



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**GENÇ YETİŞKİN BİREYLERİN ROMANTİK İLİŞKİLERİNDE
ÖZ-ŞEFKAT GELİŞİMLERİ İLE FLÖRTTE ŞİDDET EĞİLİMİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Meliha ÖĞDEN

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin OZAN

İSTANBUL-2023

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**GENÇ YETİŞKİN BİREYLERİN ROMANTİK İLİŞKİLERİNDE
ÖZ-ŞEFKAT GELİŞİMLERİ İLE FLÖRTTE ŞİDDET EĞİLİMİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Meliha ÖĞDEN

TezDanışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin OZAN

İSTANBUL-2023

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Genç Yetişkin Bireylerin Romantik İlişkilerinde Öz-şefkat Gelişimleri ile Flörtte Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

.../09/2023

Meliha ÖĞDEN

İmza

ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR

Duygusal mükemmelliyetçiliğin egemen olduğu ve duyguların olumlu ya da olumsuz olarak iki aşırı uç bağlamında değerlendirildiği bir dünyada insanların yalnızca ‘iyi hissetme’ peşinde olmaları anlaşılır bir tutum olarak değerlendirilebilir (Çarmıklı, 2021). Ne var ki, yaşam yalnızca ‘iyi’ olanı değil, ‘tüm’ duyguları hissedebilmekle ilgili bir yolculuktur. Gökkuşağını yakalamak için yağmuru göze almak gerekir. Ödül avcısı gibi yalnızca güzel olanı yakalama peşinde olan insanların olumsuz düşünce ve duygulardan kaçma çabasının anlamsızlığını izlerken, bir yandan da olumsuz duygu ve düşünceleri yargılamadan kucaklayabilmenin farkındalığı önemlidir. Şefkatin insan acılarını azaltmadaki rolünü düşünürsek, öz-şefkatin esneklik ve dayanıklılığı arttırmadaki payı önemlidir (Çarmıklı, 2021).

TBMM Araştırma Komisyon Rapor (2007)’una, göre ülkemizde, son yıllarda şiddet olaylarında önemli bir artış olduğu görülmektedir. Karşı cinsle ilişkilerde yaşanan şiddetin ve gençler tarafından başvurulmuş şiddetin en sık karşılaşılan şiddet türleri olduğu göze çarpmaktadır. Her geçen gün medyada ölümle sonuçlanan şiddet haberlerine rastlanılması tedirginlik vericidir. Halk sağlığı çalışmaları göstermektedir ki gençlerde şiddet, devam eden ve boyutları giderek artan bir sorundur (TBMM Araştırma Komisyon Raporu, 2007). Türkiye İstatistik Kurumu Gençlik İstatistikleri (2011) verilerine göre, birini öldürme suçu yetişkin erkekler arasında %2,1 iken genç erkekler arasında %2,8 oranında; yetişkin kadınlar arasında %1,6 iken genç kadınlar arasında %3,5 oranındadır. Şiddete dayalı vakaların yetişkinlere kıyasla gençler arasında daha fazla olduğu görülmektedir (Avcı ve Yıldırım, 2014).

Toplumda bireylerin hep iyi hissetme duygusu altında ezildiği ve romantik ilişkilerinde genç yetişkin bireylerin yaşadığı şiddetin artması bu konuyu incelemeye yönelten başlıca sebep olmuştur.

Bu araştırmanın bütün aşamalarında akademik bilgisini ve manevi yardımını hiç eksik etmeyen, beni destekleyen, görüş ve önerileri ile beni aydınlatan ve çalışmamın bilimsel değerini yükselten kıymetli hocam, sayın danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Yasemin OZAN’a teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Bulgular bölümünde desteğini esirgemeyen İstatistik Uzmanı Ahmet TURGUT’a teşekkür ederim.

Çalışmaya katkı sağlayan herkese teşekkür ederim.

Her zaman her koşulda yanımda olan canım eşim Onur ÖĞDEN ve canımdan çok sevdiğim oğlum Alp ÖĞDEN'e sonsuz teşekkürler. İyi ki varsınız.

Ailem oldukları için hep gurur duyduğum ve maddi ve manevi desteklerini her zaman hissettiğim, kıymetli annem, babam ve biricik kardeşime öz verilerinden dolayı şükranlarımı sunarım.

Meliha ÖĞDEN

İstanbul, 2023



ÖZET

Bu çalışmanın amacı, genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bununla birlikte temelde genç yetişkin bireylerin öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet arasında bir ilişki var mıdır? Sorusuna cevap aramak hedeflenmektedir. Araştırmanın katılımcılarını, 18-34 yaş aralığında 385 kişi oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında “Kişisel Bilgi Formu”, “Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçekleri” ve “Öz Anlayış Ölçeği” kullanıldı. Verilerin analizinde SPSS 23.0 paket programı kullanıldı. Analiz sonuçlarına göre, 26-34 yaşında olanların Öz Anlayış Ölçek puanları 18-25 yaşta olanlara göre daha yüksek olduğu bulundu. Cinsiyet grupları ile Öz Anlayış arasında anlamlı bir fark bulunmadı.

Cinsiyet farklılıklarına bakıldığında kadın ve erkeklerin fiziksel şiddet eğilimlerinin arasında anlamlı bir fark kadınlar lehine bulundu. Kadın ve erkeklerin psikolojik şiddet eğilimleri arasında anlamlı bir fark bulunmadı. Ölçeklerin alt boyutları değerlendirildiğinde kadınların fiziksel ve psikolojik şiddet uygulama haklarına yönelik algılayış biçimlerine bakıldığında; erkeklerin benzer davranışları kendileri sergilediğinde fiziksel veya psikolojik şiddet uygulayabileceği sonucuna ulaşıldı. Kadın aynı davranışa maruz kaldığında psikolojik şiddet uygulamasını, erkek bakış açısıyla erkek partnerin daha çok makul karşıladığı fakat kadının fiziksel şiddet uygulamaması gerektiği bulgusu saptandı. Kadınların ise, partnerlerinin davranışsal tutumlarına göre tetiklenerek artış gösterebildiğini ve fiziksel şiddete başvurabilecekleri sonucuna ulaşıldı.

Bununla birlikte köyde yaşayan erkeklerin şehirde yaşayan erkeklere göre flörtte uyguladığı psikolojik şiddete yönelimi daha fazla bulundu. Ayrıca şehirde yaşayan kadınların flörtte uyguladığı psikolojik şiddet eğilimi büyükşehir/metropolde yaşayanlara göre daha düşüktü. Mevcut bir romantik ilişkisi olanların öz-anlayışı olmayanlara göre daha yüksekti. Öz Anlayış ile fiziksel şiddet eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadı. Öz Anlayış ile psikolojik şiddet eğilimi arasında da anlamlı bir ilişki bulunmadı.

Anahtar Kelimeler: Öz-şefkat, Flört Şiddeti, Genç Yetişkin Bireyler, Romantik İlişkiler

GENÇ YETİŞKİN BİREYLERİN ROMANTİK İLİŞKİLERİNDE ÖZ-ŞEFKAT GELİŞİMLERİ İLE FLÖRTTE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the connection between the development of self-compassion and dating violence in the romantic relationships of young adults. Additionally, the study aims to explore whether there is a link between the self-compassion development of young adults and dating violence. The research participants include 385 individuals aged 18-34. Data collection involved the use of a "Personal Information Form," "Attitude Scales Towards Dating Violence," and the "Self-Compassion Scale." Data analysis was conducted using the SPSS 23.0 software package. The analysis results revealed that individuals aged 26-34 exhibited higher scores on the Self-Compassion Scale compared to those aged 18-25.

There were no significant differences observed between gender groups and self-compassion. In terms of gender differences, a significant variance in physical violence tendencies between men and women was found, favoring women. However, no significant difference was identified in the psychological violence tendencies of men and women. When examining the sub-dimensions of the scales, it was concluded that women may use physical or psychological violence when men exhibit similar behavior towards them. Furthermore, it was observed that men found the use of psychological violence more reasonable from the male perspective when a woman displayed similar behavior, but the woman should not resort to physical violence.

It was also suggested that women may be provoked by their partners' behavioral attitudes, leading them to resort to physical violence. Interestingly, men residing in rural areas were more prone to psychological violence during dating compared to men living in urban areas, while women living in urban areas displayed a lower tendency for psychological violence during dating than those in metropolitan cities/metropolises. Participants in current romantic relationships exhibited higher levels of self-compassion than those without such relationships. Nevertheless, no significant relationship was found between self-compassion and the tendency for physical violence or psychological violence.

Keywords: Self-compassion, Dating Violence, Young Adults, Romantic Relationships.



İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR	ii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ	x
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	5
1.2. Araştırmanın Problemi	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	7
1.5. Araştırmanın Varsayımları	7
1.6. Tanımlar	7
2. GENEL BİLGİLER	8
2.1. Öz-şefkat	8
2.1.1. Öz-şefkat bileşenleri.....	9
2.1.2. Öz-şefkati etkileyen faktörler	11
2.1.3.Öz-şefkat ile ilgili kuramlar	14
2.1.4. Öz-şefkatle birbirine karıştırılan bazı kavramlar ve öz-şefkatin eleştirisi	16
2.2. Genç Yetişkinlik Dönemi.....	17
2.3. Şiddet.....	19
2.3.1. Şiddet türleri	20
2.3.2. Flört şiddeti.....	21
2.3.3. Flört şiddetinin nedenleri.....	23
2.3.4. Flört şiddetine ilişkin kuramsal açıklamalar	24
2.3.5. Flört şiddetinin yaygınlığı	26
2.4. Romantik İlişkiler.....	27
2.5. Öz-şefkat ve Flört Şiddetiyle İlgili Yapılan Araştırmalar	30
3. GEREÇ VE YÖNTEM	33
3.1. Araştırmanın Modeli	33

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	33
3.3. Veri Toplama Araçları	33
3.3.1. Öz anlayış ölçeği	34
3.3.2. Flört şiddetine yönelik tutum ölçekleri	34
3.3.3. Kişisel bilgi formu.....	34
3.4. Verilerin Analizi.....	34
4. BULGULAR.....	36
4.1. Güvenilirlik Analizi	36
4.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	36
4.3. Betimleyici İstatistikler	37
4.4. Demografik Bilgilere İlişkin Analiz Sonuçları	38
4.5. Ölçekler Arası Korelasyon.....	42
5. TARTIŞMA.....	44
5.1. Katılımcıların Yaşları Bakımından İncelenmesi	44
5.2. Katılımcıların Cinsiyetleri Bakımından İncelenmesi.....	44
5.3. Katılımcıların En Son Mezun Oldukları Okul Bakımından İncelenmesi	45
5.4. Katılımcıların Gelir Durumu Bakımından İncelenmesi	45
5.5. Katılımcıların Yaşadıkları Yer Bakımından İncelenmesi	46
5.6. Katılımcıların Mevcut Bir Romantik İlişkisi Olması Bakımından İncelenmesi ..	47
5.7. Katılımcıların Daha Önceden Mevcut Bir Romantik İlişkisinin Olması Bakımından İncelenmesi	47
5.8. Katılımcıların Çocuklukta Şiddete Maruz Kalması Bakımından İncelenmesi	48
5.9. Öz-şefkat Gelişimleri ile Flörtte Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	49
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	50
6.1. Sonuç.....	50
6.2. Öneriler	51
7. KAYNAKLAR	52
EKLER	65

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1: Güvenilirlik analizi.....	36
Tablo 2: Demografik bilgiler	36
Tablo 3: Betimleyici istatistikler.....	38
Tablo 4: Ölçek puanlarının katılımcıların yaşları bakımından karşılaştırılması.....	38
Tablo 5: Ölçek puanlarının katılımcıların cinsiyetleri bakımından karşılaştırılması	39
Tablo 6: Ölçek puanlarının katılımcıların en son mezun oldukları okul bakımından karşılaştırılması.....	39
Tablo 7: Ölçek puanlarının katılımcıların gelir durumları bakımından karşılaştırılması	40
Tablo 8: Ölçek puanlarının katılımcıların yaşadıkları yer bakımından karşılaştırılması	40
Tablo 9: Ölçek puanlarının katılımcıların mevcut bir romantik ilişki olması durumu bakımından karşılaştırılması	41
Tablo 10: Ölçek puanlarının katılımcıların daha önceden mevcut bir romantik ilişki olması durumu bakımından karşılaştırılması.....	41
Tablo 11: Ölçek puanlarının katılımcıların çocuklukta şiddete maruz kalma durumu bakımından karşılaştırılması	42
Tablo 12: Ölçekler arası korelasyon	42

KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
f	Anova Puanı
n	Örnekleme sayısı
Ort	Ortalama
p	Anlamlılık düzeyi
r	Korelasyon katsayısı
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
Ss	Standart sapma
t	t testi Puanı
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu
YTÖ	Yönelik Tutum Ölçekleri

1.GİRİŞ

Genç yetişkinlik dönemi, ergenlik dönemini bitirip yetişkinliğe geçiş yapan bireylerin deneyimlediği bir evredir.Genç yetişkinlik döneminde bireyler, ebeveynleriyle olan bağımlılıklarını azaltarak ve onlardan ayrılarak kendi başlarına yaşamaya başlar. Bu süreçte dış dünyaya açılırlar ve kendi bağımsız kimliklerini oluşturma yolunda adımlar atmaya başlarlar(İmanoğlu, 2021).

Pek çok insanın yetişkinliğe ulaşması uzun bir süreci kapsar. Son zamanlarda, 18-25 yaşları arasında "yetişkinliğe geçiş" olarak adlandırılan bir kavramla ergenlikten yetişkinliğe geçiş ifade edilmektedir (Arnett, 2006;2007).Bu evrede, deneyimleme ve keşif süreci önemli bir rol oynar. Bu dönemde birçok birey, kariyer planlamalarını yapmak, kimlik özelliklerini belirlemek ve tercih ettikleri yaşam tarzlarını (bekar, ortak yaşam, evli) araştırmak için hala aktif olarak çalışmaktadır (Yüksel, 2012).

Gönül (2008)'e göre, genç yetişkinlik dönemi, yetişkinliğin ilk adımı olup bu döneme adım atmaya hazırlanma süreci olduğunu ifade etmiştir. Toplumsal özellikler ve kültürel koşullar etkisiyle genç yetişkinlik dönemi yaş aralığı, farklı toplumlarda, kültürlerde, sosyo-ekonomik sınıflarda ve ülkelerde farklılık gösterebilir (Oğurlu, 2021).

Ülkemizde genellikle genç yetişkinlik dönemi, üniversite dönemine denk gelir ve üniversiteye girişten mezun olmayı takip eden birkaç yıl içindeki zaman sürecini kapsar(Aydın, 2019).Türkiye'de yetişkin hayatına geçiş yaşı, kırsal alanlardan şehirlere göçlerin artması, sanayileşme, eğitim seviyesinin yükselmesi ve kadınlar ile erkekler arasında kariyer hedeflerinin olması gibi nedenlerle yükselmiştir (Gönül, 2008; Oğurlu, 2021).

Levinson'a göre, yetişkin yaşam döngüsünde bir aşama olan "ilk yetişkinlik" için yaşamın temellerine atılan bir dönem olarak adlandırılan yaşam yapısına giriş (22-28 yaş) zaman dilimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu dönemde bireyler yetişkinlik sürecine adım atarlar, kendi yaşamlarını kurmaya başlarlar ve bireylerin sorumlulukları artar (Aktu, 2016).

Aktu (2016), ilk yetişkinlik dönemi içinde yer alan başlangıç, adaptasyon ve deneyimsizlik evrelerini, ilk yetiřkinliēe geçiş, ilk yetişkinlik için yaşam yapısına adım atma ve 30 yaş geçişi olarak sınıflandırmaktadır. Bu evreler, ergenlik döneminden yetiřkinliēe geçişi ifade ederken, hayatımızı kurmamız için gerekli olan yapıyı oluşturmayı da saēlar. Bu süreç, bize kendimizi keşfetme ve deneyimleme şansı tanırken, hayatta kazanımlarımızı da deēerlendirebileēimiz bir fırsat sunar (Aktu, 2016).

Erikson (1950)'un kişilik gelişim kuramına göre, yaşam içindeki kişilik gelişim süreci sekiz farklı aşamada tanımlanmaktadır ve genç yetişkinlik dönemi, ergenlikten sonra başlayıp 30 yaşların ortalarında sona eren bir evredir. Bu dönemde, olaēan durum kişinin başkalarıyla yakın ilişkiler kurması iken aşması gerekenelişki de “yakınlıēa karşı yalıtılmışlık”tır (Erikson, 1950). Yakınlık, bencil olmama, cinsellik ve derinlemesine adanma boyutlarını içerirken, yalıtılmışlık ise eski olumsuz tecrübelerden etkilenen kişilerin yeni ilişkilereekingen yaklaşmaları ve genellikle yalnız olmalarıdır. Feldman (2003)'a göre genç yetişkinler bu krizi açarak, ilerleyen yaşlarda başkalarıyla daha kolay fiziksel, entelektüel ve duygusal olarak samimi ilişkiler kurabilirler (Savur, 2017).

İlişki, kadın ve erkek söz konusu olduēunda iki cinsin birbirine temas etmesi, ikisinin arasında bir baēın kurulması olarak algılanır (Topkara, 2017).engel (2022) ise, aşk ve romantik ilişkiler, yetişkin bireyler arasında zlem, yakınlık kurma ihtiyaının karşılanması, özel ve anlamlı jestler yapma, keyifli iletişim ve fizikselekim gibi unsurları içeren, iki kişilik duygusal baēlılık ve baē kurma süreci olduēunu ifade eder (Hinde, 1984).

En kapsamlı tanımını yapan Collins (2003)'in tanımına göre romantik ilişki, karşılıklı gönüllülük ve kabul üzerine kurulan benzersiz bir ilişki türüdür (Saraç vd., 2015). Branden'a göre ise romantik aşk, cinsellik, duygusal baē ve ruhsal uyumla birbirlerini memnun eden iki kişinin arasında bulunan bir aşk türüdür. (Atak ve Taştan, 2012).

Bahadır (2006), geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde, duygusal ilişkilerin kişisel gelişim için önemli bir faktör olduēunu ifade etmektedir. Bu evrelerde bireyler, duygusal baēımsızlıklarını geliştirir, romantik ilişkiler kurar ve sosyal etkileşimlerde daha olgun bir seviyeye ulaşırlar. Bu süreç, kişilerin kimlik gelişimine

katkıda bulunarak yetişkinlik dönemindeki ilişkilerin sağlıklı ve tatmin edici olmasını etkileyebilir(Saraç vd., 2015).

Binlerce yıl öncesine dayanan bir kavram olan şiddet, tıpkı diğer ülkelerde olduğu gibi ülkemizde de var olan bir toplumsal sorundur.Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization, 2002) şiddetin tanımını şu şekilde yapmıştır (Türk vd., 2020);

“Fiziksel güç ya da kuvvetin, amaçlı bir şekilde kendine, başkasına, bir gruba ya da topluluğa karşı fiziksel zarara ya da fiziksel zararlar sonuçlanma ihtimalini artırmasına, psikolojik zarara, lme, gelişim sorunlarına ya da yoksunluğa neden olacak şekilde tehdit edici biçimde ya da gerçekten kullanılması”.

Subaşı (2001),şiddetin farklı türlerini; bireye yönelik şiddet, insanlar arası şiddet, organize şiddet, medya tarafından yaratılan şiddet ve diğer şiddet biçimleri olarak beş farklı kategoriye ayırmıştır. Bu kategorilerden biri olan kendine yönelik şiddet, intihar ve bedene zarar verme gibi davranışları içerirken, kişiler arası şiddet kategorisinde aile içi şiddet ve flört şiddeti gibi durumlar bulunmaktadır. (Türk vd., 2020).

Romantik ilişki içinde olan iki kişi arasındaki şiddeti ifade eden ve her ülke, kültür ve toplumda görülen flört şiddeti, kişiler arasında en yaygın olan şiddet türlerinden biridir. (Türk vd., 2020).Puig (1984) flört şiddetini, flört ilişkisi içindeki bir partnerin diğer partnerle fiziksel saldırganlık eylemleri olarak tanımlarken Quinlan (2011) ise ilişkinin başlangıcından itibaren gerçekleşen her türlü şiddet olayını, fiziksel şiddetin yanı sıra cinsel, sözlü taciz, tehdit veya gizlice takip etme gibi tüm formları içerecek şekilde ele alarak açıklamaktadır.Başka bir tanımlamaya göre, flört ilişkisi sırasında meydana gelen herhangi bir cinsel, fiziksel, sözlü, duygusal istismar veya şiddet içeren davranış, flört şiddeti olarak kabul edilebilmektedir. (Türk vd., 2020).

Anderson ve Danis (2007)’e göre flört şiddetini açıklayan ve içeren terimler; hasar verici hareketler, cinsel taciz, fiziksel ve psikolojik kötü muamele ve sürekli takip ya da gözetleme eylemleridir.DSÖ’nün flört şiddeti tanımı fiziksel, cinsel ve duygusal istismar ile birlikte partnerin davranışlarını kontrol etmeyi kapsayan bir takım zarar verici davranışları içermektedir (World Health Organization ve Pan American Health Organization, 2012).

Romantik ilişkilerin sürdüğü ve evlilik öncesinde yaşanan bu döneme flört ilişkisi denilmektedir. Flört ilişkisi aşamasında görülebilen fiziksel, duygusal ve cinsel

unsurları içeren her türlü davranış, flört şiddeti olarak değerlendirilmektedir. (Gümüş, 2021).

Saldırgan kişilerdeki sevgi, sevdiğini disipline etme şeklindedir ve bu çoğunlukla zararveren bir sevgidir (Tarhan, 2011). Saldırgan kişilerin romantik ilişkilerinde flörtte şiddeteğilimi yüksek olabilir.

Flört şiddeti kavramı altında, fiziksel şiddet, psikolojik şiddet ve cinsel şiddet olmak üzere üç ayrı alt kategori bulunmaktadır. (Anderson ve Danis, 2007). Bireylerin romantik ilişki içerisinde güç kullanması ya da partnerini istismar etmesi de flört şiddetine dahiledilmektedir (Fidan ve Yeşil, 2018). Flört şiddeti genellikle üniversite öğrencilerinde ve 16-30 yaş grubunda gözlemlenmektedir. Dünyada bildirilen flört şiddeti oranı %1.0-66.5 iken Türkiye’de bu oran %11,0-45.6 arasındadır (Balatekin, 2022; Mıhçıokur ve Akın, 2015).

Romantik bir ilişki sırasında şiddet eğiliminde bulunan kişi, bazen bu sorunları çözmek amacıyla partnerine karşı şiddet uygulama eğiliminde olabilmektedirler.(Yumuşak, 2013).Bir araştırmada, flört ilişkisinde şiddet eğiliminde bulunduklarını belirten öğrencilerin, flört ilişkisinde şiddet eğiliminde olmadıklarını ifade eden öğrencilere göre, kadın ve erkeğe yönelik flört şiddetini daha fazla kabul ettikleri tespit edilmiştir. (Yumuşak, 2013). Flört şiddeti genellikle erkeklerden kadınlara yönelik daha sık görülse de, kadınların da erkeklere şiddet uyguladığı gözlenmektedir ve her iki cinsiyet için de flört şiddeti insidansı oldukça yüksektir. (Cinal, 2018; Gümüş, 2021).

Genç yetişkinlik dönemi, bireylerin birçok sosyal ve psikolojik değişimi birlikte deneyimlediği ve yeni bir gelişim evresine adım attığı bir zaman dilimidir. Bu dönemde yaşanan olumsuz deneyimlere karşı, kişilerin öz-şefkat düzeylerinin önemli bir etkisi olabileceği düşünülmektedir. (İmanoğlu, 2021; Neff, 2003a; Papalia ve Olds, 1978).

Günümüzde yaşam standartları giderek daha zor hale geldiği için, insanların kendi düşünce ve duygularını anlamaları, hayatlarını kolaylaştırmak açısından büyük bir öneme sahip olmaktadır. (Aktaş ve Şahin, 2018).Bireyin kendiyile barışık olması ve kendisine şefkat göstermesi, hayattan daha fazla zevk almasına katkı sağlayacaktır. (Aktaş ve Şahin, 2018).

Öz-şefkat, bireyin zorluklar ve başarısızlıklar karşısında kendini eleştirmek yerine kendi kendine özen göstermesini, olumsuz olayları yaşamın doğal bir parçası

olarak kabul etmesini ve olumsuz duygusal tepkilere saplanmak yerine mantıklı çözüm yolları aramasını içeren bir kavramdır. (Neff, 2003a; 2003b). Daha açık bir ifadeyle, öz-şefkat, bireyin kendisiyle olan ilişkisini, algıladığı başarısızlık, yetersizlik veya kişisel sorunlar karşısında nasıl ele aldığını (Yarnell vd., 2019) ve bu bileşenler (öz sevecenlik, öz eleştiri, ortak paylaşım, izolasyon, bilinçli farkındalık ve aşırı kimlik bütünleşmesi), birbirleriyle etkileşim halinde olan dinamik bir sistem olarak temsil edilir. (Bacanlı ve Çarkıt, 2020; Neff, 2016a; 2016b).

Hüzün, içinde derin bir okyanus barındıran güçlü bir duygudur. Hüzün duymayan bir kişi, duygusal açıdan gelişmemiş bir insandır. Bu duygusal eksiklik, içsel benlikle olan bağının ve özlem duygusunun farkında olmadığı bir işarettir.(Cüceloğlu, 2021).Farkındalığı da içeren bu tavır, bireye yaşadığı olaylara daha geniş bir perspektiften bakma yetisi kazandırır. Öz-şefkat seviyesi geliştirilebilir ve bireyin yaşantılara karşı nasıl yaklaştığı, kendi düşüncelerini ve davranışlarını nasıl değerlendirdiği, öz-şefkat gelişimini etkileyen faktörler arasındadır. (Öveç, 2007, s. 37; Özpeynirci ve Kırmızı, 2020).

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet arasındaki ilişkiyi incelemektir. Temeldede genç yetişkin bireylerin öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet arasında bir ilişki var mıdır? sorusuna cevap aramaktır.

1.2. Araştırmanın Problemi

1. Genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında anlamlıbir ilişki var mıdır?

H1: Genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0: Genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

2. Genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında cinsiyet farklılıkları var mıdır?

H2: Genç yetişkin bireylerin öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında cinsiyet farklılıkları olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H0: Genç yetişkin bireylerin öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasında cinsiyet farklılıkları olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

1.3.Araştırmanın Önemi

Nitekim şiddet zamanla artmakta ve hayatımızın birçok yerinde karşımıza çıkmaktadır. Bu durum bireyleri ve toplumu şiddete karşı savunmasız bırakmaktadır. Bunlardan biri de romantik ilişkilerde yaşanan flört şiddetidir. Romantik ilişkilerde yaşanan şiddetle ilgili araştırmalar daha çok evli çiftlere odaklanmaktadır (Gümüş, 2021). Ancak flört şiddeti genç yetişkinlerin kişilik yapısının gelişmeye başladığı bir dönem olması nedeniyle önemlidir. Gümüş'e (2021) göre, kişilerin o dönemde şiddete maruz kalması veya tanık olması, onları gelecekteki ilişkilerinde şiddet göstermeye veya yaşamaya yatkın hale getirebilir.

Benlik saygısı ile ilişkili olan öz-şefkat, benlik saygısı düşük olan kişilerin saldırganlığa ve anti sosyal davranışlara yatkın olduğunu öne süren araştırmalar ışığında, öz-anlayışın flörtte şiddete yönelik tutumlarla ilişkisinin olup olmadığını ve yapılan çalışmaları ele almak önemlidir (Paulson vd., 1990). 2018'de yapılan bir çalışma öz-şefkatıyüksek bireylerin ilişki kalitelerinin de yüksek düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır (Çengel, 2022; Jacobson vd., 2018).

Mevcut alan yazın incelendiğinde evlilik, şiddet ve öz-şefkat üzerine araştırmalar yapılmıştır. Fakat evlilik öncesi flört şiddeti ve öz-şefkat üzerine araştırmalar kısıtlıdır. Bu nedenle, bu araştırmanın alandaki eksiklikleri gidermeye ve benzer çalışmalara katkıda bulunmaya yönelik olduğuna inanılmaktadır. Genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ve flörtte şiddet eğilimi arasındaki ilişkiye katkı sağlaması düşünülmektedir. Bu çalışmanın sonuçları gelecekte yapılacak diğer çalışmaları destekleyebilir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmada incelenen öz-şefkat düzeyi, yapılan Öz Anlayış Ölçeğinin ölçtüğü, flört şiddet eğilimi, Flört şiddetine Yönelik Tutum Ölçeklerinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen veriler ulaşılan örnekleme ile sınırlıdır.
3. Araştırmada kullanılan ölçeklerden edinilen bilgiler, yetişkin bireylerin bu ölçeklere verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmanın yapıldığı örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan ölçme araçlardan toplanan verilerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmaya katılan katılımcıların, araştırma için kullanılan ölçme araçlarını samimiyetle cevapladıkları varsayılmıştır.

1.6. Tanımlar

Genç Yetişkinlik Dönemi:20 ile 35 yaş aralığındaki bireylerin kişilerarası ilişkilere ve sosyal beceri geliştirmeye daha fazla odaklandığı bir dönemi ifade eder(Marshall ve Zimbardo, 1979; Sumbas, 2020).

Romantik İlişkiler: Kadın ve erkeğin isteyerek girdiği, tutkuyu, yakınlığı ve bağlılığı içeren bir yakın ilişki türünü ifade eder(Connolly vd., 2011; şirin ve Bayrakcı, 2020).

Flört şiddeti: Partnerlerin birbirlerine cinsel, fiziksel, sözlü ve duygusal olarak zarar verme eğiliminde olmaları ve sınırlamalar getirmesidir(Işık vd., 2021).

Öz-şefkat: Bir kişinin kendi olumsuz deneyimleriyle yüzleşirken duygusal olarak açık ve hassas olmasını, bu deneyimlerin neden olduğu acıyı hafifletme isteğini ve kendisine sevgiyle yaklaşmayı içerir(Kıcalı, 2015).

2.GENEL BİLGİLER

2.1. Öz-şefkat

Psikoloji bilimi uzun yıllar çalışmalarında çoğunlukla psikolojik rahatsızlıkların hastalık modeline odaklanmıştır (Seligman, 2002). Fakat bu yaklaşım, psikolojik rahatsızlığı olmayan bireylerin göz ardı edilmesine yol açmış ve bu kişilere daha verimli olmaları için çaba gösterilmesini, insanların daha mutlu olmalarına yönelik müdahalelerin geliştirilmesini engellemiştir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2014).Tüm bu sebeplere karşı pozitif psikoloji, insanların sadece zayıf yönleriyle değil, aynı zamanda güçlü yönleriyle ilgilenilmesi gerektiğini savunmaktadır. Bu yaklaşım, psikolojik sorunları olan kişilerin tedavi edilmesine yönelik çabalar kadar, güçlü yanlarının da dikkate alınması gerektiği ve psikolojik sorunları olmayan insanların daha tatmin dolu yaşamlarını destekleyen ve olumlu özelliklerini inceleyen çalışmaların yapılması gerekliliği üzerinde durulmuştur (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bu amacı gerçekleştirmek için pozitif psikoloji öznel iyi oluş (Diener, 2000), kendini yeniden düzeltebilme yeteneğini (Masten vd., 1990), akış (Csikszentmihalyi, 1990) benzer şekilde, insanların olumlu niteliklerine odaklanan araştırmalara her gün daha fazla ilgi gösterilmektedir.Pozitif psikolojinin özellikle önem verdiği olumlu kavramlardan biri, öz-şefkattir(Bacanlı ve Çarkıt, 2020; Neff vd., 2007).

Öz-şefkatin ne olduğunu daha iyi anlamak için, önce şefkatin daha genel olarak ne anlama geldiğini düşünmek daha uygundur. Budist bakış açısından şefkat, hem kendimize hem de başkalarının acılarına karşı duyarlılık anlamına gelmektedir (Salzberg, 1997).Kendimizi şefkat çemberine dahil etmemiz olağandır; çünkü aksi takdirde yanlış bir benlik duygusu ortaya çıkabilir(Özaydın, 2020; Salzberg, 1997).

Gilbert (2005)'a göre şefkat, bakım verme yeteneğimizi geliştirir ve bu bağlamda fiziksel bağları içerir.Ayrıca şefkati, bakım, ilgi, sakinlik, sempati, empati ve yargılamamayı içeren geniş bir şekilde ifade eder(Atalay, 2022).

Dalai Lama (2002)'ya göre şefkat, kişinin hem kendi hem de başkalarının acılarını yargılamadan, açık yüreklilikle kabul etmesidir. Lama'ya göre şefkat kaynağına bağlı olarak sınıflandırılabilir; bir kişinin kendine, diğer insanlardan aldığı şefkate veya doğrudan kendi benliğine yönelik şefkat şeklinde ortaya

çıkabilir(Koltsvd.,2018). Kişinin doğrudan kendi benliğine yönelik şefkat akışı, ilk olarak Neff (2003a) tarafından öz-şefkat olarak tanımlanmıştır (Kıvrak, 2021).

Öz-şefkat, bireyin kendisine yönelik şefkatli yaklaşım ve davranışlarını ifade etmektedir (Yıldırım, 2018).Bireyin, yetersizlik, başarısızlık ve acı hissettikleri zamanlarda bu duyguları kabul etmesi, bu duyguların insan olmanın doğal bir parçası olduğunu anlayarak kendisine daha merhametli davranması anlamına gelir. Neff (2015)'e göre Öz-şefkat, pozitif ve negatif uçları olan üç bileşenin birleşiminden oluşur: öz-sevecenlikle öz-yargılamanın dengesi, aşırı özdeşleşmeyle farkındalığın dengelemesi ve izolasyonla ortak paylaşımların bilincinde olmanın dengelemesi. Öz-şefkat, kişinin yaşadığı acıya şefkatli ve acımasız tepkiler arasındaki dengeyi ifade eder (Neff, 2015).

Öz-şefkat, kişinin kendini keşfetme ve geliştirme yolculuğunda duygusal desteği veren ve bunun beraberinde yaşamını sağlıklı bir şekilde idame ettirebilmesini sağlayan motivasyondur (Neff, 2011). Yüksek öz-şefkate sahip bireyler, kendilerini başkalarıyla kıyaslayıp onlardan üstün hissetmeye ihtiyaç duymazlar. Bir bakıma öz-şefkatin, kişinin kendini yetersiz hissettiği veya başarısızlık yaşadığı anda geliştiği söylenebilir (Dönmez ve Çelikkaleli, 2021; Neff, 2011).

Öz-duyarlık kavramı dilimizde farklı kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamdayayımlanan makalelerde öz-anlayış (Bolat, 2013; Deniz vd., 2012; Özyeşil, 2011), öz-şefkat (Andiç, 2013; Bayramoğlu, 2011; Kantaş, 2013; Yağbasanlar, 2017) ve öz-duyarlık (Akın vd., 2007; Akın, 2009; Alp, 2012; Arda, 2012) ifadelerine yer verilmiştir (Koç ve Korkut, 2021).Öz-duyarlık kavramı bu çalışmadaöz-şefkat olarak adlandırılacaktır.

2.1.1. Öz-şefkatbileşenleri

Öz-şefkat terimi, öz-sevecenlik (self kindness), farkındalık (mindfulness) ve paylaşımların bilincinde olma-ortak paydaşlık gibi birbirleriyle ilişkili üç unsuru içeren bir kavramdır (Küçük, 2020).

2.1.1.1. Öz-sevecenlik

Öz-sevecenlik, bireyin kendisini yargılamamasını ve desteklemesini, kendisine karşı hoşgörülü ve nazik olmasını kapsar.Bireyin kendisini her haliyle; eksisiyle

artısıyla, iyisiyle kötüsüyle kabul etmesidir. Öz-şefkatli bireyler, problemler ve olumsuz deneyimler karşısında kendilerini suçlamaktan ziyade sakin kalıp olumlu içsel mekanizmalardan destek alırlar (Allen ve Leary, 2010). Diğer kişilere yönelttikleri empati ve sabrı kendilerine yöneltmekte başarılı olan bu insanlar sosyal becerilerde, kişiler arası ilişkilerinde de sağlıklı tutumlar sergileyebilmektedir (Germer, 2009; Gür, 2021).

2.1.1.2. Paylaşımların bilincinde olma

Paylaşımların bilincinde olma ögesi, bireylerin deneyimlenen olumsuz yaşantıların ve beraberinde doğan acıların sadece kendilerine has olduğunu düşünmesi yerine bunların insan doğasında var olan ortak bir paylaşım olduğunun farkına varmasını yansıtmaktadır (Neff, 2003b). Bireyler acı, üzüntü, mutsuzluk gibi duygulara neden olan olumsuz yaşantılarla karşı karşıya kaldıklarında, tüm bunların kendilerine has olduğuna yönelik yanlış algılamalar içerisine girerek indirgemeye yönelmektedir (Neff ve Vonk, 2009). Diğer taraftan, Budist dogmaları bu deneyimlerin ve beraberindeki acıların her bireyin yaşamında mevcut olabileceğini vurgulamakta ve bunların tüm bireyler için geçerli ve paylaşılan bir nitelik taşıdığını söylemektedir (Makransky vd., 2012). Bu ögenin yokluğunda ise, bireyler deneyimledikleri olumsuz yaşantıların beraberinde gelen acı gibi duyguları kendine dair bir eksiklik olarak görmekte ve hatalı bir şekilde algılamaktadır. Dolayısıyla, kendine yönelik bu hatalı algılamalar bireylerin kendilerini başkalarından ayırmış ve yalıtılmış hissederek öz-benliklerinin de bu yönde gelişmesine sebebiyet vermektedir (Neff ve Vonk, 2009). Paylaşımların bilincinde olma terimi eşitliğe, evrenselliğe, müsamahaya ve kültürel değerlere dayanmaktadır. Dolayısıyla, öz-şefkatin yapısında rol oynayan bu bileşen, bireylerin kendi kültüründe var olan değerlere sahip çıkmasına, aynı zamanda da diğerlerinin kültüründe var olan değerlere karşı hoşgörülü yaklaşmasına ve bu yaklaşımlar aracılığıyla başkalarıyla etkileşim içerisine girmesine fayda sağlamaktadır (Neff, 2003b). Paylaşımların bilincinde olma terimi içeriğinde empatiyi de kapsamaktadır. Empati, bireylerin kendilerini karşıdaki bireylerin konumuna koyarak, deneyimlenen durumları ve durumlardan doğan duyguları onların bakış açısı, koşulları, standartları çerçevesinde değerlendirmesi ve anlamaya çalışmasıdır (Kirkpatrick, 2005). Ayrıca empati, perspektif değiştirmek, yargılamadan uzak durma, duygu ve durumları karşıdaki bireylerde de tanıma ve bunu iletişime geçirme ve karşıdaki bireylerle birlikte

hissetme gibi özellikleri de barındırmaktadır. Germer (2009), bu bilgiler ışığında, empatinin karşıdaki bireylerle kurulan bağlantıyı beslediği ve bu özelliklerin paylaşımların bilinci olma ile paylaşılan ortak özellikler olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte bireylerin deneyimlediği tüm yaşantıların birbirleri ile etkileşimli olduğunu ve bir akış içerisinde yer alarak kalıcı olmadığını vurgulamaktadır (Germer, 2009). Kısaca, paylaşımların bilincinde olunduğunda, bireylerin deneyimledikleri negatif durumlar ve bu durumlardan doğan acı gibi duyguların sebebiyet verdiği ayrılmış ve yalıtılmışlığın önüne geçebileceği, tüm bunlardan kaçınmaya çalışmak yerine farkındalıkla değerlendirmesi sonucunda bu durumları kendine katkı sağlayan unsurlara dönüştürebileceği belirtilmektedir (Oskay, 2021).

2.1.1.3.Farkındalık

Farkındalık, kişinin rahatsız edici düşüncelerini ve duygularını kendisiyle aşırı özdeşleştirmek yerine dengede tutma yeteneği olarak açıklanabilir (Germer, 2009). Farkındalık, aynı duyguları paylaşma, affedicilik, duyarlı olmak ve sevgi gibi faktörlerle birlikte öz-şefkatli olmanın temellerini atmaya yardımcı olur. Öz-şefkat acıyı hissederken kendine şefkatli olmaktan, kendini sevmekten söz ederken farkındalık ise acıyı fark etmeye, hissetmeye odaklanır ve ikiside hayattaki her şeyi kabul etmek demektir (Germer, 2009).

Dartar (2020)ise bahsedilen öz-şefkat bileşenlerinin birbiri ile ilişki içerisinde olan kavramlar olduğunu belirtir. Kişinin aşırı ve acımasız yargılarından uzak kalması sonucu kendisini daha iyi anlayacağından bahsedilmiştir. Böylece, bireyin kendisini koşulsuz kabul etme yolculuğunda bir süre yargılamadan uzak durması sonucu duygu ve düşünceleri arasında sağlıklı bir köprü oluşturacağı düşünülmektedir (Yağbasanlar, 2018).

2.1.2. Öz-şefkati etkileyen faktörler

Bireyin öz-şefkatini etkileyen çeşitli etmenler bulunmaktadır.

2.1.2.1. Aile faktörü

Tatlılıoğlu (2004), aileyi toplumun en küçük birimi olan, içinde bulundurduğu üyeleri hayata hazırlayan bir birim olarak ifade eder. Bu da ailenin, bireylerin kişilik oluşmasında önemli bir yer edindiğini göstermektedir.

Neff (2003b), bireylerin aile geçmişi ve ebeveynlerin tavırları, öz-şefkat seviyelerini etkiler. Bir çocuğun ebeveynleri tarafından nasıl yetiştirildiği, o çocuğun yetişkin yaşamında ne kadar anlayışlı, nazik, kibar ve kendini seven bir birey olduğunu etkileyebilmektedir (Neff, 2003b). Demokratik ebeveynlik yaklaşımları, öz-şefkat ile olumlu bir ilişkiye işaret ederken, otoriter ebeveynlik yaklaşımları ise öz-şefkatle olumsuz bir ilişki içindedir (Küçük, 2020).

Çocukluk döneminde ebeveynlerinden şefkat gören çocuklar, yetişkinlikte hem kendilerine hem de başkalarına aynı sevgi ve şefkati gösterebilirler. Aksine, çocukluk yıllarında ebeveynlerinden şefkat görmeyen, fiziksel, sözel veya psikolojik şiddet yaşayan çocukların yetişkinlikte öz-şefkat düzeylerinin düşük olduğu gözlenmektedir (Neff, 2003b).

2.1.2.2. Cinsiyet faktörü

Kadınlar, zorlayıcı yaşam olaylarıyla karşılaştıklarında, genellikle erkeklere kıyasla daha fazla öz eleştiri yaparlar ve daha fazla tekrarlayan olumsuz düşüncelere saplanabilmektedirler (Sümer, 2008). Olumsuz yaşam olaylarına tepki olarak, kadınların kendilerini daha fazla eleştirebilecekleri ve bu tür zorlayıcı durumlarda kendilerini daha fazla yalnız hissedebilecekleri ve bu nedenle erkeklere kıyasla daha düşük öz-şefkate sahip olabilecekleri öne sürülmektedir (Küçük, 2020). Bu sonuç, kadınların depresyona yakalanma olasılıklarının erkeklere göre daha yüksek olmasının ve kendilerini suçlama ve eleştirme eğilimlerinin daha fazla olmasının bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Bozkurt, 2004).

Öz-şefkat düzeyinin cinsiyete göre değişip değişmediğini inceleyen araştırma sonuçlarının tutarsız olduğu görülmektedir. Birçok çalışma kadınların erkeklere kıyasla daha düşük öz-şefkate sahip olduğunu (Bluth vd., 2017; Boran Sarı, 2017; İme, 2018; Neff, 2003b; Yarnell ve Neff, 2013) gösterirken bazı araştırmalar ise cinsiyetin öz-şefkat açısından anlamlı bir fark yaratmadığını öne sürmektedir (Dilmaç vd., 2009; Eraydın,

2010; Kara, 2018; Neff ve Pommier, 2013). Bu nedenle, kadınların mı yoksa erkeklerin mi daha yüksek öz-şefkate sahip olduğu konusunda kesin bir sonuca varmak mümkün değildir (Bacanlı ve Çarkıt, 2020).

2.1.2.3.Yaş faktörü

Yaşam döngüsünde bireyin en düşüköz-şefkate sahip olduğu dönem ergenlik dönemidir (Neff, 2003a). Bu dönemde sık sık karşılaşılan nedenler arasında akademik baskılar, arkadaşların popülerliği, vücut imajı kaygıları, cinsellikle ilgili endişeler ve karşı cins ilişkileriyle ilgili sorunlar yer alabilir (Neff, 2003a). Ergenlik dönemindeki genç, ergen benmerkezciliği olarak adlandırılan bir düşünce şeklini benimseyebilir, bu da onun sürekli izlendiğini ve daima göz önünde olduğunu düşündüğü anlamına gelir (Bacanlı, 2000). Bu nedenle, genç içe kapanık olabilir. Ergen benmerkezciliği, çocuklardaki diğerlerinin bakışlarına önem verememe durumundan farklıdır. Bu dönemdeki gençler, başkalarının ne düşündüğünü önemsemeye başlar ve kendilerini eleştirebilirler (Bacanlı, 2000). Neff (2003a), göre artan eleştiri, izolasyon hissine, bu olumsuz duygulara aşırı bağlanmaya ve düşük öz-şefkate yol açarak açıklanır (Şimşek, 2019).

2.1.2.4. Kültür faktörü

Küçük (2020)'e göreBatı kültürlerinde, kişiler daha çok bireyselleşme eğilimindeyken, doğu kültürlerinde kişiler genellikle farklı gruplara dahil olmaya teşvik edilirler. Bu kültürel farklılıklar, kişilerin öz-şefkat anlayışlarını da etkiler. Kendini bir gruba ait hisseden kişiler, kendi yaşadıkları acıları diğer insanların da yaşadığı acılar olarak gördüklerinde, gruptaki diğer bireylerle bu deneyimleri paylaşmaya daha fazla eğilim gösterirler (Küçük, 2020). Bu durum, insanlara zor durumlarla başa çıkma becerileri kazandırarak öz-şefkat düzeylerini artırabilir. Öte yandan, bireyselleşmiş kişiler kendi küçük dünyalarında daha yalıtılmış bir yaşam sürdürdükleri için zorluklarla tek başlarına başa çıkmak zorunda kalabilirler. Bu da bireylerin öz-şefkat düzeylerinin azalmasına yol açabilir (Küçük, 2020). Benzer bir örnek Neff (2003b)'in çalışmasında öne sürülmüş olup, Budist öğretime tabi olan ve olmayan gruplar arasındaki karşılaştırmada, Budizmi benimseyen bireylerin öz-şefkat düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Şimşek, 2019).

2.1.3. Öz-şefkatle ilgili kuramlar

Öz-şefkatle ilgili öne çıkan kuramlar; psikanalitik kuram, ilişkisel kuram, bilişsel davranışçı kuram, insancıl (hümanistik) kuramdır.

2.1.3.1.Psikanalitik kuram

Sümer (2008)'e göre doğdukları andan itibaren, bebekler ve anneler birbirleriyle bir bütün olarak özdeşleşirler. Bebek, annenin benliği ile iç içe bir şekilde bulunur. Bu dönemde bebek, annesiyle empatik bir iletişim kurarak sözsüz bir bağ kurar. Bu süreçte annenin, bebeğin duygusal ve psikolojik gereksinimlerini yeterince karşılaması, bebeğin gelişimi için son derece önemlidir. Bebek, annesi tarafından yeterince kucaklandığında annenin sevgisini ve ilgisini hisseder (Sümer, 2008). Aksine, annesi tarafından yeterince kucağa alınmayan bebeklerde güvensizlik duygusu gelişebilir ve bu bebekler daha fazla ağlama eğiliminde olabilirler. Bu durumda bebek, kendisini farklı bir kişi olarak algılamaya başlar ve "ben" kavramı yerine "ben değil" düşüncesi oluşur. Bu duruma "gizli boşluk" denir (Sümer, 2008). Bu gizli boşluk, henüz tam olarak oluşmamış ve yeni gelişmeye başlayan bir boşluktur. Çocuk bu aşamada kendisini artık ayrı bir varlık olarak tanımaya başlar (Küçük, 2020). Çocuk, "ben" ve "ben değil" kavramlarını anlamaya başladığında öz-şefkat duygusu da gelişir. Bu dönemde, çocuk kendi insanlığını ve insanların birbirleriyle olan bağını fark etmeye başlar. Kendisi ile diğerlerini birleştiren bu gizli süreç, hem empati yapma yeteneğini hem de insanların birbirleriyle ortak insan deneyimini fark etmeyi içerir (Kirkpatrick, 2005).

2.1.3.2.İlişkisel kuram

Jordan (1991) kişisel empatiyi, kişinin kendisine yargısız bir şekilde yaklaşabilme yeteneği olarak açıklar ve kişisel empatinin, diğer insanlara duyulan empatiye benzeyen bir şey olduğunu ifade eder. Kişi, insan doğasından kaynaklanan hatalarıyla empati kurar. Jordan'a göre kişisel empati "düzeltici ilişki tecrübesi" olarak açıklanır (Sümer, 2008). Kişi, önce reddettiği yönlerini kabul eder ve kendisine şefkatle yaklaşır. Jordan'ın açıkladığı kişisel empati, öz-şefkatin içinde bulunan kendine nazik davranma, düşünceli olma ve insan doğasının bazı yönleri ile benzerlik taşır (Neff, 2003a; Şimşek, 2019).

2.1.3.3.Bilişsel davranışçı kuram

Bilişsel kuram, danışanlarını düşük öz eleştiri seviyelerini azaltmaya ve yüksek öz-şefkat geliştirmeye yönlendirir. Danışanlar, kendi isteklerine ve ihtiyaçlarına dair negatif duyguları yerine kendilerini kabul etme yoluna giderler (Özyeşil, 2011). Öz-şefkat öğelerinden biri olan bilinçli farkındalık ve bilişsel müdahale içindeki farkındalık eğitimlerinde, düşüncelerin gerçekçi veya çarpık olarak değerlendirilmediği ve mantıksız düşüncelerin değiştirilmeye çalışmadığı vurgulanır(Özyeşil, 2011). Bu eğitimlerde, danışanlara düşüncelerin geçici olduğu ve bu düşüncelerin yargılanmaması gerektiği öğretilir. Danışanlara, düşüncelerin kalıcı olmadığı ve bu düşünceleri değerlendirmemeleri gerektiği öğretilir; yani düşünceler geçici olarak kabul edilmektedir

(Özyeşil, 2011). Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı kuramı, öz-şefkat ile ilgili eksikliklere daha toleranslı bir yaklaşım geliştirmeyi teşvik eder (Özyeşil, 2011). Öz-şefkat, Ellis'in "koşulsuz öz-şefkat" olarak tanımladığı, psikolojik sağlığın temelini oluşturan iyi bir duruma katkıda bulunmaktadır. Bilişsel kuramların çoğalması, bilinçli farkındalık öğesinin ve bilişsel kuram kavramlarının ortaklığını içermektedir(Neff, 2003a).

2.1.3.4.İnsancıl(Hümanistik) kuram

Abraham Maslow ve Carl Rogers'ın temsil ettiği hümanistik kuramagöre;

“İnsanlar doğum ve ölüm sürecinde belirli gereksinimlere ihtiyaç duyabilmektedir. Bu gereksinimlerin karşılanabilmesi ve kişinin özünü gerçekleştirebilmesi için ise birbirlerinin önkoşulu kabul edilen bu ihtiyaçların sırayla giderilmesi gerekmektedir. Bu ihtiyaçlar; fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, ait olma ve sevgi ihtiyacı, saygı ihtiyacı ve sonuç olarak kendini gerçekleştirmedir” (Topses, 2012).

Rogers (1959)'a göre sağlıklı bir birey, kendi kimliği hakkında farkındalığa sahip olan kişidir. İnsanlar bebeklikten itibaren "pozitif saygı" ve "özsaygı" kavramlarına ihtiyaç duyarlar. Bu iki terim, kişinin kendini gerçekleştirmesinin temel unsurlarıdır (Rogers, 1959). Bu bağlamda, öz-şefkat ile hümanistik kuram arasında bir ilişki olduğu ve bireylerin kendini gerçekleştirme yetisine sahip olduklarında öz-şefkat seviyelerinin daha yüksek olduğu düşünülmektedir (Atlı, 2019).

2.1.4. Öz-şefkatle birbirine karıştırılan bazı kavramlar ve öz-şefkatin eleştirisi

Öz-şefkat kavramı, ilk önce Doğu toplumlarında kendini göstermeye başladığından dolayı sonradan Batı'da fark edilmesi ve anlaşılması oldukça zaman almış ve kabul edilmesi zorlaşmıştır. Bu kavram, doğum yeri Batı'dan farklı olduğu için anlaşılammış ve çokça eleştirilere maruz kalmıştır. Eleştirilmesinin bir başka sebebi de öz-şefkat kavramının başka kavramlarla karıştırılmasıdır(Neff, 2003a).

Neff (2003a), bireyin yaşadığı olumsuz deneyimleri yaşayan tüm insanlar için ortak olduğu düşüncesini fark etmesinin onu harekete geçirmekten alıkoyarak pasifliğeneden olduğu ve bununla birlikte kendi duygularına ve deneyimlerine odaklanacağı için benmerkezci davranabileceği gibi birçok duruma sebep olduğunu ifade eder. Kişide pasifliğe yol açan bu durum öz-şefkatin 'paylaşımların bilincinde olma' ögesi ile ilişkilendirilmektedir (Neff, 2003a).

Bu karmaşalara konu olan ve öz-şefkat ile ayrıştırılması gereken terimlerden biri kendine acımadır(Neff, 2011).Bireyler yaşadıkları problemlili durumlar karşısında kendine acımaya yönelik tutum sergilediklerinde, odağını tamamen bu problemlili durumlara yönlendirerek bu problemlilerin ve problemlilerden doğan acıların sadece kendilerine özgün olduğuna dair düşüncelere kapılmaktadır. Neff (2011),bu durum, bireylerin diğer insanları göz ardı etmelerine, onlarla olan etkileşiminin bitmesine ve dolayısıyla yaşadıkları problemlilerin ve problemliler karşısında tecrübe ettikleri acıların abartılmasına sebebiyet verdiğini söyler.

Diğer yönden, bireyler yaşadıkları problemliler karşısında kendine acımanın tersine kendine yönelik şefkat gösterdiklerinde, odağını tamamen bu problemlilere ve problemlilerden doğan acılarına yönlendirmek ve bu durumların sadece kendilerine özgün olduğunu düşünmek yerine bunların insan doğasında var olan ortak bir paylaşım olduğunu fark ederek başkalarıyla etkileşim içerisinde bulunmaktadır(Oskay, 2021).

Öz-şefkatin yanlış ifadeleri nedeni ile gerçek anlamı üzerinde yaşanan kaymaların önüne geçilebilmesi için ayrıştırılması gereken bir diğer kavram öz-saygıdır.Öz-saygının, benliğin olumlu nitelikte değerlendirmelerine dayandığı ve bu nedenle temsili benlik kavramı üzerinde fonksiyon gösterdiği düşünülmektedir (Harter ve Leahy, 2001). Diğer taraftan, öz-şefkat, belirli bir öz değerlendirmeyi kapsamamakta ve benliğin bilişsel temsili olarak görülmemektedir. Bunların aksine, öz-şefkat bireysel

deneyimlerin pozitif veya negatif tüm yönlerini kucaklayan bir tür açık yürekli farkındalığı ifade etmektedir (Neff, 2003b).

Öz-şefkatin varlığında, olumsuz yaşantıların ve beraberindeki duyguların değerlendirilmesi ve eleştirilmesinden ziyade kabul ile karşılandığı göz önünde bulundurulduğunda, öz-şefkate sahip kişilerin öz-saygısını korumaya çalışan kişilere kıyasla egolarını geliştirme ve korumaya yönelik ihtiyaçlarının daha az seviyede olacağı vurgulanmaktadır (Neff, 2011). Ek olarak, öz-saygı çoğunlukla özel olmaya ilişkin duygulara dayanırken, öz-şefkat deneyimlenen yaşantıların insan doğasında var olan ortak bir paylaşım olduğunun kabulüne dayanmakta ve farklılıklardan çok benzerlikler üzerinde durmaktadır (Oskay, 2021).

2.2. Genç Yetişkinlik Dönemi

Oğurlu (2021), genç yetişkinlik dönemini, ergenlikteki yoğun değişimlerin hafiflediği ancak tam anlamıyla bağımsızlığın ve yetişkin sorumluluğunun henüz kazanılmadığı bir evre olarak tanımlamaktadır. Bu dönemin yaş aralığı, toplumsal ve kültürel faktörlere bağlı olarak değişebilir, ancak genç yetişkinlik, yetişkinliğe geçişin ilk adımlarının atıldığı ve insan yaşamında büyük öneme sahip bir evre olduğu için çok önemlidir (Oğurlu, 2021). Genç yetişkinlik, meslek hayatına atılma ve bir yaşam partneri seçme gibi gelişimsel görevleri içeren dönemlerden birini temsil eder (Dursun ve Özkan, 2019).

Ergenliğin sona erdiği ve yetişkinliğe geçişin yaşandığı dönem olarak kabul edilen, genellikle 18 ile 25 yaş arasındaki zaman dilimi genç yetişkinlik dönemi olarak adlandırılır (Gençtanırım vd., 2014). Yazgan, İnanç ve Yerlikaya, bu dönemin genellikle 20-25 yaş arasını kapsadığını, ancak dönemin başlangıcının yakınlığının gelişmesiyle, sonunun ise üretkenlik döneminin başlamasıyla belirlendiğini belirtmektedirler (Aydın, 2019; Oğurlu, 2021; Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2011).

Yetişkinlik döneminin başlangıcı olarak kabul edilen genç yetişkinlik evresi, yetişkinlikle tanışmayı ve yetişkin yaşamına geçiş sürecini simgeler (Onur, 2006). Genç yetişkinlik döneminin yaş aralığı, toplumsal koşullar, sosyo-ekonomik sınıflar, ulusal kültürler gibi faktörlere bağlı olarak değişebilir. Örneğin, Erikson'a göre genç yetişkinlik dönemi 20-40 yaş arasını kapsarken, Havighurst'a göre 18-35 yaş aralığında, Bühler'e göre ise 25-45 yaşları arasında yer alır (Onur, 2006).

Gönül (2008),Türk toplumunda sanayileşmenin, kırsal bölgelerden şehirlere olan göçün, kadın ve erkeklerin eğitim seviyelerinin artışının yanı sıra kariyerin daha fazla vurgulanmasının etkisiyle, yetişkin yaşamına geçiş yaşının yükseldiği gözlemlenmekte olduğunu ifade eder. Geçmişte, lise mezunu olan bir birey genellikle aile kurar, iş bulur ve çocuk sahibi olurken, günümüzde eğitime verilen önem arttıkça, tam zamanlı bir işe başlama, aile kurma ve çocuk sahibi olma gibi yaşamın büyük adımları genellikle yirmili yaşların sonlarına doğru veya ortalarına kadar ertelenmektedir(Gönül, 2008).Havighurst, genç yetişkinlik döneminde bireyin gerçekleştirmesi beklenen davranışları şöyle sıralamıştır: yaşam arkadaşı seçimi, birlikte yaşam becerilerini öğrenme, aile kurma, çocuk yetiştirme, ev işlerini idare etme, bir kariyere başlama, toplumsal sorumlulukları üstlenme ve uygun bir toplumsal gruba katılmadır (Onur,2006).Genç yetişkinlik dönemindeki uyum seviyesi, bireyin ilerleyen yaşamında yaşayacağı memnuniyet ve mutluluğu büyük ölçüde etkileyebilmektedir(Hurlock, 1959).

Gelişim psikolojisi duayenlerinden Erikson, benlik gelişimini sekiz evreye bölerek bir psiko-sosyal gelişim kuramı oluşturmuştur. Bu kurama göre her evrede, zıt iki benlik özelliği bulunur ve birey her evreye özgü bunalım sürecini çözüp temel bir nitelik kazanır (Atak, 2005). Evrelerde bulunan zıt iki benlik özelliğinden karşıt olanın olumluya ne seviyede geliştiği önemlidir. Erikson'un kuramına göre, bir önceki evredeki çatışmalar bir sonraki evrede tekrar karşılaşırlar ve çözümlenir (Atak, 2005). Yetişkinlik evrelerinin ilki, Erikson'un “Yakınlığa karşı yalıtılmışlık” evresidir (Gönül, 2008).

Erden ve Akman (2002),ergenlik döneminde kimliğini bulan bir birey, genç yetişkinlik dönemini başarıyla geçebilmesi için gereken temel yeteneklere sahip olduğunu ifade eder. Bu dönemde, kişinin yakın ilişkiler kurma yeteneğini kazanmış olması durumunda, karşı cinsle ilişkiler kurup aile kurmaya doğru adım atabileceğini belirtirler (Erden ve Akman, 2002). Ancak bu dönemde kişi, diğer insanlarla yakın ilişkiler kurma konusunda başarısız olursa; insanlardan kaçınmayı, görevlerden ve sorumluluklardan uzaklaşmayı seçebilir ve bu durum, yalnızlık duygusunun kişinin içinde yerleşmesine neden olabilmektedir (Erden ve Akman, 2002).

Genç yetişkinlik dönemi, ergenlik döneminde oluşturulan kimlik duygusunun, derin bir sevgi ilişkisiyle birleşerek gerçek yakınlığın başlayabileceği bir evredir(Dereboy, 1993).Bu döneme sağlam bir kimlik duygusuyla gelmeyen bir kişi, bu tür yakınlık ilişkileri içinde kimliğini tamamen kaybetme korkusu taşıyabilir ve bu

nedenle kendisini yakın ilişkilerden uzaklaştırarak yalnızlığa, yani yalıtılmışlığa doğru yönelebilir. Bu durum, kişinin genç yetişkinlik dönemine kadar saklı kalmış kimlik zayıflığının ortaya çıkmasına neden olabilir (Dereboy, 1993).

2.3. Şiddet

Dikmen (2018)'e göre insanlar yaşamlarının farklı dönemlerinde şiddet içeren eylemlerde bulunabileceklerini veya bu tür davranışlara uğrayabileceklerini ifade eder. Genç yetişkinlik dönemi, çocukluktan yetişkinliğe geçişin bir aşamasıdır. Bu dönem, fiziksel ve psikolojik değişikliklerin meydana geldiği, yetişkinlikle ilişkilendirilen rollerin ve sorumlulukların kazanıldığı, bireyin hayatındaki önemli bir evredir (Dikmen vd., 2018). Bu aşamada, ergenlik dönemini yeni bir şehirde üniversite eğitimi alarak geçiren genç yetişkin, bu şehrin yaşam stiline uyum sağlama zorluğuyla karşılaşırken aynı zamanda eğitimine odaklanmak için çaba harcamak zorunda kalabilmektedir (Dikmen vd., 2018). Bu dönemde yeni görevler ve zorluklarla karşılaşan genç yetişkinler, bu süreçte olumsuz psikolojik etkiler, madde bağımlılığı ve özellikle şiddet gibi eğilimlerin ortaya çıkma riski taşıyabilirler (Dikmen vd., 2018). Bu dönem için bir diğer husus ise psikososyal gelişim basamağı olarak genç yetişkin bireylerin oluşturduğu duygusal bağlantılardır. Ancak, genç yetişkinlerin gelişimine büyük katkı sağlayan duygusal ilişkiler zaman zaman istismarı da kapsayabilmektedir (Dikmen vd., 2018).

Çimen (2018)'e göre flört ilişkilerinde, bireylerin arasındaki sevgi ve aşkın yanı sıra, kaybetme, terk edilme ve istenmeme gibi duygusal yükleri de barındırdığını ifade etmektedir. Bu duygu, ilişkilerde şüphe ve kıskançlık hislerine neden olabilir ve bu durum ilişki şiddetiyle ilişkilendirilebilir. Terk edilme veya tercih edilmeme korkusu, sevildiğine inanan bir kişide aşağılık hissi yaratabilir (Kaplan, 2020). Bu durumda iki farklı şiddet türü ortaya çıkar: Birincisi, ilişkinin sorumluluklarını taşıyan kişinin kendi kendine uyguladığı şiddettir; ikincisi ise ilişkinin diğer tarafından gelen şiddettir (Kaplan, 2020).

“Birey ya da bireylerin yaşam, özgürlük, irade, istek, hak, sağlık ve iyi hallerini tehdit eden veya gelişmesini engelleyen fiziksel, psikolojik, sosyal, cinsel, ekonomik, siber ya da işaretler yardımı ile uygulanan aşağılama, yaralama, zarar verme, mahrum bırakma, yalnızlaştırma gibi kötü niyetli ve kasıtlı davranışların tümü” (Özdere, 2019; Offenhauer ve Buchalter, 2011) olarak adlandırılan şiddet, sadece yetişkinler arasında değil, aynı zamanda flört ilişkisi içindeki

ergen ve gençler arasında da sıkça görülen bir sorundur (Gökkaya ve Öztürk, 2021; Harned, 2002).

2.3.1. Şiddet türleri

Şiddet, hedefine göre üç ana kategoride sınıflandırılır: öz-şiddet, kişilerarası şiddet ve toplu şiddettir.

2.3.1.1. Kendine yönelik şiddet

Şiddeti gerçekleştiren kişi ile şiddetin hedefi aynı bireydir. Bu tür şiddet davranışları, kişinin kendi vücuduna yönelik intihar düşünceleri, intihar girişimleri, kendini yaralama veya kesme gibi eylemlerdir (İftar, 2016).

2.3.1.2. Kişilerarası şiddet

Bu, insanlar arasındaki şiddeti ifade eder ve bu tür şiddet aile veya yakın partner şiddeti ile topluluk şiddeti olarak iki ana kategoriye ayrılır (İftar, 2016). Aile veya yakın partner şiddeti, çocuklara, partnerlere ve yaşlılara yönelik şiddet içerir (DSÖ, 2018).

Topluluk şiddetinde, şiddetin kaynağı tanıdık veya yabancı bir kişi olabilir. Bu tür şiddet, kadına yönelik şiddet, çocuk ve yaşlı istismarı, işyeri zorbalığı (mobbing), ve flört şiddeti gibi kişilerarası şiddet biçimlerini içermektedir.

2.3.1.3. Kolektif şiddet

Bu tür şiddet, sosyal, ekonomik ve politik olmak üzere üç ana kategoriye ayrılabilir (DSÖ, 2018). Bal (2014)'a göre, terör saldırıları, mafya çatışmaları, etnik gruplar arasındaki çatışmalar, savaşlar ve benzeri olaylar, kolektif şiddetin bir parçası olarak kabul edildiğini ifade eder (Cinal, 2018).

Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı e-bültenine göre, şiddetin üç aşamalı bir döngüsü bulunmaktadır. İlk aşama, "gerginliğin tırmanması" evresidir. Bu evrede birey, partnerini kontrol etme, psikolojik şiddet uygulama ve kıskançlık gibi davranışlarla gerginliği artırıcı eylemlerde bulunur. Aslan (2008) göre ikinci aşama, "şiddet

aşaması"dır. Bu aşamada, gerginliği artıran kişi öfkesini kontrol edemez ve partnerine şiddet uygular. Daha sonra şiddetin gerekçelerini sunacağını ifade eder.

Döngünün üçüncü aşaması, "barış evresi"dir. Bu evrede şiddet uygulayan taraf, pişmanlığını dile getirir, özür diler ve değişeceği konusunda taahhütlerde bulunur. Mağduriyet yaşayan kişiye olumlu bir tutum sergiler. Balayı evresi, ilişkinin devam etmesini sağlayan ve ilişkiyi sona erdirmeyi zorlaştıran bir dönemdir çünkü mağduriyet yaşayan kişi, ilişkinin düzeleceği umuduyla hareket eder, ancak bu döngü şiddetin artarak devam etmesine neden olur (Aslan vd., 2008; Cinal, 2018).

2.3.2. Flört şiddeti

Aslan (2008) ise flört şiddetini, kişilerarası şiddet türlerinden biri olduğunu ve fiziksel, psikolojik ve cinsel şiddet gibi çeşitli alt kategorileri içerdiğini belirtmektedir. Başka bir deyişle flört şiddeti; evli olmayan çiftler içerisinde fiziksel, psikolojik, sözlü ve cinsel istismara ek olarak sosyal sınırlamaların getirilmesi olarak açıklanmaktadır (Aslan vd., 2008; Süneci vd., 2016). Yapılan son tanımlamalarda heteroseksüel ilişkilerin yanı sıra homoseksüel ilişkileri de kapsadığı görülmektedir (Baldan ve Akış, 2017).

Amerikan Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi tarafından yapılan diğer bir tanımlamada, flört şiddetinin, flört ilişkisi içinde cinsel saldırı, fiziksel şiddet, sözlü veya duygusal istismar gibi formlarda kendini gösteren bir davranış olduğu ifade edilmiştir (Lotfi vd., 2022; Ramisetty-Mikler vd., 2006).

Flört şiddeti, fiziksel, duygusal/psikolojik, cinsel, ekonomik, sanal/dijital ve sürekli takip gibi çeşitli unsurları içeren bir olgudur.

2.3.2.1. Fiziksel şiddet

Cimcik atmak, tırmalamak, tokat, yumruk ve tekme atmak, sarsmak, kesici eşyalarla veya ateşli silahlarla zarar vermek veya hayatına son vermek gibi eylemleri içerir (Gökkaya ve Öztürk, 2021).

2.3.2.2. Psikolojik/duygusal şiddet

Lakap takma, uygun olmayan sözcükler söyleme, tenkit, hakaret etme, argo konuşma, başkalarının karşısında küçümseme veya mahcup etme, yeterli olmadığını

hissettirme, sevgisini göstermeme, darılma, aldatma, şüphe duyma, kılık- kıyafet ve hareketlerine müdahale etme gibi davranışları kapsamaktadır(Gökkaya ve Öztürk, 2021).

Psikolojik şiddetin tanınması zor olabilir ve zararlar genellikle açıkça görülmediği için tedavi edilmesi zordur; bu nedenle psikolojik şiddet, şiddet türlerinin en tehlikelisi olarak kabul edilir. Fiziksel şiddet ve psikolojik şiddet genellikle bir arada bulunur(Fidan ve Yeşil, 2018).

2.3.2.3. Cinsel şiddet

Kişinin rızası olmaksızın cinsel ilişkiye ya da korunmasız cinsel ilişkiye zorlamak, doğum kontrol yöntemlerini kullanmamak veya kullanmasına izin vermemek, çocuk yapmaya veya yapmamaya zorlamak, cinsel içerikli mesajlar atmak, tecavüz etmek, sözlü veya sözsüz cinsel tacizde bulunmak gibi davranışlar cinsel şiddeti oluşturur (Akcan, 2020; Aslan, 2020; Avşar Baldan ve Akış, 2017; Fidan ve Yeşil, 2018; Foshee vd., 2007; Gökkaya ve Öztürk, 2021; Kaplan, 2020; Özdere ve Kürtül, 2018;Yumuşak ve Şahin, 2014).

2.3.2.4.Ekonomik şiddet

Partnerin iş bulmasına izin vermemek veya onu iş bulmaya zorlamak, gelirini kontrol etmek, harcama yapma özgürlüğünü kısıtlamak, parasını gasp etmek gibi davranışlar ekonomik şiddeti oluşturur(Gökkaya ve Öztürk, 2021; Süneci vd., 2016;Türk vd., 2020).

2.3.2.5. Dijital/sanal şiddet

Teknolojik araçlar vasıtasıyla partneri devamlı aramak, tehdit etmek ve partnerin isteği dışında özel fotoğraflarını/bilgilerini yayımlamak, cinsel içerikli görseller/videolar paylaşmaya zorlamak, onun sosyal medya hesaplarında iletişim kurduğu kişileri kontrol etmek, paylaştığı sosyal medya gönderilerinin altına aşağılayıcı veya küfürlü yorumlar yapmak ve başkasının sosyal medya hesaplarının şifresini talep etmek, ondan konum göndermesini istemek gibi tutum ve davranışlar sanal şiddetin bir

örneğidir(Bakır ve Kalkan, 2019; Fidan ve Yeşil, 2018; Gökkaya ve Öztürk, 2021; Kaplan, 2020).

2.3.2.6. Israrlı takip (stalking/musallat olma)

İlişkisini sonlandırdığı veya halen ilişkide olduğu partnerini sosyal medyada ve/veya gerçek hayatta takip etmesi ve sürekli izlemesidir (Fidan ve Yeşil, 2018, s. 19; Gökkaya ve Öztürk, 2021).

2.3.3. Flört şiddetinin nedenleri

Toplumsal cinsiyet eşitsizliği, flört şiddetinin esas nedenlerinden biridir (Kaplan, 2020).Toplumsal cinsiyet terimi, modern toplumda sıkça kullanılmaktadır. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet ifadeleri sıklıkla birbirinin yerine kullanılsa da, aslında aralarında önemli farklılıklar bulunmaktadır. Sheafor ve Horejsi (2012) görecinsiyet teriminin, biyolojik temellere dayalı olarak kadın ve erkeği tanımlayan bir kavram olduğunu ifade eder. Toplumsal cinsiyet, biyolojik farklılıklara toplumun eklediği normlarla şekillenen bir kavram olarak tanımlanabilmektedir(Sheafor ve Horejsi, 2012; Korkmaz, 2020, s. 18). Toplumsal cinsiyet kalıpları, kadınlara ve erkeklere farklı özellikler yükleyerek belirli rollerle ilişkilendirir. Erkekler genellikle fiziksel güç gerektiren meslekleri tercih ederken, kadınlar daha duygusal ve manevi yönü ön plana çıkaran meslekleri tercih etmekle ilişkilendirilmektedir(Lotfi vd., 2022).

Flört şiddetinin önemli nedenlerinden biri, çocuğun aile içinde kötü muamele görmesi olabilir. Aile içi şiddete maruz kalan çocuklar, yaşamı boyunca davranış problemleri, agresiflik, sosyal ilişkilerde sorunlar, kişilerarası iletişim becerilerinin eksikliği gibi zorluklarla karşılaşabilirler. Bunun yanındabu çocukların ilerleyen süreçte şiddet eğilimi gösterme olasılığı da artabilir (Aslan vd., 2008,s. 11). Flört şiddetinin diğer nedenlerine dikkat edildiğinde, alkol ve madde bağımlılığı, iletişim yeteneklerinin eksikliği, kişilerarası şiddete maruz kalma veya tanık olma, genç yaşta flört etmeye başlama, erken yaşta cinsel ilişkiye girme gibi etkenler öne çıkmaktadır (Aslan vd., 2008, ss. 10-11). Aslında bu faktörler, flört şiddetinin hem nedeni hem de flört şiddetinin sonucu da olabilir. Örnek olarak, birey şiddete uğradıktan sonra madde kullanmaya başlayabilir (Kaplan, 2020).

2.3.4. Flört şiddetine ilişkin kuramsal açıklamalar

Flört şiddetinin daha iyi açıklanabilmesi için flört şiddetini açıklayan bazı teorilerden bahsedilecektir.

2.3.4.1. Feminist kuram

Flört şiddeti ve partner şiddeti konularında bahsedildiğinde, ilk hatırlanan kuram feminist kuramdır (Hutchinson, 2012). Arat (2017) feminizmi, kadın ve erkek arasındaki güç dengesini değiştirip eşit hakları sağlamayı amaçlayan bir politika görüşü olarak gördüğünü, temelde cinsiyet eşitliği teorisine dayandığını belirtir. Bu hareket, tarihsel süreçte toplumsal olarak ikincil bir konumda tutulan kadınların bu durumdan kurtulma isteğinin bir sonucudur. Andree Michel'e göre, feminizm terimi, kadınların rollerinin ve haklarının genişletilmesini savunan bir öğretiyi kabul eder.

Feminist teori, özellikle kadınlar ile erkekler arasındaki patriyarkal düzeni vurgular. Ataerkil sistem, kadınları aşağılayarak erkeğin üstünlüğünü gösterir; bu nedenle birçok kültürdeki farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır (Arat, 2017; Gümüş, 2021).

Feminist perspektife göre, bu durum kadınları aşağılayan, güçsüzleştiren, haklarını sınırlandıran, potansiyellerini göz ardı eden eril bir sistemde erkekleri över ve destekler (Lotfi vd., 2022; Sünnetçi vd., 2016). Bazı feminist teorisyenler, kadınların ilişkilerde şiddeti başlatan kişi olmadığını erkeklerle aynı şekilde kabul etmektedirler ve bu kısım, kuramın en fazla eleştirilen yönlerinden biridir (Hutchinson, 2012). Feminist teorisyenler, kadınların kendilerini korumak amacıyla şiddete başvurduğunu ifade etmektedirler ama Stuart vd. (2006)'nin çalışması bunun aksini öne sürmektedir (Hutchinson, 2012). Feminist kuram birçok açıdan eleştiri almasına rağmen yapılan çalışmalarda çokça yerini almıştır (Gümüş, 2021; Shorey vd., 2008).

2.3.4.2. Güç kuramı

Güç teorisi de erkekler ve kadınlar arasındaki güç adaletsizliğine önem veren diğer teoridir. Bu teori, cinsiyet eşitsizliği kaynaklı olarak romantik ilişkilerde meydana gelen güç dengesizliklerinin flört şiddetine yol açabileceği şeklinde feminist teoriye benzer bir perspektife sahiptir (Hutchinson, 2012). Ancak, feminist teorinin yanı sıra bu

kuram da toplumsal cinsiyet rolleri, kültür, ataerkil toplumsal düzen ve aile yapısı gibi faktörlere dayanmaktadır. Güç kuramı, partnerler arasındaki güç dengesizliğinin şiddete olanak sağlayabildiğini öne sürer. Gümüş (2021) ayrıca aile içi çatışmaların yine flört şiddeti için risk faktörü olduğunu ve toplumda cinsiyet eşitsizliği ve çatışma durumlarına dair öğretilerin şiddet ortamını tetiklediğini belirtmektedir. Böylece kültürel faktörler, şiddetin kabul edilebilirliği ve aile içindeki çatışmalarla birlikte cinsiyete dair kavramlar olan cinsiyet eşitsizliği ve toplumsal cinsiyet rolleri de romantik ilişkilerde yaşanan şiddet ile ilişkili kavramlardır (Gümüş, 2021; Straus, 2004).

2.3.4.3. Bağlanma kuramı

Bireylerin kişisel olarak değer verdiği şeyler öteki bireylerle ilişki eğilimini açıklayan ve doğumdan ölüme devam eden, bebeklik döneminde temel bakım veren kişilerle kurulan bağın niteliği bağlanma kuramı ile açıklanmaktadır (Bowlby, 1960). Romantik ilişkilerde kişilerin kendilerini ve partnerlerini algılama şekilleri, ilişkiyi başlatma, devam ettirme ve yaşama tarzları, partnere duyulan güven yetişkin bağlanma stillerine bağlı olarak değişmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bağlanma stilleri ile şiddet tutumları arasında bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Erken yaşta bakım verenler ile kurulan ilişkilerin kalitesi flört ilişkilerini de etkilemektedir (Waters vd., 1993). Güvensiz bağlanan kişilerin ilişki içerisinde eksik çatışma çözme becerileri sebebiyle partnerini suçlama, tehdit etme gibi davranışlarda bulunarak, ilişkilerinde saldırgan ve şiddete yönelik tutumlar sergilediği bilinmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Bununla birlikte, güvensiz bağlanma stiline sahip yetişkinlerin romantik ilişkilerinde şiddet mağduru oldukları da bilinmektedir (Türk vd., 2020). Kaygılı bağlanan bireyler ilişkide yakınlık arayışı içerisinde olacağı için, yeteri kadar sevilmediğini düşündüğünde partneri tarafından terk edileceğini düşünerek ilişki içerisindeki tutumlarını öfkeye ve güvensizliğe dönüşecek ve bu durum flört içi şiddet davranışlarını ortaya çıkaracaktır (Çengel, 2022; Sloopmaeckers ve Migerode, 2018).

2.3.4.4. Sosyal öğrenme kuramı

Sosyal öğrenme teorisinin önde gelen isimlerinden Bandura (1973, 1977)'ya göre çocuklar, yetişkinlerin davranışlarını model alarak benzer davranışlar sergilerler. Çocuğun davranışları, zaman içinde güçlenir. Sosyal öğrenme teorisine göre, flört

şiddeti hakkında sosyal ilişkilere dair bilgi edinmek için başkalarının tutumlarını gözlemleyerek ve tekrarlayarak öğrenilir(Bandura, 1973).Ebeveyn ilişkilerinde, aile içi çatışmaları izleyerek, birey belirli bir çatışma çözme stratejisi benimsemeyi öğrenir. Duygusal birlikteliklerdeki şiddet ve saldırganlık, önceden öğrenilmiş olan çatışma çözme stiline bağlı olarak meydana gelebilir (Riggs vd., 2000).Sosyal öğrenme kuramına göre, çocuklar ailesinden örnek alarak şiddeti öğrenme eğilimindedirler (O’Leary, 2008). Şiddete maruz kalmak, kişinin şiddeti normal bir çözüm olarak görüp, gerektiğinde şiddeti haklı çıkarma eğiliminde olmasına yol açabilmektedir (Shorey vd., 2008). Küçük yaşta şiddet deneyimi yaşayan kişilerin, şiddetin daha sık uygulayan tarafı olma eğiliminde olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur(Fang ve Corso, 2007).Küçük yaşta şiddete uğrayan kişilerde, çocukluk çağında alkol tüketimi ile istismar arasında sıkı bir bağ görülmektedir (Gümüş, 2021; Kaukinen, 2014).

2.3.5. Flört şiddetinin yaygınlığı

Flört şiddetinin en sık yaşandığı dönem üniversite yıllarıdır (Fidan ve Yeşil, 2018).Üniversite eğitim sürecinde, kızların öğrenci yurdunda yaşamasının flört şiddetini öngörmesi dikkat çeken bir bulgu olmuştur (Kütük vd., 2018). Birçok genç ve ergenin yaşamını etkilediği düşünülen flört şiddeti, ciddi bir psikososyal sorundur. Flört şiddeti ergen ve genç bireyler açısından oldukça sık rastlanan bir sorundur (Üstünel, 2020;WHO, 2010).

Flört şiddeti, genç erkeklere göre genç kadınlarda daha çokken ergenlik dönemindeki kızlarla kıyaslanınca genç kadınlarda daha yüksek orandadır. Kadınlar daha çok fiziksel ve cinsel şiddete maruz kalırken, erkekler sözlü, sezgisel, şantaj, kişisel eşyalara hasar gibi şiddet durumlarına maruz kalmaktadır (Koçak ve Can, 2019).

Bazı erkeklere göre flörtte şiddet davranışı, kadını sahiplenme olarak algılanmaktadır. Kadınlar, flört şiddetini sosyal çevre, partnerin kişiliği ve kendi tutumlarına bağlı olarak normal görebilirler ve bu da şiddetin sürmesine yol açabilmektedir(Eslek, Kızıltepe ve Irmak, 2021).Maruz kalınan şiddet davranışı, ileriki yaşlarda birey tarafından normal görülebilmekte ve uzun dönemli ilişkilerinde bile şiddet uygulama eylemi alışkanlık haline getirilebilir(Polat vd.,2016; Schiff ve Zeira, 2005).

Flört ilişkilerinde, biseksüel kadınların (%20.17), lezbiyen kadınlara (%16.10) kıyasla cinsel şiddet mağduru olma olasılığının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir(Roberts vd., 2010). Walters vd.araştırmasında, biseksüel kadınların flört ilişkilerinde psikolojik, fiziksel ve cinsel şiddetin her bir türünün diğer gruplara kıyasla, yani lezbiyen ve heteroseksüel kadınlara göre daha sık görüldüğünü göstermektedir (Türk vd., 2020).

2.4.Romantik İlişkiler

Bir birey belirli bir aile ve kültür içinde yetişir ve yaşadığı toplumun bir parçasıdır. Sosyal ilişkiler, yaşamımızın ayrılmaz bir parçasıdır ve insanlar çevreleriyle iletişim kurar, ilişkiler geliştirir ve deneyimlerini paylaşır(Kaya, 2018).Lisans eğitimi alan bireylerin, duygusal ilişkiler genellikle yaşamlarında önemli bir rol oynar çünkü bu dönemdeki ilişkiler genellikle geçiş dönemlerine aittir (Sarı ve Owen, 2016). Oluşturulan, büyütülen ve paylaşılan ilişkiler arasında, romantik ilişkiler özellikle önemlidir ve temelleri bu dönemde atılır (Kaya, 2018).

Ergenlik döneminde duygusal ilişkilerin başladığını düşünsek de aslında tam olarak beliren yetişkinlik sürecinde fark edildiği ve yaşandığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle, ergenliğe girişle birlikte romantik ilişkilerin başlaması, çoğunlukla keyifli vakit geçirme ve tecrübe paylaşımı hedefi olan kısa süreli bir ilişki türü olarak ifade edilebilmekte (Feiring, 1996), yetişkinlik dönemine geçildiğinde ise romantik ilişkiler daha ciddi bir boyut kazanır, yakınlık ve bağlılık duyguları daha önemli bir rol oynar (Küçükarslan ve Gizir, 2014; Montgomery, 2005).

Romantik ilişki kavramının çok sayıda farklı açıdan ele alındığını, farklı tanımlamalar yapıldığını söylemek mümkündür. Williams ve Connolly (1997)'ye göre romantik ilişki, yaşamın farklı dönemlerinde karşılaşılabileceğimiz ve kişiler arasında paylaşılan duygusal deneyimlerin bir örneği olduğunu söylemektedir (Kaya, 2018).

Romantik ilişkiler, duygusal bağ (sevgi, aşk), partnerin duygusal ihtiyaçlarına dikkat edilmesi ve bu ihtiyaçların karşılanması (örneğin duyguların ifade edilmesi ve güvenin inşası) ile eşler arasında karşılıklı iş birliğini kapsayan ilişkiler olarak açıklanabilir (Solmuş, 2010). Başka bir ifadeyle, romantik ilişki; bireyin partneri ile sürdürdüğü, duygusal ve cinsel unsurların iç içe geçtiği bir ilişkidir (Karney vd., 2007). Collins, Welsch ve Furman (2009) göreromantik ilişkiler terimi, birbirleri arasında

karşılıklı rıza ve onay bulunan etkileşimlere atıfta bulunur. Yakınlığı karşılıklı sürdürülmesi olarak açıklayan Prager (1997) ise romantik ilişkilerde kurulan yakın ilişkileri, çiftlerin düzenli olarak görüştükleri, duygusal bağ kurdukları, birbirlerine güvendikleri ve uyum içinde oldukları ilişkiler olarak tanımlamıştır. Bu bağlamda, duygusal bağ, güven ve uyum, bu ilişkilerin sürdürülmesi için temel gerekliliklerdir (Özteke, 2015).

Bu açıklamalara göre romantik ilişkiler, her iki tarafın dengeli olarak düşünsel, duygusal ve davranışsal olarak birbirlerini anlama ve paylaşma sürecidir. Bu ilişkilerde bağlılık oluşturulur, duygusal ve fiziksel yakınlık yaşanır ve partnerler arasında güven inşa edilebilir (Özteke, 2015).

Erikson'un ifade ettiği gibi, genç yetişkinlik döneminde yakınlığa karşı yalıtılmışlık gelişim görevi oldukça önemlidir. Bu dönemde bir partner bulma ve sağlam bir romantik ilişki kurma ihtiyacı artar. Romantik ilişkilere temel atmak ise ergenlik döneminde başlar ve ergenliğin sonlarına doğru giderek artmaktadır (Satıcı, 2018).

Ayrıca, romantik ilişkilerin oluşturulması ve sağlıklı bir şekilde ilerlemesinin kökeni bebeklik sürecine dayandığı ifade edilmektedir (Satıcı, 2018). Romantik ilişkilerin gelişimi, bebeklik döneminde başlayan güvenli bağlanma ile şekillenir. Satıcı (2018) göre, güvenli bağlanmış bebekler, çocukluk döneminde yaşlılarıyla olumlu ilişkiler kurma becerisi geliştirirler ve bu olumlu ilişkiler ergenlik döneminde romantik ilişkilere dönüşebileceğini belirtir. Genç yetişkinlik döneminde duygusal olarak romantik ilişkilerin kurulması bu sürecin tamamlanmasını sağlamaktadır. Genç yetişkinlik dönemine doğru romantik ilişkiler tam olarak başlamaktadır. Bu evrede kişilerin nasıl sevdikleri ve eşlerini nasıl belirledikleri oldukça önemlidir (Satıcı, 2018).

Ergenlik dönemiyle birlikte sağlıklı romantik ilişkiler kurabilen bireylerin kendine olan güvenini arttırdığı, (Larson, 1988), özsaygılarını geliştirdiği (Larson ve Richards, 1994), sosyal ve duygusal konsültasyonunu güçlendirmekte (Carlson ve Rose, 2007) ve onlara önemli bir toplumsal destek vermektedir (Connolly ve Konarski, 1994). Bu açıdan bakıldığında, sağlıklı romantik ilişkiler, bireylerin iyi hissetme düzeyleri ile sıkı bir ilişkiye sahiptir (Assad ve Donnellan, 2007; Neff ve Suizzo, 2006; Reis vd., 2000). Öte yandan, toksik romantik ilişkiler, kişiler arasındaki sürekli anlaşmazlıklara (Nieder ve Seiffge-Krenke, 2001), negatif benlik algısına (Roisman

vd.,2005) ve duygu durum bozukluklarına (Montgomery ve Sorell, 1997) yol açabileceği unutulmamalıdır (Gizir, 2013).

Sternberg (1988; triangular theory of love), romantik ilişkileri incelerken yakınlık, tutku ve bağlanma unsurlarına dayandırarak ilişkilerin kişilere bıraktığı etkileri açığa çıkarmıştır. Sternberg (2006) üçgen aşk teorisine göre, yakınlık romantik ilişkilerde sıcaklık, samimiyet, bağlantı ve sınırlar gibi unsurları kapsarken, tutku romantik ve fiziksel çekicilikle ilişkilendirilen cinsellik ve güdülerle bağlantı olduğunu açıklamaktadır. Diğer taraftan, bağlanma genellikle düşünsel açıdan ifade edilir ve ilişkinin ne kadar süreceğine yönelik bir kararı içermektedir (Regan, 2008; Sternberg, 2006). Stenberg'e göre romantik aşk, bağlılığın zayıf kaldığı fakat aşırı seviyede tutkuyu barındırmaktadır. Tutkunun yetersiz kaldığı arkadaşça aşkta ise, bağlılık kurulmuştur. Öte yandan, Saplantılı aşk ya da karasevda da tutku yüksek düzeyde yaşanırken yakınlık kurulamamıştır. Hoşlanmada ise uzun süreli bağ kurma yokken ve tutku azken yalnızca yakınlık fark edilebilir (Satıcı, 2018). Tutku ve yakınlığın olmadığı, bağlılığın oluşturulduğu sürece boş aşk denilmektedir. Duygusal ilişkilerinde, tutku ve bağlılığı tercih eden kişiler yakınlık ve samimiyet oluşturmak istemeyebilirler. Sonuçta Stenberg mükemmel aşkı açıklamıştır. Tutkunun, yakınlığın ve bağlılığın içinde olduğu optimum bir seviye olarak mükemmel aşkı tasvir etmektedir (Bernstein vd., 2012; Sigelman ve Rider, 2017; Satıcı, 2018).

John Alan Lee tarafından sunulan etkili bir bakış açısı da romantik ilişkilere yöneliktir. Lee (1973) "Aşkın Renkleri" adlı ünlü kitabında birincil ve ikincil aşk stillerini açıklamıştır. Birincil aşk tarzları şunları içerir: tutkulu (eros), oyun gibi (ludus) ve arkadaşça (storge) aşk. Bu tarzlar temel aşk şekilleri olarak kabul edilmektedir. Tutkulu aşkta insanlar genellikle ilk görüşte aşka inanır ve romantik ilişki kurmak için yüksek efor harcarlar (Regan, 2008). Cinsel yakınlık ve fiziksel çekicilik bu tip romantik ilişkilerde olan kişiler için çok önemlidir. Oyun gibi aşk tarzını yaşayan kişiler ise, partnerleriyle vakit geçirmek ve eğlenmek temel amaçtır (Regan, 2008). Bu tip romantik ilişkiler bağlılıktan uzaktır çünkü kişiler bağımlılığa karşı direnç gösterirler ve sorunlar yerine yeni bir ilişki arama eğiliminde olabilirler, çünkü sorunlar eğlenceyi bozmaktadır. Lee (1973) tarafından tanımlanan son temel aşk stili olan arkadaşça aşkta, romantik ilişki güçlü bir sadakat, devamlılık, saygı ve dostluk kaynağı olarak görülmektedir. Bu stili sahiplenen genç yetişkinler, eşlerini eski bir arkadaş gibi görebilirler ve tutkulu aşkta olduğu gibi yüksek duygusal veya fiziksel çekim bu stilin

temel özelliği değildir (Regan, 2008). İkincil aşk stilleri, temel aşk stillerinin bir kombinasyonundan meydana gelir ve mantıklı (pragma), sahiplenici (mania) ve özgeci (agape) aşk stillerini içermektedir. Oyun gibi ve arkadaşça aşkın bütünleşmesi sonucunda meydana gelen mantıklı aşkta, insanlar uyumlu bir partner arayışında değildirler ve romantik ilişkilere daha pragmatik bir yaklaşım sergilerler (Regan, 2008). Bu tür romantik ilişkilerde, istekler net bir şekilde belirtilir ve bu isteklerin karşılanma derecesine göre partner seçilmektedir. Öte yandan, sahiplenici aşk, tutkulu ve oyun gibi aşkın bir karışımından doğar ve bu tür ilişkilerde patolojik bir aşk şekli gelişebilir, bu da kıskançlık, güvensizlik ve takıntı gibi duyguları içerebilir. Kişiler, tutkulu aşkı çağrıştıracak yetersiz özsaygı ve oyun gibi aşkı çağrıştıracak duygusal müdahale yetersizliği içerisinde olması sahiplenici aşkı tanımlamaktadır (Regan, 2008).

Tutkulu ve arkadaşça aşkın bir kombinasyonu özgeci aşktır. Bu türde romantik ilişkilerde pekiştireç beklentisi duyulmaz, bir kişinin diğerini sevmesi ve empatinin hakim olduğu bir romantik ilişkiyi ifade etmektedir (Hendrick ve Hendrick, 1986; Satıcı, 2018).

Özellikle üniversite yıllarında başlayan romantik ilişkiler, gençlerin toplumsal, cinsel, ve kişilik gelişimlerini etkilemenin yanı sıra, ilerleyen yetişkinlik döneminde oluşturacakları yakın ilişkilerin niteliğini ve evlilik sürecinde yapacakları eş seçimini önemli ölçüde şekillendirebilmektedir (Furman, 2002; Gizir, 2013).

2.5.Öz-şefkat ve Flört Şiddetiyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Birlik (2019) 13933 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, katılımcıların %51,4'ünün erkek ve %48,6'sının kadın olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %17,3'ü işletme fakültesinde, %15,4'ü mühendislik fakültesinde, %13,2'si sağlık bilimleri fakültesinde ve %12,2'si teknoloji fakültesinde öğrenim görmektedir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %37,2'si flört ilişkisini devam ettirirken, bu öğrencilerin %7,8'i ilişkilerinde şiddete maruz kaldığını, %5,7'si ise flört ilişkilerinde şiddet gösterdiğini belirtmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, bilişsel duygu düzenleme becerileri ve kadın cinsiyeti flört şiddetini yükseltirken, öz-şefkat ve şiddete başvurma eğilimi flört şiddetini düşürmektedir.

Gümüş (2021), ise Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırma, flört şiddeti tutumunu öz anlayış ve benimsenen anne baba ilişkisini bazı değişkenler

bakımından değerlendirmiştir. Araştırmanın amacı, flört şiddeti tutumu ile öz-anlayış düzeyi ve algılanan ebeveyn ilişkisi arasındaki ilişkiyi anlamaktır. Çalışmanın katılımcıları 18-28 yaş arasındaki 354 üniversite öğrencisidir. Araştırma sonuçları, öğrenciler arasında flört şiddeti ve algılanan ebeveyn ilişkisi tutumu arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, flört şiddeti ile öz anlayış arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur.

Çengel (2022), İstanbul'da lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde eğitim gören ve en az 3 aydır romantik ilişki içinde olan 456 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırma, flört şiddetine yönelik tutumlar ile yetişkin bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet tutumu arasındaki ilişkiyi öz-şefkatin aracı rolü açısından incelemiştir. Araştırmanın katılımcılarının 282'si kadın (%66,5), 142'si erkektir (%33,5). Yapılan analizler sonucunda, flört şiddetine yönelik tutumlar ile kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, flört şiddetine yönelik tutum ölçekleri ile öz-şefkat arasında negatif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Regresyon analizi sonuçları, öz-şefkat skorlarının flört şiddetine yönelik tutumu olumsuz yönde tahmin ettiğini göstermektedir.

Araştırmanın aracılık analizi sonuçlarına göre, bağlanma tarzlarının flört şiddetine yönelik bakış açısı üzerindeki etkisini öz-şefkatin aracılığıyla açıkladığı görülmüştür. Özellikle, kaygılı bağlanma ile kadınların psikolojik şiddeti, kaçınan bağlanma ile hem kadınların hem de erkeklerin psikolojik şiddeti üzerinde öz-şefkatin tam anlamıyla aracı bir rol oynadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca, kaygılı bağlanma ile kadınların uyguladığı fiziksel şiddet ve kaçınan bağlanma ile hem kadınların hem de erkeklerin uyguladığı fiziksel şiddet üzerinde öz-şefkatin kısmi bir aracı rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Balatekin (2022) ise Bu çalışmanın temel hedefi, flört şiddetinde kurban ve saldırgan rolleriyle erken dönem uyumsuz şema alanları ve kişilerarası duygu düzenlemesi arasındaki ilişkileri incelemektir. Ayrıca, bu ilişkilerde öz-şefkinin rolünü ve cinsiyet ile gelir durumunun etkilerini araştırmaktır. Araştırma evli olmayan 18-45 yaş arasındaki 345 katılımcı üzerinde yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlara göre, flört şiddetinde kurbanlık ve saldırganlık rolleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasında ayrılma ve reddedilme, özerklik ve performansın zedelenmesi, aşırı tetikte olma gibi faktörler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu ilişkilerde öz-şefkinin

önemli bir düzenleyici rol oynadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, cinsiyet ve gelir düzeyinin bu ilişkiler üzerindeki etkileri de incelenmiştir.

Baltacı vd. (2022), cinsiyet, flört ilişkisi durumu, öz-duyarlık ve öfke ifade stilinin, üniversite öğrencileri arasında flört şiddeti tutumunu ne kadar tahmin edebileceğini incelemiştir. Bu amaç doğrultusunda, 2019-2020 eğitim öğretim yılında Pamukkale Üniversitesi'nde eğitim gören 366 öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öz-duyarlık, daha önce flört ilişkisi yaşamamış olma durumu ve kadın cinsiyetin, flört şiddeti tutumunu anlamlı bir şekilde tahmin eden faktörler olduğu bulunmuştur. Öz-duyarlık, bireylerin kendilerini kabul etme, kendilerine şefkat gösterme ve insan olmanın bir parçası olarak kendi eksikliklerini ve başarısızlıklarını kabul etme yeteneği olarak ifade edilebilir. Bu nedenle, öz-duyarlığa sahip olan bireylerin flört şiddetini destekleme eğiliminde olmadığı sonucuna varılabilir.

Çengel ve Yurdalan (2022), araştırmasında, erkeklerin uyguladığı flört şiddeti ve bağlanma kaygısının, erkeklerin toplumsal cinsiyet rolleri ile öz-şefkat düzeyi arasındaki ilişkide anlamlı aracılık etkilerine sahip olduğunu göstermiştir. Yani, erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik algıları ile flört şiddeti uygulama ve bağlanma kaygısı arasında öz-şefkat düzeyi üzerinde önemli bir etkileşim bulunmaktadır. Araştırma modeline göre, erkeklerin daha çok örflerine bağlı olması, toplumsal cinsiyet rollerini benimsemeleri, kişinin kendine gösterdiği öz-şefkat düzeyinin azalması olarak görülmektedir. Artan flört şiddeti, kişinin öz şefkat düzeyini azalttığı gözlenmiştir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Veri toplamada nicel analiz yönteminden yararlanıldı. Yöntem olarak ilişkisel tarama yöntemi kullanıldı. Nicel araştırmaların en büyük avantajı, geniş bir örneklemden elde edilen verilerin istatistiksel analizlerle genellemelere daha uygun, ölçülebilir ve sayısal sonuçlar sunabilmesidir (Collier vd., 2004). Geçmişte kalan ya da şimdi nasıl olduğunu açıklayan bir olgunun istendik davranışların oluşması ve öğrenme sürecinin nasıl var olduğunu tanımlayan süreçlerin tümünü kapsayan yaklaşım türü tarama modeli olarak açıklanmaktadır. Karasar (2022), genel tarama modelini, büyük bir evrende, tamamını ya da bir kümesini veya örneklem üzerinde tarama yaparak genel bir sonuca ulaşılmasını hedeflemek, olduğunu belirtir. İlişkisel tarama modeli, birden fazla değişken arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlayan bir tarama yaklaşımıdır. Bu modelde, değişkenler arasındaki ilişkinin varlığı ve bu ilişkinin nasıl olduğu araştırılmaktadır (Karasar, 2022).

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma evreni, İstanbul'da 18-34 yaş aralığında, lisans mezunu olan ve aktif olarak bir işte çalışan kişilerdir. Araştırmanın örneklemini ise, basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 385 kişi oluşturmuştur. Basit rastgele örnekleme yöntemi, her birim için eşit bir seçim şansı sağlar. Pratikte, tüm birimler bir liste üzerinde sıralanır ve bu listeden rastgele birimler seçilir (Özdamar, 2001).

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada araştırmacı tarafından geliştirilen ve altı sorudan oluşan kişisel bilgi formu, Öz-Anlayış Ölçeği ve Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçeklerinden oluşan birbatarya ile Google Documents aracılığı ile çevrimiçi olarak toplandı. Ölçekler kullanılmadan önce ölçek sahiplerinden e-posta yoluyla izin alındı. Veriler Nisan 2023 tarihinde elde edildi.

3.3.1. Öz Anlayış ölçeği

Öz Anlayış Ölçeği aslen 26 maddeden ve altı alt ölçekten oluşur. Bu ölçek, 5'li Likert ölçeğinde hazırlanmıştır (Hemen hemen hiçbir zaman= 1 ve Hemen hemen her zaman= 5). Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması, Neff (2003b) tarafından geliştirilen Öz Anlayış Ölçeği için Deniz vd. (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe versiyonu, orijinalinden farklı olarak tek boyutlu bir yapıya sahiptir ve toplamda 24 madde içerir. Ayrıca, iç tutarlılık katsayısı. 89 ve test-tekrar test korelasyonu. 83 olarak hesaplanmıştır

3.3.2. Flört şiddetine yönelik tutum ölçekleri

Flörtte Şiddetine Yönelik Tutum Ölçekleri Price vd. (1999) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekler 5'li Likert tipindedir (“1: Kesinlikle katılmıyorum”, “5: Kesinlikle katılıyorum” şeklinde puanlanmaktadır). Ölçekler, “Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği”, “Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine Yönelik Tutumlar Ölçeği”, “Erkek Seksüel Flört Şiddetine Yönelik Tutumlar Ölçeği”, “Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği”, “Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği” ve “Kadın Seksüel Flört Şiddetine Yönelik Tutumlar Ölçeği” olarak belirtilmektedir. Yüksek ölçek puanları, flört şiddetini benimsemeseviyesinin fazla olduğunu göstermektedir (Price vd., 1999).

3.3.3. Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formu, araştırmacı tarafından hazırlanmış olup bireyin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, sosyo-ekonomik düzeyi ve ilişki durumu gibi temel parametreleri içermektedir.

3.4. Verilerin Analizi

Veri girişi ve analizleri Mayıs-Haziran 2023 tarihinde yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 23 programı kullanıldı. %95 güvenlik düzeyinde çalışıldı. Ölçeklerin güvenirlik analizinde Croanbach Alpha katsayısı belirlendi. Ayrıca, ölçeklerin

demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği t testi, ANOVA, Mann Whitney ve Kruskal Wallis testleri kullanılarak analiz edildi. Verilerin normal dağılması durumunda değişkenler arasındaki ilişkilerin yönünü ve derecesini belirlemek üzere Pearson Korelasyon Testi gerçekleştirildi. Verilerin normal dağılım göstermemesi durumunda ise Spearman Korelasyon Testi uygulandı.

Veri analizinden elde edilen bulguların literatür çerçevesinde tartişılması prosedür ve kontrollerinin gerçekleşmesi ve tez yazım aşamasının Eylül 2023 tarihinde tamamlandı.



4. BULGULAR

4.1. Güvenilirlik Analizi

Cronbach's Alfa katsayısı, 0 ile 1 arasında değerler almaktadır. Katsayı, 0,00 ile 0,40 arasında ise ölçeğin güvenilirliği düşüktür. 0,40 ile 0,60 arasında ise ölçek düşük güvenilirlik seviyesindedir. 0,60 ile 0,80 arasında ise ölçek oldukça güvenilir ve 0,80 ile 1,00 arasında ise ölçek yüksek derecede güvenilir olarak kabul edilmektedir (Tavşancıl, 2005). Tablo 1'de ölçeklerin güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach Alfa katsayısı verildi. Cronbach Alfa değerlerine göre ölçekler oldukça güvenilirdir.

Tablo 1: Güvenilirlik analizi

Uygulanan Ölçekler	Madde Sayısı	Cronbach's Alfa
Öz Anlayış Ölçeği	24	0,762
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ*	15	0,717
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	12	0,625
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	11	0,739
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	12	0,771

* YTÖ: Yönelik Tutum Ölçeği

4.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Bu çalışmaya 18-34 yaş aralığında toplam 385 üniversite mezunu birey katıldı. Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 2'de gösterildi.

Tablo 2: Demografik bilgiler

		n	%
Yaş	18-25 yaş	143	37,1
	26-34 yaş	242	62,9
Cinsiyet	Kadın	258	67,0
	Erkek	127	33,0
En son mezun olunan okul	İlkokul	5	1,3
	Ortaokul-Lise	122	31,7
	Ön Lisans	51	13,2
	Lisans	207	53,8

Tablo 2: Demografik bilgiler (devam)

		n	%
Aylık gelir seviyesi	Düşük	72	18,7
	Orta	292	75,8
	Yüksek	21	5,5
Yaşanılan yer	Köy	30	7,8
	Şehir	210	54,5
	Büyükşehir/Metropol	145	37,7
Mevcut bir romantik ilişkide olma durumu	Evet	218	56,6
	Hayır	167	43,4
Daha önce romantik ilişkide olma durumu	Evet	262	68,1
	Hayır	123	31,9
Çocuklukta şiddete maruz kalma durumu	Fiziksel Şiddet	79	43,2
	Psikolojik Şiddet	104	56,8

Tabloda katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımı verilmiştir. Buna göre katılımcıların % 62,9'u 26-34 yaş, % 37,1'i ise 18-25 yaş aralığındadır. Ankete katılanların % 67'si kadın % 33'ü erkektir. Katılımcıların % 53,8'i lisans mezunudur. Ankete katılanların % 75,8'i aylık gelir seviyesini orta olarak tanımlamıştır. Katılımcıların % 54,5'i şehirde yaşamaktadır. Ankete katılanların % 56,6'sının mevcut bir romantik ilişkisi vardır. Katılımcıların % 68,1'inin daha önceden romantik ilişkisi vardır. Ankete katılanların % 56,8'i çocuklukta psikolojik şiddete, % 43,2'sinin ise fiziksel şiddete maruz kaldığı belirlenmiştir.

4.3. Betimleyici İstatistikler

Öz Anlayış Ölçeği ve Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçeklerinden hesaplanan verilerin, normal dağılıma uygunluğunu görmek amacıyla çarpıklık ve basıklık puanlarına bakılmıştır.

Tablo 3: Betimleyici istatistikler

Ölçek Adı	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık
Öz Anlayış Ölçeği	70,87	12,53	36	112	0,593	1,042
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	35,11	9,05	15	67	0,085	-0,018
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	26,93	7,27	13	52	0,276	-0,214
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,51	8,00	11	51	-0,304	-0,238
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	28,56	8,56	12	55	-0,421	-0,359

Elde edilen ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri, normal dağılım için kabul edilebilir düzeyde olan +3 ile -3 arasında bulunmaktadır (De Carlo, 1997; Groeneveld ve Meeden, 1984; Hopkins ve Weeks, 1990; Moors, 1986). Bu durumda, tüm ölçeklerin normal bir dağılım gösterdiği göz önüne alındığında, analizlerde parametrik yöntemlerin tercih edildiğini belirtmek mümkündür.

4.4. Demografik Bilgilere İlişkin Analiz Sonuçları

Tablo 4'te katılımcıların yaş gruplarına göre ölçek puanlarının, bağımsız örneklem t testi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 4: Ölçek puanlarının katılımcıların yaşları bakımından karşılaştırılması

	18-25 yaş		26-34 yaş		t	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	68,66	11,69	72,18	12,81	-2,690	0,007*
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	35,57	8,96	34,87	9,10	0,728	0,467
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	26,66	7,30	27,13	7,27	-0,609	0,543
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,59	8,14	27,49	7,92	0,113	0,910
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	28,90	9,18	28,37	8,18	0,569	0,570

Analiz sonuçlarına göre 26-34 yaşında olanların Öz Anlayış Ölçek puanları 18-25 yaşta olanlara göre daha yüksektir.

Tablo 5'te katılımcıların cinsiyet gruplarına göre ölçek puanlarının, bağımsız örneklem t testi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 5: Ölçek puanlarının katılımcıların cinsiyetleri bakımından karşılaştırılması

	Kadın		Erkek		t	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	70,66	12,57	71,31	12,43	-0,480	0,631
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	33,14	8,57	39,18	8,64	-6,489	0,000*
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	25,44	6,47	30,04	7,86	-5,707	0,000*
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,07	8,29	28,46	7,28	-1,691	0,092
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	27,81	8,66	30,11	8,17	-2,494	0,013*

Analiz sonuçlarına göre Erkeklerin, Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanları kadınlara göre daha yüksektir ($p=0,000$). Erkeklerin, Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ puanları kadınlara göre daha yüksektir ($p=0,000$). Kadınların, Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ puanları erkeklere göre daha yüksektir ($p=0,013$).

Tablo 6’da katılımcıların en son mezun olunan okula göre ölçek puanlarının ANOVA testi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 6: Ölçek puanlarının katılımcıların en son mezun oldukları okul bakımından karşılaştırılması

	İlkokul		Ortaokul-Lise		Ön Lisans		Lisans		F	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	82,40	16,85	69,86	12,74	73,47	12,53	70,55	12,13	2,490	0,060
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	33,60	13,28	35,89	9,17	34,22	9,21	34,94	8,85	0,539	0,656
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	25,60	7,09	26,85	7,77	26,57	6,90	27,15	7,11	0,162	0,922
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	23,40	8,17	27,07	8,30	26,98	8,71	28,03	7,61	0,927	0,428
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	21,60	11,41	28,70	9,35	28,35	8,57	28,70	7,98	1,143	0,332

Analiz sonuçlarına göre en son mezun olunan okul grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 7’de katılımcıların gelir durumlarına göre ölçek puanlarının ANOVA testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 7: Ölçek puanlarının katılımcıların gelir durumları bakımından karşılaştırılması

	Düşük		Orta		Yüksek		F	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	69,89	12,50	71,01	12,61	72,33	11,47	0,381	0,683
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	35,86	9,97	34,74	8,69	38,05	10,23	1,605	0,202
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	27,72	7,97	26,60	6,97	29,33	8,67	1,879	0,154
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,06	7,56	27,46	8,00	30,14	9,13	1,264	0,284
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	30,21	8,09	27,99	8,45	30,90	10,73	2,774	0,064

Analiz sonuçlarına göre gelir durumu grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 8’de katılımcıların yaşadıkları yere göre ölçek ve alt boyut puanlarının ANOVA testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 8: Ölçek puanlarının katılımcıların yaşadıkları yer bakımından karşılaştırılması

	Köy		Şehir		Büyükşehir/ Metropol		F	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	69,70	9,61	70,58	13,54	71,54	11,48	0,395	0,674
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	38,23	9,60	34,16	9,66	35,90	7,76	3,270	0,043*
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	28,77	6,81	26,38	7,73	27,43	6,62	1,971	0,146
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	28,57	6,78	26,35	8,43	29,02	7,30	5,274	0,007*
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	29,43	8,11	27,62	9,07	29,74	7,75	2,876	0,062

Yaşanılan yer grupları arasında Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre, köyde yaşayanların Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı, şehirde yaşayanlara göre daha yüksektir ($p=0,043$).

Yaşanılan yer grupları arasında Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre, şehirde yaşayanların Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı, Büyükşehir/Metropolde yaşayanlara göre daha düşüktür ($p=0,007$).

Tablo 9’da katılımcıların mevcut bir romantik ilişki olması durumuna göre ölçek puanlarının bağımsız örneklem t testi sonuçları verildi.

Tablo 9: Ölçek puanlarının katılımcıların mevcut bir romantik ilişki olması durumu bakımından karşılaştırılması

	Evet		Hayır		t	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	72,16	12,56	69,19	12,28	2,326	0,021*
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	34,87	8,77	35,47	9,40	-0,640	0,523
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	26,79	7,05	27,17	7,58	-0,507	0,612
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,79	7,98	27,18	8,01	0,747	0,456
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	28,68	8,35	28,40	8,85	0,317	0,751

Mevcut bir romantik ilişki olanların Öz Anlayış Ölçek puanları olmayanlara göre daha yüksektir ($p=0,021$).

Tablo 10’da katılımcıların daha önceden mevcut bir romantik ilişkisi olması durumuna göre ölçek puanlarının bağımsız örneklem t testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 10: Ölçek puanlarının katılımcıların daha önceden mevcut bir romantik ilişki olması durumu bakımından karşılaştırılması

	Evet		Hayır		t	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	71,07	12,86	70,45	11,77	0,454	0,650
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	35,62	8,78	34,09	9,54	1,550	0,122
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	27,22	7,06	26,40	7,73	1,035	0,301
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,92	7,46	26,69	9,00	1,317	0,189
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	28,96	8,15	27,70	9,37	1,275	0,204

Daha önceden mevcut bir romantik ilişki olması grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 11’de katılımcıların çocuklukta şiddete maruz kalma durumuna göre ölçek puanlarının bağımsız örneklem t testi sonuçları görülmektedir.

Tablo 11: Ölçek puanlarının katılımcıların çocuklukta şiddete maruz kalma durumu bakımından karşılaştırılması

	Fiziksel Şiddet		Psikolojik Şiddet		t	p
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.		
Öz Anlayış Ölçeği	68,86	13,68	69,91	11,42	-0,567	0,572
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	34,53	8,12	35,88	9,83	-0,986	0,326
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	26,87	6,76	27,39	8,29	-0,455	0,650
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	27,81	7,77	27,49	7,60	0,279	0,780
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	29,16	7,85	28,64	8,38	0,428	0,669

Çocuklukta şiddete maruz kalma durumu grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

4.5. Ölçekler Arası Korelasyon

Ölçeklerin ilişki testi sonuçları Tablo 12’de gösterilmektedir.

Tablo 12: Ölçekler arası korelasyon

	Öz Anlayış Ölçeği	
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	r	-0,130
	p	0,011
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine YTÖ	r	-0,137
	p	0,007
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ	r	-0,196
	p	0,000
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete YTÖ	r	-0,166
	p	0,001

Pearson korelasyon katsayılarına göre, 0-0.25 arası değerler çok zayıf ilişkiyi, 0.26-0.49 arası değerler zayıf ilişkiyi, 0.50-0.69 arası değerler orta düzeyde ilişkiyi,

0.70-0.89 arası değerler yüksek ilişkiyi, ve 0.90-1.00 değeri ise çok yüksek ilişkiyi ifade etmektedir (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2014). z Anlayış lek puanı ile Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik şiddete YT puanı arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmaktadır. z Anlayış lek puanı ile Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört şiddetine YT puanı arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmaktadır. z Anlayış lek puanı ile Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik şiddete YT puanı arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmaktadır. z Anlayış lek puanı ile Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel şiddete YT puanı arasında negatif yönlü çok zayıf bir ilişki bulunmaktadır.



5.TARTIşMA

Yapılan bu araştırma kapsamında genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasındaki ilişki incelenmiş, ayrıca demografik değişkenlerin etkileri analiz edilmiştir.

5.1. Katılımcıların Yaşları Bakımından İncelenmesi

Yapılan araştırmanın bulguları incelendiğinde, 26-34 yaş aralığındaki bireylerin Öz Anlayış Ölçek puanlarının, 18-25 yaş aralığında olan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin yaş değişkeni ile Öz Anlayış puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur.

Çalışmamızın sonucunu destekler nitelikte Neff (2003a), ergenlik döneminin, bireyin öz-şefkat açısından en düşük olduğu dönem olduğunu belirtmiştir. Diğer insanların görüşleri ergenlik dönemi sürecinde olan gençler için önemlidir ve öz eleştiri yaparlar (Bacanlı, 2000). Az öz şefkatin sebeplerine bakıldığında, yoğun eleştiri, izolasyon ve negatif duygularla aşırı bağ kurma olarak açıklanabilir (Şimşek, 2019).

26-34 yaş aralığındaki bireylerin Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçek puanları ile 18-25 yaş aralığında olan bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

5.2. Katılımcıların Cinsiyetleri Bakımından İncelenmesi

Yapılan araştırma bulgularına göre, cinsiyet farklılıklarına bakıldığında kadın ve erkeklerin fiziksel şiddet eğilimlerinin arasında anlamlı bir fark kadınlar lehine bulunmuştur. Ölçeklerin alt boyutları değerlendirildiğinde de kadınların fiziksel ve psikolojik şiddet uygulama haklarına yönelik algılayış biçimlerine bakıldığında, erkekler benzer davranışları kendileri sergilediğinde fiziksel veya psikolojik şiddet uygulayabileceğini ifade ederken, kadın aynı davranışa maruz kaldığında psikolojik şiddet uygulamasını erkek bakış açısıyla erkek partner tarafından daha çok makul karşılanırken, kadının fiziksel şiddet uygulamaması gerektiğini savunmaktadırlar.

Kadınlar ise, partnerlerinin davranışsal tutumlarına göre tetiklenerek artış gösterebildiğini ve fiziksel şiddete başvurabileceklerini açıklamaktadırlar. Genellikle

erkeklerden kadınlara yönelik olduğu düşünölen flört şiddeti, kadınların da erkeklere şiddet gösterdiği fark edilmiş ve hem kadın hem erkek açısından flört şiddetine maruz kalma seviyesi oldukça yüksek bulunmuştur(Cinal, 2018; Gümüş, 2021).

Stuart vd. (2006) tarafından yapılan araştırmaya bakıldığında kadınlar kendilerini korumak dışında da şiddete başvurumaktadırlar (Hutchinson, 2012).

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, kadın ve erkek bireylerin toplam öz anlayış puanları ve cinsiyetleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görölmektedir. Birçok çalışmada dacinsiyete göre öz-şefkatin anlamlı olarak farklılaşmadığını ortaya koymuştur (Dilmaç vd., 2009; Eraydın, 2010; Kara, 2018; Neff ve Pommier, 2013).Öte yandan bazı çalışmalarda kadınların erkeklere kıyasla daha düşük öz-şefkate sahip olduğu gözlemlenmiştir (Bluth vd., 2017; Boran Sarı, 2017; İme, 2018; Neff, 2003b; Yarnell ve Neff, 2013).

5.3. Katılımcıların En Son Mezun Oldukları Okul Bakımından İncelenmesi

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, en son mezun oldukları okul grupları ile ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görölmektedir.

Bu çalışma ile paralel olarak literatürde düşük eğitim düzeyinin yüksek eğitim düzeyine göre daha fazla fiziksel şiddetle (Sorenson ve ark., 1996) ilişkilendirildiği, ancak bu ilişkinin kesin sonuca ulaşmadığı belirtilmektedir (Michalski, 2005). Düşük eğitim seviyesi kadınları etkilemezken, erkeklerin flört şiddeti seviyesini arttırdığı görölmektedir (Magdol ve ark., 1997). Pakistan'da gerçekleştirilen bir araştırmada ise, yüksek eğitim düzeyinin sadece kadınlar için düşük oranda şiddetle ilişkilendirildiği sonucuna varılmıştır(Gümüş, 2021; Khar, 2017).

5.4. Katılımcıların Gelir Durumu Bakımından İncelenmesi

Yapılan araştırmanın bulguları incelendiğinde, gelir durumu grupları ile ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görölmektedir.

Literatürdeki bazı araştırmalar, üniversite öğrencilerinde saldırgan davranış ve ekonomik düzey arasında herhangi bir farklılık bulunmadığını doğrulamıştır (Ürküt, 1998; Yıldırım, 2007). Rivera ve arkadaşları (2007), yapılan çalışmanın tersine, yüksek

bir sosyo-ekonomik düzeye sahip erkeklerin şiddet eğilimlerinin arttığını bulmuşlardır (Gümüş, 2021).

Bu çalışmanın aksine, Simon ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan araştırmada, düşük gelirli olmanın şiddete yönelik pozitif tutumlarla ilişkili olduğu belirtmiştir. Paralel olarak, ekonomik güçlüklerin şiddete yönelik olumlu tutumları yordadığı bulunmuştur (Özen, 2022; Stickley ve ark., 2008).

5.5. Katılımcıların Yaşadıkları Yer Bakımından İncelenmesi

Yaşanılan yer grupları arasında Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik YTÖ Puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Köyde yaşayanların, Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete Yönelik YTÖ puanı, şehirde yaşayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşanılan yer grupları arasında Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Şehirde yaşayanların, Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı, Büyükşehir/Metropolde yaşayanlara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Öte yandan yaşanılan yer grupları arasında, Öz Anlayış ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Yapılan bu çalışmadan farklı olarak İftar (2016), lisans seviyesinde eğitim gören bireylerin bakış açısı ve davranışlarının araştırılması sonucunda, yaşadığın yer ile flört şiddeti tutumu arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır (Gümüş, 2021).

Bir grup üyesi olarak kendini kabul eden bireyler, kendi yaşadıkları zorlukları diğer insanların yaşadığı zorluklar olarak gördüklerinde, grup içinde diğer bireylerle bu deneyimleri paylaşmaya başlamaktadırlar (Neff, 2003b). Bu durum, bireylerin zorluklarla başa çıkmada maharet kazanmalarına ve öz-şefkat düzeylerinin artmasına yardımcı olurken, daha bireyselleşmiş bireyler kendi sınırlı dünyalarında yalıtılmış bir hayat sürdükleri için zorluklarla yalnız başlarına mücadele etmek zorunda kalabilirler. Bireyler bu durum sonucunda düşük öz şefkate sahip olabilirler (Küçük, 2020). Yapılan araştırmaya göre, toplumlar arası öz-şefkat düzeyi etkilenirken, toplum içerisinde yaşanılan yer ile öz-şefkat arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir. Literatürle örtüşmemektedir.

5.6. Katılımcıların Mevcut Bir Romantik İlişkisi Olması Bakımından İncelenmesi

Mevcut bir romantik ilişkisi olan bireyler ile flört şiddetine yönelik tutum ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Bu çalışmaya paralel olarak, flört ilişkisi içinde, ilişkisi olup olmama durumuna göre erkeğin fiziksel şiddet uygulaması ve kadının psikolojik ve fiziksel şiddet uygulamasına yönelik tutumlar arasında farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır (Yumuşak, 2013). Başka bir araştırmada, flört ilişkisi içinde olan ve olmayan bireylerin flört şiddeti tutumlarında farklılık olmadığı bulunmuştur (Baltacı vd., 2022; Kepir-Savoly vd., 2014).

Bu çalışmada mevcut bir romantik ilişkisi olanların Öz Anlayış ölçek puanlarının olmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Araştırmayı destekler nitelikteki araştırmada ise, Jacobson ve arkadaşları (2018) da mevcut bir romantik ilişkisi olan bireyler ile öz-anlayış ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulmuştur. Öz-şefkati yüksek bireylerin ilişki kalitelerinin de yüksek düzeyde olduğu ortaya konulmuştur (Çengel, 2022; Jacobson vd., 2018).

Ergenlik döneminden itibaren, kişilerin özgüvenini artırarak sağlıklı romantik ilişkiler oluşturulmakta (Larson, 1988), kendini algılama şeklini yükseltmekte (Larson ve Richards, 1994), toplumsal ve duygusal oryantasyonu güçlendirmekte (Carlson ve Rose, 2007) ve onlara değerli bir toplumsal hazine vermektedir (Connolly ve Konarski, 1994). Bu açılarından pozitif romantik ilişkiler, kişilerin iyilik hali seviyeleriyle yakından ilişkilidir (Assad ve Donnellan, 2007; Neff ve Suizzo, 2006; Reis vd., 2000). Öte yandan, negatif romantik ilişkiler ise kişiler arası anlaşmazlıklara (Nieder ve Seiffge-Krenke, 2001), negatif kendini algılamasına (Roisman vd., 2005) ve duygu durum bozukluklarına (Montgomery ve Sorell, 1997) yol açmaktadır (Gizir, 2013).

5.7. Katılımcıların Daha Önceden Mevcut Bir Romantik İlişkisinin Olması Bakımından İncelenmesi

Bulgular incelendiğinde, daha önceden romantik bir ilişkinin olmasının, ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı görülmektedir. Tüfekçi (2008) ve Bahadır (2006)'ın bizim bulgumuzun tersine, çalışmalarında ilişkide anlaşamama ve romantik ilişki sayısı ile ilişkiye güven duyma

arasında olumsuz bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Geçmişte ya da şimdi devam eden romantik ilişkilerinde öğrencilerin, içinde bulundukları ilişkide daha düşük güvende olduğunu ve anlaşılamama eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir (Gümüş, 2021).

5.8. Katılımcıların Çocuklukta Şiddete Maruz Kalması Bakımından İncelenmesi

Çocuklukta şiddete maruz kalma durumu, Öz Anlayış ve Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Mizacının geliştiği dönem olarak flört şiddeti, genç yetişkinlik dönemindeki kişiler için oldukça değerlidir. Şiddete maruz kalmak ya da şiddeti görmek, gelecek ilişkilerinde şiddet gösterme ya da şiddete uğrama ihtimalini arttırmaktadır (Gümüş, 2021).

Anne-baba tarafından benimsenen demokratik bakış açısı, öz-şefkatle olumlu bir ilişki gösterirken, otoriter bakış açısı ile öz-şefkat arasında olumsuz bir ilişki bulunmaktadır (Küçük, 2020). Anne babası tarafından şefkatle büyütülen kişiler, yetişkin olduğunda hem kendisine hem de diğer insanlara aynı şefkati gösterme ihtimalleri artmaktadır (Neff, 2003a). Benzer şekilde, anne babasından yeterince şefkat görerek büyümeyen kişilerin, sözlü veya psikolojik şiddete uğraması sebebiyle, yetişkin olduğunda öz şefkat seviyelerinin azaldığı gözlenmektedir (Neff, 2003a).

Ebeveyninin kötü davranışlarda bulunması, flört şiddeti nedenlerinden birisidir (Aslan vd., 2008). Ailesinde şiddet olgusu olan bireyler, yetişkin olduğunda; davranış problemleri, sosyal ilişkilerin düşük olması, iletişim problemi ve sorunları çözüme kavuşturma konusunda ciddi güçlükler yaşayabilirler ve bu bireyler ilerleyen süreçte şiddet uygulayıcısı konumunda yer alabilirler (Aslan vd., 2008, s. 11).

Sosyal öğrenme kuramında ise, aile içerisinde şiddeti görerek büyüyen çocuklar ebeveynlerini örnek alırlar (O’Leary, 2008). Şiddete maruz kalmak, kişinin şiddeti normal bir çözüm yöntemi olarak kabul etmesine ve gerektiğinde şiddeti savunulabilir bir seçenek olarak görmesine neden olmaktadır (Shorey vd., 2008). Erken yaşta şiddetle tanışan bireylerin daha çok şiddeti uygulayan olmaya yöneliktir (Fang ve Corso, 2007). Bu sonuçlara göre yapılan bu araştırmanın bulguları literatürü desteklememektedir.

5.9. Öz-şefkat Gelişimleri ile Flörtte Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu araştırmada araştırmaya katılan kadın ve erkek bireylerin Öz Anlayış Ölçek puanları ile Flörtte Uyguladığı Psikolojik ve Fiziksel Şiddete YTO puanları arasında negatif yönde, çok zayıf bir ilişki olduğu görülmektedir.

Konuyla ilgili yapılan çalışmalar bu sonucumuzu kısmen desteklemektedir. Duyguları kontrol etme ve kadın cinsiyeti, flört şiddetini artırırken, öz şefkat ve şiddeti çözüm olarak görme eğilimi flört şiddetini azaltmaktadır (Birlik, 2019). (Kaygılı ve kaçınan bağlanma tarzı ile flört şiddeti bakış açısı arasında olumlu bir ilişki varken, öz şefkat ile arasında olumsuz bir ilişki tespit edilmiştir Çengel, 2022). Öz-duyarlık, flört ilişki durumu (daha önce flört ilişkisi olmama) ve cinsiyetin (kadın olma) flört şiddeti tutumunun anlamlı yordayıcıları olduğu öne sürülmektedir (Baltacı vd., 2022). Kendine saygı duyan, kendisini kabul eden ve yetersizlikleriyle başa çıkabilen bireylerin, flört şiddetini destekleme eğiliminde olmadığı söylenebilir (Çengel ve Yurdalan, 2022). Erkeklerin toplumsal cinsiyet rolleri ile öz-şefkatleri arasındaki ilişkide, erkeklerin geleneksel cinsiyet rollerine daha fazla uymaları, öz-şefkat düzeylerinin düşük olmasıyla ilişkilidir. Ayrıca, flört şiddeti uygulama durumu arttıkça, bireylerin kendi kendilerine gösterdiği öz-şefkat seviyeleri azalmaktadır (Çengel ve Yurdalan, 2022).

6.SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Araştırmada elde edilen bulgulara göre,

Araştırmaya katılan 385 bireylerden oluşmakta olup, kadın katılımcı sayısı erkeklere göre daha yüksektir.Eğitim düzeyine göre, lisans mezunu katılımcıların sayısı en fazladır.Sosyoekonomik düzeye göre, orta gelir seviyedeki katılımcıların sayısı en fazladır.26-34 yaş aralığındaki bireylerin sayısı, 18-25 yaş aralığındaki bireylerden fazladır.Yaşanılan yere göre, şehirde yaşayan bireyler en fazladır.Mevcut bir romantik ilişkisi olan bireyler, olmayan bireylere göre daha fazladır.Daha önce romantik ilişkisi olan bireyler, olmayan bireylere göre daha fazladır.Çocuklukta psikolojik şiddete maruz kalan bireyler, fiziksel şiddete maruz kalan bireylere göre daha fazladır.26-34 yaş aralığındaki bireylerinÖz Anlayış Ölçek puanı, 18-25 yaş aralığında olan bireylere göre daha fazladır.

Cinsiyet gruplarına göre, Öz Anlayış Ölçek puanı arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.Cinsiyet farklılıklarına bakıldığında kadın ve erkeklerin fiziksel şiddet eğilimlerinin arasında anlamlı bir fark kadınlar lehine bulunmuştur. Ölçeklerin alt boyutları değerlendirildiğinde kadınların fiziksel ve psikolojik şiddet uygulama haklarına yönelik algılayış biçimlerine bakıldığında; erkekler benzer davranışları kendileri sergilediğinde fiziksel veya psikolojik şiddet uygulayabileceğini ifade ederken, kadın aynı davranışa maruz kaldığında psikolojik şiddet uygulamasını erkek bakış açısıyla erkek partnerin daha çok makul karşıladığı fakat kadının fiziksel şiddet uygulamaması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Kadınlar ise, partnerlerinin davranışsal tutumlarına göre tetiklenerek artış gösterebildiğini ve fiziksel şiddete başvurabilecekleri sonucuna ulaşılmıştır.Kadın ve erkeklerin psikolojik şiddet eğilimleri arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.Mezun olunan okul ile ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.Gelir durumu ile ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.Köyde yaşayanların Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı, şehirde yaşayanlara göre daha yüksek olmasıyla anlamlı düzeye yordandmaktadır.

Şehirde yaşayanların Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete YTÖ puanı, Büyükşehir/Metropolde yaşayanlara göre daha düşük olmasıyla anlamlı düzeye yordamaktadır.Mevcut bir romantik ilişkisi olan bireylerin Öz Anlayış Ölçek puanları olmayan bireylere göre daha yüksektir.Daha önceden mevcut bir romantik ilişki olması grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır.Çocuklukta şiddete maruz kalma durumu grupları arasında ölçek puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır.Öz Anlayış ile fiziksel şiddet eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.Öz Anlayış ile psikolojik şiddet eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

6.2. Öneriler

Bu araştırmada genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde öz-şefkat gelişimleri ile flörtte şiddet eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir.Bu nedenle, araştırma sonuçlarına dayanarak, çocukluk döneminden itibaren insanlara şiddetin ve öz-şefkatin ne kadar önemli olduğu hakkında farkındalık kazandırılmalıdır. Şiddetin olmaması için öz şefkati yüksek seviyede amaçlayan eğitimlerin verilerek, kişilerin zorluklar yaşadıklarında kendisine karşı daha şefkatli yaklaşma bilinci geliştirebilecekleri ön görülmektedir.

Katılımcılar bu ölçekleri sosyal istenirlik yanlılığı ile cevaplamış olabilir. Bu sebeple, gelecekte yapılacak olan araştırmalarda nitel ve nicel yöntemler bir arada kullanılabilir.

Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçeğindeki sorularda kadın ve erkek cinsiyet kalıbı yerine partner ifadesini tercih ettiklerinden dolayı LGBT bireyler bu çalışmaya katılmayı reddettiler. Lgbtli bireyler için ölçek sorularının revize edilerek veya geçerliliği ve güvenilirliği sağlanan yeni bir ölçek geliştirilebilir.

7. KAYNAKLAR

- Akcan, G. (2020). Flört şiddeti: Psikopatolojik bir değerlendirme. *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 5(2), 72-87.
- Akın, A. (2011). Öz-Duyarlık ve Öz-Aldatma. *International Journal of Educational Researchers*, 2(3), 25-33. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijers/issue/8492/105639>
- Akın, Ü., Akın, A. ve Abacı, R. (2007). Öz-duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 01-10.
- Aktaş, A. ve Şahin, M. (2018). Narsisistik özellik, öz-şefkat ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(6), 362-374.
- Aktu, Y. (2016). Levinson'un kuramında ilk yetişkinlik döneminin yaşam yapısı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(2), 162-177.
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion, stress, and coping. *Social and personality psychology compass*, 4(2), 107-118.
- Alp, Z. (2012). *Çalışanların ve emeklilerin sosyal istenirlik ve öz-duyarlık açısından karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Anderson, K. M. ve Danis, F. S. (2007). Collegiate sororities and dating violence: an exploratory study of informal and formal helping strategies. *Violence against Women*, 13(1), 87-100.
- Andiç, S. (2013). *Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konularla ilişkili değişkenler: Bağlanma tarzları, öz-şefkat ve psikolojik belirtiler* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arat, N. (2017). *Feminizmin ABC'si*. Say Yayınları.
- Arda, D. (2012). *Beyaz yakalı çalışanlarda öz-duyarlık ve iş tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child development perspectives*, 1(2), 68-73.
- Aslan, D., Vefikuluçay Yılmaz, D., Zeyneloğlu, S., Erdost, T. ve Temel, F. (2008). *Ankara'da iki Hemşirelik Yüksekokulu'nun birinci ve dördüncü sınıflarında okuyan öğrencilerin flört şiddetine maruz kalma, flört ilişkilerinde şiddet uygulama durumlarının ve bu konudaki görüşlerinin saptanması araştırması*. Hacettepe Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma ve Uygulama Merkezi.
- Aslan, K. (2020). Türkiye'de LGBT olmak: Ayrımcılık, şiddet, memnuniyet üçgeninde kesit veri analizi.
- Assad, K. K., Donnellan, M. B. ve Conger, R. D. (2007). Optimism: an enduring resource for romantic relationships. *Journal of personality and social psychology*, 93(2), 285.

- Atak, H. (2005). *Beliren Yetişkinlik: Yeni Bir Yaşam Döneminin Türkiye’de İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.
- Atalay, Z. (2022). *Şefkat*. İnkılap Yayınevi.
- Atlı, F. (2019). *Öğretmenlerin öz-anlayışları ile mesleki tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi), Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Avcı, Ö. H. ve Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 157-168.
- Avşar Baldan, G. ve Akış, N. (2017). Flört şiddeti. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 43(1), 41-44.
- Aydın, M. (2019). Genç yetişkinlerde mutluluğa genel bir bakış. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 47-64.
- Bacanli, H. (2000). Üniversite öğrencilerinin değer tercihleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 20(20), 597-610.
- Bacanlı, F. ve Çarkıt, E. (2020). Öz-şefkatin cinsiyete göre incelenmesi: Meta analiz çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(2), 01-15.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumu düzeltme arasındaki ilişki* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bakır, A. ve Kalkan, M. (2019). Siber flört istismarı, beden imgesi ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 52-72.
- Bal, N. (2014). Sosyolojide şiddet kavramı. *Yurt ve Dünya Dergisi*, 6, 6-22.
- Balatekin, N. (2022). *Flört şiddetinde erken dönem uyumsuz şemalar, kişilerarası duygu düzenleme ve öz-şefkatin rolü* (Yüksek lisans tezi), Bahçeşehir Üniversitesi
- Baldan, G. A. ve Akış, N. (2017). Flört şiddeti. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 43(1), 41-44.
- Baltacı, H. Ş., Altan, T., Özkılıç, I. ve Karataş, U. Y. (2022). Üniversite öğrencilerinde flört şiddeti tutumunun yordayıcısı olarak öz duyarlılık, öfke ifade tarzı ve bazı demografik değişkenler. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(4), 1668-1683.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bayramoğlu, A. (2011). *Psikopatoloji ile ilişkili olarak öz-şefkat* (Doktora Tezi), Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bernstein, D., Penner, L. A., Clarke-Stewart, A. ve Roy, E. (2012). *Psychology. 9th ed.* Cengage Learning.

- Birlik, (2019). *Üniversite öğrencilerinde bilişsel duygu düzenleme, öz-şefkat ve flört şiddeti arasındaki ilişki*(Yüksek lisans tezi), Düzce Üniversitesi.
- Bluth, K., Campo, R. A., Futch, W. S., & Gaylord, S. A. (2017). Age and gender differences in the associations of self-compassion and emotional well-being in a large adolescent sample. *Journal of youth and adolescence*, 46(4), 840-853.
- Bolat, Z. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlıkları ile Öz-Anlayışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*(Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Boran Sarı, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmaları ile öz duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*(Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bowlby, J. (1960). Separation anxiety.
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133), 52-59.
- Carlson, W., & Rose, A. J. (2007). The role of reciprocity in romantic relationships in middle childhood and early adolescence. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 262-290.
- Cinal, B. (2018). *Flört şiddeti ve flört şiddetine yönelik tutumun anksiyete ve depresyon düzeyleriyle ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Işık Üniversitesi.
- Collier, D., Brady, H. E. ve Seawright, J. (2004). *Introduction to the second edition: A sea change in political methodology*. (2. Baskı). Rowman & Littlefield.
- Collins, W. A. (2003). More and myth: the developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24
- Collins, W. A., Welsh, D., P. ve Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationship. *Annual Reviews of Psychology*, 60, 631-652.
- Connolly, J., McIsaac, C., Underwood, M. K., & Rosen, L. H. (2011). *Social development: Relationships in infancy, childhood, and adolescence*. Guilford.
- Connolly, J. A., & Konarski, R. (1994). Peer self-concept in adolescence: Analysis of factor structure and of associations with peer experience. *Journal of research on Adolescence*, 4(3), 385-403.
- Csikszentmihályi, M. (1990). The domain of creativity. In M. A. Runco & R. S. Albert (Eds.), *Theories of creativity*(pp. 190–212). Sage Publications, Inc.
- Cüceloğlu, D. (2021). *Kendini Keşfetmeye Zorluklarla Başa Çıkmaya Var Mısın?*. Kronik Kitap.
- Çarmıklı, Z. S. (2021). *Pembe Fili Düşünme*. İnkılap Yayınları.
- Çengel, D. (2022). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde flört şiddetine yönelik tutum, bağlanma stili ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkide, öz-şefkatin aracı rolünün incelenmesi*(Yüksek lisans tezi), İstanbul Okan Üniversitesi.

- Çengel, D. ve Yurdalan, F. (2022). Erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerinin öz-şefkat üzerindeki etkisinin incelenmesi: Flört şiddeti ve bağlanma kaygısının aracılık etkisi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(9), 1293-1311.
- Çimen, O. (2018). *Heteroseksüel Gençlerin Flört Şiddetine Yönelik Söylemleri* (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dartar, S. (2020). *25-40 yaş aralığındaki bireylerde çocukluk çağı travması, yaşamda anlam ve öz-şefkat arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Bahçeşehir Üniversitesi.
- DeCarlo, L. T. (1997). On the meaning and use of kurtosis. *Psychological methods*, 2(3), 292.
- Deniz, M. E., Kesici Ş. ve Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability study of the Turkish version of self-compassion scale. *Social Behavior and Personality*, 36(9), 1151-1160.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 428-446.
- Dereboy, İ. F. (1993). *Kimlik Bocalaması: Anlamak, Tanımak, Ele Almak*. Özmert Ofset.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- Dikmen, H. A., Özaydın, T. ve Yılmaz, S. D. (2018). Üniversitedeki kadın öğrencilerde yaşanan flört şiddeti ile anksiyete ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 170-176.
- Dilmaç, B., Deniz, M., & Deniz, M. E. (2009). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları ile değer tercihlerinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 9-24.
- Dönmez, Ş. ve Çelikkaleli, Ö. (2021). Beden öz-şefkat ölçeği'nin türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(48), 244-262.
- Dursun, A. ve Özkan, M. S. (2019). Genç yetişkinlerin aldatmaya yönelik niyetleri üzerinde aldatmaya yönelik tutum ve sosyal medya kullanımının etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 476- 484.
- Eraydın, Ş. (2010). *Examination of self-compassion, self-confidence and submissive behaviors of nursing students studying in different curriculum* (Yüksek lisans tezi), Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Erikson, E. H. (1950). Growth and crises of the "healthy personality." In M. J. E. Senn (Ed.), *Symposium on the healthy personality* (pp. 91–146). Josiah Macy, Jr. Foundation.
- Erden, M. ve Akman, Y. (2002). *Gelişim ve Öğrenme*. (11. Baskı). Arkadaş Yayınevi.
- Eslek, D., Kızıltepe, R. ve Irmak, T. Y. (2021). Flört şiddetini anlamak: Nitel bir çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 24(48), 53-67.

- Fang, X. ve Corso, P. S. (2007). Child maltreatment, youth violence, and intimate partner violence: Developmental relationships. *American journal of preventive medicine*, 33(4), 281-290.
- Feiring, C. (1996). Concept of romance in 15-year-old adolescents. *Journal of Research on Adolescence*.
- Feldman, R. S. (2003). *Development across the lifespan*. Prentice Hall.
- Fidan, F. ve Yeşil, Y. (2018). Nedenleri ve sonuçları itibarıyla flört şiddeti. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 16-24.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Linder, F., Rice, J., & Wilcher, R. (2007). Typologies of adolescent dating violence: Identifying typologies of adolescent dating violence perpetration. *Journal of interpersonal violence*, 22(5), 498-519.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current directions in psychological science*, 11(5), 177-180.
- Gençtanırım, D., Torunoğlu, H., & Köroğlu, M. (2014). Olumsuz öğretmen davranışlarının çok boyutlu incelenmesi. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(5), 1-18.
- Germer, C. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. Guilford Press.
- Gilbert, P. (2005). *Compassion and Cruelty: A Biopsychosocial Approach, Compassion: Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapy*. Routledge.
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 372-383.
- Gökkaya, V. B. ve Öztürk, M. (2021). Çocukluktaki aile içi şiddet öyküsü ile flört şiddeti arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(4), 219-240.
- Gönül, E. (2008). *Kimlik statülerinin 22-30 yaşlar arasındaki genç yetişkinlerin yaşadığı kaygı düzeyi ile ilişkisi* (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi.
- Groeneveld, R.A. ve Meeden, G. (1984). Measuring skewness and kurtosis. *The Statistician*, 33, 391-399.
- Gümüş, R. (2021). *Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin öz anlayış ve algılanan ebeveyn ilişki-sinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Gür, T. B. (2021). *Öz-şefkat ve affetme arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı* (Yüksek lisans tezi), Mersin Üniversitesi.
- Harned, M. S. (2002). A multivariate analysis of risk markers for dating violence victimization. *Journal of interpersonal violence*, 17(11), 1179-1197.
- Harter, S. ve Leahy, R. L. (2001). *The construction of the self: A developmental perspective*. Guilford Press.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.

- Hendrick, C. ve Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of personality and social psychology*, 50(2), 392.
- Hinde, R. A. (1984). Why do the sexes behave differently in close relationships?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(4), 471-501.
- Hopkins, K. D. ve Weeks, D. L. (1990). Tests for normality and measures of skewness and kurtosis: Their place in research reporting. *Educational and Psychological Measurement*, 50(4), 717-729.
- Hurlock, E.B. (1959). *Developmental Psychology*. M.C. Graw Hill.
- Hutchinson, K. M. (2012). *Predictors of college students' dating violence perceptions and help-seeking recommendations*. The University of Akron.
- Işık M., Demircan, Ü. ve Gürhan, N. (2021). Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(3), 465-477.
- İftar, M. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Flört Şiddetine Yönelik Tutum ve Davranışları* (Yüksek Lisans Tezi), Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- İmanoğlu, M. C. (2021). *Algılanan ebeveynlik tutumları, benlik saygısı, olumlu-olumsuz duygulanım ve öz-şefkat ilişkisi* (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi.
- İme, Y. (2018). *Ergenlerin çocukluk örselenme yaşantıları ile öz-anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jacobson, E. H. K., Wilson, K. G., Kurz, A. S. ve Kellum, K. K. (2018). Examining self-compassion in romantic relationships. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 8, 69-73.
- Jordan, J. V. (1991). Empathy and the mother-daughter relationship. *Women's growth in connection*, 28-34.
- Kantaş, Ö. (2013). *Impact of Relational and Individuational Selforientations on the Well-being of Academicians: the Roles of ego-or Eco-system Motivations, Selftranscendence, Self-compassion and Burnout* (Yüksek lisans tezi), Middle East Technical University.
- Kaplan, B. (2020). Şiddetin toplumsal taşıyıcısı olarak flört şiddeti: Ankara örneği. *Kent Akademisi*, 13(3), 526-538.
- Karasar, N. (2022). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (37. Baskı). Nobel Yayınları.
- Karney, B.R., Beckett, M. K., Collins, R. L. ve Shaw, R. (2007). *Adolescent romantic relationships as precursors of healthy adult marriages: A review of theory, research and programs*. RAND.
- Kaukinen, C. (2014). Dating violence among college students: The risk and protective factors. *Trauma, violence, & abuse*, 15(4), 283-296.
- Kaya, Ö. S. (2018). Romantik ilişkilerde problem çözme becerilerinin empati ve mental iyi oluş açısından incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 1, 62-72.
- Kıcalı, Ü. Ö. (2015). *Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duygulanım ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi.

- Kıvrak, Z. (2021). *Yetişkinlerde algılanan ebeveyn tutumu, öz-şefkat, öz tiksine ilişkişinin incelenmesi*.(Yüksek lisans tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Kirkpatrick, K. L. (2005). *Enhancing Self-Compassion Using a Gestalt Two Chair Intervention* (doktora tezi), University of Texas at Austin.
- Koç, M. S. ve Korkut Owen, F. (2021). Öz-duyarlılığın vücut algısı, beden kitle indeksi, yaş ve ebeveyn tutumları ile ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(1), 130-144.
- Koçak, Y. Ç. ve Can, H. Ö. (2019). Flört şiddeti: Tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Türkiye Klinikleri Obstetric-Women's Health and Diseases Nursing-Special Topics*,5(3), 43-53.
- Kolts, R. L., Bell, T., Bennett-Levy, J., & Irons, C. (2018). *Experiencing compassion-focused therapy from the inside out: A self-practice/self-reflection workbook for therapists*. Guilford Publications.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz-şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Küçükarslan, M. ve Gizir, C. A. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*,5(42), 148-159.
- Kütük, E. K., Gümüştas, F. ve Almış, B. H. (2018). Üniversite öğrencisi kızlarda flört şiddetinin belirleyicileri ve psikiyatrik sonuçlar açısından flört dışı şiddetten farklılıkları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*,19(2), 217-222.
- Lama, D. (2002). *An open heart: Practising compassion in everyday life*. Hachette.
- Larson, J. H. (1988). The marriage quiz: College students' beliefs in selected myths about marriage. *Family Relations*, 3-11.
- Larson, R. ve Richards, M. H. (1994). *Divergent realities: The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. BasicBooks.
- Lee, T. D. (1973). A theory of spontaneous T violation. *Physical Review D*,8(4), 1226.
- Lotfi, S., Özkan, A. O., Babacan, M. ve Akduman, Ö. (2022). Sosyal hizmet öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algılarının ve flört şiddeti tutumlarının çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*,33(2), 463-482.
- Makransky, J., Germer, C. K. ve Siegel, R. D. (2012). Compassion in Buddhist psychology. *Wisdom and compassion in psychotherapy: Deepening mindfulness in clinical practice*, 61-74.
- Marshall, G. D. ve Zimbardo, P. G. (1979). Affective consequences of inadequately explained physiological arousal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(6), 970–988. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.6.970>
- Masten, A. S., Best, K. M. ve Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and psychopathology*,2(4), 425-444.

- Mihçioğur, S. ve Akın, A. (2015). Çocuk Yaşta, Zorla Evlilikler ve Ergen Gebelikleri. *Türkiye Klinikleri J Public Health Special Topics*, 1(2), 22-31.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological inquiry*, 18(3), 139-156.
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial intimacy and identity: From early adolescence to emerging adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20(3), 346-374.
- Montgomery, M. J. ve Sorell, G. T. (1997). Differences in love attitudes across family life stages. *Family Relations*, 55-61.
- Moors, J. J. A. (1986). The meaning of kurtosis: Darlington reexamined. *The American Statistician*, 40, 83-284.
- Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı. *Şiddet Döngüsü*. <https://morcati.org.tr/siddetin-dongusu/>
- Neff, K. D. (2003a). Self-Compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-102.
- Neff, K. D. (2003b). The Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. D. (2015). The five myths of self-compassion. *Psychotherapy Networker*, 39(5), 30-35.
- Neff, K. D. (2016a). The Self-Compassion Scale is a valid and theoretical coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264-274.
- Neff, K. D. (2016b). Does self-compassion entail reduced self-judgment, isolation, and over-identification? *Mindfulness*, 7(3), 791-797.
- Neff, K. D., Rude, S. S. ve Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908-916.
- Neff, K. D. ve Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and other-focused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and identity*, 12(2), 160-176.
- Neff, K. D. ve Suizzo, M. A. (2006). Culture, power, authenticity and psychological well-being within romantic relationships: A comparison of European American and Mexican Americans. *Cognitive Development*, 21(4), 441-457.
- Neff, K. D. ve Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23-50.
- Nieder, T. ve Seiffge-Krenke, I. N. G. E. (2001). Coping with stress in different phases of romantic development. *Journal of adolescence*, 24(3), 297-311.

- Offenhauer, P. ve Buchalter, A. (2011). Teen dating violence: A literature review and annotated bibliography. In *A report prepared by the Federal Research Division, Library of Congress under an interagency agreement with the Violence and Victimization Research Division, National Institute of Justice*.
- Oğurlu, A. (2021). *Genç yetişkinlik dönemi kişilik özellikleri ile bilişsel çarpıtmaların arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- O'Leary, K. D. (2008). Couple therapy and physical aggression. In: Gurman AS, editor. *Clinical handbook of couple therapy*. Guilford. pp. 478–498.
- Onur, B. (2006). *Gelişim Psikolojisi. Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm* (7. Baskı). İmge Kitabevi.
- Oskay, M. (2021). *18-45 yaş arası kadınlarda algılanan ebeveynlik biçimi ve öz-şefkatin yeme tutumu üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), İstanbul Okan Üniversitesi.
- Öveç, Ü. (2007). *Öz-duyarlılık ile öz-bilinç, depresyon anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi* (Doktora tezi), Sakarya Üniversitesi.
- Özaydın, S. (2020). *Yetişkinlerde öz-şefkat düzeyleri ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Üsküdar Üniversitesi.
- Özdamar, K. (2001). *Örnekleme Yöntemleri. SPSS ile Biyoistatistik* (4. Baskı). Kaan Kitabevi.
- Özdere, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine ilişkin tutumları. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(95), 314-331.
- Özdere, M. ve Kürtül, N. (2018). Flört şiddeti eğitiminin, üniversite öğrencilerinin flört şiddetine ilişkin tutumlarına etkisi. *Social Science Development Journal*, 3(9), 123-136.
- Özen, R. M. (2023). *Genç yetişkinlerde flört şiddetine yönelik tutum ile depresyon arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü* [Yüksek lisans tezi], İstanbul Okan Üniversitesi.
- Özpeynirci, R. ve Kırmızı, C. (2020). Öz-şefkat kavramı ve örgütsel yansımaları. *Business & Management Studies: An International Journal*, 8(3), 2924-2952.
- Özteke, H. İ. (2015). *Bağlanma, eş seçiminde sınırlandırıcı inançlar ve beden imgesi baş etme stratejilerinin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliği yordaması* (Doktora tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Özyeşil Z. (2011). *Üniversite öğrencilerinin öz-anlayış düzeylerinin bilinçli farkındalık kişilik özellikleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora tezi), Selçuk Üniversitesi.
- Papalia, D. E. ve Olds, S. W. (1978). *Instructor's Manual to Accompany Human Development*. McGraw-Hill.
- Paulson, M. J., Coombs, R. H. ve Landsverk, J. (1990). Youth who physically assault their parents. *Journal of family violence*, 5, 121-133.

- Polat, Y., İpekçi, N. N., Yurdagül, G., Öztürk, M., Tatlı, S. ve Yavuzekinci, M. (2016). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinde flört şiddeti prevalansının belirlenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 361-380.
- Prager, K. J. (1997). *The psychology of intimacy*. Guilford Press.
- Price, E.L., Byers, E.S. ve Dating Violence Research Team. (1999). The attitudes towards dating violence scales: development and initial validation. *Journal of Family Violence*, 14(4), 351-375.
- Puig, A. (1984). Predomestic strife: a growing college counseling concern. *Journal of College Student Personnel*, 25(3), 268-69.
- Quinlan, A. (2011). Dating violence, college. In: Finley LL, ed. *Encyclopedia of School Crime and Violence*. ABC-CLIO.
- Ramisetty-Mikler, S., Goebert, D., Nishimura, S. ve Caetano, R. (2006). Dating violence victimization: Associated drinking and sexual risk behaviors of Asian, Native Hawaiian, and Caucasian high school students in Hawaii. *Journal of school health*, 76(8), 423-429.
- Reis, H. T., Collins, W. A. ve Berscheid, E. (2000). The relationship context of human behavior and development. *Psychological bulletin*, 126(6), 844.
- Riggs, D. S., Caulfield, M. B. ve Street, A. E. (2000). Risk for domestic violence: Factors associated with perpetration and victimization. *Journal of clinical psychology*, 56(10), 1289-1316.
- Rogers, C. (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships as Developed in a Client-Centered Framework. Sigmund Koch (Ed.), In *Psychology: A Study of a Science*. McGraw-Hill.
- Roisman, G. I., Collins, W. A., Sroufe, L. A. ve Egeland, B. (2005). Predictors of young adults' representations of and behavior in their current romantic relationship: Prospective tests of the prototype hypothesis. *Attachment & human development*, 7(2), 105-121.
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81.
- Sarı, T. ve Owen, F. K. (2016). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ve bağlanma boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204-216.
- Satıcı, B. (2018). *Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi* (Doktora tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Savur, R. (2017). *Genç yetişkinlik döneminde (25-35 yaş) duygusal zekanın karar verme stratejileri üzerindeki etkisi* (Yüksek lisans tezi), Üsküdar Üniversitesi.
- Schiff, M. ve Zeira, A. (2005). Dating violence and sexual risk behaviors in a sample of at-risk Israeli youth. *Child abuse & neglect*, 29(11), 1249-1263.

- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-7). Oxford University Press.
- Seligman, M. E. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. ve Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In M. Csikszentmihalyi (Eds.), *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 279-298). Springer.
- Sheafor, B. W. ve Horejsi, C. J. (2012). *Social Work Practice: Basic Techniques and Principles*. Edit. Durdu Baran Çiftçi.
- Shorey, R. C., Cornelius, T. L. ve Bell, K. M. (2008). A critical review of theoretical frameworks for dating violence: Comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior*, 13, 185-194.
- Sigelman, C.K. ve Rider, E.A. (2012). *Life-span human development*. (7th ed.). Wadworth, Inc.
- Slootmaeckers, J. ve Migerode, L. (2018). Fighting for connection: Patterns of intimate partner violence. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(4), 294-312.
- Solmuş, T. (2010). Eş seçiminden boşanmaya romantik ilişkiler, evlilik ve aile. İçinde Solmuş, T. (Ed.), *Romantik ilişkiler evlilik ve ana-baba-çocuk ilişkileri*. Nobel Yayın Dağıtım
- Sternberg, R. J. (1988). A triangular theory of love. In R. J. Sternberg, & M. L. Barnes. *The psychology of love*, 68-99.
- Sternberg, R. J. (2006). A duplex theory of love. *The new psychology of love*, 184-199.
- Straus, M. (2004). Prevalence of Violence against Dating Partners by Male and Female University Students Worldwide. *Violence Against Women*, 10(7), 790-811.
- Stuart, G. L., Moore, T. M., Gordon, K. C., Hellmuth, J. C., Ramsey, S. E. ve Kahler, C. W. (2006). Violence against women. *Reasons for intimate partner violence perpetration among arrested women*.
- Sumbas, E. (2020). *Ergenlerin, genç yetişkinlerin ve orta yetişkinlerin kardeş ilişkilerinin incelenmesi* (Doktora tezi), İnönü Üniversitesi.
- Sümer, S. A. (2008). *Farklı öz-anlayış (self-compassion) düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon anksiyete ve stresin değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi), Selçuk Üniversitesi.
- Sünetçi, B., Ayfer, S. A. Y., Gümüštepe, B., Enginkaya, B., Yıldızdoğan, Ç. ve Yalçın, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin flört şiddeti algıları üzerine bir araştırma. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 16(1), 56-83.
- Şimşek, N. S. (2019). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz-şefkat arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi), Akdeniz Üniversitesi.

- Şirin, H. D. ve Bayrakçı, E. (2020). Romantik İlişki Geliştirme Programı'nın (RİGP) romantik ilişki doyumu ve romantik inanç düzeyine etkisinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 145-165.
- Tarhan, N. (2011). *Duyguların Psikolojisi*. Timaş Yayınları.
- Tatlıhoğlu, K. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı'na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 8, 939-971.
- Tavşancıl, E. (2005). *Tutumların Ölçülmesi ve Spss ile Veri Analizi*. Nobel Yayınları.
- Topkara, M. (2017). *Kadın & Erkek İlişkilerin Psikolojisi*. Karma Kitaplar.
- Topses, G. (2012). Rehberlik ve psikolojik danışma kuramlarının felsefi temelleri. *Folklor/Edebiyat*, 18(70), 93-105.
- Türk, B., Hamzaoglu, N. ve Yayak, A. (2020). Flört şiddeti üzerine bir inceleme. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp ve Adli Bilimler Dergisi*, 17(1), 73-81.
- Üstünel, A. Ö. (2020). Eşit, güvenli, özgür ilişki: Üniversite öğrencilerine yönelik bir flört şiddeti önleme programının etki değerlendirmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 23(45), 19-38.
- Waters, E., Posada, G., Crowell, J. ve Lay, K. L. (1993). Is attachment theory ready to contribute to our understanding of disruptive behavior problems?. *Development and Psychopathology*, 5(1-2), 215-224.
- Williams, S. O. ve Connolly, J. (1997). *Revisiting intimacy and autonomy. A lifespan approach*. Paper presented at the biannual meeting of the Society for Research in Child Development.
- World Health Organization ve Pan American Health Organization. (2012). *Understanding and addressing violence against women*. World Health Organization.
- Yağbasanlar, O. (2017). Kavramsal bir bakış: öz-şefkat. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 88-101.
- Yağbasanlar, O. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ile dini yönelimleri ve öz-şefkatleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Gazi Üniversitesi.
- Yarnell, L. M. ve Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and Identity*, 12(2), 146-159.
- Yarnell, L. M., Neff, K. D., Davidson, O. A. ve Mullarkey, M. (2019). Gender differences in self-compassion: Examining the role of gender role orientation. *Mindfulness*, 10, 1136-1152.
- Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2011). *Kişilik kuramları*. Pegem Akademi.
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2014). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Detay Yayıncılık.
- Yıldırım, M. (2018). *Ergenlere yönelik öz-şefkat geliştirme programının öz-şefkat, kendine şefkat vermekten korkma ve öznel iyi oluş üzerindeki etkililiğinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi), Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.

Yumuşak, A. (2013).*Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutumları, toplumsal cinsiyetçilik ve narsisistik kişilik özellikleri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi), Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Yumuşak, A. ve Şahin, R. (2014). Flörtte şiddete yönelik tutum ölçeklerinin güvenirlik ve geçerlik çalışması.*Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*,13(49), 233-252.

Yüksel, G. (Ed.). (2012). *Yaşam Boyu Gelişim Psikolojisi* (13. Baskı). Nobel Yayıncılık.



EKLER

EK. 1. Onam ve Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırmaya tamamen kendi irademle, gönüllü olarak katılıyorum ve dilediğim zaman araştırmadan çekileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin, kimlik bilgilerim kullanılmadan sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak olmasını onaylıyorum ve bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

İmza

Değerli katılımcı;

Aşağıda yer alan sorular kişisel bilgilerinize yöneliktir. Size en uygun maddeleri yanıtlamanız ve boş bırakmamanız araştırmanın yürütülebilmesi açısından oldukça önemlidir. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırma kapsamında kullanılacaktır.

Not: Bu araştırma 18 yaş ve üzeri bireylere yöneliktir.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Yaşınız:

- ☐ 18-25
- ☐ 26-34

Cinsiyet:

- ☐ Kadın
- ☐ Erkek
- ☐ Diğer

1-En son mezun olduğunuz eğitim düzeyi:

- ☐ İlkokul
- ☐ Ortaokul lise
- ☐ Ön Lisans
- ☐ Lisans

2- Aylık Gelir Seviyeniz:

- ☐ Düşük
 - ☐ Orta
 - ☐ Yüksek
-

3- Şu an yaşadığınız yer?

- ☐ Köy
 - ☐ Şehir
 - ☐ Büyükşehir/Metropol
-

4- Şu anda mevcut bir romantik ilişkiniz var mı?

- ☐ Evet
 - ☐ Hayır
-

5- Daha önce hiç romantik ilişkiniz oldu mu?

- ☐ Evet
 - ☐ Hayır
-

6- Çocukluğunuzda şiddete maruz kaldınız mı? Evet ise belirtiniz.

- ☐ Fiziksel Şiddet
 - ☐ Psikolojik Şiddet
 - ☐ Cinsel Şiddet
-

EK. 2. Öz Anlayış Ölçeği

ZORLUKLAR KARŞISINDA KENDİME GENEL OLARAK NASIL DAVRANIYORUM?					
Yanıtlamadan önce her bir ifadeyi dikkatle okuyunuz. Her bir maddenin sağında takip eden ölçeği kullanarak, belirtilen durumda ne kadar sıklıkla hareket ettiğinizi belirtiniz.					
	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Nadiren	Arasıra	Çoğu Zaman	Hemen Hemen Her Zaman
	1	2	3	4	5
1. Kendimi kötü hissettiğimde, kötü olan her şeye takılma eğilimim vardır.					
2. İşler benim için kötü gittiğinde zorlukların yaşamın bir parçası olduğunu ve herkesin bu zorlukları yaşadığını görebilirim.					
3. Yetersizliklerimi düşünmek kendimi daha yalnız ve dünyadan kopuk hissetmeme neden olur.					
4. Duygusal olarak acı yaşadığım durumlarda kendime sevgiyle yaklaşmaya çalışırım.					
5. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik hisleriyle tükenirim.					
6. Kötü hissettiğimde, dünyada benim gibi kötü hisseden pek çok kişi olduğunu kendi kendime hatırlatırım.					
7. Zor zamanlar geçirdiğimde kendime daha katı (acımasız) olma eğilimindeyim.					
8. Herhangi bir şey beni üzdüğünde hislerimi dengede tutmaya çalışırım.					
9. Kendimi bir şekilde yetersiz hissettiğimde kendi kendime birçok insanın aynı şekilde kendi hakkında yetersizlik duyguları yaşadığını hatırlatmaya çalışırım.					
10. Kişiliğimin sevmediğim yanlarına karşı hoşgörüsüz ve sabırsızım.					
11. Çok sıkıntılıysam, kendime ihtiyacım olan ilgi ve şefkati gösteririm					
12. Kendimi kötü hissettiğimde diğer insanların çoğunun benden mutlu olduğunu düşünme eğilimindeyim.					
13. Acı veren bir şey olduğunda, durumu dengeli bir bakış açısıyla görmeye çalışırım.					
14. Başarısızlıklarımı insan olmanın bir parçası olarak görmeye çalışırım.					
15. Sevmediğim yanlarımı gördüğümde kendi kendimi üzerim.					
16. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğumda, işleri belli bir bakış açısı içerisinde tutmaya çalışırım.					
17. Ben mücadele halindeyken diğer herkesin işlerinin benimkinden kolay gittiğini hissetme eğilimim vardır.					

18. Acı çektiğim zamanlarda, kendime karşı iyiyimdir.					
19. Bir şey beni üzdüğünde, duygusal olarak bunu abartırım.					
20. Acı çektiğim durumlarda kendime karşı bir parça daha soğukkanlı olabilirim.					
21. Kendi kusur ve yetersizliklerime karşı hoşgörölüyümdür.					
22. Acı veren bir şey olduğunda, olayı büyütme eğilimim vardır.					
23. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğunda, başarısızlığın yalnız benim başıma geldiği duygusunu hissetme eğiliminde olurum.					
24. Kişiliğimin sevmediğim yönlerine karşı anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.					



EK.3. Flört Şiddetine Yönelik Tutum Ölçekleri

Not: Sonunda * olan ifadeler ters puanlanır.

Erkeğin Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Bir erkek kız arkadaşını aşağılamamalıdır. *	1	2	3	4	5
2. Bir erkek kız arkadaşına ne yapması gerektiğini söylememelidir. *	1	2	3	4	5
3. Bir kız, arkadaşlarıyla dışarıya çıkmadan önce erkek arkadaşına sormalıdır.	1	2	3	4	5
4. İlişkiler daima kızlar erkek arkadaşlarını memnun ettiklerinde yolunda gider.	1	2	3	4	5
5. Bir erkeğin kız arkadaşını tehdit etmesi için asla bir sebep olamaz. *	1	2	3	4	5
6. Bazen erkekler ellerinde olmadan kız arkadaşlarına küfrederler.	1	2	3	4	5
7. Bir kız erkek arkadaşını memnun etmek için daima değişmelidir.	1	2	3	4	5
8. Bir kız daima erkek arkadaşının söylediğini yapmalıdır.	1	2	3	4	5
9. Bir erkek, kız arkadaşının her hareketini bilmek zorunda değildir. *	1	2	3	4	5
10. Bir erkeğin kız arkadaşına küfretmesi için asla yeterince iyi bir gerekçe olamaz. *	1	2	3	4	5
11. Bir erkeğin, çok sinirlendiğinde kız arkadaşına bağırması anlaşılabilir.	1	2	3	4	5
12. Bir erkeğin kız arkadaşına kötü konuşması olabilecek bir şeydir.	1	2	3	4	5
13. Bir erkeğin kız arkadaşına bağırıp çağırmasının asla bir gerekçesi olamaz. *	1	2	3	4	5
14. Bir kız, eğer erkek arkadaşını rahatsız ediyorsa, arkadaşlarıyla görüşmemelidir.	1	2	3	4	5
15. Bir kız için her zaman erkek arkadaşının istediği şekilde giyinmesi önemlidir.	1	2	3	4	5
Erkeğin Flörtte Uyguladığı Fiziksel Flört Şiddetine Yönelik Tutumlar Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Bir kız, bir erkek ona vurduğunda ondan ayrılmalıdır.*	1	2	3	4	5
2. Bazı kızlar erkek arkadaşları tarafından tokatlanmayı hak eder.	1	2	3	4	5
3. Bir erkeğin kız arkadaşına vurması asla doğru değildir.*	1	2	3	4	5
4. Bazen erkekler kendilerine hâkim olmadan kız	1	2	3	4	5

arkadaşlarını yumruklarlar.					
5. Bir erkeğin kız arkadaşını itmesinin asla iyi bir gerekçesi yoktur. *	1	2	3	4	5
6. Bazen bir erkek, kız arkadaşı onu sinirlendirdiğinde ona vurmaktan kendini alıkoyamaz.	1	2	3	4	5
7. Bir erkeğin kız arkadaşını tokatlamasının asla iyi bir gerekçesi yoktur. *	1	2	3	4	5
8. Bazen kıskançlık erkeği öyle delirtir ki kız arkadaşını tokatlamak zorunda kalır.	1	2	3	4	5
9. Erkek arkadaşlarını aldatan kızlar tokatlanmalıdır.	1	2	3	4	5
10. Bazen aşk, erkeği öyle delirtir ki kız arkadaşına vurur.	1	2	3	4	5
11. Bir erkek, genellikle kız arkadaşı hak etmedikçe onu tokatlamaz.	1	2	3	4	5
12. Eğerhak ediyorsa, bir erkeğin kız arkadaşına tokat atması normaldir.	1	2	3	4	5
Kadının Flörtte Uyguladığı Psikolojik Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Bir kızın erkek arkadaşına küfretmesinin asla iyi bir gerekçesi yoktur. *	1	2	3	4	5
2. Kızların erkek arkadaşlarına nasıl giyineceklerini söyleme hakları vardır.	1	2	3	4	5
3. Bir erkek daima kız arkadaşı ona ne yapmasını söylerse onu yapmalıdır.	1	2	3	4	5
4. Eğer bir kız, erkek arkadaşına bağırıp çağırırsa bu o erkeği gerçekten ciddi bir şekilde yaralamaz.	1	2	3	4	5
5. Kızların erkek arkadaşlarına ne yapmaları gerektiğini söyleme hakları vardır.	1	2	3	4	5
6. Bir erkek için, her zaman kız arkadaşının istediği şekilde giyinmesi önemlidir.	1	2	3	4	5
7. Bazen kızlar ellerinde olmadan erkek arkadaşlarına küfrederler.	1	2	3	4	5
8. Bir erkek, arkadaşlarıyla dışarıya çıkmadan önce daima kız arkadaşına sormalıdır.	1	2	3	4	5
9. Bir kızın erkek arkadaşına kötü konuşması olabilecek bir şeydir.	1	2	3	4	5
10. Bir kızın çok sinirlendiğinde erkek arkadaşına bağırması anlaşılabilir.	1	2	3	4	5
11. Bazen kızlar, erkek arkadaşlarının onları dinlemeleri için onları tehdit etmek zorundadırlar.	1	2	3	4	5
Kadının Flörtte Uyguladığı Fiziksel Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Eğer, hak ediyorsa, bir kızın erkek arkadaşına tokat atması normaldir.	1	2	3	4	5
2. Bir kızın erkek arkadaşını itip kakması çok da büyütülecek bir şey değildir.	1	2	3	4	5

3. Bazen kızlar kendilerine hâkim olamadan erkek arkadaşlarını yumruklarlar.	1	2	3	4	5
4. Bazı erkekler kız arkadaşları tarafından tokatlanmayı hak eder.	1	2	3	4	5
5. Bazen bir kız, ona saygı göstereceğini diye erkek arkadaşına vurmak zorundadır.	1	2	3	4	5
6. Bir kız genellikle erkek arkadaşı hak etmedikçe onu tokatlamaz.	1	2	3	4	5
7. Bir kız, erkek arkadaşı ne yaparsa yapsın ona vurmamalıdır. *	1	2	3	4	5
8. Bir erkeğin kız arkadaşı tarafından tokatlanmasının asla bir gerekçesi yoktur. *	1	2	3	4	5
9. Saç çekme bir kızın erkek arkadaşından intikam alması için iyi bir yoldur.	1	2	3	4	5
10. Bir kızın erkek arkadaşına tokat atması asla normal değildir. *	1	2	3	4	5
11. Bazı kızlar, kendilerini dinletmek için erkek arkadaşlarını yumruklamak zorundadırlar.	1	2	3	4	5
12. Bir erkek, kız ona tokat attığı zaman o kızdan ayrılmalıdır. *	1	2	3	4	5