretleyiniz. Lütfen maddelerde “O” şeklinde ifade edilen kişiyi romantik ilişkide bulunduğunuz kişi olarak dikkate alınız.

Hiç katılmıyorum 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7
Kesinlikle katılıyorum

1. O birkaç günlüğüne benden ayrı kaldığında genel olarak kendimi pek iyi hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
2. O olmasaydı hayatımın nasıl olacağını tahmin bile edemem.	1	2	3	4	5	6	7
3. Şu anda onunla mutlu olduğum kadar mutlu olabileceğim başka insan bulmak benim için zor olurdu.	1	2	3	4	5	6	7
4. O olmadan da mutlu olabilirdim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Onunla yapmaktan hoşlandığım birçok şey var.	1	2	3	4	5	6	7
6. O olmadan yaşamak zorunda olmak benim için zor olurdu.	1	2	3	4	5	6	7
7. O olmadan karar vermeyi zor buluyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Kendimi iyi hissetmediğim zaman bu konuda konuşabileceğim tek insan odur.	1	2	3	4	5	6	7
9. Hayatımdaki en önemli şey onunla olan ilişkimdir.	1	2	3	4	5	6	7

EK-5 Ölçek Kullanım İzinleri

FC Ferzan Curun
Kime: Ayşe Nur KULOĞLU
4.03.2024 Pzt 14:2

master (4).pdf
3 MB

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

Kimden: "Ayşe Nur KULOĞLU"
Kime:
Gönderilenler: 4 Mart Pazartesi 2024 9:37:38
Konu: İlişki Doyumu Ölçeği'nin Kullanılması Hakkında

Merhaba Ferzan Hocam. Nasılsınız? Umarım her şey yolundadır.

Ben Psikolojik Danışman Ayşe Nur KULOĞLU. Şu anda İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümünde yüksek lisans eğitimimin tez aşamasındayım. "İlişki Doyumunun Yordayıcıları Olarak Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık" konulu tezimde kullanmak üzere Türkçe uyarlamasını sizin yaptığınız "İlişki Doyum Ölçeği" için izin istemek üzere sizlere ulaştım. Uygun görürseniz tezimde kullanmayı çok isterim. Dönüşünüzü heyecanla bekliyorum.

Sağlıklı günler dilerim.

GK Gunnur Karakurt
Kime: Ayşe Nur KULOĞLU
4.03.2024 Pzt 17:20

Merhaba Aysenur,

Duygusal bağımlılık ölçeğine research gate platformundan ulaşabilirsiniz. Linki gönderiyorum.
Akademik çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.
https://www.researchgate.net/publication/323445583_Duygusal_Bagimlilik_Olcegi

Çalışmalarınızda başarılar diliyorum.
Gunnur

Gunnur Karakurt, Ph.D., IMFT
Professor, Department of Psychiatry
Case Western Reserve University

AK Ayşe Nur KULOĞLU
Kime:
3.03.2024 Paz 23:15

Merhaba Günnur Hocam, umarım her şey yolundadır.

Ben Psikolojik Danışman Ayşe Nur Kuloğlu. Şu anda Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümünde yüksek lisans eğitimimin tez aşamasındayım. "İlişki Doyumunun Yordayıcıları Olarak Psikolojik Manipülasyon ve Duygusal Bağımlılık" konulu tezimde kullanmak üzere Türkçe uyarlamasını sizin yaptığınız "Duygusal Bağımlılık Ölçeği" ni kullanmak için izin istemek üzere sizlere ulaştım. Uygun görürseniz tezimde kullanmayı çok isterim. Dönüşünüzü heyecanla bekliyorum.

Sağlıklı günler dilerim.

Kolaylıklar.

ÖZ GEÇMİŞ

Ayşe Nur KULOĞLU

EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, 2024, İstanbul

Lisans: TED Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, 2020, Ankara

YAYINLAR

24. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Kasım 17-18-19 2023, Ankara Türkiye. “Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Bağlanma Stilleri ile Prososyal Davranışları Arasındaki İlişki” Konulu Bildiri.

International Rumeli Congress on Social and Educational Sciences, Nisan 27-28-29 2024, İstanbul Türkiye. “Development of Psychological Manipulation Scale and Determining Its Psychometric Qualities” Konulu Bildiri.