

**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
PROGRAMI**

**KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK
FLÖRT ŞİDDETİNİN AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE
DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BÜŞRA İLAYDA BAŞARAN

**ANKARA
AĞUSTOS, 2022**



**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
PROGRAMI**

**KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK
FLÖRT ŞİDDETİNİN AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE
DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BÜŞRA İLAYDA BAŞARAN

DANIŞMAN: DOÇ. DR. GÖKHAN ATİK

**ANKARA
AĞUSTOS, 2022**

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Büşra İlayda Başaran adlı öğrencinin hazırladığı “Kadın Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Flört Şiddetinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Duygu Düzenleme Becerileri ile İlişkisi” başlıklı bu çalışma Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı’nda jüri üyelerince oy birliği ile **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

	<u>Jüri Üyeleri</u>	<u>İmza</u>
Başkan	Doç. Dr. Ezgi TOPLU DEMİRTAŞ	
Üye	Prof. Dr. İlhan YALÇIN	
Üye	Doç. Dr. Gökhan ATİK	

ONAY

Bu tez Ankara Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Öğretim Yönetmeliği’nin ilgili maddeleri uyarınca, jüri üyeleri tarafından .../.../20... tarihinde, Enstitü Yönetim Kurulu tarafından ise .../.../20... tarihinde kabul edilmiştir.

.....

Prof. Dr. İlhan YALÇIN
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BİLDİRİMİ

Tez içindeki bütün bilgileri akademik yazım kurallarına uygun biçimde raporlaştırdığımı ve bunları etik ilkelere (atıfta bulunulan tüm yapıtlara kaynaklarda yer verilmesi, tezde kullanılan bilgi ve belgelere resmi yollarla ulaşılması ve bunların aslı bozulmadan kullanılması vb.) uygun olarak elde ettiğimi ve sunduğumu bildiririm.

Büşra İlayda BAŞARAN

ÖZET

KADIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK FLÖRT ŞİDDETİNİN AKILCI OLMAYAN İNANÇLAR VE DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ İLE İLİŞKİSİ

BAŞARAN, Büşra İlayda

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Gökhan ATİK

Ağustos, 2022, xii + 103 sayfa

Bu araştırmanın amacı, kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama durumlarının akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileri tarafından ne derece yordandığının incelenmesidir. Araştırmanın katılımcılarını farklı illerdeki üniversitelerin lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde öğrenim görmekte olan, süregelen bir flört ilişkisine sahip 18–30 yaş aralığındaki 356 kadın üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Kişisel Bilgi Formu, Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği, İlişki İnançları Ölçeği ve Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada yordayıcı değişkenlerin kriter değişkenleri ne ölçüde yordadığını bulmak amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Çoklu doğrusal regresyon analizleri sonuçlarına göre, akılcı olmayan inançlar psikolojik flört şiddeti uygulamayı pozitif yönde yordarken, duygu düzenleme becerileri ise psikolojik flört şiddeti uygulamayı anlamlı olarak yordamamaktadır. Akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerilerinin her ikisi de psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutunu anlamlı olarak yordamamaktadır. Analiz sonucunda, psikolojik flört şiddetinin uygulama ve maruz kalma boyutlarının .80 değerinde anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür. Bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmış, araştırma sonuçları doğrultusunda uygulayıcı ve araştırmacılara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik flört şiddeti, akılcı olmayan inançlar, duygu düzenleme becerileri.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF PSYCHOLOGICAL DATING VIOLENCE WITH IRRATIONAL BELIEFS AND EMOTION REGULATION SKILLS OF FEMALE UNIVERSITY STUDENTS

BAŞARAN, Büşra İlayda

Master Degree, Department of Educational Sciences

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Gökhan ATİK

August, 2022, xii + 103 Pages

The aim of this study was to examine to what extent psychological dating violence exposure and psychological dating violence perpetration of female university students were predicted by their irrational beliefs and emotion regulation skills. The participants of the study consisted of 356 female university student between the ages of 18 and 30 with an ongoing dating relationship studying at the undergraduate, master's, and doctoral levels of universities in different provinces of Turkey. As data collection tools, the Personal Information Form, Multidimensional Measure of Emotional Abuse, Relationship Beliefs Questionnaire, and Emotion Regulation Skills Questionnaire were used. In the study, multiple linear regression analyses were performed to find out to what extent the predictor variables predicted the criterion variables. According to the results of multiple linear regression analyzes, while irrational beliefs significantly and positively predicted psychological dating violence, emotion regulation skills didn't significantly predict exposure to psychological dating violence. Both irrational beliefs and emotion regulation skills didn't significantly predict exposure to psychological dating violence. As a result of the analysis, it was seen that perpetration and exposure dimensions of psychological dating violence were significantly correlated with a value of 80. The findings were discussed within the framework of the relevant literature, and recommendations were presented to researchers and practitioners in line with the results of the research.

Key Words: Psychological dating violence, irrational beliefs, emotion regulation skills.

ÖNSÖZ

Yaşamımda pek çok dönüm noktasını aynı dönem içerisinde yaşadığım, bazen karmaşık duygularla dolduğum ve çoğunlukla heyecan dolu hissettiğim, bulunduğum noktada gururla bakabildiğim uzun yüksek lisans sürecimin sonuna geldim. Birçok şey öğrendiğim bu serüvende desteğini hissettiğim, minnet duyduğum pek çok kişi bulunmakta, bu bölüm onlara teşekkürlerimi sunmam için ayrıldı.

Öncelikle hem lisans hem yüksek lisans eğitimim boyunca güleryüzlü duruşu ve sunduğu değerli bilgilerle beni aydınlatan, tez sürecimde yaşadığım tüm zorlukları sabırla dinleyip çözüm üretmeme destek olan, önüme çıkan zorluklarda tökezlediğimde desteğini her zaman alabildiğim, kendisiyle her iletişim kurduğumda kendimi anlaşılmış hissettiğim, psikolojide hümanistik yaklaşımın ilkelerini gerçek hayatta yaşatarak öğreten değerli tez danışmanım Doç. Dr. Gökhan ATİK'e teşekkürlerimi sunmak istiyorum. Bu süreç sizin özverili desteğinizle kolaylaştı, iyi ki varsınız.

Tez savunma jürimde bulunmayı kabul ederek beni dikkatle dinleyen, sundukları katkı ve önerileriyle tezimin olgunlaşmasına destek olan, güleyüzlü yaklaşımlarıyla bu süreci benim için kolaylaştıran değerli jüri üyelerim Doç. Dr. Ezgi TOPLU DEMİRTAŞ ve Prof. Dr. İlhan YALÇIN'a teşekkürlerimi sunarım. Zamanınızı ayırdığınız ve bu süreçte yanımda olduğunuz için minnettarım.

Uzun bir sürece yayılan yüksek lisansımın son aşaması olan tez sürecimde bazen yorgun düştüğüm, bazen hırslanarak ilerlediğim dönemler oldu. Psikolojik olarak devam edemeyeceğimi düşündüğüm zamanlarda yanımda beliren, verdiği manevi destekle beni cesaretlendiren, veri analizi yaptığım süreçte zamanını ayırarak bana destek olan canım dostum Fatmagül GÜRBÜZ'e öncelikle teşekkür ediyorum. Mola vermeye ihtiyaç duyduğumda beni dinlemeye hazır olan, kendileriyle konuştuğumda ferahlamış hissettiğim canım dostlarım Kader Nur KISINMA ve Eylül SALİM'e içtenlikle teşekkür ederim. Süreç içerisinde tıkanıldığında arayabildiğim, kendileri de bu süreçten yeni geçmiş olan meslektaşlarım Seçim BÜYÜKÇATALBAŞ ve Ece YAĞCI'ya teşekkürlerimi sunuyorum. Geçiş dönemlerinde her zaman destekçim olan, bu sürecin zorluğunu da sevincini de benimle birlikte yaşayan, duygularımı her zaman rahatça paylaşabildiğim Emin ORHAN'a teşekkür ederim. Hepiniz iyi ki varsınız, bu süreç sizlerle güzelleşti.

Son olarak, canım ailem..Varlığınız benim için çok değerli. Desteklerini her anlamda hissettiren, çocukluğumdan itibaren attığım her adımda elimden tutan, deneyimlerimi dinlemeye hep hevesli olan canım annem Şule BAŞARAN ve canım babam Celalettin BAŞARAN'a; birlikte yaşadığım her an'dan çok keyif aldığım, yaşamlarının her dönemine tanıklık ettiğim ve bundan heyecan duyduğum, bu hayatta benim için en değerli varlıklar olan canım kardeşlerim Abdullah Enes ve Ahmet Ebrar'a teşekkür ediyorum. Sizleri seviyorum.



Aileme...



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BİLDİRİMİ.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
ÖNSÖZ.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR	xii
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ.....	1
Problem.....	1
Amaç.....	7
Önem.....	8
Sınırlılıklar	10
Tanımlar.....	10
BÖLÜM 2.....	12
KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	12
Flört Şiddeti	12
Flört.....	12
Flört Şiddeti.....	12
Psikolojik Flört Şiddeti	15
Tanım	15
Görölme Sıklığı.....	17
Genç Yetişkinlik Döneminde Psikolojik Flört Şiddeti	17
Psikolojik Şiddeti Normalleştirme ve İlişkide Kalma.....	19
Cinsiyet Değişkeni	21
Psikolojik Flört Şiddeti Teorileri	22
Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği Kullanılarak Gerçekleştirilen	
Çalışmalar	26
Akılcı Olmayan İnançlar.....	29
Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar	32
Akılcı Olmayan İnançlar ve Psikolojik Flört Şiddeti İle İlgili Araştırmalar.....	33
Duygu Düzenleme Becerileri.....	37
Romantik ilişkilerde Duygu Düzenleme Becerileri	41
Duygu Düzenleme Becerileri ve Psikolojik Flört Şiddeti ile İlgili Araştırmalar..	42
BÖLÜM 3.....	45
YÖNTEM	45
Araştırmanın Modeli.....	45
Katılımcılar	45
Verilerin Toplanması	47

Kişisel Bilgi Formu.....	48
Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği (ÇBDİÖ)	48
İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ)	49
Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ)	51
Verilerin Çözümlemesi	52
BÖLÜM 4.....	56
BULGULAR VE YORUMLAR	56
BULGULAR.....	56
Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları.....	56
Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları	57
YORUMLAR.....	59
Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama ile Akılcı Olmayan İnançlar Bulgusuna Yönelik Yorumlar	59
Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama ile Duygu Düzenleme Becerileri Bulgusuna Yönelik Yorumlar	61
Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma ile Akılcı Olmayan İnançlar Bulgusuna Yönelik Yorumlar	63
Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma ile Duygu Düzenleme Becerileri Bulgusuna Yönelik Yorumlar	65
BÖLÜM 5.....	67
SONUÇLAR VE ÖNERİLER	67
Sonuçlar	67
Öneriler	68
Araştırmacılara Yönelik Öneriler	68
Üniversite Ortamlarında Çalışan Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler.....	70
KAYNAKLAR.....	72
EKLER	92
EK 1. Etik Kurul Onayı	93
EK 2. Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği Kullanım İzni	94
EK 3. İlişki İnançları Ölçeği Kullanım İzni.....	95
EK 4. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Kullanım İzni	96
EK 5. Kişisel Bilgi Formu	97
EK 6. Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği.....	99
EK 7. İlişki İnançları Ölçeği	100
EK 8. Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği.....	101
BENZERLİK BİLDİRİMİ	102
ÖZGEÇMİŞ.....	103

TABLolar DİZİNİ

Tablo	Sayfa
Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler	46
Tablo 2. Değişkenler İçin Normallik Testi Bulguları.....	54
Tablo 3. Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri	55
Tablo 4. Psikolojik Flört Şiddeti Uygulamanın Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	57
Tablo 5. Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalmanın Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	58



KISALTMALAR

UNICEF	United Nations International Children's Emergency Fund
RAİNÖ	Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği
ÇBDİÖ	Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği
DDBÖ	Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği
CŞMD	Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği
DSM	Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
WHO	World Health Organization
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
İİÖ	İlişki İnançları Ölçeği

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Bu bölümde; problem durumu, amaç, önem, sayıtlar, sınırlılıklar ve çalışmada geçen kavramların tanımları yer almaktadır.

Problem

Günlük hayatta insanlar pek çok kişilerarası etkileşime maruz kalmaktadır. Bu etkileşimlerin niteliği, etkileşimdeki bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarına da etki etmektedir. Süreç sonunda bireyler çoğunlukla etkileşimden memnun kalsalar da zaman zaman sorunlar da yaşayabilmektedirler. Kişilerarası ilişkilerde yaşanan bu sorunlar, taraflardan en az birinin mevcut olan durum ile olması gereken durum arasında bir fark algıladığı ve bu yüzden gerginlik yaşadığı, farkı azaltmak için girişimlerde bulunsa dahi bu girişimlerinin engellendiği durumları ifade etmektedir (Öğülmüş, 2006). Bireyler veya algılar arasındaki farklılıklardan kaynaklanan bu çatışmalar yapıcı yöntemlerle çözülemediğinde şiddete evrilebilmektedir (Sargin, 2010).

Günümüzde ciddi bir sorun olarak ortaya çıkan ve giderek yaşamın içerisinde daha sık karşılaşılan şiddet olgusu, kendisini ihmal ve istismar, güç kullanımı, intihar, savaş gibi farklı biçimlerde göstermektedir (Yöyen, 2017). Dünya Sağlık Örgütü'nün Şiddet ve Sağlık Raporu'na (2002) göre, dünyada 15–44 yaş arasındaki insanların önde gelen ölüm nedenlerinden birisi şiddettir (Krug, Mercy, Dahlberg ve Zwi, 2002; World Health Organization [WHO], 2004). Ergenler ve genç yetişkinler arasında çok sık meydana geldiğinden, yüksek orandaki kişiler arası şiddetin erken dönem önleyici programlar olan bebek ve çocuk sağlığı programları aracılığıyla elde edilen kazanımların çoğunu etkili bir şekilde ortadan kaldıracak şekilde belirtilmektedir (WHO, 2004). Bu raporda şiddet, kişinin kendisine yönelttiği tür, kişilerarası tür ve kolektif tür olmak üzere üç başlık altında ele alınmıştır. Kişinin kendisine yönelttiği şiddet türü, bireyin kendine zarar verici davranışlarını ve intihar teşebbüslerini içermektedir. Kişilerarası şiddet türü, aileden kaynaklı ve toplumdan kaynaklı şiddet olarak ikiye ayrılmaktadır. Aile kaynaklı

şiddet aile üyeleri ve partnere yönelik ve çocuk, eş ve yaşlı istismarını içermekte iken toplum kaynaklı şiddet ev dışı tanınmış veya yabancılara yöneliktir ve bu kişilerden gelmektedir. Kolektif şiddet ise içerisinde sosyal, politik ve ekonomik şiddet türlerini barındırmaktadır (Çiğdem, 2011; Krug vd., 2002).

Günümüzde en sık karşılaşılan kişilerarası şiddet türlerinden birisi flört şiddetidir. Bireyler romantik ilişkilerinde partnerleriyle yaşadıkları problemlerin çözümünde zaman zaman yıkıcı sonuçlara yol açan ve şiddet içeren yöntemlere başvurumaktadırlar (Straus, 1979). Bu durum romantik ilişkide şiddet olgusunu ortaya çıkarmaktadır. Ramisetty-Mikler, Goebert, Nishimura ve Caetano'ya (2006) göre flört şiddeti, flört ilişkisi kapsamındaki herhangi bir fiziksel ve cinsel saldırı, sözel ve duygusal istismar edici muameleyi ifade etmektedir ve erken dönemde görülen flört şiddeti, yetişkin ilişkilerinde partner şiddetini yordamaktadır (Close, 2005). Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ne (CŞMD) (2017) göre flört şiddeti ise, “duygusal/romantik/cinsel bir beraberlik içerisinde ya da beraberlik bittikten sonra partnerlerden birinin diğeri ya da birbiri üzerinde güç ve kontrol kazanmaya çalıştığı, zarar verici davranış biçimleri” olarak tanımlanmaktadır (s. 6). Flört şiddeti kavramı ilişki içi kötüye kullanma, flört içi şiddet, ilişkisel şiddet, sevgili şiddeti, ilişki içi şiddet, romantik partner şiddeti olarak da isimlendirilebilmektedir (CŞMD, 2017). Toplumda en bilinen biçimi flört şiddeti olduğundan ve araştırmanın amacına uygunluğundan dolayı araştırma sürecinde de bu isimlendirme kullanılmıştır.

Flört şiddetiyle ilgili Türkiye’de yapılan araştırmalar incelendiğinde, bunların çoğunlukla üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiş olduğu görülmektedir. Üniversite dönemi, bireylerin yaşamında beliren yetişkinlik dönemine denk gelmektedir. Üniversite eğitimi yıllarına denk gelen ve beliren yetişkinlik adı verilen bu yaşam döneminin özellikleri incelendiğinde, flört şiddeti olgusunun bu dönemde artış göstermesinin sebepleri daha rahat anlaşılmaktadır. Beliren yetişkinlik, Arnett tarafından geç ergenlikten yirmili yaşlara uzanan, 18–30 yaş aralığını kapsayan, ergenlik ile genç yetişkinlik dönemleri arasında yer alan bir gelişim dönemi olarak tanımlanmaktadır. Beliren yetişkinlik, beklentilerdeki ve sosyal rollerdeki bağımsızlaşma ile kendisini göstermektedir. Bu dönemdeki bireyler, çocukluk ve ergenliğin bağımlı yapısından sıyrılmıştır ancak yetişkinliğin getirdiği süregelen sorumlulukları henüz almamaktadır. Beliren yetişkinlik birçok olasılığın olduğu bir yaşam dönemidir ve beliren yetişkinler bu dönemde iş, aşk ve dünya görüşü oluşturma açısından yaşam rollerindeki çeşitli olasılıkları keşfederler (Arnett, 2000). Arnett bu dönemin belirgin özelliklerinin kimlik arayışı, sonsuz olanaklara sahip olma inancı, kendine odaklanma ve arada kalmışlık hissi

ve istikrarsızlık olduğunu belirtmiştir (Atak, Tatlı, Çokamay, Büyükpabuşcu ve Çok, 2016). Levinson (1986) ise 17–45 yaşları arasını belirterek bu dönemi genç yetişkinlik olarak ifade etmiştir. Levinson’a (1986) göre bu dönem, en büyük enerjinin ama aynı zamanda en büyük çelişki ve stresin de yaşandığı, bireylerin iş edinme ve aile kurma yoluyla toplumda yer edinmek için çabaladığı bir dönemdir.

Ergenliğin sonlanması ve yetişkinliğe geçişin sancılarını içeren beliren yetişkinlik döneminde, Erikson’a (1968) göre bireyler aşk, iş ve dünya görüşü açısından karşılarındaki olasılıkları keşfetmekte ve sık yapılan değişimlerle bu süreci yaşamaktadırlar. Kimlik gelişiminin sürdüğü, hızlı ve sık değişimlere tanık olunan bu dönemde bireyler, romantik ilişki anlayışlarında da kendileri için doğru olanı bulmak için çabalamaktadır. Erikson (1968), Psikososyal Gelişim Kuramı’nda bu döneme karşılık gelen gelişim görevinin ‘yakınlığa karşı yalıtılmışlık’ olduğunu belirtmektedir. Buna göre bu dönemdeki bireylerden, sağlıklı bir kimlik gelişimi için doyum sağlayan karşılıklı bir ilişki kurabilmeleri beklenmektedir. Sonuç olarak, yetişkinliğe geçişte kritik bir basamak olan beliren yetişkinlik dönemi flört şiddeti uygulama ve maruz kalma açısından riskin yüksek olduğu bir dönemdir. Bu dönemde bireyler arasında flört şiddeti görülme ihtimali artmaktadır.

Flört şiddeti, partneri baskı altına almak amacıyla fiziksel, duygusal/sözel, cinsel veya sanal olarak gerçekleştirilmektedir. Tüm bu flört şiddeti türleri bir arada bulunabileceği gibi aşamalı şekilde dönüşerek de ilerleyebilmektedir. Duygusal/sözel flört şiddeti, partneri aşağılama, suçlu hissettirme, mahrum bırakma, yalnızlaştırma, tehdit ve korkutma yoluyla baskı altına almayı ifade etmektedir. Fiziksel flört şiddeti, güce ve zorlamaya dayalı ve zarar verici temasları içermektedir. Cinsel flört şiddeti, partneri herhangi bir cinsel davranış amacıyla zorlamak ve bu amaçla zor kullanmayı içermektedir. Sanal flört şiddeti ise, kişiye yönelik baskı ve zorlamaların medya ve teknolojik araçlar yoluyla gerçekleştirilmesidir (Toplu-Demirtaş, 2021; CŞMD, 2017).

Fiziksel ve cinsel şiddet, şiddete maruz bırakılan birey tarafından kolayca ayırt edilebilirken sözel/duygusal yani psikolojik şiddet kolayca fark edilememektedir (CŞMD, 2017). Murphy ve Hoover’a (1999) göre psikolojik flört şiddeti, romantik ilişki içerisinde partnerin iyi oluşunu ve benlik saygısını zedeleyecek şekilde ona duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan veya zarar vermekle tehdit etmeyi içeren zorlayıcı eylemlerden oluşan bir flört şiddeti türüdür. Psikolojik flört şiddeti çok boyutlu bir yapıya sahiptir (Toplu-Demirtaş, 2021; Murphy ve Hoover, 1999). Psikolojik flört şiddetinin kontrol boyutu, partneri kendisine bağımlı hale getirme, partnerin davranışlarını ve sosyal

ilişkilerini kısıtlama, partneri gözetleme, kontrol etme ve kıskançlık gibi davranışlardan; aşağılama boyutu, partnerin öz güvenine zarar verecek şekilde partneri küçümseme ve aşağılama gibi davranışlardan; düşmanca geri çekilme boyutu, cezalandırmak amacıyla partnerden uzak durma, partnere soğuk davranma, duygusal temastan kaçınma gibi davranışlardan; gözdağı boyutu ise partnerde korku uyandırarak boyun eğmesini amaçlayan tehdit ve partnere ait mala zarar verme gibi davranışlardan oluşmaktadır (Murphy ve Hoover, 1999). Psikolojik flört şiddetinin bu çok boyutlu yapısı düşünüldüğünde kapsamının genişliği anlaşılabilmektedir.

Follingstad, Rutledge, Berg, Hause ve Polek'e (1990) göre, daha az fark edilir olmasına rağmen psikolojik şiddet, ruh sağlığında daha yıkıcı etkilere neden olmaktadır. Yıkıcı etkilerine rağmen psikolojik flört şiddetini genç bireyler, aşk ve sevgi adı altında, benzer deneyim yaşayanların varlığını da göz önüne alarak normalleştirme yoluna gitmektedirler (Aslan, Vefikuluçay, Zeyneloğlu, Erdost ve Temel, 2008; Dolunay-Cug, Toplu-Demirtaş ve Murray, 2017). Bununla ilgili olarak, Ankara'da yer alan iki yüksekokuldaki öğrencilerin flört şiddetine yönelik görüşlerinin incelendiği bir araştırmada, öğrencilerin birbirlerinden farklı algılara sahip oldukları ancak romantik ilişkilerindeki şiddeti sevginin bir yolu olarak gördükleri, çimdiklemek, alay etmek, lakap takmak, sesini yükselterek konuşmak, takip etmek, tek taraflı karar almak ve küçümseme gibi bazı psikolojik flört şiddeti davranışlarını şiddet olarak algılamadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Aynı araştırmada ayrıca, öğrencilerin %21.6'sının şimdiki flört ilişkisinde şiddete maruz kaldığı, maruziyetin yaş ilerledikçe arttığı ve öğrencilerin %12.4'ünün ise partnerine flört şiddeti uyguladığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırma sonucu, öğrencilerin şiddeti yalnızca fiziksel olarak algıladıklarını, psikolojik flört şiddetini bir şiddet biçimi olarak algılamadıklarını göstermektedir (Aslan vd., 2008). Benzer şekilde Fidan ve Yeşil (2018) de yürüttükleri araştırmada, üniversite öğrencilerinin flört ilişkisini birliktelikten ziyade sahiplenme anlayışıyla değerlendirdiğini, bu anlayışın psikolojik flört şiddeti için bir risk faktörü olduğunu belirtmektedir. Sonuç olarak, flört şiddeti ve psikolojik flört şiddeti ile ilgili çeşitli araştırma sonuçları incelendiğinde, şiddete yönelik yanlış algıların psikolojik flört şiddetini tetiklediği anlaşılmaktadır.

Psikolojik flört şiddetine yönelik akılcı olmayan, çarpıtılmış inançlar, bireylerin romantik ilişkilerine yönelik yanlış algılarından kaynaklanıyor olabilir. Beştav'a (2007) göre bireylerin romantik ilişki süreçlerinde, yaşamlarında olduğu gibi akılcı ve akılcı olmayan inançlar geliştirmesi olağan bir durumdur ve romantik ilişki inançları bireylerin ilişki kalitesi ile ilişkili görünmektedir. Ayrıca akılcı inançların ilişki doyumunu ve öznel

iyi oluşu artırdığı bilinmektedir (Beştav, 2007). Akılcı olmayan romantik ilişki inançları, bireylerin hem ilişkiye yönelik hem de partnerine yönelik gerçekçi olmayan ve değişime dirençli inançlarıdır (Ellis, 1986). Akılcı olmayan romantik ilişki inançları ve psikolojik flört şiddetinin birlikte ele alındığı çalışmalarda romantik ilişki kalıp yargılarının duygusal istismarı yordadığı, dolayısıyla romantik ilişki kalıp yargılarına sahip olmanın psikolojik flört şiddetine sebep olabileceği (Kemaloğlu, 2021), romantik ilişkide akılcı olmayan inançlara sahip olmanın flört ilişkisindeki psikolojik/sözel saldırganlığın önemli bir yordayıcısı olduğu (Gündoğdu, Karataş ve Yavuzer, 2018), akılcı olmayan romantik ilişki inançlarına sahip olmanın ilişkide yaşanan psikolojik flört şiddeti davranışı ve ilişkide problem çözme davranışı ile ilişkili olduğu (Kaygusuz, 2013) sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca farklı araştırmalarda akılcı olmayan romantik ilişki inançlarına sahip olma ile psikolojik flört şiddetini destekleyici bir tutuma sahip olmanın ilişkili olduğu (Şenol, Albayrak ve Uluman, 2022; Çuhadaroğlu ve Şahan, 2022; Bahadır Yılmaz ve Şahin, 2021) belirtilmektedir. Güçlü tutumların davranışa dönüşme olasılığının yüksek olduğu (Pretty ve Krosnick, 1995) göz önüne alındığında, sahip olunan psikolojik flört şiddetini destekleyici ve kabullenici tutumun psikolojik flört şiddeti davranışına dönüşebileceği anlaşılmaktadır. Bu durumda akılcı olmayan romantik ilişki inançlarının tutum ile ilişkili olması sebebiyle psikolojik flört şiddeti için risk faktörü olduğu düşünülebilir.

Akılcı olmayan inançlar kadar duygu düzenleme becerileri de flört ilişkisi ile ilişkili olan bir başka değişkendir. Duygu düzenleme, bireyin değişen amaç ve ihtiyaçlarına uygun olarak duygularının şiddetini değiştirebilmesi, duygularını sürdürebilmesi olarak tanımlanmaktadır (Gross, 2014). Duygu düzenleme becerileri ise bireyin zorlayıcı duygularla ve bu zorlayıcı duygulara neden olan durumlarla baş edebilmesi, duygularını fark edebilmesi, gerektiğinde duygularını gizleyebilmesi, duygularının şiddetini artırıp azaltabilmesi ve duygularını yaşamayı sürdürebilmesi yani duyguları ile kalabilmesi becerilerini ifade etmektedir (Denham, 2007). Vatan ve Kahya'ya (2018) göre ise duygu düzenleme becerileri, bireylerin yaşadıkları duyguları bilinçli olarak fark etmesi, bunları uygun şekilde adlandırabilmesi, bu duygu durumunu devam ettirici etkenleri belirleyebilmesi, duygunun yoğunluğu ve niteliğini isteğine uygun biçimde değiştirebilmesi, değiştiremediği duygu durumunu kabullenebilmesi, olumsuz duygularla yüzleşmeye hazır olması ve duygu durumunu dengede tutabilmek için kendine destek olabilmesini içermektedir.

Bireyler duygu düzenleme sürecinde duygularını anlamak ve yönetebilmek amacıyla çevrelerinden destek alabilmektedir. Bu destek, destek almak isteyen bireye duygular ve ifadesi konusunda empatik, destekleyici ve olumlu sosyal davranışlar yoluyla sunulmaktadır (Batson, 2011). Romantik ilişki süreçlerinde de bu tür kişilerarası duygu düzenleme becerileri kullanılabilir. Duygu düzenleme süreci, bireyin amaç ve ihtiyaçları (Gross, 2014) ile birlikte bilişsel esneklik, sahip olunan bilişsel çarpıtmalar gibi bireye özgü bilişsel farklılıklardan da etkilendiğinden (Tekmil, 2019) partnerlerin duygu düzenleme süreçlerinde birbirini tanıması ve doğru yönlendirmesi önemli görünmektedir. Partnerlerin duygularını birbiriyle sağlıklı şekilde paylaşabilmesi ve birbirlerine geri bildirim verebilmeleri sağlıklı bir birliktelik için önemlidir (Zaki ve Williams, 2013). Türkiye’de 18 yaş ve üzerindeki katılımcılar ile gerçekleştirilen bir araştırmada, hissettiği duyguların farkında olan, olumsuz duygular altındayken bunu anlamlandırıp ilişkilerini devam ettirebilen, başka bir deyişle duygu düzenleme becerilerini etkin olarak kullanabilen bireylerin romantik ilişki doyumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Karataş, 2019).

Son yıllarda romantik ilişkilerde bir risk faktörü olarak kişilerarası duygu düzenleme sürecinde yaşanan güçlükler ortaya çıkmıştır (Shorey vd., 2015). Shorey ve diğerleri (2015) ilişkilerde duygu düzenlemesi zayıf olduğunda ilişkideki saldırganlığın artma olasılığının muhtemel olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Kelley ve diğerleri (2015) de, psikolojik ve fiziksel flört şiddeti ile duygu düzenlemede yaşanan güçlükler arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Brem, Stuart, Cornelius ve Shorey (2021) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmada da duygu düzenlemede yaşanan zorluk ile psikolojik flört şiddeti arasında ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Shorey, Brasfield ve Stuart (2011) da gerçekleştirdikleri araştırma sonucunda, üniversite öğrencileri arasında yaşanan duygu düzenleme güçlüklerinin psikolojik flört şiddeti uygulama durumu için ayırt edici olduğunu belirtmiştir.

Türkiye’de 18 yaş ve üzerindeki katılımcılarla yürütülen başka bir araştırmada, duygu düzenleme kapasitesinin gelişmesi için önemli olan ve duyguların biliş yoluyla yönetilmesi anlamına gelen (Thompson, 1991) bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile kişilerarası ilişki problemleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Sepetçi, 2019). Araştırma sonuçları incelendiğinde, duygu düzenleme becerilerinin işlevsel kullanımının ilişki kalitesini ve ilişki doyumunu artırdığı, zayıf duygu düzenleme becerisinin ise ilişkideki psikolojik flört şiddetini artıran bir risk faktörü olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerdeki psikolojik şiddet davranışlarını ilişkinin doğal bir parçası olarak değerlendirildiği ve şiddet olarak tanımlamadıkları anlaşılmaktadır. Romantik ilişkiye yönelik yanlış algıların ve inanışların bireylerin flört ilişkilerinde psikolojik şiddeti normalleştirmeleri üzerinde önemli bir belirleyici olduğu ve bireylerin duygu düzenleme becerilerinin şiddete maruz kalma ya da şiddet uygulama düzeyleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada, duygu düzenleme becerilerinin ve akılcı olmayan inançların bireylerin flört şiddetine uğrama ve maruz kalma düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmanın beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerle çalışanlar için ve flört ilişkisiyle ilgili çalışma yürütenler için bir bakış açısı sunacağı, ilişkilerde psikolojik flört şiddeti olgusunun anlaşılması konusunda destekleyici olacağı düşünülmektedir.

Amaç

Bu araştırmanın amacı, kadın üniversite öğrencilerinin flört ilişkilerinde psikolojik flört şiddetine uğrama ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışları ile duygu düzenleme becerileri ve akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır:

1. Kadın üniversite öğrencilerinin flört ilişkilerinde psikolojik flört şiddetine maruz kalmalarını, duygu düzenleme becerileri ve akılcı olmayan inançlar ne derece yordamaktadır?
2. Kadın üniversite öğrencilerinin flört ilişkilerinde psikolojik flört şiddetini uygulamalarını, duygu düzenleme becerileri ve akılcı olmayan inançlar ne derece yordamaktadır?

Önem

Psikolojik flört şiddeti günümüzde sıkça rastlanan bir sorun haline gelmiştir. Bir geçiş dönemi olması sebebiyle beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde, özellikle üniversite öğrencilerinde sıkça karşılaşılmaktadır (Karakurt ve Silver, 2013; Toplu-Demirtaş vd., 2018). Flört şiddetinin tetikleyicileri arasında bireysel ve toplumsal faktörler bulunmaktadır. Kültür, gelenek, politika gibi unsurlar toplumsal faktörler arasında yer alırken, bireylerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanamaması ise bireysel faktörler arasında yer almaktadır. Akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerilerindeki eksiklikler de kişiyi etkileyen bireysel faktörler içerisinde yer alabilir. Bireylerin akılcı olmayan inançlara sahip olması yaşam doyumları (Sırım, 2021) ve ilişki kaliteleri (Beştav, 2007) ile ilişkili görünmektedir. Duygu düzenleme becerilerinde eksiklik yaşanması ise bireylerin ilişkideki uyumu ile ilişkilidir.

Psikolojik flört şiddeti ile akılcı olmayan inançlar, ilişki doyumu, mutluluk düzeyi ve bağlanma stilleri gibi pek çok farklı değişkenle ilgili çalışmaya rastlamak mümkündür ancak psikolojik flört şiddeti ile ilgili sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Duygu düzenleme becerileri ile psikolojik iyi oluş, ilişki doyumu, duygusal zekâ gibi değişkenler arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalara rastlamak mümkün iken psikolojik flört şiddeti ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Ayrıca çalışmaların çoğunlukla psikolojik flört şiddetine yönelik tutumları ölçtüğü görülmektedir. Bireylerin flört ilişkilerindeki istismar ve şiddet davranışlarına yönelik araştırmalar ise oldukça azdır. Duygu düzenleme becerileri ve akılcı olmayan inançların psikolojik flört şiddeti uygulama ve buna maruz kalma ile ilişkisinin incelendiği bu araştırmanın alandaki belirtilen açığı azalttığı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencileri arasında yaygın görülen flört şiddeti, ilişki içerisinde güç kullanımı ve istismar ile kendisini göstermektedir (Fidan ve Yeşil, 2018). Benzer şekilde İbiloğlu (2012) da, şiddetin ortaya çıkış sebebinin çoğunlukla taraflardan birinin diğerini ilişki içerisinde kontrol etme çabası olduğunu belirtmiştir (İbiloğlu, 2012). Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve Murray (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada kadın üniversite öğrencilerinin %89.3'ü ve erkek üniversite öğrencilerinin %90.5'i flört ilişkilerinde partneri çevresinden ayırma, kısıtlama, izleme ve kontrol etme davranışlarını kullandığını bildirmiştir. Buna göre üniversite öğrencileri arasında kısıtlayıcılık ile ilişkili kontrol edici davranışların oranının yüksek olduğu anlaşılmakta, kontrol edici davranışları içeren psikolojik flört şiddetinin ise fiziksel flört şiddeti için risk faktörü

olduğu bilinmektedir (Murphy ve O'Leary, 1989). Benzer şekilde, flört şiddetine ilişkin yapılan çalışmalarda farklı flört şiddeti biçimlerinin sık sık birlikte meydana geldiği (Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2011; Toplu-Demirtaş vd., 2013; White, 2009), psikolojik saldırganlığın sonradan meydana gelecek fiziksel saldırganlığın habercisi olduğu (Murphy ve O'Leary, 1989; Frieze, 2000), fiziksel ve psikolojik saldırganlığın birlikte ortaya çıktığı (Dolunay-Cug vd., 2017; Murphy ve Hoover, 1999; Toplu-Demirtaş vd., 2013) belirtilmektedir. Erken dönemdeki partner ilişkisinde yaşanan davranış örüntülerinin ise yetişkinlikte evlilik dönemindeki şiddet davranışları ile benzerlik gösterdiği bilinmektedir (Kalkan, 2008). Toplu-Demirtaş ve diğerleri (2013) tarafından 390 kadın üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada, ilişkisinde fiziksel ve cinsel şiddete birlikte maruz kalanların oranı %0.26 iken fiziksel şiddete psikolojik şiddet dâhil edildiğinde oran %17.18'e çıkmıştır. Literatürdeki bu bilgiler ışığında psikolojik flört şiddeti olgusunun araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Kaplan (2020) gerçekleştirdiği nitel araştırma sonucunda flört şiddetinin karşılıklı bir döngüye sahip olduğunu belirtmiştir. Buna göre romantik ilişki içerisinde partnerlerin birbirine şiddet uygulayabildiği anlaşılmaktadır. Dolayısıyla partnerler hem şiddete maruz kalan hem de şiddeti uygulayan taraf olabilmektedir. Kaplan'a göre (2020) partnerler bu döngüsellliği kanıksayarak flört şiddetini görmezden gelmekte ve ilişkiye devam edebilmektedir. Bu araştırmada, var olabilen bu döngüsellikten dolayı psikolojik flört şiddetinin hem uygulama hem de maruz kalma boyutu ele alınmıştır.

Ellis'e (1999) göre Akılcı Duygusal Davranış Terapisi'nde duygu, düşünce ve davranış birbiriyle ilişkili ve bütünsel süreçler olarak görülmektedir. Birbirini tamamlayıcı özelliğinden dolayı bu araştırmada üç boyutun birlikte ele alınması uygun görülmüştür. Bu nedenle bu araştırmada duygu boyutunda duygu düzenleme becerileri, düşünce boyutunda akılcı olmayan romantik ilişki inançları ve davranış boyutunda psikolojik flört şiddeti ele alınmıştır.

Bu araştırmanın sonucuna göre psikolojik flört şiddeti uygulama düzeyi akılcı olmayan romantik ilişki inançları ile ilişkilidir. Dolayısıyla üniversite öğrenci grubu ve flört şiddeti konusunda çalışan uzmanlar farkındalık geliştirmeye yönelik uygulamalarında ve bireysel destek programlarının yapılandırılmasında bu değişkeni dikkate alabilir. Araştırmanın bir diğer sonucuna göre psikolojik flört şiddeti uygulayan bireylerin aynı zamanda psikolojik flört şiddetine maruz kaldığıdır. Bu ilişkinin karşılıklı olduğu, psikolojik flört şiddeti ile tanışan bireylerin hem etkileyen hem de etkilenen

oldukları anlaşılmaktadır. Bu bulgu, psikolojik flört şiddetinin yapısının anlaşılmasını kolaylaştırmaktadır. Buna göre, özellikle üniversitelerde gerçekleştirilecek farkındalık ve sağaltım çalışmalarında bu olgu dikkate alınabilir. Araştırma sonucunda psikolojik flört şiddetine maruz kalma durumu ile her iki değişken arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu maruz kalma ile ilişkili olabilecek farklı değişkenleri akla getirmektedir. Dolayısıyla maruz kalma durumu ile ilgili araştırmaların çeşitlendirilmesi gerekmektedir. Araştırma psikolojik flört şiddetinin farklı boyutlarını tanımaya yönelik bir bakış açısı sunmaktadır. Dolayısıyla edinilen farkındalık yoluyla flört şiddeti olgusunun toplumda daha görünür olacağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Araştırma verileri uygun örnekleme (convenient sampling) yöntemi ile toplanacağı için elde edilen bulguların genellenebilirliği bu araştırmaya katılan katılımcılarla sınırlı olacaktır. Örneklem, beliren yetişkinlik dönemindeki sözlü/nişanlı olan veya süregelen bir flört ilişkisi içerisinde olan kadın üniversite öğrencilerinden oluştuğundan araştırmanın genellenebilirliği sınırlıdır, dolayısıyla elde edilen bulguların örneklemin yapısına göre değerlendirilmesi gerekmektedir. Araştırmada kullanılacak veri toplama araçları katılımcıların öz bildirimlerine dayanacağından sonuçlar katılımcıların gerçek tutum, davranış ve özelliklerini yansıtmada sınırlı kalabilir. Araştırma ilişkisel araştırma türünde olduğundan araştırma sonuçlarının neden sonuç çıkarımı kapsamında yorumlanmaması gerekmektedir. Araştırma verileri pandemi sebebiyle çevrimiçi ortamda toplanacağı için, katılımcıların veri toplama araçlarına dürüstçe cevap vermesi ve çevrimiçi ortamda verilerin güvenliğine ilişkin sınırlılıklar bulunmaktadır.

Tanımlar

Beliren Yetişkinlik: 18–30 yaş aralığını betimleyen çocuk ve ergenlik bağımlılığından çıkmış ancak yetişkinlikteki kalıcı sorumluluklara henüz girmemiş olan, geç ergenlikten yirmili yaşlara uzanan geçiş dönemini içeren yeni bir gelişim dönemidir (Arnett, 2000). Bu çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyindeki katılımcıları ifade etmektedir.

Flört: Karşılıklı olarak veya yalnızca taraflardan biri ilişkiyi sonlandırana kadar ya da nişanlanma, evlilik gibi daha ciddi bir ilişki kurulana kadar birlikte sosyal

etkiletişimde bulunmak ve aktivitelere katılmak için açık veya örtülü bir niyet ile devam eden birlikteliklerdir (Straus, 2004).

Psikolojik Flört Şiddeti: Romantik ilişkideki partnere duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan veya partneri zarar vermekle tehdit etmeyi içeren zorlayıcı ve caydırıcı eylemlerden oluşur. Partnerin fiziksel bütünlüğüne doğrudan saldırı şeklinde olan fiziksel şiddetin aksine psikolojik şiddet davranışları sıklıkla partnerin duygusal iyi oluşunu ve benlik saygısını zedeleyici eylemleri içermektedir (Murphy ve Hoover, 1999). Bu çalışmada psikolojik flört şiddetine uğrama ve psikolojik flört şiddeti uygulama kavramları, Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeğinden alınan puanları ifade etmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışlarının fazla olduğunu, ölçekten alınacak düşük puanlar ise, psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma davranışlarının az olduğunu ifade etmektedir.

Akılcı Olmayan İlişki İnançları: Ellis'e (1986) göre akılcı olmayan ilişki inançları, bireyin içinde bulunduğu ilişkiye, kendisine ve partnerine ilişkin abartılı, mantıksız ve değişime dirençli inançlarıdır (Sarı ve Korkut-Owen, 2015). Bu çalışmada akılcı olmayan ilişki inançları kavramı, İlişki İnançları Ölçeğinden (Gizir, 2012) alınan puanları ifade etmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, katılımcıların romantik ilişkilerine yönelik akılcı olmayan inançlarının yüksek düzeyde olduğunu, ölçekten alınacak düşük puanlar ise, katılımcıların romantik ilişkilerine yönelik inançlarının düşük düzeyde olduğunu ifade etmektedir.

Duygu Düzenleme Becerileri: Bireyin yoğun hissettiği duyguları algılama, tanımlama, kabul etme ve düzenleme yeteneğidir. Bu beceri iyi oluşa önemli bir katkıda bulunmaktadır (Berking ve Whitley, 2014). Duygu düzenleme becerileri; duyguların etkin farkındalığı, duyguların kabulü, hedefe yönelik davranışlarda bulunma, olumsuz duygulanım esnasında dürtüsel davranışlardan uzak durabilme ve duruma uygun etkili duygu düzenleme stratejilerini kullanabilme basamaklarını içermektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Bu çalışmada duygu düzenleme becerileri kavramı, Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeğinden (Vatan ve Kahya, 2018) alınan puanları ifade etmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar, katılımcıların duygu düzenleme becerilerinin iyi düzeyde olduğunu, ölçekten alınacak düşük puanlar ise, katılımcıların duygu düzenleme becerilerinin yeterli düzeyde olmadığını ifade etmektedir.

BÖLÜM 2

KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, alanyazın kapsamında flört şiddeti, psikolojik flört şiddeti, akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileri kavramları incelenmiştir. Ayrıca psikolojik flört şiddetinin akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileri ile ilişkisi ele alınmıştır.

Flört Şiddeti

Bu başlık altında flört ilişkisinin tanımından bahsedilmiş, ardından flört şiddeti ele alınmıştır.

Flört

Straus (2004) flört terimini, “tarafardan birisi ilişkiyi sona erdirene kadar veya taraflar nişanlanma, evlilik gibi daha kararlı bir bağ kurana kadar tarafların ilişkiyi sürdürmek için açık veya örtülü bir niyetle sosyal etkileşimde bulunması ve ortak faaliyetlere katılım sağlamak amacıyla buluşmasını içeren bir ilişki” (s. 792) olarak açıklamaktadır. Murray ve Kardatzke (2007) ise flört ilişkisini, “iki bireyin evli, nişanlı ve buna benzer bir ilişki içerisinde olmadığı ancak arkadaşlığın ötesinde birbirleriyle romantik, duygusal ve cinsel yakınlık kurdukları ilişki biçimi” (s. 79) olarak tanımlamaktadır. Murray ve Kardatzke (2007) bu tanımın aynı ve farklı cinsiyetten flört eden çiftleri kapsadığını belirtmiştir.

Flört Şiddeti

Flört şiddeti, kişinin farklı veya aynı cinsiyetlerden romantik partnerine yönelik gerçekleştirdiği fiziksel, cinsel ve psikolojik istismarıdır (Lohman, Neppl, Senia ve Schofield, 2013). Flört şiddeti toplumsal cinsiyet temelli şiddet türlerinden birisidir. Buna göre flört şiddeti partnerin toplumsal cinsiyetine, toplumsal cinsiyet rollerine ve güç

eşitsizliğine dayalı olarak ortaya çıkabilmektedir (Toplu-Demirtaş, 2021). Flört şiddetinin fiziksel, cinsel, psikolojik/duygusal, sosyal ve teknolojik boyutları bulunmaktadır (Fidan ve Yeşil, 2018). Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ne (2017) göre flört şiddeti, “duygusal/romantik/cinsel bir beraberlik içerisinde ya da beraberlik bittikten sonra partnerlerden birinin diğeri ya da birbiri üzerinde güç ve kontrol kazanmaya çalıştığı, zarar verici davranış biçimleri” (s. 6) olarak tanımlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) “Şiddet ve Sağlık Raporu”na (2002) göre fiziksel flört şiddeti tokat atma, vurma, tekmeleme, dövme gibi partnerin bedenine yönelik saldırı şeklinde; psikolojik flört şiddeti yıldırma, sürekli küçümseme ve aşağılama gibi kontrol odaklı davranışlar şeklinde; cinsel flört şiddeti ise partneri cinsel ilişkiye veya istemediği türde bir cinsel davranışa zorlama şeklinde gerçekleşebilmektedir (Krug vd., 2002). Sanal şiddet ise, güç ve kontrol kazanmaya ilişkin davranışların teknolojik araçlarla veya sanal ortamlarda gerçekleştirilmesidir (Toplu-Demirtaş, 2021). Fiziksel flört şiddeti illa maruz bırakılan kişinin bedenine yönelik olmak zorunda değildir. Maruz bırakılan kişinin sevdiği bir eşyaya/hayvana zarar vermek, bireyin önünde çevreye yumruk atmak, masa tekmelemek, duvara bir şey fırlatmak gibi davranışlar fiziksel şiddet kapsamına girmektedir. Ayrıca partnere yönelik fiziksel şiddetin tanımlanabilmesi için illa ki partnerin vücudunda iz/yara bırakması veya partnerin canını acıtması gerekmemektedir (Toplu-Demirtaş, 2021). Zorlamaya ve güce dayalı istenmeyen cinsel teması içeren davranışlar dışında partneri cinselliği ile ilgili olarak utandırmak, istemediği halde cinsel içerikli mesajlar göndermek veya talep etmek, partnerin cinselliğini kıyaslamak, partneri erotik görsellere bakması için zorlamak gibi davranış biçimleri de cinsel flört şiddeti kapsamına girmektedir. Bir davranışın cinsel flört şiddeti olarak değerlendirilebilmesi için en önemli nokta partnerin cinsel davranış için “onay” vermemiş olmasıdır (Toplu-Demirtaş, 2021). İlişki içerisinde partnerin bir cinsel davranışı yaşamak istediğini kendi özgür iradesi ile sözlü olarak belirtmesi (CŞMD, 2018) anlamına gelen onay her bir cinsel eylem için tek seferliktir (Toplu-Demirtaş, 2021). Ayrıca partner onay vermediğinde onu onay almak amacıyla ikna etmeye çalışmak, duygusal olarak partneri zorlamak, ısrar etmek de cinsel flört şiddeti davranışı kapsamındadır (Toplu-Demirtaş, 2021).

Flört şiddeti, sosyal, ekonomik, dini veya kültürel gruptan bağımsız olarak tüm ülkelerde görülmektedir (Krug vd., 2002). Flört şiddetinin partnerler üzerinde çeşitli olumsuz sonuçları olabilmektedir. Flört şiddetinin sonuçları fiziksel olarak ağır yaralanmalar, kronik ağrı ve enfeksiyonlar, jinekolojik problemler, cinsel yolla bulaşan

hastalıklar; psikolojik olarak depresyon, kaygı, travma sonrası stres bozukluğu gibi fiziksel ve psikolojik sağlıkta bozulmalardır (Campbell, 2002).

Flört şiddeti üniversite öğrencileri arasında yaygın olarak görülmektedir (Chan, Straus, Brownridge, Tiwari ve Leung, 2008; Karakurt ve Silver, 2013; Swat, Seedat, Stevens ve Ricardo, 2002). Chan ve diğerleri tarafından 21 ülkedeki yaklaşık 16.000 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen araştırma sonucuna göre son bir yıl içerisinde partnerine fiziksel şiddet uygulayanların oranı yüzde otuz, partnerinden fiziksel şiddet görenlerin oranı yüzde 26 olarak bulunmuştur (Chan vd., 2008). Straus (2004) tarafından 16 ülkede toplam 8666 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen araştırma sonucuna göre, 12 ay içerisinde partnerine yönelik fiziksel şiddet gösterenlerin oranı yüzde 29 bulunmuştur. Ankara’da yaş ortalaması 22 olan 240 yükseköğretim öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin yüzde 21.6’sı mevcut ilişkisinde şiddete maruz kaldığını belirtmiştir (Aslan vd., 2008). Ankara’da dört üniversiteden flört ilişkisi içerisindeki 390 kadın öğrenci ile gerçekleştirilen farklı bir çalışmada ise, katılımcıların yüzde 79.5’i son bir yıl içerisinde flört ilişkisinde en az bir şiddet olayı bildirmiştir (Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve White, 2013).

Üniversite öğrencileri arasında yaygın olarak görülen flört şiddeti yalnızca tek bir türde ortaya çıkabilirken (örneğin, ilişki içerisinde yalnızca psikolojik flört şiddetinin görülmesi gibi.) birkaçı birlikte de ortaya çıkabilmektedir (fiziksel ve psikolojik şiddetin birlikte görülmesi gibi.) (Toplu-Demirtaş, 2021). Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve White (2013) fiziksel ve cinsel flört şiddetinin yaşandığı ancak psikolojik şiddetin eşlik etmediği flört biçiminin nadir olduğunu belirtmektedir. Araştırmalarda flört şiddetinin tüm bu biçimlerinin karşılıklı olduğuna dair araştırma bulguları mevcuttur (Archer, 2000). Ancak aynı zamanda fiziksel ve cinsel şiddeti erkeklerin daha fazla uyguladıklarını belirten de vardır (Frieze, 2000). Ayrıca kadınların uyguladıklarını belirttikleri flört şiddetinin daha azını uygulayıp maruz kaldıklarını belirttiklerinden daha fazla şiddete maruz kaldıkları, erkeklerin ise tam tersini bildirdikleri belirtilmektedir (Hamby, 2005; Krahe ve Berger, 2005). Buna göre kadın ve erkeklerin flört şiddeti algılarının birbirinden farklı olduğu, toplumsal cinsiyetin flört şiddeti açısından farklılıklara sebep olduğu anlaşılmaktadır (Toplu-Demirtaş, 2021).

Psikolojik Flört Şiddeti

Bu başlık altında flört şiddetinin tanımı, görülme sıklığı, genç yetişkinlik döneminde psikolojik flört şiddeti, şiddeti normalleştirme ve ilişkide kalma, cinsiyet, yaş ve ilişki süresi değişkenleri, psikolojik flört şiddeti teorileri ve güncel psikolojik flört şiddeti türleri ele alınmıştır.

Tanım

Flört şiddeti türlerinden birisi olan psikolojik flört şiddeti alanyazında psikolojik saldırganlık, psikolojik istismar, duygusal şiddet, duygusal istismar, sözel şiddet, sözel istismar, psikolojik kötü muamele gibi farklı isimlendirmelere sahiptir. Duman (2019) tarafından 2018 yılında Ebscohost veri tabanı üzerinden gerçekleştirilen tarama sonucunda Türkçe aratılan “duygusal istismar” sözcüğü 188, “psikolojik istismar” sözcüğü 55, “psikolojik kötü muamele” sözcüğü ise 3 sonuç vermiştir. “Duygusal kötü muamele”, “mental işkence” ve “psikolojik hırpalama” sözcükleri İngilizce dilinde aratıldığında sonuç vermekte iken Türkçe dilinde aratıldığında sonuç vermemiştir (Duman, 2019). Ebscohost veri tabanı üzerinden 13.07.2022 tarihinde yapılan tarama sonucunda Türkçe aratılan “psikolojik şiddet” sözcüğü 709, “psikolojik flört şiddeti” sözcüğü 1, “duygusal istismar” sözcüğü 311, “psikolojik istismar” sözcüğü 98, “psikolojik kötü muamele” sözcüğü 7, “duygusal kötü muamele” sözcüğü 2 sonuç vermiş; “mental işkence” sözcüğü ve “psikolojik hırpalama” sözcüğü ise sonuç vermemiştir.

Tanımlar üzerinde tam bir fikir birliği olmamakla birlikte bu isimlendirmeler birbirini yerine kullanılmaktadır. Bu durum temelde iki nedenden kaynaklanmaktadır. İlk neden şiddet, istismar ve saldırganlık kelimelerinin anlamında belirsizlik olması; ikinci neden, tanımın kavramsallaştırılmasında ekleme ve çıkarmalara rağmen anlamda fazla değişiklik olmamasıdır (Toplu-Demirtaş vd., 2018). Örnek olarak, Hatipoğlu-Sümer ve Vatandaşlar (2019) tarafından gerçekleştirilen uyarlama çalışmasında duygusal, sözel ve ekonomik şiddet kavramları psikolojik şiddet kavramı içerisinde ele alınmıştır. “Duygusal istismar” sözcüğüne ilişkin alanyazında daha fazla sonuç bulunmaktadır ancak bu çalışmada halk arasında kullanımının yaygın olması, çalışmanın amacına uygun olması ve çalışmada hem uygulama hem de maruz kalma boyutları birlikte ele alındığı için “psikolojik flört şiddeti” kavramı kullanılmıştır.

Psikolojik flört şiddeti, bireyin romantik ilişkideki partnerine yönelik olarak alay etme, tehdit etme, partnerini ailesinden ve arkadaşlarından soyutlama, partnerine suçlu, üzgün ve yetersiz hissettirecek şekilde saldırma, partnerini küçük düşürmeye ve kontrol etmeye yönelik davranışlarda bulunma olarak tanımlanmaktadır (Lawrence, Yoon, Langer ve Ro, 2009). Follingstad (2007) tarafından yapılan diğer bir tanımda ise psikolojik flört şiddeti, partneri duygusal olarak yaralamak, zorlamak, kontrol etmek, korkutmak, öfkeyi zarar verici şekilde ifade etmek ve psikolojik olarak zarar vermeyi içeren genel bir davranış yelpazesi olarak tanımlanmıştır. Özetle psikolojik flört şiddeti, partnere zarar vermeyi amaçlayan çeşitli taciz ve kontrol edici davranışı içeren geniş bir kavramdır (Toplu-Demirtaş vd., 2018). Jacobson ve Gottman (1998) çiftler arasında yaşanan çatışmaların psikolojik şiddet olarak değerlendirilebilmesi için partnere duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan zorlayıcı davranışların mevcut olması gerektiğini belirtmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nın “Şiddet ve Sağlık Raporu”na (2002) göre, yakın partner şiddetinin psikolojik boyutu; yıldırma, küçümseme, aşağılama, kişiyi ailesinden ve arkadaşlarından izole etme, hareketlerini izleme, bilgi veya yardıma erişimini kısıtlama gibi kontrol edici davranışları içermektedir (Krug vd., 2002). Bu araştırmada psikolojik flört şiddeti düzeyini belirlemek amacıyla kullanılan “Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği”ne (ÇBDİÖ) göre, psikolojik flört şiddeti kontrol, aşağılama, düşmanca geri çekilme ve tehdit boyutlarını içermektedir (Toplu-Demirtaş vd., 2018). Üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirilen bir flört şiddeti araştırmasında, katılımcılarda psikolojik şiddetini tanımlayan partneri aşağılama, sindirme, düşmanlık sergileme, kendi davranış kalıplarını dayatma, kayıtsızlık gibi farklı davranış türleri gözlemlenmiş; partnere kayıtsız kalmanın psikolojik şiddet davranışlarının en yaygın biçimi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Alonso, Manso ve Sánchez, 2012). Benzer şekilde Johnson (2005) da psikolojik flört şiddetini tanımlayan, “partner üzerinde kontrol ve güç sağlama”ya ilişkin davranışları “yakın terörizm” (intimate terrorism) olarak adlandırarak bunu bir flört şiddeti biçimi olarak görmektedir (Johnson ve Leone, 2005).

Sonuç olarak, benzer tanımlara sahip olmalarına rağmen psikolojik flört şiddetinin isimlendirmesinde çeşitlilik olduğu ve psikolojik flört şiddetini belirten davranış biçimlerinin ise oldukça fazla olduğu anlaşılmaktadır.

Görölme Sıklığı

Romantik ilişkide psikolojik şiddet, diğer şiddet türlerine göre daha geç tanınmış olmasına karşın günümüzde en yaygın görölün şiddet türüdür (Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2011; Toplu-Demirtaş vd., 2013; Türk, Hamzaoğlu ve Yayak, 2020). Yurt dışında gerçekleştirilen araştırmalarda ilişkide psikolojik şiddetin her iki cinsiyette de %90'a varan oranda yaygın olduğu belirtilmektedir (Harned, 2002; Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2011). Türkiye örneklemleri ile gerçekleştirilen çalışmaların da görünüşte benzer sonuçlar verdiği bulunmuştur (Toplu Demirtaş, 2015). Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer tarafından (2022) süregelen bir flört ilişkisine sahip olan 18–25 yaş arasındaki toplam 733 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada kadın ve erkek üniversite öğrencileri flört ilişkilerinde sırasıyla %26 ve %42 oranında cinsel, %44 ve %36 oranında fiziksel şiddet uygulamakta iken %81 ve %75 oranında psikolojik şiddet uyguladıklarını rapor etmişlerdir. Flört ilişkisine sahip üniversite öğrencileri arasında her iki cinsiyette de psikolojik flört şiddeti daha yaygın görölmesine rağmen alanyazında fiziksel ve cinsel flört şiddetine kıyasla psikolojik flört şiddetine yönelik araştırmalarının daha az olduğu görölmemektedir. Bunun sebepleri arasında psikolojik flört şiddeti davranışlarının fiziksel ve cinsel flört şiddeti davranışlarına göre daha az görünür olması ve değerlendirilmesinin daha zor olması belirtilebilir.

Genç Yetişkinlik Döneminde Psikolojik Flört Şiddeti

Ergen ve genç yetişkin ilişkilerine yönelik araştırma alanı son birkaç on yılda artmıştır (Ureña, Romera, Casas, Viejo ve Ortega-Ruiz, 2015) ve bu alanda araştırmalar gelişmektedir (Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve White, 2013). Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve Murray (2018) tarafından 322 Türk üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile gerçekleştirilen çalışmada kadınların %89.3'ü ve erkeklerin %90.5'i flört ilişkisinde psikolojik şiddet biçimlerinden olan partneri kısıtlama, çevresinden ayırma, izleme ve kontrol etme davranışlarını kullandığını bildirmiştir.

Havighurst (1972) tarafından ortaya atılan gelişim görevi kavramına göre, bireylerin yaşamın belli dönemlerinde kazanması gereken ve başarılıldığında ilerleyen dönemlerde mutluluğa yol açan yeni davranış sistemleri yani gelişim görevleri bulunmaktadır. Genç yetişkinlik döneminde kazanılması beklenen gelişim görevleri ise

bir işe başlama, eş seçme, sosyal gruplara dâhil olma ve yakın ilişkiler kurmadır (Baymur, 1994).

Bu dönemi açıklayan bir diğer kuramcı Arnett (2000) tarafından ortaya konulan ‘Beliren Yetişkinlik’ kavramı, ergenlik döneminin sonlarından yirmili yaşlara kadar uzanan, 18–25 yaş aralığını kapsayan bir gelişim dönemidir (Arnett, 2000). Arnett, beliren yetişkinlik döneminin ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinden farklı bir dönem olduğunu belirtmektedir. Çocukluk ve ergenlik dönemi bağımlılığından çıkmış ancak henüz yetişkinlik dönemi sorumluluklarını almayan beliren yetişkinler, bu dönemde aşk, iş ve dünya görüşü olarak keşif sürecindedirler. Bu dönemde gelecek hakkında kesin kararlar henüz verilmemiş olduğundan yaşamdaki olasılıklar oldukça fazladır. Yirmili yaşların sonlarına gelindiğinde genç yetişkinliğe geçişle birlikte seçeneklerdeki çeşitlilik daralır, aşk ilişkisi ve işte kalıcı seçeneklere yönelme görülür (Arnett, 2000).

Bu dönemi Erikson Psikososyal Gelişim Kuramında genç yetişkinlik olarak tanımlamış ve 20–40 yaş aralığını belirtmiştir (Zastrow ve Kirst-Ashman 2015). Erikson’a göre kişilik gelişimi yaşam boyu süren bir süreçtir ve sekiz farklı evreden oluşmaktadır. Her evre gelişime uygun düzeyde bir psikolojik kriz durumunu içermekte ve bu krize verilen tepki benlik gelişiminin olumlu veya olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır. Gelişim döneminde sağlıklı şekilde çözülen psikolojik kriz bireyin benlik bütünlüğünü oluşturmaya izin vermektedir. Erikson, insanlarla kurulan ilişkinin ve sosyal çevrenin psikososyal gelişim için önemli olduğunu belirtmiştir. Erikson’a göre bu dönem birçok insan için değişim zamanıdır (Erikson, 1968). Kurama göre genç yetişkinlik dönemine karşılık gelen evre yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresidir. Bu evre 18–30 yaş aralığındaki ilk yetişkinlik yıllarını kapsamaktadır. Bu dönemde bireylerin temel gelişimsel görevi yakın ilişkiler kurmaktır. Genç yetişkin bireyler sağlıklı yakın ilişkiler kurabilirlerse yakınlık başlayacaktır. Sağlıklı ilişkiler kurulamadığı takdirde dönem yalıtılmışlıkla sonuçlanacak, birey yalıtılmış ve yalnız hissedecektir (Santrock, 2014).

Kuramlar incelendiğinde genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin önemli gelişim görevlerinden birisinin yakın ilişkiler kurmak olduğu görülmektedir. Yakın ilişkilerin özel bir alanını ise romantik ilişkiler oluşturmaktadır (Demir, 2008). Üniversite yıllarına denk gelen bu dönemde romantik ilişki yaşamının, yetişkinlik sorumluluklarına daha iyi uyum sağlayabilmek için gerekli deneyimi edinmek açısından önemli olduğu bilinmektedir (Furjman ve Schaffer, 2003). Aynı zamanda bu dönemde gençlerin

romantik ilişkiyi başlatma ve sürdürme açısından sorunlar yaşayabildiği kaydedilmektedir (Creasey, Kershaw ve Boston, 1999). Üniversite öğrencilerinin üniversitelerde yer alan psikolojik danışmanlık merkezlerine başvurma nedenlerinden en yaygınları arasında romantik ilişkilerinde yaşadıkları sorunlar olduğu bildirilmektedir (Creasey vd., 1999). Karakurt ve Silver (2013) da psikolojik şiddetin gençler arasında daha yaygın görüldüğünü belirtmiştir. Benzer şekilde psikolojik flört şiddeti üzerine Türkiye’de gerçekleştirilen az sayıda araştırma sonucu da, psikolojik şiddetin üniversite öğrencileri arasında yaygın görüldüğünü bildirmektedir (Toplu-Demirtaş vd., 2018).

Uluslararası Flört Şiddeti Araştırması (1989) da çeşitli sebeplerle üniversite öğrencilerindeki flört ilişkilerine odaklanmıştır: Üniversite öğrencilerinden anket yoluyla ekonomik şekilde veri toplanabilmektedir, birçok ülkede üniversite öğrencileri arasında flört ilişkisi yaygın olarak görülmektedir, çok sayıda araştırma sonucuna göre flört eden üniversite öğrencileri arasında fiziksel şiddet oldukça sık meydana gelmektedir, birçok ülkede öğrenci nüfusu oldukça fazladır, üniversite öğrencileri partnerle yakın ilişki kurarken uygun davranış kalıpları geliştirme açısından yaşamlarında biçimlendirici bir dönemdedirler ve bu yaşta edinilen ilişki kalıpları kalıcı özelliktedir (Murphy ve O’Leary, 1989).

Sonuç olarak, beliren yetişkinlik dönemine denk gelen üniversite yılları romantik ilişki kurma ve sürdürme açısından önemlidir. Romantik ilişki deneyimlerinin sık görüldüğü bu dönem psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma açısından da risk oluşturmaktadır. Bu sebeple üniversite öğrencileri ile yürütülen flört şiddeti araştırmalarının önemli olduğu düşünülmektedir.

Psikolojik Şiddeti Normalleştirme ve İlişkide Kalma

Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin flört ilişkilerinde bağlılık düzeyi, ilişki süresi, cinsel yakınlık ve çatışmaları çözme yolları gibi alanlarda yetişkinlik dönemi ilişkilerinden farklı olma eğilimine sahip oldukları bilinmektedir (Furman ve Wehner, 1997; Molidor ve Tolman, 1998). Bu sebeple şiddet dinamiği de farklı özelliklere sahip olabilmektedir (Ureña vd., 2015). Fidan ve Yeşil (2018) tarafından üniversite öğrencileri ile yürütülen çalışmada, öğrencilerin flört ilişkisini yakın ilişki veya birliktelikten ziyade sahip olma ve sahiplenme anlayışıyla değerlendirdiği, taraflardan birinin bu değerlendirmeye sahip oluşunun flört şiddeti için belirleyici bir sebep olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucuna göre kadın öğrenciler maruz kaldıkları şiddeti sosyal

çevre, kendi tutumu veya partnerinin karakter özelliklerine bağlayarak; erkek öğrenciler ise şiddeti sahiplenme olarak değerlendirerek normalleştirmektedir. Ayrıca şiddet sonucunda 5 kadın ve 10 erkek öğrencinin ilişkisini sonlandırdığı ancak ilişkisine devam eden öğrenciler olduğu görülmektedir. Fidan ve Yeşil'e (2018) göre, bu durum öğrencilerin flört şiddetini bilmediği ve önemsemediğinin kanıtıdır. Kaplan (2020) tarafından 18–29 yaş aralığındaki eşcinsel ve heteroseksüel ilişki içerisinde olan beş kadın ve beş erkekle yürütülen nitel araştırma sonucuna göre, flört şiddetinin karşılıklı bir döngüye sahip olduğu, partnerlerin bu döngüyü kanıksayarak ilişkilerine devam edebildiği, kıskançlık ve sahiplenme duygusu ile partner üzerinde kontrol ve güçsallama isteğinin flört şiddetinin ortaya çıkmasına neden olabildiği bulunmuştur.

Kaplan (2020), partnerlerin gerçekleştirilen psikolojik şiddet eylemini sevgi duygusu ile sentezleyebileceğini, bu sebeple psikolojik şiddetin fark edilmesinin zor olacağını ve “sevdiği için yapıyor” veya “bir tartışmayla ilişki bitmez” anlayışıyla hareket edebildikleri için de psikolojik şiddeti göz ardı ederek ilişkiyi sürdürebileceklerini belirtmiştir. Şiddet uygulayan partnerin değişeceğine olan inanç bireylerin şiddete rağmen flört ilişkisinde kalmasının sebeplerinden birisidir. Kaplan (2020) aynı zamanda partnerlerin birbirlerinin özel alanlarını ihlal ederek bunu sevginin bir gereği olarak gördüklerini belirtmiştir. Kadın öğrenciler fiziksel şiddet dışındaki flört şiddeti türlerini sevginin bir sonucu olarak görmekte, erkek öğrenciler ise fiziksel şiddet unsurlarını uyarı bağlamında görmektedir (Kaplan, 2020). Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen diğer bir araştırma sonucuna göre üniversite öğrencileri flört ilişkilerinde psikolojik şiddet türlerinden en fazla kıskançlığı deneyimlemekte ve kıskançlık, sevginin bir göstergesi olarak istenen bir davranış olarak değerlendirilmektedir (Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve Fincham, 2017).

UNICEF (2000) fiziksel şiddetin daha görünür olduğunu fakat psikolojik şiddetin etkilerinin daha yavaş ortaya çıktığını ve etkisinin fiziksel şiddet kadar derin olabildiğini belirtmiştir. Psikolojik şiddet partneri güçsüz hissettirme ve zihinsel olarak yıpranmaya maruz bırakma gibi gözlemlenmesi daha zor sonuçlara neden olduğu için raporlanması ve tanımlanması da o kadar zor olabilmektedir. Ankara'da iki yüksekokulun hemşirelik bölümü öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışma sonucuna göre öğrencilerin ilişki içerisindeki psikolojik şiddet davranışlarını şiddet olarak görmedikleri, yalnızca fiziksel şiddeti “şiddet” olarak algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır (Aslan vd., 2008). Ayrıca psikolojik şiddete maruz kalan birey, ilişkide meydana gelen bir olay karşısında kendisini suçlama eğilimine sahip olabilmekte, yetersiz ve sevilmez olduğuna inanabilmektedir

(Engel, 2003). Bu durum bireylerin şiddetin varlığını göz ardı etmesine ve ilişkide kalmayı sürdürmesine neden olan faktörlerdendir.

İlişki içerisinde çoğunlukla sorun çözme yöntemi olarak kullanılan şiddet, karşı karşıya kaldıklarında bireylerde utanç ve korku duyguları uyandırabilmekte veya bu davranışlar normal olarak kabul edilebilmektedir. Bu durumda bireyler maruz kaldıkları şiddeti gizleme eğilimine girebilmektedir (Kalkan, 2008). Benzer şekilde Duman (2019), 85 katılımcı ile ilişkide psikolojik istismar davranışını değerlendirdiği çalışmasında katılımcıların orta düzeyde istismar davranışına maruz kaldıkları sonucunu elde etmiş, ilişkide psikolojik istismara maruz kalan katılımcıların %51.28'i ise psikolojik istismar farkındalığını kendilerine uygulanan anket yoluyla kazandıklarını belirtmişlerdir. Psikolojik istismarın belirtilerinin çoğunlukla gözle görülür olmaması bu istismar türünün yıllarca fark edilmeden saklı kalmasına neden olabilmektedir.

Özetle, psikolojik flört şiddeti belirtilerinin fark edilmesinin zor olduğu, ilişki içerisinde psikolojik şiddete maruz kalan bireylerin şiddet davranışlarını anlamlandırmakta zorlandığı ve bu bireylerin çeşitli sebeplerle ilişkide kalmaya devam edebildiği anlaşılmaktadır.

Cinsiyet Değişkeni

Flört şiddeti karşılıklı bir döngüye sahiptir (Kaplan, 2020) ve hem kadın hem de erkekler şiddete maruz kalmaktadır (Karakurt ve Silver, 2013). Swan Gambone, Caldwell ve Sullivan (2008) kadın ve erkeklerin eşdeğer oranda fiziksel ve psikolojik şiddete maruz kaldığını belirtmektedir. Psikolojik şiddet üzerine yapılan ilk çalışmalarda kadınların erkeklere göre daha yüksek mağduriyet oranı gösterdiği bulunmuş (Shepard ve Campbell, 1992) olmasına karşın son dönem çalışmalar erkek ve kadınların benzer mağduriyet oranlarına sahip olduğunu (Archer, 2000; Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2022; Seçim, 2019; Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2011) göstermektedir. Shorey ve arkadaşları (2012) ise üniversite öğrencisi erkekler arasında daha fazla cinsel şiddet görüldüğünü ancak psikolojik ve fiziksel saldırganlığın kadın ve erkekler arasında benzer seviyelerde olduğunu belirtmektedir.

Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer tarafından (2011) 834 lisans ve yüksek lisans öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada şiddeti uygulama ve maruz kalma oranlarının cinsiyete göre dağılımı incelenmiş ve benzer oranlara sahip oldukları bulunmuştur (Şiddete maruz kalma için %36.7 kadın, %39.4 erkek; şiddet uygulama için

%43.1 kadın, %40.1 kadın). Seçim (2019) tarafından 128 lisans öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmada ise, genç yetişkinler arasında tüm yaş düzeylerinde en fazla görülen şiddet türünün psikolojik şiddet içerisinde yer alan değersizleştirme olduğu, kadın ve erkek oranlarının benzer olduğu bildirilmiştir.

Yaş ve cinsiyet değişkenini birlikte değerlendiren Karakurt ve Silver (2013) genç ve yaşlı kadınların istismara uğrama oranlarının benzer olduğunu bildirmektedir. Yaşları 18–65 arasında olan 1152 kadın ile gerçekleştirilen bir diğer araştırma sonucuna göre ise, psikolojik şiddetin yaş ve ırk ile anlamlı bir ilişkisi bulunmamıştır (Karanis, 2016). Ancak kadınların uyguladıklarını belirttikleri flört şiddetinden daha azını uygulayıp maruz kaldıklarını belirttiklerinden daha fazla şiddete maruz kaldıklarını, erkeklerin ise tam tersini gerçekleştirdiklerini belirten araştırma bulguları da mevcuttur (Hamby, 2005; Krahe ve Berger, 2005). Dolayısıyla psikolojik flört şiddeti uygulama konusunda da tıpkı flört şiddetinin genel yapısında olduğu gibi farklı araştırma sonuçları bulunmaktadır. Psikolojik flört şiddeti uygulama ve maruz kalma boyutlarını cinsiyet düzeyine göre karşılaştıracak araştırmaların artması gerektiği düşünülmektedir.

Psikolojik Flört Şiddeti Teorileri

Flört ilişkisi kişilerarası ilişki türlerinden birisidir. Dolayısıyla disiplinler arası ve karmaşık yapısından dolayı psikolojik flört şiddeti tek bir teori ile değil, yaygın kabul gören farklı kuramlar ile açıklanmaktadır. Bu kuramlar arasında Bağlanma Kuramı (Bowlby, 1969), Çatışma Kuramı (Straus, 1979), Davranış Kuramı (Bell ve Naugle, 2008), Feminist Kuram (Dobash ve Dobash, 1979) ve Sosyal Öğrenme Kuramı (Bandura, 1971) bulunmaktadır. Bu kısımda, sırasıyla flört şiddetini açıklamaya yardımcı olabilecek kuramsal görüşlere değinilecektir.

Bağlanma Kuramı. Bağlanma Teorisi, John Bowlby (1907–1991) ve Mary Salter Ainsworth'un (1913–1999) ortak çalışmasına dayanmaktadır (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Bilgi işleme, etoloji, gelişim psikolojisi, psikanaliz, sibernetik alanlarının kavramlarından yararlanan Bowlby, teorinin temel ilkelerini ortaya atmış, Ainsworth ise yenilikçi metodoloji ile teorinin gelişiminde yardımcı olmuş ve “güvenli bağlanma figürü” kavramına katkıda bulunmuştur. Ainsworth ve Bowlby'e (1991) göre bağlanma, bireyin özellikle zorlayıcı durumlar karşısında yaşamındaki önemli kişilerle yaklaşması

ve bu yakınlığı sürdürmesi ile karakterize olan bir bağıdır. Bowlby'e (1982) göre bağlanma, doğal ve sağlıklı bir işlevi yerine getirmektedir.

Bağlanma Kuramına göre Bowlby (1969), bir bebeğin sosyal ve duygusal gelişimini sağlaması ve özellikle duygularını yönetebilme becerisini öğrenebilmesi için birincil bakım verenlerden en az biri ile güvenli bir ilişki geliştirmesi gerektiğini belirtmiştir. Bakım verenle kurulan ilişkinin aynı zamanda çocuğun çevreyi keşfedebilmesi ve başkalarıyla nasıl iletişim kurulacağını öğrenebilmesi için de gerekli olduğunu belirtmiştir (Bowlby, 1969). Bu keşif esnasında çocuk bakım verenini koruyucusu ve “güvenli üs” (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 2015) olarak görmektedir (Bowlby, 1969). Çocukluktaki erken deneyimler olumluysa bireyin yetişkinlikte güvenli yakın ilişkiler geliştirmesi beklenmektedir. Bu durumda çocuk, kendisinin kabul edilebilir ve seilmeye layık olduğu, diğerlerinin ise sevgi ve bakım sağlamak açısından hassas olabileceğine ilişkin inanç geliştirir (Crawford ve Wright, 2007). Eğer erken deneyimler olumsuzsa yani birincil bakım veren çocuğa sert davranır, onu reddeder, ihmal veya istismar ederse veya aşırı derecede kontrol etme eğiliminde olursa, bireyin yetişkinlikte güvensiz bağlanma geliştirmesi ve hatta hem kendisi hem de çevresi için zihninde olumsuz şemalar geliştirmesi olasıdır (Bowlby, 1969). Güvensiz bağlanma, kaygılı ve kaçınan bağlanma olmak üzere ikiye ayrılmakta; kaygılı bağlanma, reddedilme ve terk edilme korkusunu yansıtmakta iken kaçınan bağlanma, yakınlık ve bağ kurmaktan rahatsız olmayı içermektedir. Türkiye'deki 322 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen bir çalışmada kaygılı bağlanma türü ile psikolojik flört şiddeti arasında anlamlı ilişki olduğu ve kaygılı bağlanma türünün kontrol davranışı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Toplu-Demirtaş vd., 2018). Dolayısıyla bakım verenin erken dönemde çocuğa yönelik olumsuz yaklaşımları, çocuğun güvenli ilişki geliştirebilmesini zorlaştırır ve bu durumda duygularını yönetebilme becerisini öğrenmekte zorlanması nedeniyle ilerleyen dönemde bireyde duygu düzenleme becerisindeki eksikliğe ve sağlıklı iletişime neden olabilir (Ainsworth vd., 2015) ve bu durum partner şiddeti olasılığını artırabilir (Dutton, 1995).

Geç ergenlik dönemindeki 140 kadın üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen bir araştırma sonucuna göre güvensiz bağlanma yönelimi olan bireyler, bağlanma figürleriyle yaşadıkları çatışmaları yönetmekte zorlandıklarını bildirmişlerdir (Creasey vd., 1999). Ayrıca yetişkin bağlanması üzerinde çalışan Hazan ve Shaver (1987) da, bireyin çocuklukta geliştirdiği bağlanma türünün yetişkinlik dönemindeki yakın ilişkilerini açıkladığını belirtmiştir (Shaver ve Hazan, 1987). Benzer şekilde Dutton (1995) da erken

dönemde güvensiz bağlanmaya sahip olan insanların şiddet açısından risk altında olduğunu belirtmiştir. Dutton (1995) ayrıca, erken deneyimler sonucu edinilen bağlanma kalıpları sabit görünmesine rağmen yeni deneyimlerin bağlanma kalıplarını değiştirebileceğini öne sürmüştür.

Dolayısıyla bağlanma figürü ile yaşanan iletişim sorunlarının bireylerin partnerleriyle kurdukları bağlanma türünü ve dolayısıyla yerleşmiş iletişim kalıplarını da tetikleyerek flört şiddetine neden olabileceği ancak partnerle kurulacak sağlıklı ilişkinin güvenli bağlanmaya yönelik yeni kalıpların gelişmesini sağlayabileceği anlaşılmaktadır.

Çatışma Kuramı. Straus (1979) tarafından ortaya konan Çatışma Teorisi aynı zamanda Güç Teorisi olarak da bilinmektedir. Çatışma Teorisi'ne göre evlilik ilişkisi içerisinde kadın ve erkek arasındaki güç dengesizliği çatışmaya neden olmakta ve bu çatışma bağlamında taraflar partner şiddetine yönelmektedir. Taraflar sağlıklı iletişim kurmak yerine çatışmayı bir çıkış yolu olarak görebilmektedirler. Çatışma ile birlikte şiddetin kabul edilmesi, görmezden gelinmesi, şiddete yönelik inançlar ve cinsiyet eşitsizliği bir araya geldiğinde flört şiddeti riski artmaktadır. Cinsiyet eşitsizliği ve güç dengesizliğinin flört şiddetine sebep olduğu bilinmesine rağmen toplumsal cinsiyet yapısının göz ardı edilmesinden dolayı kuram feministler tarafından eleştirilmektedir (Murray A Straus, 2017; Toplu-Demirtaş vd., 2018).

Davranış Kuramı-Bağlamsal Çerçeve. Flört şiddetini anlamaya yönelik son dönemde ortaya atılan teorilerden birisi olan Bağlamsal Çerçeve (Bell ve Naugle, 2008), Myers'in (1995) davranış ilkelerine dayanmaktadır. Bu teori, Sosyal Öğrenme Kuramı, Arka Plan-Durumsal Model ve Analitik Davranış Kuramı (Myers, 1995) gibi önceki kuram ve modelleri bütünleştirmiştir. Kuram; fiziksel, psikolojik ve cinsel flört şiddetini hem uygulama hem de maruz kalma boyutları ile açıklamayı amaçlayan bir model sunmaktadır. Buna göre ayrımcı uyarılar, öncüller, motive edici faktörler, genetik arka plan, şiddet türü, sonuçlar gibi şiddetle alakalı olabilecek mikro ve makro düzeyde çeşitli bağlamlar bulunmaktadır. Bu bağlamsal birleşmeler flört şiddeti yaşanması ihtimalini artma ya da azalma açısından değerlendirme imkânı sunmaktadır. Model oldukça detaylı olmasından dolayı deneysel olarak test edilememektedir (Bell ve Naugle, 2008).

Feminist Kuram. En eski kuramlardan birisi olan Feminist kuram, ilişkilerin geliştiği sosyokültürel bağlamı inceleyerek ilişkideki şiddet olgusunu anlamaya çalışmaktadır. Bu teoriye göre bireyler, toplum tarafından tanımlanmış olan ve bireylere çocukluktan itibaren öğretilen toplumsal cinsiyet rollerine göre sınıflandırılmaktadır (Bell ve Naugle, 2008). Kısacası Feminist Teori (Dobash ve Dobash, 1979), ataerkil yapının flört şiddetinin temeli olduğunu belirtmektedir. Kurama göre toplum tarafından atanan cinsiyet rolleri kadın ve erkekler arasında güç dengesizliği yaratmakta ve bu durum ilişkilerde çoğunlukla erkek egemenliği ve kadın bağımlılığı ile kendini göstermektedir. Bu durumda gücünü ve ayrıcalığını sürdürmek ve korumak amacıyla erkekler şiddet de dâhil olmak üzere farklı yollara başvurmaktadır. Kuram, yakın ilişki şiddetinin içinde bulunulan sosyokültürel yapıdan kaynaklandığını belirten kapsamlı bir kuramdır (Shorey, Cornelius ve Bell, 2008). Bu kuramın savunucuları “kadınları şiddete maruz bırakılan, erkekleri ise fail olarak” kavramsallaştırdıkları için eleştirilmişlerdir (Dobash ve Dobash, 1979). Günümüzde flört şiddetine yönelik gerçekleştirilen çeşitli araştırmalar şiddete maruz kalma açısından kadın ve erkeklerin benzer mağduriyet oranlarına sahip olduğunu belirtmektedir (Sabina ve Straus, 2008). Feminist bakış açısı tarihsel olarak önce evlilik ve flört ilişkilerindeki fiziksel şiddeti, son zamanlarda ise psikolojik şiddeti açıklamak için kullanılmaktadır (Dobash ve Dobash, 1979). Bu tez çalışmasında da Türkçe uyarlamasının kullanıldığı, Murphy ve Hoover (1999) tarafından gerçekleştirilen psikolojik flört şiddetine yönelik ölçek çalışmasının hipotezinde yer alan faktörler de hem Feminist kuram hem de Davranışsal kuram göz önüne alınarak belirlenmiştir (Murphy ve Hoover, 1999).

Sosyal Öğrenme Kuramı. Bandura (1971) tarafından ortaya konan Sosyal Öğrenme kuramı, davranışların taklit ve gözlem yoluyla kazanıldığını belirtmektedir. Bandura (1986), ergenlerin kendisi için önemli olan kişilerin davranışlarının sonuçlarını gözlemleyerek partner şiddetini öğrendiğini savunmaktadır. Bununla birlikte şiddet davranışına ilişkin olumlu sonuç gözlemlenmediğinde dahi öğrenmenin gerçekleşebildiğini belirtmiştir. Çevreden gözlem veya taklit yoluyla öğrenilen bu davranışlar klasik veya edimsel koşullanmanın bir ilkesi olan pekiştirme yoluyla kalıcı hale gelmektedir (Bandura, 1971). Sosyal öğrenme kuramının nesiller arası aktarım ilkesine göre kişinin ebeveynleri arasındaki şiddete tanık olması ya da şiddeti deneyimlemesi, yetişkinlik döneminde ilişkisinde flört şiddeti uygulama veya maruz kalma ihtimalini artırmaktadır (Bandura, 1973). Murray ve Sarah (2005) tarafından 17

ülkedeki üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmada, çocuklukta ihmale maruz kalma ile flört ilişkisinde partnerine saldırgan davranışı arasında pozitif korelasyon bulunmuştur. Aynı çalışmada, flört şiddetinin yaygın görüldüğü üniversitelerde ihmal edilme ve şiddet uygulama arasındaki bağlantının daha güçlü olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Straus ve Savage, 2005). Türkiye’de ise Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer (2021) tarafından flört eden üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, anneden babaya yönelen psikolojik saldırganlığa daha fazla tanık olan kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik saldırganlığı daha kabul edici bir tutuma sahip olma eğiliminde oldukları ve bunun sonucunda partnerlerine karşı daha fazla psikolojik saldırganlık uyguladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Baş, Baş, Karatay ve Karatay (2018) tarafından 500 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada ise, çocukluk döneminde şiddete maruz kalanların, şiddete tanıklık edenlerin ve duygusal ilişkisinde şiddete maruz kalanların daha fazla flört şiddeti uyguladığı sonucuna ulaşılmıştır. Özetle, sosyal öğrenme teorisine göre yakın ilişki şiddetinde aile faktörü önemlidir. Ailenin yanı sıra yakın ilişki şiddeti medya ve akran etkisi gibi dış kaynaklardan da öğrenilebilmektedir (DeKeseredy ve Dragiewicz, 2007). Feminist kuramda olduğu gibi sosyal öğrenme kuramı da öncelikle evlilik ve flört ilişkisindeki fiziksel şiddeti açıklamış, son zamanlarda ise psikolojik şiddeti açıklamaktadır.

Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği Kullanılarak Gerçekleştirilen Çalışmalar

Bu bölümde 2015 yılı ve sonrasında bu araştırmada da psikolojik flört şiddetini ölçmek amacıyla kullanılmış olan Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği’nin kullanıldığı araştırmalara sırayla yer verilmiştir.

Gökkaya (2022) tarafından Türk kültürüne uygun bir flört şiddeti ölçeği geliştirmenin amaçlandığı çalışmanın katılımcı grubunu 18–30 yaş arasındaki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma sürecinde hem nitel hem de nicel analiz gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analizler sonucunda 28 madde ve dört alt boyuttan oluşan beşli sıklık tipi derecelendirmeye sahip geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı elde edilmiştir. Ayrıca katılımcılardan elde edilen nitel veriler analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin fiziksel flört şiddeti davranışına şahit oldukları, fiziksel flört şiddeti uyguladıkları ve fiziksel flört şiddetine maruz kaldıkları; istemediği halde öpme, sarılma, ilişkiye zorlama, cinsel istekliliği/isteksizliği eleştirme gibi cinsel flört şiddeti

davranışlarına şahit oldukları ve bunlara maruz kaldıkları; öğrencilerin fiziksel ve cinsel şiddete göre duygusal şiddet davranışı örneklerini daha fazla verdikleri, bu sebeple duygusal flört şiddetine yönelik ölçek maddelerinin daha fazla olduğu, aynı zamanda katılımcıların duygusal şiddet uyguladıkları, maruz kaldıkları ve buna tanık oldukları bulguları elde edilmiştir.

Mercan (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada lezbiyen, gey ve bi+seksüel bireylerdeki pozitif ve negatif duygular, psikolojik flört şiddetine maruz kalma, içselleştirilmiş homofobi, bilişsel esneklik ve psikolojik şiddete başvurma arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini toplam 522 LGB+ birey oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda psikolojik flört şiddetine başvurma oranı %88, psikolojik flört şiddetine maruz kalma oranı ise %87.8 olarak bulunmuştur. Araştırmanın diğer bir bulgusu ise eşcinsel ve bi+seksüel bireyler arasında psikolojik flört şiddeti uygulama açısından anlamlı fark bulunmamış olmasıdır. Ayrıca bilişsel esneklik, pozitif duygular ile psikolojik saldırganlığa başvurma arasındaki ilişkiye; içselleştirilmiş homofobi ise negatif duygular ile psikolojik saldırganlığa başvurma arasındaki ilişkiye tam aracılık yapmaktadır. Buna göre araştırmada pozitif duygular ve bilişsel esneklik psikolojik saldırganlığa başvurmada koruyucu faktörler olarak, negatif duygular ve içselleştirilmiş homofobi ise psikolojik saldırganlığa başvurmada risk faktörleri olarak açıklanmıştır.

Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada Çatışma Taktikleri Ölçeği-Yetişkin versiyonunun psikolojik saldırganlık alt ölçeğinin faktöriyel geçerliğini değerlendirmek, psikolojik flört şiddeti yaygınlığı ile psikolojik flört şiddetinde cinsiyet farklılıklarını araştırmak ve ebeveynler arası psikolojik şiddete tanık olma ile psikolojik flört şiddeti uygulama arasındaki ilişkide cinsiyet moderatörlüğünde psikolojik şiddeti kabulün aracı rolünü açıklamak amaçlanmıştır. Belirtilen amaçlardan ilki için 275 üniversite öğrencisinden, ikinci ve üçüncü amaçlar için ise süregelen bir flört ilişkisi olan 1015 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Araştırma sonucunda Çatışma Taktikleri Ölçeği-Yetişkin versiyonunun psikolojik saldırganlık alt ölçeğinin faktöriyel geçerliliği ve güvenilirliği yeterli düzeyde bulunmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen diğer bir bulguda ise, psikolojik şiddet türlerinden kısıtlayıcı içe kapanma (kadınlar için %85.8 ve erkekler için %80.3) ve düşmanca geri çekilmenin (kadınlar için %96.3 ve erkekler için %91.1) yaygınlığında cinsiyet farkları ortaya çıkmıştır. Ayrıca gerçekleştirilen yönlendirilmiş aracı değişken analizi sonucunda, anneden babaya yönelen psikolojik saldırganlığa daha fazla tanık olan kadın üniversite

öğrencilerinin psikolojik saldırganlığı daha kabul edici bir tutuma sahip olma eğiliminde oldukları ve bunun sonucunda partnerlerine karşı daha fazla psikolojik saldırganlık uyguladıkları bulgusuna ulaşılmıştır.

Baghtiari tarafından 2019 yılında gerçekleştirilen araştırmada infertilite (kısırlık) tedavisi gören ve infertilite tedavisi görmeyip çocuk sahibi olan kadınların tedavi öncesi ve tedavi sürecinde eşleri tarafından duygusal istismara maruz kalma durumları ile cinsel yaşam kaliteleri arasındaki ilişki açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 50 fertil ve 50 infertil olmak üzere toplam 100 evli kadın oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda kısırlık tedavisi alan kadınların bu tedaviyi almayan kadınlara göre daha çok duygusal istismar uyguladıkları ve aynı zamanda daha çok duygusal istismara maruz kaldıkları, cinsel yaşam kalitelerinin de daha düşük olduğu bulunmuştur. Kısırlık tedavisi gören kadınlardan lise ve altında eğitim düzeyine sahip olanların, lisans ve üstü düzeyde eğitime sahip olanlardan daha çok duygusal istismara maruz kaldığı ve cinsel yaşam kalitelerinin de daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Kısırlık tedavisi görmeyen kadınların ise eğitim düzeyine göre duygusal istismara maruz kalma puanları arasında fark bulunmamıştır ancak lise ve altı eğitim düzeyine sahip kadınların cinsel yaşam kalitesinin lisans ve üstü eğitim düzeyine sahip kadınlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kısırlık tedavisi gören ve görmeyen kadınlardan oluşan her iki grupta da cinsel yaşam kalitesi düştükçe duygusal istismar uygulama ve duygusal istismara maruz kalma durumlarında artış yaşandığı sonucu elde edilmiştir.

Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve Murphy (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın amacı, Murphy ve Hoover tarafından 1999 yılında geliştirilmiş Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği'nin (Multidimensional Measure of Emotional Abuse-MMEA) Türk örneklemine uyarlanmasıdır. Analizler sonucunda, uyarlanan ölçeğin üniversite öğrencileri arasındaki psikolojik flört şiddeti uygulamayı ve maruz kalmayı ölçmek amacıyla kısa ancak kapsamlı, çok boyutlu ve psikometrik olarak Türk örneklemine uygun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucu elde edilmiştir. Uyarlanan ölçek, orijinal ölçekteki gibi 56 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırma sonucunda ayrıca güvensiz bağlanmaya sahip üniversite öğrencilerinin partnerlerini izlemek ve sınırlandırmak amacıyla kontrol edici davranışları kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen diğer bulgular ise kaygılı bağlanma ile psikolojik flört saldırganlığının ilişkili olduğu, hem psikolojik flört şiddeti uygulama hem de psikolojik flört şiddetine maruz kalma ile ilişki

doyumunu arasında negatif yönde korelasyon olduğu ve psikolojik flört şiddetinin fiziksel flört şiddeti ve güvensiz bağlanma ile arasında pozitif yönde korelasyon olduğudur.

Akılcı Olmayan İnançlar

Akılcı olmayan inançlar kavramı, Albert Ellis tarafından ortaya konulan Akılcı Duygusal Davranış Terapisinin bir kavramı olarak karşımıza çıkmaktadır. Ellis (1955) psikanalizin etkililiği ve süresinden duyduğu memnuniyetsizlik sonucunda günümüzde Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi olarak bilinen Akılcı Duygusal Terapiyi geliştirmiştir. Ellis kuramını oluştururken Stoik Filozof Marcus Aurelius'un yazılarından, Epiktetüs'ün "İnsanları rahatsız eden şey yaşadıkları olaylar değil, insanların o olaylara bakış açısıdır." görüşünden ve Karen Horney'in ortaya attığı "zorunlulukların zorbalığı" kavramından etkilenmiştir (David, Lynn ve Ellis, 2010; Dryden, 2022; Ellis, 1979).

Akılcı Duygusal Davranış Terapisi bilişsel, duygusal ve davranışsal teknikleri birleştiren eklektik bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım, sağlıklı duyguları ortaya çıkartan akılcı inançlarla insanların katlanılamayan veya ihtiyaç anında ifade edilemeyen öfke, anksiyete ve depresyon gibi sağlıksız duygularını ortaya çıkartan akılcı olmayan inançlar arasındaki farkı kapsayan bir yaklaşımdır (David vd., 2010). Bu terapi kuramının ana fikri, bireylerin uygun olmayan davranışlarının nedeninin olaylar değil inançlar olduğudur. Buna göre duygular düşüncelerden kaynaklanmakta, duygusal işlev bozuklukları ise akılcı olmayan-irrasyonel inançlar sonucunda ortaya çıkmaktadır (Bridges ve Harnish, 2010).

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi, insanların doğuştan akılcı yani mantıklı veya mantıklı olmayan yani hatalı biçimde düşünme potansiyeli ile dünyaya geldikleri varsayımına sahiptir. Buna göre insanlar, kendini korumak, sevmek, ilişki kurmak, kendini gerçekleştirmek için doğal bir yatkınlığa sahipken kendini suçlamak, mükemmeliyetçilik, potansiyelini kullanmaktan kaçınma gibi zorlayıcı eğilimlere de sahip olabilmektedir (Corey, 2015). Varsayımına göre insanlar akılcılık ve mantıksızlık arasında orta noktada yer alırken aslında irrasyonelliğe eğilimlidirler. Buna rağmen insanlar rasyonalite yeteneğine de sahiptir (Dryden, 2022). Bu yaklaşım kuramın insancıl yanını göstermektedir.

Ellis, David ve Lynn (2010) akılcı inançların mantıklı, kanıtlanabilir ve pragmatik özelliklerine sahip olduğunu, bir inancın akılcı olması için üçüne de sahip olmasına gerek olmadığını ancak en azından birine sahip olması gerektiğini belirtmiştir. Bu nedenle rasyonel ve irrasyonel terimleri, felsefik veya mantıksal bir tanımlamadan ziyade

psikolojik bir tanımlamayı ifade etmektedir (David vd., 2010). Akılcı Duygusal Davranış Terapisinde rasyonellik, bir kişinin inançlarını belirten bir kavramdır. Psikolojik sağlığın özünde yer alan rasyonel inançlar esnek, gerçeklikle tutarlı, mantıklı, ilişkiyi ve benliği geliştirici yapıdadır. Psikolojik rahatsızlığın temelinde yer aldığı düşünülen irrasyonel inançlar ise katı, geçeklikle tutarsız, mantıksız, ilişkiyi ve benliği yıpratıcı yapıdadır (Dryden, 2005).

Ellis, rasyonel inançları; uyum sağlayıcı, sağlıklı, pozitif ve fonksiyonel, irrasyonel inançları ise mantıklı, kanıta dayalı ve pragmatik yapıda olmayan inançlar olarak ifade etmektedir. Akılcı olmayan inançlar sağlıksız, fonksiyonel olmayan ve uyumsuz inançlar olarak da bilinmektedir. Fonksiyonel-fonksiyonel olmayan terimleri inançlar için, uyumlu-uyumsuz terimleri inançlara yönelik davranışsal sonuçlar için ve sağlıklı-sağlıksız terimleri inançlara yönelik duygusal sonuçlar için kullanılmaktadır. Kısacası, fonksiyonel inançlar çevreye uyumlu davranışlar ve sağlıklı duygular ile karşımıza çıkmakta iken fonksiyonel olmayan inançlar ise çevreye uyumsuz davranışlar ve sağlıksız duygular ile karşımıza çıkmaktadır (David vd., 2010).

Ellis (1962, 1994) Akılcı Duygusal Davranış Teorisi'nde dört tür rasyonel inanç olduğunu belirtmiştir. Bunlar: esnek tercihler ("Onaylanmak istiyorum ancak onaylanmak zorunda değilim."), felaketleştirici olmayan inançlar ("Onaylanmamak kötüdür ancak bu durum dünyanın sonu değildir."), hayal kırıklığına karşı yüksek tolerans ("Onaylanmamakla yüzleşmek zordur ancak buna tahammül edebilirim.") ve kabul inançlarıdır (Koşulsuz kendini kabul, "Onaylanmadım ancak değersiz değilim. Onaylanabilen, onaylanmayan, tarafsız davranılabilen, hata yapabilen bir insanım."; koşulsuz diğerlerini kabul, "Beni onaylamadın ancak kötü bir insan değilsin. Aksine, iyi, kötü, tarafsız davranabilen, hata yapabilen bir insansın."; koşulsuz yaşam kabulü, "Onaylanmadığım yaşam koşulları benim için zor ancak hayat o kadar kötü değil. Hayat iyi, kötü ve tarafsız olayların yaşandığı karmaşık bir karışımdır.") (Dryden, 2005).

Ellis, iç konuşmalar yoluyla bireylerin kendilerine bir değer atfettiklerini ve bu yolla kendi kendilerini etkilediklerini ve pek çok duygusal rahatsızlığın temelinde ise kendini suçlamanın olduğunu belirtmektedir (Corey, 2015). Ellis özellikle üzüldüğümüzde ortaya çıkan katı zorunluluk ifadelerinin olduğunu ve bunların zorlayıcı duygulara ve işlevsel olmayan davranışlara yol açtığını belirtmektedir (Ellis, 1994). Bireylerin önemli tercihlerini belirten ifadeler katı hale geldiğinde taleplere ve daha sonra 'mutlak'lara dönüşmektedir (Dryden, 2022).

Ellis ve Beck, etkisiz olan ve insanları rahatsız eden aşırı genelleme, felaketleştirme, kişiselleştirme ve sonuçları atlamayı içeren 11 adet akılcı olmayan inanç listelemiş ve daha sonradan bunları dört kategori altında toplamıştır (Bridges ve Harnish, 2010; David vd., 2010; Dryden, 2005). Bu kategoriler; katı talepler (talepkarlık), felaketleştirici inançlar (felaketleştirme), hayal kırıklığına karşı düşük tolerans ve değer kaybı inançları (küresel değerlendirme) olarak belirtilmiştir (Bridges ve Harnish, 2010; Dryden, 2005; Ellis, 2011).

Talepkarlık: Akılcı Duygusal Davranış Terapisindeki temel akılcı olmayan inanç talepkarlıktır (Bernard ve Cronan, 1999). Bu kavram, karşılanması zorunluluk ve mutlakiyet belirten gereksinimlere yönelik inancı ifade etmektedir (Bridges ve Harnish, 2010). Ellis (2011) talepkarlığı, bireylerin yaşama yönelik taleplerinin katı biçimde yerine gelmesi gerektiğine ve bu gerçekleşmezse yaşamlarında büyük bir trajedi olacağına yönelik inançları olarak açıklamaktadır. Kurama göre diğer işlevsiz tutumlar ve çarpık bilişler bu katı inançtan türemektedir (Dryden, 2022).

Felaketleştirme: Felaketleştirme kavramı, olumsuz bir olayın olması gerekenden daha kötü olarak değerlendirilmesi anlamına gelmektedir (Bridges ve Harnish, 2010). Ellis (2011)'e göre ise felaketleştirme, uygun olmayan, rahatsız edici bir durumun birey tarafından berbat, katlanılamaz, korkunç olarak değerlendirilmesidir. Buna göre bireyler durumun kötü olduğuna ve daha da kötüye gidemeyeceğine inanmaktadır (Dryden, 2022).

Hayal kırıklığına karşı düşük tolerans: Bu kavram, bireylerin gerçekleşmesini istemediği belirli koşullara katlanmanın mümkün olmadığına yönelik inancını ifade etmektedir. Akılcı olmayan bu inanca sahip bireyler, istemedikleri koşulları barındıran bir durumu dayanılmaz olarak değerlendirmektedir (Bridges ve Harnish, 2010). Buna göre bireyler karşılaştıkları veya yüzleşmek üzere oldukları sıkıntılara dayanamayacaklarını düşünürler (Dryden, 2022).

Küresel değerlendirme: Bu inanç, bireylerin kendisi ve dünya hakkındaki yaygın olumsuz değerlendirmelerini tanımlamaktadır (Bridges ve Harnish, 2010; Dryden, 2022). Bu inanca sahip birey kendisini, başkalarını veya yaşadığı çevreyi lanetlemekte ya da kendisi ve başkalarına benlik düşürücü değer biçmekte, yaşadığı dünyayı tamamen berbat olarak değerlendirmektedir (Ellis ve Dryden, 1997).

Kurama göre dört kategoride değerlendirilen bu irrasyonel inançlar, Ellis tarafından depresyon ve anksiyete dâhil olmak üzere (Chadwick, Trower ve Dagnan, 1999; Haaga, Dyck ve Ernst, 1991), duygu ve davranış bozukluklarında temel etiyolojik faktörler olarak kabul edilmektedir (Bridges & Harnish, 2010). Depresif ve endişeli

bireyler, bu inançlar sebebiyle deneyimlerini sürekli olarak olumsuz şekilde yorumlamakta ve sistematik olarak olayların anlamını çarpıtmaktadır (Lefebvre, 1981).

Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar

Dönem olarak, 22–40 yaşları arasını genç yetişkinlik dönemi olarak değerlendiren Levinson (1986), bu dönemin kendine özgü özellikleri olduğunu belirtmektedir. Bu dönemdeki genç yetişkin bireyler eş seçme, meslek seçme, hedef belirleme gibi çeşitli seçimler yapmakta ve hem bireysel hem de toplumsal beklentileri karşılamak için çabalamaktadır. Bu durum bireyde strese neden olabilmekte ve beklentileri karşılama konusunda zorlanan birey ise hayal kırıklığına uğrayabilmektedir (Aktu, 2016). Genç yetişkin bireylerin, yaşadıkları deneyimlere farklı anlamlar yüklemesi ve zorluklara çözüm bulamaması, bu bireylerin geleceğe umutsuz yaklaşmasına neden olabilmektedir (Şahin, 2009). Bu dönemin en önemli gelişim görevleri arasında yakın ilişkiler yer almaktadır (Arnett, 2000). Yakın ilişkiler kapsamındaki romantik ilişkilerin üniversite dönemindeki bireylerin yaşamında önemli bir yer kapladığı bilinmektedir (Collins, 2003; Demir, 2008). Willoughby (2010) bireylerin romantik ilişki inançlarının çoğunlukla ciddi birliktelikler kurmadan önceki dönemde, flört aşamasında iken yerleştiğini belirtmektedir. Benzer şekilde Küçükarslan (2011), romantik ilişki içerisindeki bireylerin ilişkiye yönelik inançlarının, ilişkinin başlamasını, gelişimini ve ilişkinin niteliğini önemli düzeyde etkilediğini belirtmiştir (Küçükarslan, 2011).

İlişki inançları; bireylerin ilişkide yaşanan olayları algılama şekilleri, ilişkiden beklentileri ve ilişkinin nasıl olması gerektiğine yönelik düşüncelerinden oluşmaktadır (Addis ve Bernard, 2002). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan ilişki inançları ise; bireyin kendisine, partnerine ve ilişkinin doğasına yönelik abartılı, mantıklı olmayan, değişime dirençli katı inançlarıdır (Ellis, 1986). Bu inançlara; partnere yönelik aşırı beklentilere sahip olma, ilişkiyi ve partneri idealize etme, tüm sosyal zamanı birlikte geçirmek isteme, partnerin zihnini okuma, partneri ile tüm ihtiyaçlarının karşılanacağını düşünme örnek olarak verilebilir (Gizir, 2012).

Bireylerin düşünme biçimleri romantik ilişki uyumu üzerinde etkili olduğundan, akılcı olmayan ilişki inançlarının problemli yakın ilişkiler üzerinde önemli bir etkisi olduğu söylenebilir (Epstein, Baucom ve Rankin, 1993). Benzer şekilde Stackert ve Bursik (2003) de, işlevsel olmayan ilişki inançların bireylerin ilişkilerinde problem yaşama ihtimalini artırdığını belirtmiştir.

Akılcı Olmayan İnançlar ve Psikolojik Flört Şiddeti ile İlgili Araştırmalar

Bu başlık altında, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile ilgili son yıllarda yapılmış araştırmalar listelenmiş, ardından akılcı olmayan inançlar ile psikolojik flört şiddetinin birlikte ele alındığı araştırmalara yer verilmiştir.

Literatürde Türkiye’de gerçekleştirilmiş 2015 yılı ve sonrasındaki araştırmalar incelendiğinde, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile bağlanma (Bilir, 2016; Şirin ve Soyer, 2018; Korkut Owen ve Sarı, 2016; Uğur, 2019), ilişki doyumu (Atılğan, 2020; Nar, Topkaya ve Şahin, 2022; Öcal Yüceol, 2016; Özkan, 2016; Saraç, 2013; Savaş, 2021; Korkut Owen ve Sarı, 2016), kıskançlık (İlhan, 2021; Utkan, 2016), bilişsel esneklik (Cantürk, 2022; Kurt, 2019; Serpin Eşiyok, 2016), romantik ilişki yaşama durumu (Küçükarslan, 2011; Turan, 2011), ilişki deneyimi (Aktan ve Asker, 2020), toplumsal cinsiyet rolleri (Çavdar, 2013; Öcal Yüceol, 2016), evliliğe ilişkin tutumlar (Karabacak ve Çiftçi, 2015; Yılğör, 2020), evlilik uyumu (Murat, 2019), ilişkisel benlik tutumları (Bilir, 2016), erken dönem uyumsuz şemalar (Kılıçarslan ve Fatma, 2021; Savaş, 2021), mutluluk (Akbaba ve Demet, 2019; Üngüder, 2017) ve romantik yakınlık (Sumbas ve Durmuş, 2018) arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmüştür.

Akılcı olmayan inançlarla ilgili gerçekleştirilen çalışmalar alanyazında oldukça fazla olmakla birlikte, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile psikolojik flört şiddetinin birlikte ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu durumun, romantik ilişki süreçlerindeki akılcı olmayan inançların ve psikolojik flört şiddeti olgusunun Türkiye’de yakın tarihten itibaren çalışılmaya başlamış olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir. Aşağıda romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar ve psikolojik flört şiddeti davranışının birlikte ele alındığı çalışmalar yayınlanma tarihlerine göre sırayla sunulmuştur.

Kemaloğlu (2021) 18–28 yaş arasındaki 243 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirdiği araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki duygusal istismar, bağımlılık ve kalıp yargılarının ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, romantik ilişki kalıp yargıları ve alt boyutları ile erkeğin baskın olması, kadının kabul ediciliği ve erkeğin girişkenliği arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, romantik ilişki kalıp yargılarının duygusal istismarı yordadığı, romantik ilişki kalıp yargılarına sahip olmanın psikolojik flört şiddetine sebep olabileceği anlaşılmaktadır.

Sırım (2021) tarafından 18–35 yaş aralığındaki daha önce romantik ilişkisi olmuş veya şu an bir romantik ilişki sürecinde olup evli olmayan 509 kişi ile gerçekleştirilen çalışmada genç yetişkinlerde flört şiddeti mağduriyeti ve yaşam doyumu ilişkisinde bilişsel çarpıtmaların aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonucunda, bilişsel çarpıtmaların cinsiyete göre değişkenlik göstermediği, flört şiddeti mağduriyetinin kadınlarda erkeklere göre daha fazla olduğu, romantik ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmaların flört şiddeti mağduriyetinin %14.6'sını açıkladığı bulunmuştur. Ayrıca flört şiddeti mağduriyeti ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmaların aracı rol oynadığı sonucu elde edilmiştir.

Gündoğdu, Karataş ve Yavuzer tarafından 2018 yılında gerçekleştirilen çalışmanın amacı, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde saldırganlığın yordayıcısı olarak romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançları incelemektir. Araştırmanın örneklemini 2016–2017 eğitim öğretim yılında İç Anadolu'daki üç üniversitede öğrenim gören 201 kadın, 150 erkek, toplam 351 dördüncü sınıf öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre, erkeklerin saldırganlık düzeyinin kadınlardan yüksek olduğu, akılcı olmayan romantik ilişki inançlarından biri olan sosyal zaman etkinliklerine ilişkin erkeklerin gerçekçi olmayan beklentilerinin kadınlardan yüksek olduğu, İrrasyonel Romantik İlişki İnançları Envanteri'nin farklı düşünme ve cinsiyet farklılıkları alt boyutlarının ve cinsiyet değişkeninin saldırganlık düzeyini ve saldırganlık türleri olan fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, düşmanlık ve öfkeyi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Buna göre, romantik ilişkide farklı düşünme ve cinsiyet farklılıklarına ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip olmak, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde flört ilişkisindeki fiziksel ve psikolojik saldırganlığın önemli bir yordayıcısıdır.

Kaygusuz (2013) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançlarının romantik ilişkilerindeki problem çözme davranışının bir yordayıcısı olup olmadığını incelemektir. Araştırma örneklemini 19 Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 320 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançlarının, ilişkideki fiziksel ve duygusal şiddet ve problem çözme davranışı ile ilişkili olduğu ve aynı zamanda fiziksel ve duygusal istismar davranışlarının yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Dye ve Eckhardt (2000) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın amacı, flört şiddeti uygulayan ve uygulamayan bireylerin romantik ilişkilerindeki irrasyonel inançları ve işlevsel olmayan tutumları ile öfke düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını

incelemektir. Araştırmaya 95 erkek, 152 kadın üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların %27'si (24 erkek, 43 kadın) bir yıl içerisinde partnerine fiziksel şiddet uyguladığını ve partnerine fiziksel şiddet uygulayan bireylerin uygulamayanlara göre daha düşük öfke kontrolü bildirdiği belirtilmiştir. Araştırma sonucuna göre, partnerine şiddet uygulayan ve uygulamayan katılımcıların öfke düzeyleri, akılcı olmayan inançları ve işlevsel olmayan tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tutumun her zaman davranışa dönüşmediği bilinmekle birlikte güçlü tutumlar davranışların önemli bir yordayıcısı olabilmektedir (Petty ve Krosnick, 1995). Bu sebeple flört şiddeti tutumlarının akılcı olmayan romantik ilişki inançları ile ilişkisinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Aşağıda romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlar ve psikolojik flört şiddeti tutumunun birlikte ele alındığı çalışmalar yayınlanma tarihlerine göre sırayla sunulmuştur.

Şenol, Albayrak ve Uluman (2022) tarafından bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan 290 eğitim fakültesi öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada, flört şiddeti tutumlarının akılcı olmayan inançlar ve farklı değişkenler ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda, flört şiddetine yönelik tutum ölçeği ortalamasının 4.57 olduğu, dolayısıyla katılımcıların flört şiddetine yönelik sahip oldukları tutumların flört şiddetini desteklemediği belirtilmiştir. Kadınların tutum ölçeği puan ortalaması erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek çıkmıştır. Buna göre, flört şiddetini destekleyici tutumların kadın öğrencilerde daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Flört şiddeti tutum ölçeğinin fiziksel, duygusal, cinsel ve ekonomik şiddet alt boyutları incelendiğinde, erkeklerin bu alt boyutlara ilişkin tutumlarının kadınlara göre flört şiddetini daha fazla desteklediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, flört şiddetine ilişkin tutumların deneyim ve ilişki süresine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Son olarak, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ile flört şiddeti tutumları arasında orta düzeyde, negatif yönlü anlamlı ilişki elde edilmiştir. Buna göre, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inanca sahip bireylerin flört şiddetini destekleyici tutuma sahip olduğu belirtilmiştir.

Çuhadaroglu ve Şahan (2022) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, bireylerin romantik ilişkilerindeki akılcı olmayan inançları ile flört şiddetine yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın katılımcı grubunu 2019–2020 eğitim öğretim yılında İstanbul Maltepe Üniversitesi'nde öğrenim gören 442 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inanç puanları ile flört şiddetine yönelik tutum puanları arasında orta düzeyde, negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre, romantik ilişkideki akılcı olmayan inanç

puanları arttıkça, flört şiddetine yönelik tutum puanları azalmaktadır. Araştırmada kullanılan Flört Şiddeti Tutum Ölçeğine göre ölçekten alınan puanlar azaldıkça flört şiddetine yönelik tutumda artış yaşanmaktadır. Dolayısıyla romantik ilişkideki akılcı olmayan inançlar arttıkça flört şiddetine yönelik tutumda da artış olduğu bildirilmiştir.

Bahadır Yılmaz ve Şahin (2021) tarafından Hemşirelik ve Ebelik bölümü öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmada, yakın ilişkilerdeki akılcı olmayan romantik ilişki inançları ve deneyimlerinin flört şiddeti üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin kuzeydoğusunda yer alan bir üniversitenin hemşirelik ve ebelik bölümlerinde öğrenim gören 261 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre, duygusal flört şiddeti tutumu ile akılcı olmayan romantik ilişki inançları arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca cinsel flört şiddeti tutumu akılcı olmayan romantik ilişki inançlarının sosyal zaman kullanımı ve farklı düşünme alt boyutları tarafından, ekonomik şiddet tutumu sosyal zaman kullanımı alt boyutu tarafından, fiziksel şiddet tutumu ise farklı düşünme alt boyutu tarafından yordanmaktadır. Genel flört şiddeti tutumu ise akılcı olmayan romantik ilişki inançlarının farklı düşünme ve sosyal zaman kullanımı alt boyutları tarafından yordanmaktadır. Bu alt boyutlar ile birlikte kaygılı ve güvenli bağlanma biçimlerinin genel flört şiddeti tutumu yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak, Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nden (Sarı ve Owen, 2015) alınan toplam puan genel flört şiddeti tutumu ile cinsel, ekonomik ve duygusal şiddet tutumlarının da yordayıcısıdır.

Demirtaş Zorbaz, Kepir Savoly ve Ulaş (2014) tarafından ilişkisi olan 256 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada üniversite öğrencilerinin çiftler arası şiddeti kabul düzeylerini etkileyen etmenler incelenmiş; araştırma sonucuna göre, katılımcıların şiddeti kabul düzeylerinin çaresizlik inancı, sevilemezlik inancı, cinsiyet ve ilişki süresine göre anlamlı olarak farklılaştığı, ilişki sayısına göre ise anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Buna göre, erkek üniversite öğrencilerinin şiddeti kabul düzeyleri kadın öğrencilere göre daha yüksektir. Ayrıca, akılcı olmayan inançlardan çaresizlik ve sevilemezlik inancı arttıkça katılımcıların şiddeti kabul düzeyi artmış, ilişki süresi uzadıkça katılımcıların şiddeti kabul düzeyi azalmıştır.

Akılcı olmayan inançlara sahip olmanın bireylerin ruh sağlığı ve ilişki kurma biçimleri üzerindeki etkisi göz önüne alındığında flört şiddeti türleri ile akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkileri etkileyen faktörlerin anlaşılması önem kazanmaktadır. Özetle, romantik ilişkide akılcı olmayan inançlara sahip olmanın flört şiddetini

destekleyici tutumu ve partner şiddetini kabul düzeyini artırdığına dair araştırma sonuçları bulunmaktadır. Ayrıca alanyazında romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlara sahip olmanın flört saldırganlığını etkilediği veya ikisi arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığına dair araştırma sonuçları bulunmaktadır. Alanda bu konu üzerinde gerçekleştirilecek çalışmaların artması gerektiği anlaşılmaktadır. Bu sebeple, bu araştırmada ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların psikolojik flört şiddetini yordama düzeyi incelenmiştir.

Duygu Düzenleme Becerileri

Günlük yaşamda sıkça kullanılan duygu terimi, Lazarus (1993) tarafından, birey için özel bir önemi olan olaylara verilen ve bilişsel, davranışsal, fizyolojik ve sinirsel mekanizmaları içeren koordineli tepkiler dizisi olarak tanımlanmıştır. Duygular, bireyin karşılaştığı durumları anlamlandırmasını sağlamaktadır (Cole, Martin ve Dennis, 2004).

Bireyler öznel iyi oluşlarını, kendilerini tatmin edecek olumlu duygular inşa ederek veya yaşamlarını etkileyen zorlayıcı duyguların etkilerini azaltarak sağlamaktadır (Larsen ve Prizmic, 2004). Gross (1998) ise, yaşamdaki işlevselliği sağlamak amacıyla, duruma göre hem olumlu hem de zorlayıcı duyguların devreye girmesi gerektiğini belirtmektedir. Thompson'a (1994) göre, yaşamda öznel iyi oluşu sağlamak ve hedeflere ulaşmada duyguların önemli bir yeri bulunmaktadır. Duyguların insan yaşamı üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri düşünüldüğünde, duyguları işleme ve düzenleme becerisinin önemi ortaya çıkmaktadır (Greenberg, 2011).

Duygu düzenleme, bireyin amaçlarına ulaşabilmesi için duygusal tepkilerini özellikle yoğun ve zamansal özelliklerini göz önünde bulundurarak izlemesi, değerlendirmesi ve değiştirmesinden sorumlu içsel ve dışsal süreçlerdir (Thompson, 1994). Ochsner ve Gross (2005) ise duygu düzenlemeyi, olumlu veya olumsuz duygusal deneyimlerin gidişatını değiştirmek amacıyla açık veya örtülü stratejilerin uygulanması girişimi olarak açıklamaktadır. Gross'a (2014) göre; duygu düzenleme, bireyin hangi duygulara sahip olduğunu, bu duygulara ne zaman sahip olduğunu ve bu duyguları ne şekilde deneyimleyip nasıl ifade ettiğini şekillendirmesidir.

Berking ve Whitney(2014), duyguları etkin bir şekilde düzenleyememenin bireyin zihinsel sağlığı için risk oluşturduğunu, etkili duygu düzenleme becerisini geliştirmenin ise zihinsel sağlığı geliştirme ve iyileştirmede umut verici bir yol olduğunu belirtmektedir. İstenmeyen duygulanım durumlarını etkili bir şekilde düzenleyememe

durumunun, Ruhsal Bozukluklar İçin Tanısal El Kitabı'nda (DSM-5) yer alan çeşitli ruh sağlığı bozukluklarında kriter olarak bulunduğu görülmüştür (Berkling ve Whitley, 2014). Kassel ve diğerleri (2007) tarafından gerçekleştirilen boylamsal araştırma sonucunda ise, bireylerin kendi olumsuz duygulanımlarını başarılı bir şekilde değiştirebileceklerine olan inançlarının depresyondaki azalmayı öngördüğü, uyumsuz düzenleme stratejilerini kullanmalarının ise depresif belirtileri öngördüğü bulunmuştur (Kassel, Bornovalova ve Mehta, 2007). İşlevsel duygu düzenleme sürecinin ise fiziksel ve psikolojik sağlık için önemli olduğu (Kring ve Werner, 2004) ve iyi oluşu artırdığı (Cengiz, 2019) belirtilmektedir. Dolayısıyla bireylerin kendilerine uygun olan duygu düzenleme yollarını bulmasının önemli olduğu düşünülmektedir (Rıza, 2016).

Duygu düzenleme becerisi, yalnızca zorlayıcı duygularla baş etmeyi değil, aynı zamanda bu duygulara neden olan durumlarla da başa çıkmayı sağlayan, duyguları fark etme, gizleme, duyguların şiddetini artırma veya azaltma gibi düzenleyici becerileri de içermektedir (Denham, 2007). Benzer şekilde Gross (2014) da duygu düzenlemeyi, bireyin değişen amaç ve ihtiyaçlarına göre duyguların şiddetini azaltması, artırması veya duyguları sürdürmesi olarak tanımlamaktadır. Duygu düzenleme süreci, bireyin amaç ve ihtiyaçları (Gross, 2014) ile birlikte bilişsel esneklik, sahip olunan bilişsel çarpıtmalar gibi bireye özgü bilişsel farklılıklardan da etkilenmektedir (Tekmil, 2019).

Berkling ve Whitley (2014) tarafından, duygu düzenlemede zorluk yaşayan çeşitli ruhsal bozukluklara sahip bireylerin sağaltımı ve duygu düzenleme becerisinin geliştirilmesine yönelik olarak “Duygularla İşlevsel Baş Etme Modeli (The Adaptive Coping with Emotions Model)” geliştirilmiştir. Modele göre temel duygu düzenleme becerileri tanımlanmıştır. Bu tanımlamadan yararlanan Berkling ve Znoj (2008) tarafından, bu araştırma sürecinde de veri toplamak amacıyla kullanılan Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ) geliştirilmiştir. Araştırma sürecinde veri toplamak amacıyla kullanılan ölçeğin temeli Duygularla İşlevsel Baş Etme Modeli'ne dayandığından, duygu düzenleme becerileri bu model kapsamında açıklanmıştır.

Duygularla İşlevsel Baş Etme Modeli'ne (DİBM) göre temel duygu düzenleme becerileri şunlardır: farkındalık, tanımlama ve adlandırma, anlama, değişimleme, kabul ve tolerans, yüzleşme için hazırlanma ve etkin öz destek (Berkling ve Whitley, 2014).

Farkındalık: Farkındalık, duyguların bilinçli olarak farkında olma yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Berkling ve Whitley, 2014). Gratz ve Roemer (2004), duyguların farkındalığı ve kabulünün duygu düzenleme sürecinde önemli bir yeri olduğunu belirtmektedir. Zorlayıcı duygular bilinçsiz otomatik süreçler tarafından

düzenlenemediğinde duyguları analiz etme, tanılama gibi bilinçli faaliyetler başlamaktadır. Bilinçli çaba gerektiren bu duygu düzenleme süreçleri, bireyin bilinçli olarak duygularının farkında olması ile başlamaktadır (Mauss ve Tamir, 2014).

Tanımlama ve adlandırma: Bu kavram duygusal deneyimleri tanıma ve uygun kategorilerle eşleştirme anlamına gelmektedir (Berking ve Whitley, 2014). Örnek olarak, bireyin yaşadığı duyguyu “öfke” olarak açıklaması verilebilir. Berking ve Whitney (2014) duyguları doğru şekilde etiketleyebilmenin değişen durumlarda duygu düzenlemesini sağlayabilmek için gerekli olduğunu belirtmektedir. Buna göre, bir duyguyu doğru tanımlamak, duygunun hizmet ettiği amaç, potansiyel riskler ve potansiyel faydalar hakkında bilgi sağlamaktadır. Bu durum, bireye duygu düzenleme konusunda etkili (örneğin, gevşeme ve öz şefkat) ve etkisiz (örneğin, uzun süreli maruziyet) olabilecek stratejiler hakkında öngörü sunmaktadır (Berking ve Whitley, 2014).

Anlama: Anlama, bir duyguya nelerin sebep olduğunu ve onu nelerin sürdürdüğünü belirleme yeteneğidir (Berking ve Whitley, 2014). Bir duyguya neyin sebep olduğunu ve sürdürdüğünü belirlemek, zor deneyimlerde anlam bulmayı ve bu sayede zorluklara katlanmayı kolaylaştırmakta, duygunun değişebilir olup olmadığına açıklık getirmekte ve değiştirilemiyorsa duygunun düzenleyici bir strateji olarak kabul edilmesini kolaylaştırmaktadır. Anlama yeteneği aynı zamanda, duyguyu tetikleyen iç ve dış sebepleri, duyguyu tetikleyen olayların birey tarafından değerlendirilme şeklini ve duyguyu açığa çıkartan arzu ve inançların gözden geçirilmesini de içeren değişim yollarına işaret etmektedir (Roseman ve Smith, 2001).

Değişimleme: Değişimleme, duyguları farklı durumlara uyarlanabilir şekilde aktif olarak değiştirme yeteneğidir. Bu yetenek, işe yarayan stratejileri kullanarak bir duygunun niteliğini, yoğunluğunu, süresini istenilen şekilde değiştirebilmeyi içermektedir. Bu sayede işe yarar stratejilerin kullanım alanı genişlemekte, olumsuz sonuçlara yol açan işlevsel olmayan stratejilerin ise kullanımı azalmaktadır. İşlevsel stratejiler yoluyla duyguları değiştirebilmek duygusal öz yeterliği artırmakta, bu sayede bireylerin baş etmekte zorlandığı duyguları ortaya çıkarabilecek olaylara yönelik kaygı ve kaçınmalarını azaltmaktadır (Berking ve Whitley, 2014).

Kabul ve tolerans: Bu kavram, gerektiğinde olumsuz duyguları kabul edebilme ve tolere edebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Kabul ve tolerans, istenmeyen duygusal durumların değiştirilemediği veya değişim için zaman ve emeğin gerektiği durumlarda sahip olunması gereken bir beceridir. İstenmeyen duyguları kabul edebilmek

ve bunlara katlanabilmek, bireyin kontrolü elinde bulundurmasını sağlamakta ve bu sayede işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerinin kullanımını azaltmaktadır (Berking ve Whitley, 2014).

Yüzleşme için hazırlanma: Yüzleşme, olumsuz duyguları tetikleyebilecek durumlarla karşı karşıya gelmeye cesaret etme yeteneğidir. Bireyin önceden kaçındığı, istenmeyen duygularını tetikleyici durumlarla karşılaşmaya cesaret etmesi, yeni stratejileri denemesinin de yolunu açmaktadır. Bu sayede bireyin duygu düzenleme kapasitesi de güçlenmektedir (Berking ve Whitley, 2014).

Etkin öz destek: Etkin öz destek, bireyin sıkıntılı olduğu durumlarda kendisine etkin şekilde destek sağlayabilme becerisidir (Berking ve Whitley, 2014).

Berking ve Whitley (2014) gerçekleştirdikleri klinik çalışma sonucunda, katılımcıların yukarıda sayılan duygu düzenleme becerilerini kullandıklarını ancak bir zaman sonra yeniden işlevsiz stratejilere geri döndüklerini gözlemlemiştir. Araştırmacılar model içerisindeki duygu düzenleme becerilerini kullanmanın kısa vadede duygusal acıyı artırma potansiyeline sahip olabileceğini çünkü olumsuz duyguları fark etme ve işlemenin zor olabileceğini, bu durumda katılımcıların kendilerini rahat hissettikleri dürtüsel ve işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerine geri dönebildiklerini düşünmüşlerdir. Bu sebeple, bireyin duygu düzenleme sürecinde kendi ruh halini dengeleyebilmesinin önemli olduğu görülmüş ve araştırmacılar tarafından etkili öz destek becerisi ortaya konulmuştur. Bu beceri, bireyin kendisi için başlangıçta caydırıcı olan ancak duygusal olarak rahatlamasını sağlayan duygu düzenleme becerilerini sürekli olarak kullanmasını sağlar (Berking ve Whitley, 2014).

Etkin öz desteğin üç önemli bileşeni bulunmaktadır: öz şefkat, kendini yatıştırma ve cesaretlendirme ile aktif öz koçluk (Berking ve Whitley, 2014). Öz şefkat, bireyin kendini gözlemlemesi ve acı çeken benliğine karşı empati duymasıdır. Kişi kendisini gözlemlediğinde acı çekenin kendisi değil, bir başkası olduğu hissiyatına kapılabilir. Bu sayede dışarıdan bakış yoluyla kendisi ile empati kurabilen birey, kendisine yönelik anlayış geliştirebilir ve suçluluk, utanç gibi rahatsız edici duygulardan kurtulabilir. Öz şefkat, bireyin gözlemleyen benliğini acı çeken benliğine yardım etmeye motive ettiğinden etkili bir duygu durum dengeleyicisidir. Etkin öz destek becerisine sahip birey, kendisini yatıştırır ve cesaretlendirir, kendisine arkadaşça ve destekleyici bir iç konuşma ile yaklaşır, mevcut durumun kendisi için zorlayıcı olduğuna yönelik empati kurarak kendisine destek sunar ve geçmişte zorlayıcı durumlardan başarılı bir şekilde çıktığını kendisine hatırlatır (Berking ve Whitley, 2014). Benzer şekilde Neff (2003a, 2003b) de

öz şefkati, bireyin yetersizlik gibi yıkıcı duygularıyla baş edebilmesi, zorlu yaşam olayları sonrasında kendisine nazik ve anlayışla yaklaşabilmesi, zorlayıcı duygu ve düşünceleri pek çok insanın da deneyimlediğini kendisine hatırlatarak bunlarla bilinçli olarak başa çıkabilmesi olarak açıklamaktadır.

Etkin öz desteğin diğer iki bileşeni öz şefkat ile yakından ilişkilidir. Öz şefkat ile kendini yatıştırma ve cesaretlendirmenin odak noktası destek sağlayarak duygusal sıkıntıyı hafifletmek iken, aktif öz koçluğun odak noktası bireyin acı çeken yanına sevgiyle rehberlik ederek gerekli eylemleri gerçekleştirmesidir (Berkling ve Whitley, 2014). Sonuç olarak, etkin öz desteğin bileşenlerinin birbirini tamamlayıcı bir yapıda olduğu görülmektedir.

Romantik İlişkilerde Duygu Düzenleme Becerileri

Duygu düzenleme, bireyin yalnızca tek başına yürüttüğü bir süreç olmak durumunda değildir. Bireyler duygularını anlamak ve yönetmek konusunda başkalarından da yardım alabilmektedir. Bu tür kişilerarası duygu düzenlemelerine başvuran bireyler stresi azaltmada bir kaynak olarak başkalarının desteğini almaktadır (Uchino, Cacioppo ve Kiecolt-Glaser, 1996). Buna göre bireyler, diğerlerinin duygu düzenleme süreçlerine empatik, destekleyici ve olumlu sosyal davranışlar yoluyla destek olabilmektedir (Batson, 2011). Bu tür kişilerarası duygu düzenleme süreçleri romantik ilişkilerde de kullanılabilmektedir.

Romantik ilişkilerde partnerlerin duygularını sağlıklı şekilde paylaşabilmesi ve birbirlerine geri bildirim vermeleri sağlıklı bir birliktelik için önemlidir (Zaki ve Williams, 2013). Duygu düzenleme; duyguların farkındalığı, adlandırılması, ifade edilmesi, öz destek sunma gibi becerileri içerdiğinden (Berkling ve Whitley, 2014) kişilerarası ilişkilerde işlevsel duygu düzenlemenin ilişkiyi geliştirici ve destekleyici yapıda olduğu düşünülmektedir. Kişilerarası duygu düzenleme sürecinde yaşanan güçlükler, son yıllarda romantik ilişkilerde bir risk faktörü olarak ortaya çıkmaktadır (Shorey vd., 2015). Shorey ve diğerleri (2015) ilişkilerde duygu düzenlemesi zayıf olduğunda saldırganlığın artma olasılığının muhtemel olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Kelley ve diğerleri (2015) de, psikolojik ve fiziksel flört şiddeti ile duygu düzenlemede yaşanan güçlükler arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir.

Özetle, duygu düzenleme sürecini işlevsel biçimde yürütebilmenin ilişkiyi geliştirdiği, bu süreçte yaşanan zorlukların saldırganlık olasılığını arttırdığı ve bu sebeple flört şiddeti için risk faktörü olduğu anlaşılmaktadır.

Duygu Düzenleme Becerileri ve Psikolojik Flört Şiddeti ile İlgili Araştırmalar

Bu başlık altında, duygu düzenleme becerileri ile ilgili son yıllarda yapılmış araştırmalar listelenmiş, ardından duygu düzenleme becerileri ile psikolojik flört şiddetinin birlikte ele alındığı araştırmalara yer verilmiştir.

Alanyazında Türkiye’de gerçekleştirilmiş 2015 yılı ve sonrasındaki araştırmalar incelendiğinde, duygu düzenleme becerileri ile oyun becerileri (Aksoy ve Yaralı, 2017; Koçyiğit, Yılmaz ve Sezer, 2015), bağlanma (Çiğdem, 2020; Karabacak ve Demir, 2017; Omrak, 2019; Ozana, Güven, Sezer, Azkeskin ve Yılmaz, 2015; Şahin ve Ramazan, 2015; Tulpar, Aktan ve Yardımcı, 2020), ebeveyn tutumları (Yaman, 2018), yürütücü işlev (Şahin ve Ramazan, 2016), internet bağımlılığı (Bünyamin ve Sağar, 2021), psikolojik yardım ihtiyaçları (Bilgiz ve Peker, 2018), annenin duygusal sosyalizasyonu (Sille, 2016), saldırganlık düzeyi (Ersan, 2017), mizaç (Atalar ve Atalay, 2018), yas süreci (Kırcalı, 2020), duygusal okuryazarlık (Bozkurt Yükçü, 2017), bilinçli farkındalık (Çelik, 2020; Karabacak ve Demir, 2017; Toprak ve Çetiner Bacak, 2019), çocukluk çağı travması (Dereboy, Şahin Demirkapı, Şakiroğlu ve Şafak Öztürk, 2018; İlikçi İyğün, 2018), iş tatmini (Karacaoğlu ve Şahin, 2016), kaygı (Kısmetoğlu, 2019), davranış sorunları (Erel, 2016), psikolojik sağlamlık (Öztürk, 2019; Yüksel, Saruhan ve Keçeci, 2021), öz şefkat (Saliha, Türkmen ve Barbaros Yalçın, 2020) arasındaki ilişkilerin ele alındığı görülmektedir.

Duygu düzenleme becerileri ile ilgili gerçekleştirilen araştırmalar incelendiğinde, ele alınan değişkenlerin çoğunlukla okul öncesi dönemdeki çocuklar ve ebeveynler ile ilgili olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme becerilerinin erken dönemde kazandırılmak istenen bir beceri olmasının bu durumun nedeni olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca duygu düzenleme becerilerinin ele alındığı araştırmalar oldukça çeşitli olmakla birlikte, duygu düzenleme becerileri ile psikolojik flört şiddetinin birlikte ele alındığı çalışmaların sayısının oldukça az olduğu görülmektedir. Bunun nedeni, bir flört şiddeti türü olan psikolojik flört şiddetinin bağımsız bir değişken olarak yakın zamanda çalışılmaya başlaması olabilir. Duygu düzenleme becerileri ve psikolojik flört

şiddetinin birlikte ele alındığı çalışmalar, yayınlanma tarihlerine göre sırayla sunulmuştur.

Brem ve diğerleri (2021) tarafından ilişki deneyimi olan 578 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada alkol sorunları ile flört şiddeti türleri (fiziksel, psikolojik, siber) arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı ilişkisi incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, katılımcıların %74.6'sının psikolojik, %75.3'ünün ise siber flört şiddeti uyguladığı, duygu düzenleme güçlüğü ile fiziksel, psikolojik ve siber flört şiddeti türleri arasında anlamlı ilişki bulunduğu ve siber flört şiddetinin daha sonraki fiziksel ve psikolojik flört şiddetini öngördüğü belirtilmiştir. Ayrıca, duygu düzenleme zorluğunun orta ve yüksek düzeyde olmasının psikolojik ve fiziksel flört şiddetini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Burns, Harding ve Jackson (2010) tarafından 912 kadın üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen araştırmada, çocukluğunda herhangi bir fiziksel, cinsel ve psikolojik istismar öyküsü bildirenlerin, istismar öyküsü olmayanlara göre duygu düzenlemede daha fazla zorluk yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularına göre, duygusal istismar öyküsü duygu düzenlemenin en güçlü yordayıcısı olmuştur.

Shorey ve arkadaşları (2015) tarafından art arda 90 gün süren mevcut bir flört ilişkisinde olan üniversite öğrencisi 67 erkekle gerçekleştirilen çalışma sonucunda, duygu düzenlemenin yakın ilişkilerdeki olumsuz duygulanım ve fiziksel saldırganlık davranışı arasındaki ilişkinin çoğunu yordadığı, zayıf duygu düzenleme becerisinin ise artan saldırganlık olasılığı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada dokuz olumsuz duygulanım ile duygu düzenlemenin aracı rolü incelenmiş, kaygı dışındaki tüm olumsuz duygulanımların psikolojik saldırganlık ile pozitif yönde, kaygı ve hayal kırıklığı duygularının fiziksel saldırganlık ile negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik saldırganlıkla ilişkilendirilen olumsuz etki eşiği, fiziksel saldırganlığa göre daha düşük görünmektedir.

Shorey, Brasfield ve Stuart (2011) tarafından 440 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen araştırmanın amacı, duygu düzenlemedeki zorluklar ile flört şiddeti arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma, üniversite öğrencileri arasında duygu düzenleme güçlüklerinin psikolojik, fiziksel ve cinsel şiddetle ilişkisini inceleyen ilk çalışmalardan biridir. Araştırma sonucuna göre, duygu düzenlemede yaşanan zorlukların psikolojik flört şiddeti uygulama durumunda ayırt edici olduğu bulunmuştur. Ayrıca, psikolojik şiddet uygulayan erkeklerin uygulamayanlara göre daha zayıf duygu düzenleme becerisine sahip oldukları belirtilmiştir.

Sonuç olarak, duygu düzenleme becerilerinin flört Şiddeti ile ilişkili olduğu, duygu düzenlemede yaşanan zorlukların flört Şiddeti için risk faktörü olduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla duygu düzenleme becerileri ile flört Şiddeti türleri arasındaki ilişkilerin ve bu ilişkileri etkileyen faktörlerin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple, bu araştırmada duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört Şiddetini yordama düzeyi incelenmiştir.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, katılımcı grubu, veri toplama süreci ve araçları ve istatistiksel veri çözümleme sürecine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışları ile akılcı olmayan inançları ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bu araştırma tarama modeli içerisinde yer alan ilişkisel bir araştırmadır. Tarama araştırmaları, bireylerin özelliklerini tanımlamak, bir duruma yönelik bireylerin tutum, görüş ve davranışlarını belirlemek, toplumsal eğilimi belirlemek için sıklıkla kullanılan nicel bir araştırma modelidir. Betimleyici yönüyle eğitim alanındaki kesitsel veya boylamsal desenli araştırmalarda da sıklıkla kullanılmaktadır (Creswell, 2012). Bu araştırma, veriler tek seferde farklı yaş aralığındaki bireylerden toplandığı için kesitsel desenli bir araştırmadır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma; bağımsız değişkenleri romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileridir. Araştırma, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkileri incelediği için ilişkisel tarama türünde tasarlanmıştır.

Katılımcılar

Bu araştırmanın katılımcı grubunu, en az bir romantik ilişki deneyimine sahip olan beliren yetişkinlik ve genç yetişkinlik dönemindeki 356 lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklemeye ilişkin veriler Türkiye'nin farklı bölgelerinde yer alan 102 üniversite ve 138 bölümden elde edilmiştir. Katılımcıların yaşları 18 ile 30 arasında değişmektedir ($Ort. = 23.08$, $SS = 2.40$). Araştırmanın bu dönemdeki katılımcılar üzerinde gerçekleştirilmesinin sebebi, gençlerin içinde oldukları gelişim dönemi özelliklerinden kaynaklı olarak daha sık romantik ilişkiler kurması ve flört şiddeti ile

ilişkili durumların bu dönemde daha sık gözlemlenmesidir. Katılımcıların ortalama ilişki süresi 1064.40 gün yani 35 ay olarak bulunmuştur.

Katılımcılar uygun örnekleme (convenient sampling) yöntemi ile seçilmiştir. Uygun örnekleme yönteminin genellenebilirlik açısından sınırlılıklarına karşın farklı üniversitelerden ve farklı bölümlerden veri toplanarak veri çeşitliliği sağlanmaya çalışılmıştır. Dünya üzerinde etkisini gösteren Covid-19 pandemisi sebebiyle katılımcılara çevrimiçi ortamda Google Formlar üzerinden ulaşılmıştır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1

Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	356	100
Öğrenim düzeyi	Lisans	275	77.2
	Yüksek lisans	74	20.8
	Doktora	7	2.0
Sosyoekonomik durum	Düşük	49	13.8
	Orta	287	80.6
	Yüksek	20	5.6
İlişki türü	Flört	295	82.9
	Sözlü/Nişanlı	61	17.1
Aile tipi	Çekirdek aile	266	74.7
	Geniş aile	44	12.4
	Parçalanmış aile	46	12.9
Yaşanılan yer	Aile ile birlikte	240	67.4
	Yurtta	17	4.8
	Ayrı evde yalnız	41	11.5
	Ayrı evde arkadaşlarla	23	6.5
	Sevgilimle	28	7.9
	Akrabalarımle	1	0.3
	Diğer	6	1.7
Kendi çalışma durumu	Evet	102	28.7
	Hayır	254	71.3
Partner çalışma durumu	Evet	176	49.4
	Hayır	180	50.6

Tablo 1’e göre, katılımcıların öğrenim düzeyine bakıldığında, çoğunluğun lisans öğrencisi ($n = 275$, %77.2) olduğu ve öğrencilerin çoğunlukla orta sosyoekonomik sınıftan ($n = 287$, %80.6) oldukları görülmektedir. Kadın üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme, üniversitelerde lisans öğrencilerinin sayısının yüksek lisans ve doktora öğrencilerine kıyasla daha fazla olduğu düşünüldüğünde, katılımcılar arasında lisans öğrencilerinin daha fazla olması anlaşılmaktadır. Katılımcıların %74.7’sinin ($n = 266$) çekirdek aileye sahip olduğu ve %67.4’ünün ($n = 240$) ailesi ile birlikte yaşadıkları

görülmektedir. Katılımcıların çalışma durumları incelendiğinde, kendilerinin %71.3 ($n = 254$) oranında çalışmadığı; partnerlerinin ise %49.4 ($n = 176$) oranında çalıştığı görülmektedir.

Verilerin Toplanması

Bu kısımda, öncelikli olarak veri toplama sürecine, sonrasında ise araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına değinilmiştir. Veri toplama sürecinde, veri toplama işlemi gerçekleştirilmeden önce ilk adım olarak, veri toplama araçlarının araştırmada kullanımı için ölçekleri geliştiren ya da Türkçeye uyarlamasını yapan araştırmacılardan kullanım izinleri alınmıştır (Bknz. Ek 2, Ek 3, Ek 4). Ardından araştırmayı etik ve yasal bir çerçevede gerçekleştirmek için Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'na başvurularak Etik Kurul Onayı alınmıştır (Bknz. Ek 1). Gerekli izinler alındıktan sonra ise, Covid-19 pandemisinden kaynaklı olarak uzaktan eğitime geçilmesi nedeniyle uygulanacak ölçek seti Google Formlar aracılığıyla dijital ortama uyarlanmıştır. Katılımcılara Google formlar üzerinden oluşturulan link aracılığıyla sosyal medya uygulamaları üzerinden ulaşılmıştır. Katılımcılar ölçekleri doldurmaya başlamadan önce ilk olarak araştırmaya ilişkin bilgilendirilmiş onam formunu okumuşlar ve bu forma onay verdikten sonra ölçek maddelerini doldurmaya başlamışlardır. Verileri toplama süreci Nisan 2021-Kasım 2021 tarihleri arasında gerçekleşmiş ve sonrasında toplanan veriler bilgisayar ortamına aktararak analize uygun hale getirilmiştir. Aşağıda bu tez çalışması kapsamında kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin açıklamalar bulunmaktadır.

Araştırmada veri toplama sürecinde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek üzere araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri olan psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışlarını ölçmek için Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançları ölçmek için İlişki İnançları Ölçeği ve duygu düzenleme becerileri ölçmek için Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği uygulanmıştır. Bu veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler devam eden kısımda ayrıntılı bir şekilde sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcı grubu tanımlamak için araştırmacı tarafından oluşturulan form ile yaş, cinsiyet, sosyoekonomik durum, sınıf düzeyi, okunulan bölüm, aile tipi gibi demografik özellikler ve flört durumu, ilişki süresi gibi flörte ilişkin bilgiler elde edilmiştir. Formun ilk bölümünde demografik özelliklere, ikinci bölümünde flört ilişkisine yönelik maddeler yer almıştır (Bknz. Ek 5).

Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği (ÇBDİÖ)

Murphy ve Hoover (1999) tarafından geliştirilen ölçeğin amacı bireylerin romantik ilişkilerinde psikolojik flört şiddeti uygulama ve buna maruz kalma davranışlarını ortaya çıkarmaktır. Orijinal ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları bir flört ilişkisine sahip ancak daha önce evlenmemiş olan kadın üniversite öğrencilerinden oluşan 157 kişilik bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir (Murphy ve Hoover, 1999). Orijinal ölçek 56 maddeden ve iki boyuttan oluşmaktadır. Maddelerin 28'i flört şiddetine maruz kalma boyutunda, 28'i ise flört şiddetini uygulama boyutunda yer almaktadır. Ölçek uygulama ve maruz kalma boyutlarının her ikisinde de yedişer maddelik dört alt boyut içermektedir. Bunlar, "kısıtlama kontrol", "aşağılama", "düşmanca geri çekilme" ve "hakimiyet/gözdağı"dır. Ölçek maddeleri sekizli sıklık tipi derecelendirme (son 6 ay içinde; 0 = "Hiçbir zaman olmadı", 1 = "Bir kere", 2 = "İki kere", 3 = "3-5 kere", 4 = "6-10 kere", 5 = "11-20 kere", 6 = "20 kereden fazla" ve ek yanıt seçeneği; 7 = "Son 6 ayda olmadı ama daha önce oldu") üzerinden yanıtlanmaktadır. Maddelere verilen yanıtların kategori değerleri toplanarak alt ölçek puanları, dört alt ölçeğin puanları toplanarak toplam ölçek puanı elde edilmektedir. Her alt ölçek için 0-42 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 0 ve en yüksek toplam puan ise 168'dir (Toplu-Demirtaş, Hatiopğlu-Sümer ve Murphy, 2018). Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları uygulama ve maruz kalma boyutları için orijinal ölçekte sırasıyla, kısıtlayıcı kontrol için .84-.85, aşağılama için .88-.91, düşmanca geri çekilme için .89-.92, hakimiyet/gözdağı için .83-.91 olarak bulunmuştur (Murphy ve Hoover, 1999).

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Toplu-Demirtaş, Hatiopğlu-Sümer ve Murphy (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir (Örnek maddeler için; bknz. Ek 6). Ölçek uyarlaması çalışmaları için veriler flört ilişkisine sahip 254 kişilik üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklemde toplanmıştır. Ölçek 56 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin Türkçe formu da, orijinal formda olduğu gibi iki boyuttan oluşmuştur. Her boyut yedi maddelik dörder alt boyut içermektedir. Bunlar; kontrol (*“Partnerime şüpheli bir tavırla nerede ve kimlerle birlikte olduğunu sordum.”*), aşağılama (*“Partnerimin aptal olduğunu söyledim ya da ima ettim.”*), düşmanca geri çekilme (*“Konuşamayacak veya konuşmayı istemeyecek kadar sinirlendim.”*) ve tehdit (*“Partnerimi korkutacak kadar öfkelen dim.”*)’tir. Ölçek maddeleri sekizli sıklık tipi derecelendirme (1 = “Bir kere”, 2 = “İki kere”, 3 = “3–5 kere”, 4 = “6–10 kere”, 5 = “11–20 kere”, 6 = “20 kereden fazla”, 7 = “Son altı ayda olmadı ama daha önce oldu”, 8 = “Hiçbir zaman olmadı”) üzerinden yanıtlanmaktadır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten toplam puan da (dört alt ölçeğin toplam puanı) alınabilmektedir (Toplu-Demirtaş vd., 2018). Ölçekten alınan puanların maruz kalma boyutunda yüksek olması bireylerin flört şiddetine maruz kalma durumunda artış olduğunu, puanların uygulama boyutunda yüksek olması da bireyin flört şiddeti uygulama durumunda artış olduğunu göstermektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda, ölçeğin orijinal ölçekte olduğu gibi hem uygulama hem de maruz kalma boyutları için dört faktörlü bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları uygulama ve maruz kalma boyutları için uyarlanan ölçekte sırasıyla, kontrol için .74–.73, aşağılama için .68–.70, düşmanca geri çekilme için .83–.86, tehdit için .72–.77 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tamamı için iç-tutarlık katsayısı uygulama ve maruz kalma boyutları için sırasıyla .89–.90 olarak bulunmuştur (Toplu-Demirtaş vd., 2018).

Bu tez çalışması kapsamında, flört şiddeti uygulama ve maruz kalma boyutları için Cronbach alfa iç-tutarlık güvenirlik katsayısı ayrı ayrı hesaplanmıştır. Flört şiddeti uygulama boyutunda bu katsayı alt boyutlar için .59 ve .85 arasında değişirken boyutun tümü için .85 olarak bulunmuştur. Flört şiddetine maruz kalma boyutunda ise bu katsayı alt boyutlar için .57 ve .85 arasında değişirken boyutun tümü için .87 olarak bulunmuştur.

İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ)

Romans ve DeBord (1995) tarafından geliştirilen ölçeğin amacı bireylerin romantik ilişki inançlarını değerlendirmektir. Orijinal ölçeği geliştirme çalışmaları 370 üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiş ve yapılan analizler sonucunda 141 madde ayrıştırılarak 71 maddeye indirgenmiştir. Ölçeğin son halinin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ortalama yaşın 42, ortalama evlilik süresinin 17 olduğu toplam 202 kişilik bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Orijinal ölçek 71

madde ve 9 faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler ve madde sayıları sırasıyla, “*Birbirimize karşı her zaman tamamen açık ve dürüst olmalıyız*” (14 madde), “*Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz*” (7 madde), “*Her şeyi birlikte yapmalıyız*” (8 madde), “*Birbirimizin tüm ihtiyaçlarını karşılayabilmeliyiz*” (9 madde), “*Birbirimiz için değişmeye istekli ve yetenekli olmalıyız*” (9 madde), “*Aramızdaki her şey her zaman mükemmel olmalıdır*” (7 madde), “*İyi ilişkilerin sürdürülmesi kolay olmalıdır*” (6 madde), “*Romantik bir ilişki yaşamadan asla tamamlanmış olamayız*” (5 madde) ve “*Romantik idealizm*” (6 madde) şeklindedir (Romans ve DeBord, 1995). Ölçekte cevapların kalıplaşmasını engellemek için ters puanlanmış maddeler bulunmaktadır. Ölçek maddeleri altılı Likert tipi derecelendirme üzerinden yanıtlanmaktadır. Maddelere verilen yanıtların kategori değerleri toplanarak toplam ölçek puanı elde edilmektedir. Orijinal ölçekten alınabilecek en düşük puan 71 ve en yüksek puan ise 426’dır. Yüksek puanlar işlevsel olmayan inanç düzeyinin de yüksek olduğunu ifade etmektedir. Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları faktörler için orijinal ölçekte .68 ile .91 arasında değişmekte olup ölçeğin tamamı için .95 olarak belirlenmiştir (Romans ve DeBord, 1995).

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Gizir (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir (Örnek maddeler için; bkzn. Ek 7). Ölçek uyarlaması çalışmaları için veriler yaş ortalaması 21.53 olan 742 üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklemden toplanmıştır. Uyarlanan ölçek 37 madde ve altı faktörden oluşan bir yapıya sahiptir. Bu faktörler sırasıyla; “*Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız*” (8 madde), “*Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz*” (6 madde), “*Her şeyi birlikte yapmalıyız*” (5 madde), “*Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız*” (7 madde), “*Birbirimizi değiştirebilmeliyiz*” (5 madde), “*Romantik idealizm*” (6 madde) şeklindedir. Ölçek maddeleri beşli Likert tipi derecelendirme (1 = “*Hiç katılmıyorum*”, 2 = “*Biraz katılıyorum*”, 3 = “*Katılıyorum*”, 4 = “*Çok katılıyorum*”, 5 = “*Tamamen katılıyorum*”) üzerinden yanıtlanmaktadır. Uyarlanan ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır ve ölçekten toplam puan da alınabilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireylerin romantik ilişkilerine yönelik akılcı olmayan inanç düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Romans ve DeBord, 1995). Ölçeğin uyarlama çalışmasında yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizleri sonucunda, özgün ölçekte yer alan ve düşük ölçüm değerleri veren 24 madde ile birden fazla faktöre yüklendikleri gerekçesiyle 55 ve 66. maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Buna ek olarak, bağımsız bir faktör olarak ortaya çıktıklarından dolayı 23 ve 28. maddeler ile yalnızca iki madde ile temsil edilmelerinden dolayı 6., 7., 8., 18., 37. ve 38. maddeler de ölçekten çıkarılmıştır. Yapılan değişiklikler sonucunda uyum değerlerinin yükseldiği

görülmüştür. Değişiklikler sonrası yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçları uyarlanan ölçeğin 6 faktörlü yapısını [$\chi^2(558) = 1102.81$, $\chi^2/sd = 1.98$, RMSEA = .036, SRMR = .035, GFI = .93, AGFI = .91 ve CFI = .96] desteklemektedir. Ölçekte yer alan faktörlerin tek bir üst boyuta yüklenebileceği sayılıştısından yola çıkılarak yapılan İkinci Sıralı Faktör Analizi sonuçları da uyarlanan ölçeğin tek boyutlu yapısını [$\chi^2(565) = 1081.37$, $\chi^2/sd = 1.91$, RMSEA = .036, SRMR = .036, GFI = .92, AGFI = .91 ve CFI = .96] desteklemektedir. Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları faktörler için uyarlanan ölçekte .79 ile .85 arasında değişmekte olup ölçeğin tamamı için .95 olarak belirlenmiştir (Gizir, 2012).

Bu tez çalışması kapsamında, ölçeğin tümü ve alt boyutlar için Cronbach alfa iç-tutarlık güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve bu katsayı alt boyutlar için .69 ve .91 arasında değişirken ölçeğin tümü için .96 olarak bulunmuştur.

Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği (DDBÖ)

Berking ve Znoj (2008) tarafından geliştirilen ölçeğin amacı bireylerin duygu düzenleme becerilerini değerlendirmektir. Orijinal ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, yaş ortalaması 41 olan 376 kişilik bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Orijinal ölçek 27 madde ve dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; netlik, anlama, beden farkındalığı, farkındalık/dikkat, öz destek, yüzleşmeye hazırlanma, düzenleme/regülasyon dayanıklılık ve kabuldür (Berking ve Znoj, 2008). Ölçek maddeleri beşli derecelendirme (0 = “Hiç”, 1 = “Nadiren”, 2 = “Bazen”, 3 = “Sık sık”, 4 = “Neredeyse her zaman”) üzerinden yanıtlanmaktadır. Maddelere verilen yanıtların kategori değerleri toplanarak alt ölçek puanları, alt ölçek puanları toplanarak toplam ölçek puanı elde edilmektedir. Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları alt boyutlar için orijinal ölçekte .62 ile .83 arasında değişmekte olup ölçeğin tamamı için .93 olarak belirlenmiştir (Vatan ve Kahya, 2018).

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Vatan ve Kahya (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir (Örnek maddeler için; bkz. Ek 8). Ölçek uyarlaması çalışmaları için veriler yaş ortalaması 19.41 olan 275 üniversite öğrencisinden oluşan bir örneklemden toplanmıştır. Ölçeğin Türkçe formu da orijinal formda olduğu gibi dokuz alt boyuttan oluşmuştur. Her alt boyut üç madde içermektedir. Bu alt boyutlar sırasıyla; farkındalık/dikkat (“*Hissettiklerime bilinçli olarak dikkat edebildim*”), beden duyuları (“*Hissettiklerimle ilgili net bir fiziksel algıya sahiptim*”), netlik (“*Hislerimi*

adlandırabildim”), anlama (“*Duygusal tepkilerimi anladım*”), kabul (“*Olumsuz hislerimi kabul edebildim*”), tolerans (“*Olumsuz hislerime tahammül edebildim*”), yüzleşmeye hazırlanma (“*Olumsuz hislerime rağmen yapmak istediklerimi yaptım*”), öz destek (“*Sıkıntılı durumlarda kendime güvence vermeye çalıştım*”) ve değişimlemedir (“*Bilinçli olarak olumlu hisler ortaya çıkarabildim*”). Ölçek beşli Likert tipi derecelendirme (0 = “*Hiç*”, 1 = “*Nadiren*”, 2 = “*Bazen*”, 3 = “*Sık sık*”, 4 = “*Neredeyse her zaman*”) üzerinden yanıtlanmaktadır. Uyarlanan ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır ve ölçekten toplam puan da (tüm ölçek maddelerinin ortalama puanı) alınabilmektedir (Vatan ve Kahya, 2018). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 108’dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireylerin duygu düzenleme becerilerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda, ölçeğin orijinal ölçekte olduğu gibi dokuz faktörlü bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları alt boyutlar için uyarlanan ölçekte sırasıyla, farkındalık alt boyutu için .53, beden duyumları alt boyutu için .49, netlik alt boyutu için .64, anlama alt boyutu için .58, kabul alt boyutu için .57, tolerans alt boyutu için .75, yüzleşmeye hazırlanma alt boyutu için .65, öz-destek alt boyutu için .72 ve değişimleme alt boyutu için .65 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tamamı için iç-tutarlık katsayısı .89 olarak bulunmuştur (Vatan ve Kahya, 2018).

Bu tez çalışması kapsamında, ölçeğin tümü ve alt boyutlar için Cronbach alfa iç-tutarlık güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve bu katsayı alt boyutlar için .61 ve .76 arasında değişirken ölçeğin tümü için .93 olarak bulunmuştur.

Verilerin Çözümlemesi

Bu araştırmada iki temel araştırma sorusu belirlenmiştir. Araştırmadaki yordayıcı değişkenlerin (akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri) kriter değişkenlerini (psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışı) ne derece açıkladığının ve yordayıcı ile kriter değişkenler arasındaki ilişkilerin ele alınabilmesi için iki ayrı çoklu doğrusal regresyon analizi ve korelasyon analizi yapılmıştır. Veri çözümlemesine başlanmadan önce veri seti analize hazır hale getirilmiştir. Bunu sağlamak için ölçekler yoluyla toplanan veri setinin betimsel istatistikleri incelenmiş ve hatalı veri girişleri düzeltilmiştir. Sonrasında veriler binişikliğine, örneklem sınırlandırmasına ve kayıp verilere göre incelenmiştir.

Araştırma kapsamında başlangıçta 556 katılımcıdan veri toplanmıştır. Örneklem sınırlandırmasına uymayan kişiler örneklem dışına alınmıştır. Süregelen bir flört ilişkisi olmayan 150 kişi, evli olan 29 kişi ve beliren yetişkinlik dönemini betimleyen 18-30 yaş aralığı dışında kalan 9 kişi analiz dışı bırakılmıştır. Analiz sürecinde, araştırmaya süregelen ilişkisi olan bireyler dahil edildiğinden Murphy ve Hoover (1999) tarafından önerildiği şekilde “Son 6 ayda hiç olmadı ancak daha önce oldu” ifadesi için 0 puan verilmiştir.

Veri setinde kayıp verilerin bulunup bulunmadığı kayıp veri analizi ile incelenmiştir. Yapılan analizde değişkenlerde kayıp veri bulunmadığı görülmüştür.

Yukarda açıklanan adımlar sonrasında çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayım testleri (uç değerlerin belirlenmesi, örneklem büyüklüğü, doğrusallık, normal dağılım, çoklu bağıntısallık, uç değerlerin belirlenmesi) yapılmıştır. Bu kapsamda gerçekleştirilen analizler ve sonuçları devam eden bölümlerde açıklanmaktadır.

Uç Değerlerin Belirlenmesi. Veri setindeki uç değerlerin belirlenmesi kapsamında tek değişkenli ve çok değişkenli uç değer analizleri yapılmıştır. Tek değişkenli uç değer analizi için standartlaştırılmış z puanları incelenmiş ve ± 3.29 değerinin üstünde olan puanlar belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2001). Gerçekleştirilen analiz sonrası 8 gözlem uç değer olarak belirlenmiş ve analiz dışına alınmıştır. Çok değişkenli uç değer analizi için ise regresyon içerisindeki Mahalanobis uzaklıkları hesaplanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2001). Analiz sonucu 4 gözlemin uç değer olduğu tespit edilmiş ($p < .001$) ve analiz dışına alınmıştır. Tek değişkenli ve çok değişkenli uç değerlerin olduğu gözlemlerin tespit edilmesi ve analiz dışına alınması sonucunda araştırmanın veri setinde 356 gözlem kalmıştır.

Örneklem Büyüklüğü. Örneklem büyüklüğü belirlenirken Tabachnick ve Fidell’in (2001) önerdiği kriter temel alınmıştır. Bu kritere göre örneklem büyüklüğünün en az “ $50 + 8m$ (m = yordayıcı değişkenlerin sayısı)” olması gerekmektedir. Bu tez çalışması kapsamında iki bağımsız değişken bulunduğu ve 356 kişiye ulaşıldığı göz önüne alındığında bu şartın karşılandığı söylenebilmektedir.

Doğrusallık. Yordayıcı ve kriter değişkenler arasındaki ilişkinin doğrusal olup olmadığı iki değişkenli saçılma diyagramı (scatterplot) kombinasyonlarının incelenmesi

ile gerçekleştirilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2001). Grafikler incelendiğinde doğrusallık varsayımının karşılandığı görülmüştür.

Normal Dağılım. Bu tez çalışması kapsamında kullanılan analiz için test edilmesi gereken bir diğer durum normallik varsayımdır. Bu varsayımın testi kapsamında ölçeklerden elde edilen toplam puanların betimsel istatistikleri ve çarpıklık-basıklık değerleri incelenmiştir. Bu değerler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Değişkenler İçin Normallik Testi Bulguları

	<i>n</i>	$\bar{x}$	Medyan	Mod	Çarpıklık	Basıklık
Flört Şiddeti Uygulama	356	19.47	16.00	14.00	1.08	.85
Flört Şiddetine Maruz Kalma	356	16.51	13.00	10.00	1.24	1.30
Romantik İlişkiye Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar	356	90.02	87.00	74.00	.47	-.33
Duygu Düzenleme Becerileri	356	66.06	67.00	61.00	-.08	-.07

Tablo 2 incelendiğinde, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlar, duygu düzenleme becerileri, psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma değişkenleri için aritmetik ortalama, mod ve medyan ve değerlerinin birbirine yakın değerler aldığı görülmektedir. Bu değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri de Tabachnick and Fidell’in (2013) normallik değerlendirmesi için önerdiği sınırlar (-1.5 ve +1.5) arasında kalmaktadır. Değişkenlerin kabul edilebilir basıklık-çarpıklık değerlerine sahip olduğu, bir diğer ifade ile normallik varsayımını karşıladığı görülmektedir. Sonuç olarak, flört şiddeti uygulama, flört şiddetine maruz kalma, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileri değişkenleri, çoklu doğrusal regresyon analizi için gerekli olan normal dağılıma sahiptir.

Çoklu Bağlantsallık. Bu varsayım kapsamında yordayıcı ve kriter değişkenler arasındaki korelasyon değerleri incelenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3

Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

	1	2	3	4
1. Flört Şiddeti Uygulama	1			
2. Flört Şiddetine Maruz Kalma	.80**	1		
3. Romantik İlişkiye Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar	.16**	.10*	1	
4. Duygu Düzenleme Becerileri	-.05	.00	.07	1

** $p < .01$, * $p < .05$

Kline'a göre (2015) çoklu bağlantısallık problemi, değişkenler arasındaki korelasyon değeri .80 değerinin üstünde olduğunda ortaya çıkmaktadır. Tablo 3 incelendiğinde değişkenler arasındaki ilişkilerin -.05 ile .80 arasında değiştiği ve en yüksek değerin .80 ile sınırdan olduğu görülmektedir. Bu varsayım kapsamında ek olarak Varyans Enflasyon Faktörleri (VIF) ve tolerans katsayıları da incelenmiştir. VIF katsayılarının 2.5 ve üstünde (Allison, 1999); tolerans değerlerinin ise .20 ve altında (Menard, 1995) olması çoklu bağlantısallık problemini ortaya çıkarmaktadır. Bu tez çalışmasında VIF için en yüksek değer 1.01; tolerans değeri için en düşük değer 1.00 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar ele alındığında, araştırma kapsamında ele alınan değişkenler arasında çoklu bağlantısallık probleminin ortaya çıkmadığı görülmektedir.

Çoklu doğrusal regresyon analizi öncesi test edilmesi gereken varsayım testleri yapıldıktan sonra analizin gerçekleştirilmesi için varsayımların karşılandığı ve istatistiksel bir sorun olmadığı görülmüş, ardından “Bulgular ve Yorumlar” kısmına geçilmiştir.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölüm; araştırma amacı kapsamında gerçekleştirilen analiz sonucu elde edilen bulguların ve bu bulguların yorumlarının yer aldığı iki başlıktan oluşmaktadır.

BULGULAR

Bu kısımda, araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulgular sırayla sunulmaktadır. Araştırmadaki yordayıcı değişkenlerin (akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri) kriter değişkenleri (psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve psikolojik flört şiddeti uygulama davranışı) ne derece açıkladığının ve yordayıcı ile kriter değişkenler arasındaki ilişkilerin ele alınabilmesi için iki ayrı çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları

Araştırmanın kriter değişkenlerinden ilki olan psikolojik flört şiddeti uygulama ile yordayıcı değişkenleri olan romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri değişkenleri arasındaki ilişkiler bir önceki bölümde yer alan Tablo 3'te paylaşılmıştır. Tablo 3'te görüldüğü üzere psikolojik flört şiddeti uygulama ile romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları değişkeni arasında pozitif yönde ($r = .16, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuş; psikolojik flört şiddeti uygulama ile duygu düzenleme becerileri değişkeni arasında ise ($r = -.05, p > .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır.

Araştırmaya katılan kadın üniversite öğrencilerinden toplanan veri setine göre, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri değişkenlerinin birlikte psikolojik flört şiddeti uygulama puanlarını yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Psikolojik Flört Şiddeti Uygulamanın Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı	B	SH _B	β	t	p	sr ²
Sabit	15.48	3.52		4.40	.00	
Romantik İlişkiye Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar	.08	.03	.16	3.06	.00	.026
Duygu Düzenleme Becerileri	-.05	.04	-.06	-1.13	.26	.004

Not: Model: $R = .17$, $R^2 = .03$, $F(2, 353) = 5.10$, $p = .00$

Gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre, modeldeki iki yordayıcı değişken kriter değişken olan psikolojik flört şiddeti uygulamaya ilişkin toplam varyansın %3'ünü açıklamaktadır. Modelde yer alan romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlar değişkeni anlamlı yordayıcı değişkendir. Standartlaştırılmış regresyon katsayısına (β) göre, psikolojik flört şiddeti uygulamayı romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları değişkeni pozitif yönde yordamaktadır. Yordayıcı değişkenin yarı kısmi korelasyon katsayısı dikkate alındığında, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları kriter değişkene ilişkin toplam varyansı tek başına %3 düzeyinde ($sr^2 = .026$) açıklamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddeti uygulama düzeylerinin romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri tarafından yordanıp yordanmadığının ve yordama var ise bu değişkenlerin ne düzeyde kriter değişkeni yordadığının incelendiği birinci araştırma sorusunda; yordayıcı değişkenlerden yalnızca romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları, kriter değişkeni anlamlı olarak yordamaktadır. Elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencisi bireylerin romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançları arttıkça psikolojik flört şiddeti uygulama düzeyleri artmaktadır. Araştırmanın ilk araştırma sorusuna yönelik gerçekleştirilen analiz ve bulguları sunulduktan sonra ikinci araştırma sorusuna geçilmiştir.

Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları

Araştırmanın kriter değişkenlerinden ikincisi olan psikolojik flört şiddetine maruz kalma ile yordayıcı değişkenleri olan romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri değişkenleri arasındaki ilişkiler bir önceki bölümde yer alan Tablo 3'te paylaşılmıştır. Tablo 3'te görüldüğü üzere psikolojik flört

şiddetine maruz kalma ile romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları değişkeni arasında pozitif yönde ($r = .10, p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuş; psikolojik flört şiddetine maruz kalma ile duygu düzenleme becerileri değişkeni arasında ise ($r = .00, p > .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Araştırmaya katılan kadın üniversite öğrencilerinden toplanan veri setine göre, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri değişkenlerinin birlikte psikolojik flört şiddetine maruz kalma puanlarını yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalmanın Yordanmasına İlişkin Standart Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı	B	SH _B	β	t	p	sr ²
Sabit	12.59	3.57		3.52	.00	
Romantik İlişkiye Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar	.05	.03	.10	1.80	.07	.01
Duygu Düzenleme Becerileri	-.01	.04	-.01	-.11	.91	.00

Not: Model: $R = .10, R^2 = .01, F(2, 353) = 1.62, p = .20$

Tablo 5'te görüldüğü üzere, modelde yer alan her iki değişkenin de psikolojik flört şiddetine maruz kalma değişkenini anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir ($p > .01$). Bu durum, bu modelin araştırma kapsamında toplanan veri seti özelinde doğrulanmadığını göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma düzeylerinin romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri tarafından yordanıp yordanmadığının ve yordama var ise bu değişkenlerin ne düzeyde kriter değişkeni yordadığının incelendiği ikinci araştırma sorusunda; her iki yordayıcı değişkenin de kriter değişkeni anlamlı olarak yordamadığı bulunmuştur.

YORUMLAR

Bu kısımda, araştırma soruları doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulgulara ilişkin yorumlar sırayla sunulmuştur.

Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama ile Akılcı Olmayan İnançlar Bulgusuna Yönelik Yorumlar

Araştırma bulgularına göre, romantik ilişkide akılcı olmayan inançların psikolojik flört şiddeti uygulama boyutunu pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Buna göre, romantik ilişkide akılcı olmayan inançlardaki artış psikolojik flört şiddetinde yaşanabilecek artışı öngörmektedir. Alanyazında akılcı olmayan ilişki inançları ve psikolojik flört şiddeti ile ilgili araştırmaların iki yönlü olduğu görülmektedir. Kaygusuz (2013) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırma sonucu, bu araştırmada elde edilen bulguyu desteklemektedir. Kaygusuz (2013) tarafından gerçekleştirilen bu araştırmaya göre romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlar ile duygusal istismar arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Kemaloğlu (2021) ve Gündoğdu, Karataş ve Yavuzer (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonuçları da bu araştırma bulgusu ile benzerlik göstermektedir. Kemaloğlu (2021) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırma sonucunda, romantik ilişkiye yönelik kalıp yargıların duygusal istismarı yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde, Gündoğdu ve diğerleri (2018) de üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdikleri araştırma sonucunda, romantik ilişkide akılcı olmayan inançlara sahip olmanın psikolojik saldırganlığın önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kılıçarslan ve Parmaksız (2020) ise çiftlerle gerçekleştirdikleri çalışmada, ilişkideki çarpık beklentilerin, partnerden farklı düşünmenin ve ilişkideki kontrol isteğinin şiddet davranışı ile ilişkili olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Tuzgöl Dost ve Serpil (2021) de partnerler arasında gerçekçi olmayan beklentilerin sosyal destek algısını azaltırken çatışmayı artırdığını belirtmiştir. Benzer şekilde Du, Durtschi, Spencer ve Stith (2020), kadın üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmada ilişki içerisinde yaşanan çatışmaların yüksek düzeyde psikolojik şiddet uygulama ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Özetle, akılcı olmayan ilişki inançları içerisinde yer alan partnere yönelik gerçekçi olmayan beklentilerin ilişkide çatışma yaşama olasılığını artırdığı, çatışma durumunun ise psikolojik flört şiddeti davranışını ortaya çıkartabileceği anlaşılmaktadır.

Alanyazında, bu çalışmada elde edilen bulgunun aksine psikolojik flört şiddeti ile romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançlar arasında herhangi bir ilişki olmadığına dair araştırmalar da mevcuttur. Örneğin, Dye ve Eckhardt'ın (2000) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmanın sonucunda, romantik ilişkide partnerine şiddet uygulayan ve uygulamayan bireylerin akılcı olmayan inançları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bahadır Yılmaz ve Şahin (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırma sonucu ise negatif yönlü ilişki belirtmektedir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançları ve deneyimlerinin flört şiddeti üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda, psikolojik flört şiddetine yönelik flört şiddeti alt boyutları ile akılcı olmayan romantik ilişki inançları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur.

Farklı sonuçlar bildiren bu araştırmalar, psikolojik flört şiddeti uygulama ile akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmaların artması gerektiğine işaret etmektedir. Sonuç olarak, bireylerin düşünme biçimlerinin romantik ilişki uyumu üzerinde etkili olduğu (Epstein, Baucom ve Rankin, 1993), ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların ilişkide sağlıklı bağların kurulmasını engellediği (Zagefka ve Bahul, 2021) ve partnerlerin problem yaşama ihtimalini artırdığı (Stackert ve Bursik, 2003) bilinmektedir. Aynı zamanda psikolojik şiddet, ilişki içerisinde düşmanlık, küçümseme, nefret gibi olumsuz duyguların açığa çıkmasına, bir zamanlar sahip olunan sevgi ve ilgi duygusunun gölgelenmesine neden olmaktadır. Psikolojik şiddet ilişki içerisinde devam ettikçe ilişki bozulmayı sürdürmekte ve partnerler birbirine şiddet uygulama konusunda kendilerini haklı görmeye başlamaktadır (Engel, 2003). Zamanla gelişen bu şiddeti haklı görme tutumuna ilişkin çeşitli araştırma sonuçları bulunmaktadır. Şenay, Albayrak ve Uluman (2022) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırmada, akılcı olmayan romantik ilişki inançlarına sahip bireylerin flört şiddetini destekleyici tutuma sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Çuhadaroğlu ve Şahan (2022) da üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdikleri araştırmanın sonucunda romantik ilişkide akılcı olmayan inançlar arttıkça flört şiddetine yönelik tutumda da artış olduğunu bildirmiştir.

Romantik ilişkide şiddete yönelik destekleyici bir tutumun gelişmesi ise yıkıcı bir döngüye yol açmaktadır (Engel, 2003). Bu açıdan ilişki içerisinde partnerlerin birbirine şiddet uygulayıp uygulamadığı konusunda farkındalık kazanması ve hangi davranışların psikolojik şiddet olduğu konusunda bilinçlenmesinin önem taşıdığı düşünülmektedir. Bu araştırmanın bulgusuna göre, irrasyonel inançlardaki artış ilişkide psikolojik şiddetteki artışı öngörmektedir, dolayısıyla romantik ilişkiye yönelik mantıklı olmayan, gerçeği

yansıtmayan irrasyonel inançların fark edilerek akılcı inançlarla değiştirilmesinin psikolojik flört şiddeti davranışlarını azaltmaya yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Psikolojik Flört Şiddeti Uygulama ile Duygu Düzenleme Becerileri Bulgusuna Yönelik Yorumlar

Araştırma bulguları, romantik ilişkide duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddeti uygulama boyutunu anlamlı olarak yordamadığını göstermektedir. Buna göre, romantik ilişkilerde duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddeti uygulama durumu ile anlamlı olarak ilişkili olmadığı görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, psikolojik flört şiddeti uygulama ile duygu düzenleme becerileri ilişkisinin anlamlı olmadığına dair sonuç belirten bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bulgunun tartışılabilmesi amacıyla alanyazında psikolojik flört şiddeti uygulama ile duygu düzenleme becerilerinin birlikte ele alındığı araştırmalar aşağıda sıralanmıştır.

Brem ve diğerleri (2021) tarafından ilişki deneyimi olan 578 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmada alkol sorunları ile flört şiddeti türleri (fiziksel, psikolojik, siber) arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı ilişkisi incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, katılımcıların %74.6'sının psikolojik flört şiddeti uyguladığı, duygu düzenleme güçlüğü ile fiziksel, psikolojik ve siber flört şiddeti türleri arasında anlamlı ilişki bulunduğu belirtilmiştir. Ayrıca, duygu düzenleme zorluğunun orta ve yüksek düzeyde olmasının psikolojik ve fiziksel flört şiddetini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Brem, Spiller ve Vandehey (2019) de bireylerin yaşantıları içerisinde baş etmekte zorlandıkları duygularla karşılaştıklarında dürtüsel davranışlar gerçekleştirebildiklerini belirtmektedir.

Shorey ve arkadaşları (2015) tarafından süregelen bir flört ilişkisinde olan üniversite öğrencileri gerçekleştirilen çalışma sonucunda, duygu düzenlemenin yakın ilişkilerdeki olumsuz duygulanım ve fiziksel saldırganlık davranışı arasındaki ilişkinin çoğunu yordadığı, zayıf duygu düzenleme becerisinin ise artan saldırganlık olasılığı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada dokuz olumsuz duygulanım ile duygu düzenlemenin aracı rolü incelenmiş, kaygı dışındaki tüm olumsuz duygulanımların psikolojik saldırganlık ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik saldırganlıkla ilişkilendirilen olumsuz etki eşiği, fiziksel saldırganlığa göre daha düşük görünmektedir.

Shorey, Brasfield ve Stuart (2011) tarafından duygu düzenlemedeki zorluklar ile flört şiddeti arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, duygu düzenlemede yaşanan zorlukların psikolojik flört şiddeti uygulama durumunda ayırt edici olduğu bulunmuştur. Ayrıca, psikolojik şiddet uygulayan erkeklerin uygulamayanlara göre daha zayıf duygu düzenleme becerisine sahip oldukları belirtilmiştir.

Özetle, araştırma sonuçları incelendiğinde duygu düzenleme becerisinin zayıf olmasının flört ilişkisinde artan sadırıcılık ve psikolojik flört şiddeti uygulama ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırma kapsamında ise duygu düzenleme becerisinin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir.

Veri toplama sürecinde katılımcılar duygu düzenleme becerilerine ilişkin öz bildirimde bulunmuştur. Duyguların kendisi ile çalışıldığında [örneğin bağlanma (Toplu-Demirtaş vd., 2018) ve kıskançlık (Kaplan, 2020) gibi] psikolojik flört şiddeti ile anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu durum göz önüne alındığında sonraki araştırmalarda farklı duygular ile psikolojik flört şiddeti uygulama arasındaki ilişkilerin incelenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Duygu düzenleme becerileri değişkeni bir beceri düzeyini işaret etmektedir. Bu değişkene ilişkin veriler toplanırken veri toplama aşamasında ölçeğe geçmeden önce katılımcılara beceriyi tetikleyici herhangi bir olay örgüsü sunulmamıştır. Dolayısıyla yanıt verirken katılımcılar ölçek maddelerini bir bağlam içerisinde ele almakta zorlanmış olabilir ve maddeler yanıt veren katılımcılar için soyut düzeyde kalmış olabilir. Kısacası katılımcılar duygu düzenleme becerisini ölçen ölçeğin maddelerini anlamlandıramamış olabilirler. Ayrıca duygu düzenleme becerileri değişkeninin ölçen ölçek alt boyutlardan oluşan ve toplam puan alınabilen bir yapıdadır. Bu araştırmada duygu düzenleme becerileri ölçeği toplam puan üzerinden değerlendirilmiştir. Psikolojik flört şiddeti uygulama ve duygu düzenleme becerilerinin alt boyutları arasında farklı anlamlılık bulguları elde edilebilir. Bu açıdan sonraki araştırmalarda benzer bir örneklem ile çalışacak araştırmacıların alt boyutları ele almaları önerilmektedir.

Ek olarak bazı sınırlılıklar araştırma sonucunu etkilemiş olabilir. Araştırma verileri Covid-19 pandemisi sürecinde toplandığından katılımcıların olumsuz sağlık durumlarından etkilenmiş olabileceği ve psikolojik flört şiddeti uygulamaya ilişkin yanıtların bu durumdan etkilenmiş olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca pandemi sürecinde birbirinden uzak kalan ve uzak mesafe ilişkisi yürütmek durumunda kalan çiftlerin psikolojik flört şiddeti davranışlarına ilişkin algılarında değişiklik olmuş olabilir.

Bu sebeple ilerleyen süreçte farklı dönemlerde benzer örneklem ile gerçekleştirilen araştırmaları bir arada ele alan derleme çalışmaları gerçekleştirilebilir.

Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma ile Akılcı Olmayan İnançlar Bulgusuna Yönelik Yorumlar

Araştırma bulguları, romantik ilişkide akılcı olmayan inançların psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutunu anlamlı olarak yordamadığını göstermektedir. Buna göre, romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlara sahip olmanın psikolojik flört şiddetine maruz kalma durumu ile anlamlı olarak ilişkili olmadığı görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutu ile akılcı olmayan inançların birlikte ele alındığı bir araştırmaya rastlanmıştır.

Sırım (2021) tarafından ilişki deneyimi olan genç yetişkin bireylerle gerçekleştirilen bu araştırmada, yaşam doyumu ile flört şiddeti mağduriyeti arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların flört şiddeti mağduriyetinin %14,6'sını açıkladığı, flört şiddeti mağduriyetinin kadın bireyler ile düşük sosyoekonomik seviyedeki bireylerde daha fazla görüldüğü bulunmuştur. Ayrıca flört şiddeti mağduriyeti ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmaların aracı rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Straus (2004) tarafından gerçekleştirilen Uluslararası Flört Şiddet araştırmasında, yaşanan kültürde flört şiddeti davranışlarının onaylanmasının flört şiddeti davranışlarını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Mağdur bireyler, maruz kaldıkları psikolojik şiddet için kendilerini suçlayabilmekte, partnerlerinin davranışlarına ise bahane bulma yoluna gidebilmektedirler. Bu bireyler sonunda yaşadığı durumu gerçekçi olarak değerlendiremeyecek duruma gelmekte ve özgüvenini yitirmektedir (Engel, 2003). Engel'e (2003) göre, istismara uğrayan birey aşağılanma, korku ve öfke duygularıyla fark etmeden yıllarca ilişki içerisinde kalabilmekte, bu durumu çiftler arasındaki normal kalıplar olarak görebilmektedir. Mağdur bireyler bu duruma genellikle istemeden ve bilinçsizce katlanmaktadırlar. Çoğunlukla psikolojik şiddete maruz kalan birey bu durumu normalleştirmekte ve bunu sevginin bir yolu olarak görebilmektedir. Zagefka ve Bahul (2021) ise, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların idealleri yükselttiğini ve bu sebeple romantik ilişkilerde "normal" kabul edilen etkileşimlerin zamanla kabul edilemez olarak algılandığını belirtmiştir. Bu tutum ilişki memnuniyetini

azaltarak flört şiddeti maruziyeti eğilimini artırmaktadır. Buna göre mağduriyet durumunun bireylerin şiddet algılarında değişikliğe neden olduğu anlaşılmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde, bireylerin flört şiddetine maruz kaldıklarında bu durumu maruziyet olarak görmekte zorlandıkları anlaşılmaktadır (Engel, 2003). Psikolojik flört saldırganlığı ise daha anlaşılır bir yapıdadır (Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2021). Dolayısıyla, üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddeti mağduriyetini görmezden gelebildiği, saldırganlık davranışlarının ise daha somut görülebildiği dikkate alındığında üniversite öğrencilerinin psikolojik flört şiddeti mağduriyetine yönelik algılarının saldırganlığa yönelik algılarından farklılık gösteriyor olabileceği düşünülmektedir. Bu durum romantik ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançlara sahip olmanın psikolojik flört şiddetine maruz kalmayı yordamadığı sonucunu açıklayan bir etken olabilir.

Bir diğer sebep, üniversite öğrencilerinin mağduriyet algılarından kaynaklanıyor olabilir. Kaya Kılıç ve Uğur (2021) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırma sonucuna göre, öğrencilerin flört şiddeti hakkında bilgili oldukları ancak flört şiddeti mağduriyetine ilişkin algılarının düşük olduğu bulunmuştur. Bu bireylerin partnerden gelen flört şiddeti davranışlarını sevginin bir dışavurumu olarak gördükleri belirtilmiştir. Benzer şekilde, Kaplan (2020) da psikolojik şiddetin fark edilmesinin zor olduğunu ve bireylerin psikolojik flört şiddeti davranışlarını sevginin bir göstergesi olarak değerlendirdiklerini (Kaplan, 2020; Toplu-Demirtaş, Hatipoğlu-Sümer ve Fincham, 2017) belirtmiştir. Dolayısıyla bireylerin psikolojik flört şiddeti davranışlarını bir mağduriyet durumu olarak algılamaması da bu araştırma bulgusunun anlamsız çıkmasına neden olmuş olabilir.

Araştırma katılımcıları kadın üniversite öğrencilerinden oluştuğu için araştırma bulguları yalnızca kadın katılımcılar özelinde yorumlanmaktadır. Dolayısıyla örneklem genişletilerek cinsiyet farklılıklarının etkisinin incelendiği bir araştırma sürecinde bulgular farklılık gösterebilir.

Straus (2004), içinde bulunulan kültürde flört şiddeti davranışları onaylandığında flört şiddeti davranışlarında artış olduğunu belirtmektedir. Buna göre yaşanan kültürdeki yaklaşımlar bireyleri etkilemektedir denilebilir. Oishi (2002) de doğu-batı kültürlerinin duygusal normlarının farklı olduğunu belirtmiştir. Psikolojik flört şiddetine kabul edici tutumla yaklaşan bir kültürel yaklaşımı benimseyen birey ile psikolojik flört şiddetinin kabul edilemez olduğunu belirten öteki yaklaşımı benimseyen birey arasında algı farklılıklarının bulunması beklenen bir durumdur. Dolayısıyla Türkiye'deki alt kültürler

ile araştırma tekrarlanarak psikolojik flört şiddetine yönelik farklı bir bakış açısı edinilebilir.

Psikolojik flört şiddeti mağduriyeti ile ilgili gerçekleştirilen çeşitli araştırmalar (Toplu-Demirtaş ve Hatipoğlu-Sümer, 2011; İnan Arslan, 2002; Tangül ve Uysal Cantürk, 2022; Sırım, 2021; Toplu-Demirtaş vd., 2013; Hamamcı, 2005; Saraç, 2013; Korkut Owen ve Sarı, 2016; Öcal Yüceol, 2016; Karabacak ve Çiftçi, 2016; Saraç vd., 2015; Kızıl Aslan ve Nazlı, 2021) bulunmaktadır. Bu araştırmalara göre güç algısı ve güç doyumunu, bilişsel esneklik, ilişki doyumunu değişkenleri akılcı olmayan ilişki inançlarını etkilemektedir. Dolayısıyla akılcı olmayan ilişki inançlarındaki artışın psikolojik flört şiddeti uygulama düzeyini artırdığı ve psikolojik flört şiddeti uygulama ile maruz kalmanın karşılıklı olduğu, psikolojik flört şiddeti uygulayan bireylerin aynı zamanda psikolojik flört şiddetine maruz kaldıkları (Kaplan, 2020) düşünüldüğünde yukarıda bahsedilen değişkenlerin psikolojik flört şiddeti mağduriyetini yordayabilecek olası değişkenler olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırmada akılcı olmayan inançların psikolojik flört şiddeti mağduriyeti üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığı göz önüne alındığında, bahsedilen değişkenlerin psikolojik flört şiddeti mağduriyeti ile ilgili yürütülecek olan sonraki araştırma süreçlerine dahil edilebileceği düşünülmektedir.

Psikolojik Flört Şiddetine Maruz Kalma ile Duygu Düzenleme Becerileri Bulgusuna Yönelik Yorumlar

Araştırma bulguları, duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutunu anlamlı olarak yordamadığını göstermektedir. Buna göre, duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma durumu ile anlamlı olarak ilişkili olmadığı anlaşılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde, psikolojik flört şiddetine maruz kalma ile duygu düzenleme becerileri ilişkisinin anlamlı olmadığına dair sonuç belirten bir çalışmaya rastlanmamıştır. Alanyazında iki değişkenin ilişkisini bildiren sınırlı sayıda araştırmalar mevcuttur.

Kelley, Edwards, Dardis ve Gidycz (2015), psikolojik ve fiziksel flört şiddeti ile duygu düzenlemede yaşanan güçlükler arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Shorey ve arkadaşları (2015) da zayıf duygu düzenleme becerisinin artan saldırganlık olasılığı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde Cascardi ve Jouriles (2018) de duygu düzenlemede yaşanan güçlüğün flört şiddeti mağduriyeti riskini artırdığını belirtmiştir. Ancak duygu düzenleme sürecinin etkin yürütülebildiği durumlarda,

romantik ilişki içerisinde partnerler flört şiddeti davranışından kaçınabilmektedir (McNulty ve Hellmuth, 2008). Dolayısıyla duygularının farkında olan ve işlevsel olarak ifade edebilen bir bireyin partnerinin duygularını anlaması ve empati kurması da daha kolay olacaktır. İlişki içerisinde doğru şekilde ifade edilebilen duygular ve partnerin bu duyguları anlayabilmesi sayesinde sağlıklı ve çift yönlü iletişim kurulabilecektir. Anlamayı ve anlaşılmayı içeren bu tutum psikolojik flört şiddeti davranışlarının fark edilerek önlenmesini sağlayabilir.

Özetle, alanyazına göre flört ilişkisi içerisinde duygu düzenlemede zorluk yaşayan bireylerin psikolojik flört şiddetine maruz kalma ihtimalinin arttığı anlaşılmaktadır. Bu bilgiler ışığında duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutunu yordayacağı düşünülmüş ancak sonuç anlamsız bulunmuştur. Bunun birkaç farklı sebebi olabilir. İlk olarak, katılımcılar duygu düzenleme becerisine ilişkin öz bildirimde bulunmuştur. Bu durum bireylerin beceri düzeylerini gerçekçi biçimde yansıtamamış olmasına neden olmuş olabilir. Bu sebeple öz bildirimden ziyade beceri odaklı bir ölçümün yapılması veya ölçüm aracının başında beceriyi tetikleyebilecek bir uyarının sunulmasının sonucu etkileyebileceği düşünülmektedir. Ayrıca, duygu düzenleme becerileri yerine duyguların kendisi ile çalışılan araştırmalarda (Toplu-Demirtaş vd., 2018; Kaplan, 2020) anlamlı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Dolayısıyla sonraki araştırmalarda bağlanma, kıskançlık gibi duygu odaklı değişkenler ile psikolojik flört şiddetine maruz kalma arasındaki ilişkiler ele alınabilir. Bu araştırmada duygu düzenleme becerileri ölçeği toplam puan üzerinden değerlendirilmiştir. Psikolojik flört şiddeti uygulama ve duygu düzenleme becerilerinin alt boyutları arasında farklı anlamlılık bulguları elde edilebilir. Dolayısıyla sonucun anlamsız bulunmasında bir etken de toplam puan üzerinden değerlendirilmesi olabilir. Ayrıca şiddet hassas bir konu olduğundan, katılımcılar psikolojik flört şiddeti mağduriyeti ile ilgili deneyimlerini ifade eden maddelere yanıt vermekte zorlanmış olabilir. Araştırma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Psikolojik flört şiddetinin mağduriyet boyutu ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilerin inceleneceği sonraki araştırmalar, farklı yaş aralığındaki katılımcılar üzerinde ve ilişkili olabilecek farklı değişkenlerin dâhil edilmesiyle gerçekleştirilebilir.

BÖLÜM 5

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bulgularına yönelik olarak elde edilen sonuçlara ve bulgulardan hareketle uygulayıcı ve araştırmacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar

Bu araştırmada lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde öğrenim gören kadın üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançlara sahip olma ve duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddetini uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma boyutlarını ne derece yordadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda sıralanmıştır.

1. Psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma değişkenleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre psikolojik flört şiddeti uygulama ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma durumları birbirleri için risk faktörü oluşturabilir.
2. Psikolojik flört şiddeti uygulama ile romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan ilişki inançları değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.
3. Akılcı olmayan inançlar arttıkça psikolojik flört şiddeti uygulama davranışında artış yaşanmaktadır.
4. Akılcı olmayan inançlar değişkeni psikolojik flört şiddeti uygulamaya yönelik varyansın %3'ünü açıklamaktadır.
5. Psikolojik flört şiddeti uygulamayı yordayan tek değişken akılcı olmayan inançlardır. Duygu düzenleme becerileri değişkeni ise psikolojik flört şiddeti uygulamanın anlamlı bir yordayıcısı değildir.
6. Akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerileri psikolojik flört şiddetine maruz kalmanın anlamlı birer yordayıcısı değildir.

Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde, ilgili konularda çalışma yürütmek isteyen araştırmacılara ve alan uygulayıcılarına yönelik öneriler sunulmuştur.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırmada flört şiddetine ilişkin veriler tek partnerden öz bildirim yoluyla elde edilmiştir. Sonraki araştırmalarda yanlılığı azaltmak amacıyla her iki partnerden de veri toplanabilir.
2. Bu araştırmaya yalnızca süregelen bir flört ilişkisi olan beliren yetişkinlik dönemindeki kadın üniversite öğrencileri dahil edilmiştir. Sonuçların genellenebilirliğinin artırılması amacıyla sonraki araştırmalara farklı cinsiyet grupları dahil edilebilir.
3. Araştırma sürecine farklı demografik değişkenler dâhil edilerek bulguların kapsamı genişletilebilir. Ayrıca flört şiddeti uygulama ve maruz kalma boyutlarına ilişkin katılımcılarla boylamsal araştırma süreci yürütülerek ilişkide akılcı olmayan inançlar ve duygu düzenleme becerilerinin etkisi gözlemlenebilir.
4. Flört şiddeti ile ilgili alanyazındaki çalışmaların genellikle flört şiddeti tutumlarına yönelik olduğu görülebilmektedir. Tutumlar davranışın yordayıcısı olabilmekle birlikte önleyici programların yapılandırılmasında davranışa yönelik araştırma sonuçlarının faydalı olacağı düşünülmektedir.
5. Psikolojik flört şiddetine yönelik araştırmaların alanyazında az sayıda olduğu bilinmektedir. Bu alanda yürütülen araştırmalarda katılımcıların yanlı cevap verebilecekleri göz önünde bulundurulmalıdır. Bu sebeple, katılımcılarla görüşmelerin de yürütüldüğü karma desenli araştırmaların alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
6. Alanyazında flört şiddeti uygulama boyutuyla ilgili yurt dışında yürütülen çalışmalar daha yaygın olmasına rağmen Türkiye’de de bu boyutla ilgili araştırmalara ilginin arttığı görülmektedir. Ancak psikolojik flört şiddetine maruziyet ile ilgili araştırmaların oldukça sınırlı olduğu anlaşılmaktadır. Psikolojik flört şiddetine maruz bırakılan bireylerin suçluluk hissederek şiddete uğradığını gizleyebildiği veya ilişki içerisinde bunu

normalleştirebildiği bilinmektedir. Dolayısıyla psikolojik flört şiddeti maruziyetine yönelik araştırmaların artmasının alandaki önemli bir eksikliği gidereceği, şiddete maruz bırakılan bireylere ilişkin farkındalığı artıracak ve önleme programlarının oluşturulmasında farklı bir perspektif sunacağı düşünülmektedir.

7. Günümüzde flört şiddeti ile ilgili yürütülen çalışmalarda artış yaşandığı görülmektedir. Dolayısıyla flört şiddeti alanında yürütülen çalışmalara yönelik ilginin arttığı söylenebilir. Fiziksel flört şiddeti belirtileri ve davranışları diğer flört şiddeti türlerine göre daha görünür olduğundan bu alanda yürütülen araştırma sayısı diğer flört şiddeti türlerinden oldukça fazladır. Cinsel flört şiddetine yönelik araştırmaların ise yurt dışında yaygın olduğu görülmektedir. Partnerler arasında yaygın görülen psikolojik flört şiddeti başta olmak üzere diğer flört şiddeti türleri ile ilgili yapılacak araştırmaların flört şiddeti olgusunu daha görünür kılacağı düşünülmektedir.
8. Alanyazında akılcı olmayan inançlar değişkeniyle ilgili yürütülen şiddet araştırmalarının çoğunlukla flört şiddetini bütüncül olarak ele aldığı görülmektedir. Bu sebeple flört şiddeti türleri ile akılcı olmayan inançlar değişkeni arasındaki araştırmalar yaygınlaştırılabilir.
9. Alanyazında duygu düzenleme becerileri ile ilgili araştırmaların çoğunlukla ebeveynler ve okul öncesi dönem çocukları ile ilgili olduğu görülmektedir. Genç yetişkinlik ve beliren yetişkinlik dönemleri yeni arayışların olduğu, ilişki kurma kalıplarının değişebildiği yaşam dönemleridir. Bu durum göz önüne alındığında duygu düzenleme becerileri ile ilgili araştırmalarda genç yetişkinlik ve beliren yetişkinlik dönemlerindeki bireylerle oluşturulan örneklemelerin kullanılmasının alanyazına katkı sağlayacağı söylenebilir.
10. Akılcı olmayan inançların romantik ilişkilerde flört şiddeti maruziyetini yordadığı düşünüldüğünde bilişsel esneklik düzeyindeki artışın psikolojik flört şiddetine maruz kalmayı azaltabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple, sonraki araştırmalarda bilişsel esneklik değişkeninin aracı etkisinin incelenebileceği düşünülmektedir.
11. Duygu düzenleme becerileri yeni yaşantılar yoluyla edinilen stratejilerle güncellenebilen esnek bir yapıyı ifade etmektedir. Dolayısıyla ilişki başlatma ve sürdürme değişkenlerinin duygu düzenleme becerileri ile ilişkisinin araştırma konusu olabileceği düşünülmektedir.

12. Araştırma sonucuna göre duygu düzenleme becerileri değişkeninin psikolojik flört şiddeti uygulama ve maruz kalma boyutlarının her ikisi için de anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonraki araştırmalarda beceri değişkeni yerine duygu düzenleme ile ilgili bilişsel bir değişkenin ele alınması önerilmektedir.
13. Araştırma sonucuna göre akılcı olmayan ilişki inançları ve duygu düzenleme becerileri değişkenleri psikolojik flört şiddetini açıklamakta yetersiz kalmaktadır. Bu durumda akılcı olmayan inançlar, duygu düzenleme becerileri ve psikolojik flört şiddeti arasındaki ilişkilere diğer önemli faktörlerin aracılık edebileceği düşünülmüştür. Bu nedenle bağlanma, ilişki doyumu, güç algısı, kıskançlık, mükemmeliyetçilik, ilişki kalitesi, bilişsel esneklik, psikolojik dayanıklılık, ruminasyon, ilişki ihtiyaçları, kişilik, öz yeterlik, bilişsel esneklik, bağlanma ve kaygı değişkenleri sonraki araştırmalara dâhil edilebilir.

Üniversite Ortamlarında Çalışan Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler

1. Flört şiddeti farkındalığın artırılması yoluyla önlenabilir yapıdadır. Bu sebeple önleme programları ve sağaltım programları iyi oluş için önemlidir. Üniversitelerde çalışan psikolojik danışmanlar ve diğer ruh sağlığı uzmanlarının özellikle görünmeyen partner şiddeti olan psikolojik şiddet belirtilerine hâkim olması şiddete maruz bırakılan bireyin fark edilmesini kolaylaştıracaktır. Bu amaçla psikolojik flört şiddeti davranışları, belirtileri, etkileri konusunda alan uzmanlarının çalıştıkları grupları bilgilendirmesi önemli görülmektedir.
2. Flört şiddeti üniversite öğrencileri arasında yaygın olarak görülmektedir. Bu sebeple üniversitelerde flört şiddetine maruz kalan bireyler için destek birimi oluşturulabilir, önleyici psikoeğitim programları düzenlenebilir ve sağlıklı bir ilişki yürütebilmeleri için partnerlerin birlikte katılım sağladıkları psikolojik danışma süreçleri yürütülebilir. Gerçekleştirilecek psikoeğitim programlarında romantik ilişkilerdeki akılcı olmayan inançlara yönelik farkındalık çalışmalarına yer verilebilir. Destek birimleri ayrıca, şiddete maruz kalan öğrencilere ulaşmak amacıyla farkındalık çalışmaları yürütebilir

ve bulundukları kurum içerisinde bağılı oldukları birimi tanıtmaya yönelik etkinliklere yer verebilir.

3. Araştırma sonucuna göre duygu düzenleme becerilerinin psikolojik flört şiddetinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı sonucu elde edilmiştir. Ancak duygu düzenleme beceri eğitimlerinin katılımcıların duygu düzenleme süreçlerini olumlu etkilediği bilinmektedir. Bu açıdan psikolojik flört şiddeti ile ilgili yürütülen önleyici ve geliştirici çalışmalara duygu düzenleme beceri eğitimlerinin dâhil edilebileceği düşünülmektedir.
4. Flört şiddetinin üniversite öğrencileri arasında yaygın olarak görüldüğü bilinmektedir. Dolayısıyla olumsuz etkilerin karşılıklı olmasından dolayı hem flört şiddeti uygulayan hem de flört şiddetine maruz kalan bireyler için üniversitelerdeki psikolojik danışma birimlerinde sağaltım programları uygulanabilir. Ayrıca şiddete maruz kalanların ve failerin ayrı ayrı katılım sağladıkları, sağaltıma yönelik grupla psikolojik danışma süreçleri yürütülebilir.
5. Uzmanlar, Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği tarafından aktif olarak gençlere, psikolojik danışmanlara ve öğretmenlere yönelik yürütülen flört şiddetine karşı önleme programlarına katılım sağlayabilir, bu programların yaygınlaştırılmasını destekleyebilirler.
6. Öğretim elemanları ve psikolojik danışmanlar, araştırmalar ışığında bulundukları üniversitelerde önleyici programlar yürütebilir, akran danışmanlığını destekleyici bir unsur olarak kullanabilirler.
7. Üniversitelerde öğrencilere yönelik farkındalık programları düzenlenebilir, konuyla alakalı güncel araştırmaların sonuçları etkinlikler yoluyla öğrencilerle paylaşılabilir.

KAYNAKLAR

- Addis, J., & Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3–13. doi: 10.1023/A:1015199803099
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333–341. doi: 10.1037/0003-066X.46.4.333
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press.
- Akbaba, T. P. ve Erol, D. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ile Mutluluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences*, 1(1), 32–44. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Aksoy, A. B. ve Yaralı, K. T. (2017). Çocukların Öz Düzenleme Becerileri ile Oyun Becerilerinin Cinsiyete göre İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 442–455. doi: 10.24315/trkefd.304124
- Aktan, T. ve Asker, H. (2020). Üniversite Öğrencilerinde İşlevsel Olmayan Romantik İnançlarla Çelişik Duygulu Cinsiyetçiliğin ve İlişki Deneyiminin İlişkisi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(3), 635–653. doi: 10.32709/akusosbil.581151
- Aktu, Y. (2016). Levinson'un Kuramında İlk Yetişkinlik Döneminin Yaşam Yapısı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(2), 162–177. doi: 10.18863/pgy.12690
- Allison, P. D. (1999). *Multiple regression: A primer*. London: Pine Forge Press.
- Alonso, M. B., Manso, J. M. M., & Sánchez, E. G. B. (2012). Indicators of psychological abuse associated with the length of relationships between couples. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 28(3), 772–779. 10.6018/analesps.28.3.123261
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-Analytic review. *Psychological Bulletin*, 126, 651–680. doi: 10.1037/0033-2909.126.5.651
- Arı, R. ve Şahin, G. (2016). Okul Öncesi Çocukların Yürütücü İşlevleri ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(6), 1–9. doi : 10.16991/INESJOURNAL.183

- Arı, R. ve Şahin, G. (2015). Okul Öncesi Çocukların Duygu Düzenleme Becerilerinin Bağlanma Örüntüleri Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(5), 1–12. doi : 10.16991/INESJOURNAL.180
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. doi: 10.1037/0003-066X.55.5.469
- Aslan, Z. K. ve Nazlı, S. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Evliliğe Yönelik İnançlar: Bir Müdahale Programının Etkililiği. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 452–470. doi: 10.21666/muefd.796344
- Aslan, D., Vefikuluçay, D., Zeyneloğlu, S., Erdost, T. ve Temel, F. (2008). Ankara’da İki Hemşirelik Yüksekokulu’nun Birinci ve Dördüncü Sınıflarında Okuyan Öğrencilerin Flört Şiddetine Maruz Kalma, Flört İlişkilerinde Şiddet Uygulama Durumlarının ve Bu Konudaki Görüşlerinin Saptanması Araştırması. *Ankara: Hacettepe Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma ve Uygulama Merkezi*. Erişim adresi: <http://www.huksam.hacettepe.edu.tr>
- Atak, H., Tatlı, C. E., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H. ve Çok, F. (2016). Yetişkinliğe Geçiş: Türkiye’de Demografik Ölçütler Bağlamında Kuramsal Bir Gözden Geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 204–227. doi: 10.18863/pgy.238184
- Atalar, D. S. ve Atalay, A. (2018). Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme ve Ruh Sağlığı: Ana-Babanın ve Mizacın Rolü. T. Bildik (Editör), *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Bozukluklar*. Ankara: Türkiye Klinikleri (s. 84–90). Erişim adresi: <http://www.researchgate.net>
- Atılgan, I. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkiler ile İlgili Akılcı Olmayan İnançlarının Nesne İlişkileri-Gerçeği Değerlendirme Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Baghtiari, P. (2019). *Kısırlık Tedavisi Gören Kadınların Cinsel Yaşam Kalitesinde, Duygusal İstismarın Rolünün İncelenmesi*. İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bahadır-Yılmaz, E., & Şahin, E. (2021). The effects of irrational romantic relationship beliefs and experiences in close relationships on dating violence of nursing and midwifery students. *Perspectives in Psychiatric Care*. doi: 10.1111/ppc.12920
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. New York: General Learning Press.
- Bandura, A. (1973). Social learning theory of aggression. In J. F. Knutson (Eds.), *The control of aggression: Implications from basic research* (pp. 201–250). Chicago: Aldine.
- Batson, C. D. (2011). *Altruism in humans*: Oxford University Press, USA.
- Baymur, F. (1994). *Genel Psikoloji*. İstanbul: İnkılap Kitabevi

- Bell, K. M., & Naugle, A. E. (2008). Intimate partner violence theoretical considerations: Moving towards a contextual framework. *Clinical Psychology Review*, 28(7), 1096–1107. doi:10.1016/j.cpr.2008.03.003
- Berking, M., & Znoj H. (2008). Entwicklung und validierung eines fragebogens zur standardisierten selbsteinschätzung emotionaler kompetenzen [Development and validation of a self-report measure for the assessment of emotion-regulation skills]. *Zeitschrift für Psychiatrie Psychologie und Psychotherapie*, 56(2), 141–152. doi: 10.1024/1661-4747.56.2.141
- Berking M., & Whitley B. (2014). Emotion regulation: Definition and relevance for mental health. In: *Affect regulation training*. Springer, New York, NY. doi: 10.1007/978-1-4939-1022-9_2
- Bernard, M. E., & Cronan, F. (1999). The child and adolescent scale of irrationality: Validation data and mental health correlates. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 13(2), 121–132. doi: 10.1891/0889-8391.13.2.121
- Beştav, G. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki ilişkinin İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Bilgiz, Ş. ve Peker, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Duygu Düzenleme Becerileri ile Psikolojik Yardım İhtiyaçları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(4), 1978–1990. doi: 10.17240/aibuefd.2018.18.41844-504897
- Bilir, S. E. (2016). Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde İşlevsel Olmayan İlişki İnançları ile İlişkisel Benlik Tutumlarının Bağlanma Kuramı Çerçevesinde Araştırılması (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. doi: 10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x
- Bozkurt Yükçü, Ş. (2017). Bağımsız Anaokullarına Devam Eden Çocukların Duygu Düzenleme ve Sosyal Problem Çözme Becerileri ile Ebeveynlerinin Duygusal Okuryazarlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Brem, M. J., Spiller, L. C., & Vandehey, M. A. (2015). Online mate-retention tactics on Facebook are associated with relationship aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(16), 2831–2850. doi: 10.1177/0886260514554286
- Brem, M. J., Stuart, G. L., Cornelius, T. L., & Shorey, R. C. (2021). A longitudinal examination of alcohol problems and cyber, psychological, and physical dating abuse: The moderating role of emotion dysregulation. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(19–20), NP10499–NP10519. doi: /10.1177/0886260519876029
- Bridges, K. R., & Harnish, R. J. (2010). Role of irrational beliefs in depression and anxiety: A review. *Health*, 2(8), 862–877. doi: 10.4236/health.2010.28130

- Bünyamin, A. ve Sağar, M. E. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 87–102. doi: 10.29065/usakead.887799
- Campbell, J. C. (2002). Health consequences of intimate partner violence. *The Lancet*, 359(9314), 1331–1336. doi: 10.1016/S0140-6736(02)08336-8
- Cantürk, P. U. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlarının Bilişsel Esneklik Düzeyleri Açısından İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(43), 55–67. doi: 10.46928/iticusbe.922918
- Cengiz, F. (2019). *Romatoid Artrit Hastalarında Bilişsel Duygu Düzenlemenin Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Yorgunluk Şiddeti ile İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ordu Üniversitesi, Ordu.
- Chadwick, P., Trower, P., & Dagnan, D. (1999). Measuring negative person evaluations: The evaluative beliefs scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23(5), 549–559. Retrieved from: <http://link.springer.com>
- Chan, K. L., Straus, M. A., Brownridge, D. A., Tiwari, A., & Leung, W.-C. (2008). Prevalence of dating partner violence and suicidal ideation among male and female university students worldwide. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 53(6), 529–537. doi: 10.1016/j.jmwh.2008.04.016
- Cleveland, H. H., Herrera, V. M., & Stuewig, J. (2003). Abusive males and abused females in adolescent relationships: Risk factor similarity and dissimilarity and the role of relationship seriousness. *Journal of Family Violence*, 18, 325–339. doi: 10.1023/A:1026297515314
- Close S. M. Dating violence prevention in middle schooland high school youth.J Child Adolesc Psychiatr Nurs. 2005;18(1):2–9. Doi: 10.1111/j.1744-6171.2005.00003.x
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317–333. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. doi: 10.1111/1532-7795.1301001
- Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Tuncay Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Crawford, E., & Wright, M. O. D. (2007). The impact of childhood psychological maltreatment on interpersonal schemas and subsequent experiences of relationship aggression. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2), 93–116. doi: 10.1300/J135v07n02_06

- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth And Adolescence*, 28(5), 523–543. doi: 10.1023/A:1021650525419
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative research* (4 ed.). Boston: Pearson.
- Çavdar, D. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumları ve Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çelik, S. N. (2020). *Çocukluk Çağı Travmaları, Duygu Düzenleme Becerileri ve Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Çiğdem, Ç. (2011). Şiddet ve Savaş. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 4(2), 46–51. Erişim adresi: <http://www.turkiyeklinikleri.com>
- Çiğdem, Ö. (2020). Sporcularda Bağlanma Stillerinin Duyguları Düzenleme Becerileri ve Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerini Belirlemedeki Rolünün İncelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 202–219. doi: 10.25307/jssr.798619
- David, D., Lynn, S. J., & Ellis, A. (2010). *Rational and irrational beliefs: Research, theory, and clinical practice*. Oxford University Press.
- DeKeseredy, W. S., & Dragiewicz, M. (2007). Understanding the complexities of feminist perspectives on woman abuse: A commentary on Donald G. Dutton's Rethinking domestic violence. *Violence Against Women*, 13(8), 874–884. doi: 10.1177/1077801207304806
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 257–277. doi: 10.1007/s10902-007-9051-8
- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: how children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Cognitive, Creative, Comportament/Cognition, Brain, Behavior*, 11(1), 1–48. Retrieved from: <http://psycnet.apa.org>
- Deniz, K. Z. (2021). *İstatistikolay 2: Çok Değişkenli İstatistik*. Ankara: Nobel Akademi Yayınları.
- Dereboy, Ç., Şahin Demirkapı, E., Şakiroğlu, M. ve Şafak Öztürk, C. (2018). Çocukluk Çağı Travmalarının, Kimlik Gelişimi, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Psikopatoloji ile İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29(4). doi.org/10.5080/u20463
- Dobash, R. E., & Dobash, R. (1979). *Violence against wives: A case against the patriarchy*. Free Press New York.

- Dolunay-Cug, F., Toplu-Demirtaş, E., & Murray, C. E. (2017). Turkish mental health professionals' experiences and perspectives toward family and sexual violence. *Journal of Family Violence*, 32(7), 731–740. doi: 10.1007/s10896-017-9926-3
- Dryden, W. (2005). Rational emotive behavior therapy. In *Encyclopedia of cognitive behavior therapy* (pp. 321–324): Springer.
- Dryden, W. (2022). *New directions in rational emotive behaviour therapy*. London: Routledge.
- Du, J., Stith, S., Durtschi, J., & Spencer, C. (2020). Relationship dynamics and perpetration of intimate partner violence among female Chinese college students. *Journal of Interpersonal Violence*, 886260519897332. doi: 10.1177/0886260519897332
- Dubois-Couture, A., Hébert, M., Robichaud, M., Gagné, M.-H., & Boucher, S. (2011). Analyse des facteurs de risque associés à la victimisation psychologique, sexuelle et physique des étudiantes universitaires dans le contexte de leurs relations amoureuses. *Revue de Psychoéducation*, 40(2), 217–239. doi: 10.7202/1061846ar
- Duman, N. (2019). Yetişkin Psikolojik Istismarını Tanımak. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(1), 33–43. doi 10.24289/ijsser.478248
- Dye, M. L., & Eckhardt, C. I. (2000). Anger, irrational beliefs, and dysfunctional attitudes in violent dating relationships. *Violence and Victims*, 15(3), 337-350. doi: 10.1891/0886-6708.15.3.337
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus, NJ: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (1979). The theory of rational-emotive therapy. In A. Ellis & J.M. Whiteley (Eds.), *Theoretical and empirical foundations of rational-emotive therapy* (pp. 33–60). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 4(1), 4–21. doi: 10.1007/BF01073477
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy*. Revised and updated edition. New York: Birch Lane Press.
- Ellis, A., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Ellis, A. (1999). Why rational-emotive therapy to rational emotive behavior therapy? *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 36(2), 154–159. doi: 10.1037/h0087680
- Ellis, A. (2011) Rational-emotive therapy. In: R. J. Corsini and D. Wedding (Eds.), *Current Psychotherapies* (9th Ed.) (pp. 196–234). Belmont, CA: Brooks/Cole.

- Engel, B. (2003). *The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing*. New Jersey: John Wiley & Sons. Retrieved from: <http://www.barnesandnoble.com>
- Epstein, N., Baucom, D. H., & Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Review*, 13(1), 45–57. doi: 10.1016/0272-7358(93)90007-9
- Erel, S. (2016). *Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Bakış Açısı Alma Becerileri, Duygu Düzenleme ve Ahlak Gelişiminin Davranış Sorunları ile İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Ersan, C. (2017). *Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Saldırganlık Düzeylerinin Duygu İfade Etme ve Duygu Düzenleme Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık mı? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 119–127. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Fırat, B. (2021). Evli Bireylerin Duygu Düzenleme Becerileri ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 4(1), 111–130. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Fidan, F. ve Yeşil, Y. (2018). Nedenleri ve Sonuçları İtibariyle Flört Şiddeti. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 16–24. Erişim adresi: <http://academia.edu.tr>
- Follingstad, D. R. (2007). Rethinking current approaches to psychological abuse: Conceptual and methodological issues. *Aggression and Violent Behavior*, 12(4), 439–458. doi:10.1016/j.avb.2006.07.004
- Follingstad, D. R., Rutledge, L. L., Berg, B. J., Hause, E. S., & Polek, D. S. (1990). The role of emotional abuse in physically abusive relationships. *Journal of Family Violence*, 5(2), 107–120. doi: 10.1007/BF00978514
- Frieze, I. H. (2000). Violence in close relationships-Development of a research area: Comment on Archer (2000). *Psychological Bulletin*, 126, 681–684. doi: 10.1037/0033-2909.126.5.681
- Furman, W., & Wehner, E. A. (1997). Adolescent romantic relationships: A developmental perspective. *New Directions For Child And Adolescent Development*, 197(78), 21–36. doi: [10.1002/cd.23219977804](https://doi.org/10.1002/cd.23219977804)
- Gamsız-Tunç, Ö. ve Dursun, A. (2021). Genç Yetişkinlere Yönelik Duygu Düzenleme Müdahaleleri: Sistemik Gözden Geçirme. *İhlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 191–212. doi: 10.47479/ihead.928033

- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 8(2), 35–45. Erişim adresi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr>
- Gökkaya, S. C. (2022). Flört Şiddeti Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(1), 197–222. doi: [10.18026/cbayarsos.1032755](https://doi.org/10.18026/cbayarsos.1032755)
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. doi: 10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
- Greenberg, L. S. (2011). *Emotion-focused therapy*. Washington: American Psychological Association.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–20). The Guilford Press.
- Gündoğdu, R., Yavuzer, Y., & Karatas, Z. (2018). Irrational beliefs in romantic relationships as the predictor of aggression in emerging adulthood. *Journal of Education and Training Studies*, 6(3), 108–115. doi: 10.11114/jets.v6i3.2884
- Haaga, D. A., Dyck, M. J., & Ernst, D. (1991). Empirical status of cognitive theory of depression. *Psychological Bulletin*, 110(2), 215. doi: 10.1037/0033-2909.110.2.215
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 33(4), 313–328. doi: 10.2224/sbp.2005.33.4.313
- Hamby, S. L. (2005). Measuring gender differences in partner violence: Implications from research on other forms of violent and socially undesirable behaviour. *Sex Roles*, 52, 725–742. doi: 10.1007/s11199-005-4195-7
- Harned, M. S. (2002). A multivariate analysis of risk markers for dating violence victimization. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(11), 1179–1197. doi:10.1177/088626002237401
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: David McKay.
- İbiloğlu, A. O. (2012). Aile İçi Şiddet. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 204–222. doi:10.5455/cap.20120413
- İlhan, S. T. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançları ile Romantik Kıskançlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(29), 447–463. Erişim adresi: <http://www.acarindex.com>
- İlikçi İyğün, M. (2018). *Genç Yetişkin Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme Becerileri ve Kaygı Düzeyleri ile İlişkilerinin İncelenmesi*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- İnan Arslan, D. (2002). *Dating violence among Turkish university students: Prevalence rates and predictors of psychological, physical and sexual violence* (Unpublished master's thesis). Boğaziçi University, İstanbul.
- Jacobson, N. S., Gottman, J. M., Waltz, J., Rushe, R., Babcock, J., & Holtzworth-Munroe, A. (1994). Affect, verbal content, and psychophysiology in the arguments of couples with a violent husband. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(5), 982–988. doi: 10.1037//0022-006x.62.5.982
- Johnson, M. P., & Leone, J. M. (2005). The differential effects of intimate terrorism and situational couple violence: Findings from the National Violence Against Women Survey. *Journal Of Family Issues*, 26(3), 322–349. doi: 10.1177/0192513X04270345
- Jung, O., & Chang, S. J. (2021). The influence of unmarried adult men and women's implicit narcissistic propensity on the tolerance of dating violence: Focusing on the mediating effect of irrational relationship beliefs. *Journal of Digital Convergence*, 19(1), 453–463. doi: 10.14400/JDC.2021.19.1.453
- Kalkan, M. (2008). Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeği'nin (ERİŞÇÖ) Geliştirilmesi, Geçerlik ve Güvenilirliği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(3), 131–138. Erişim adresi: <http://pdf.trdizin.gov.tr>
- Karabacak, A. ve Çiftçi, M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Evliliğe İlişkin Tutumları ile Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(2), 25–43. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Karabacak, A. ve Demir, M. (2017). Özerklik, Bağlanma Stilleri, Bilinçli Farkındalık ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271–291. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Kaplan, B. (2020). Şiddetin Toplumsal Taşıyıcısı Olarak Flört Şiddeti: Ankara Örneği. *Kent Akademisi*, 13(3), 526–538. Erişim adresi: <http://atif.sobiad.com>
- Karabacak, A. ve Çiftçi, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Evliliğe İlişkin Tutumları ile Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(2), 25–43. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Karabulut, M. ve Öztürk, N. (2017). *Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddeti Algılarına Yönelik Araştırma Raporu*. İstanbul: Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği. Erişim adresi: <http://cinselsiddetlemucadele.org>
- Karacaoğlu, B. ve Şahin, N. H. (2016). Bilgece Farkındalık ve Duygu Düzenleme Becerisinin İş Tatminine Etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 8(4), 421–444. Erişim adresi: <http://www.isarder.org>
- Karakurt, G., & Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence and Victims*, 28(5), 804–821. doi: 10.1891/0886-6708.vv-d-12-00041

- Karanis, A. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Duygusal İstismar Düzeyleri ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Karataş, Z. (2019). *Romantik İlişki Doyumu ile Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Kişiler Arası Tarz Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Karatay, M., Karatay, G., Baş, N.G. ve Baş, K. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Flört Şiddetine İlişkin Tutum ve Davranışları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 27(1), 62–71. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Kassel, J. D., Bornovalova, M., & Mehta, N. (2007). Generalized expectancies for negative mood regulation predict change in anxiety and depression among college students. *Behaviour Research And Therapy*, 45(5), 939–950. doi: 10.1016/j.brat.2006.07.014
- Kaygusuz, C. (2013). Irrational beliefs and abuse in university students' romantic relations. *Eurasian Journal of Educational Research*, 51, 141–155. Retrieved from: <http://eric.ed.gov>
- Kelley, E. L., Edwards, K. M., Dardis, C. M., & Gidycz, C. A. (2015). Motives for physical dating violence among college students: A gendered analysis. *Psychology of Violence*, 5(1), 56–65. doi.org/10.1037/a0036171
- Kemaloğlu, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerindeki Duygusal İstismar, Kişiler Arası Bağımlılık ve Romantik İlişki Kalıp Yargıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul
- Kepir-Savoly, D. D., Özlem, U. ve Demirtaş Zorbaz, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Çiftler Arası Şiddeti Kabul Düzeylerini Etkileyen Etmenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 173–183. doi: 10.17066/PDRD.10251
- Kılıçarslan, İ. ve Fatma, C. (2021). Genç Yetişkinlerde Romantik İlişkide Akılcı Olmayan İnançlar, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences*, 4(2), 118–141. Erişim adresi: <http://ijeass.gedik.edu.tr>
- Kılıçarslan, S., & Parmaksız, İ. (2020). Violence in couple relationships: Relational factors, family of origin experiences and coping strategies. *Journal of Qualitative Research in Education*, 8(3), 920–949. doi: 10.14689/issn.2148-2624.1.8c.3s.7m
- Kırcalı, E. (2020). *Yas Sürecinin Yordayıcıları: Geçmiş Deneyimler, Duygu Düzenleme Becerisi, Psikolojik Dayanıklılık, Sosyal Destek ve Başa Çıkma Becerileri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Kısmetoğlu, G. (2019). *15-18 Yaş Arası Ergenlerde Duygu Düzenleme ve Bilinçli Farkındalık Becerilerinin Kaygı Düzeyleri ile İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.) New York: Guilford Press.
- Koçyigit, S., Yılmaz, E. ve Sezer, T. (2015). 60-72 Aylık Çocukların Sosyal Yetkinlik ve Duygu Düzenleme Becerileri ile Oyun Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *HAYEF Journal of Education*, 12(1), 209–218. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Korkut Owen, F. K. ve Sarı, T. (2016). Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançların ve Bağlanma Boyutlarının İlişki Doyumu Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204–216. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Krahe, B., & Berger, A. (2005). Sex differences in relationship aggression among young adults in Germany. *Sex Roles*, 52(11), 829–838. doi: 10.1007/s11199-005-4202-z
- Kring, A. M., & Werner, K. H. (2004). *Emotion regulation and psychopathology*. The Regulation of Emotion: Psychology Press
- Krosnick, J. A., & Petty, R. E. (1995). Attitude strength: An overview. In J. A. Krosnick, & R. E. Petty (Eds.), *Attitude strength: Antecedents and consequences* (pp. 1–24). New York, NY: Psychology Press.
- Krug, E. G., Mercy, J. A., Dahlberg, L. L., & Zwi, A. B. (2002). The world report on violence and health. *The Lancet*, 360(9339), 1083–1088. doi: 10.1016/S0140-6736(02)11133-0
- Kurt, A. A. (2019). *Genç Yetişkinlerde Akılcı Olmayan Romantik İlişki İnançları, Bilişsel Esneklik ve Benliğin Ayrışması İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Kuyumcu, B., Güven, M. ve Kara, F. İ. (2019). Türk ve Amerikan Üniversite Öğrencilerinin Duygularını Tanıma ve İfade Etme Zorluğunun Pozitif-Negatif Duygu Durumlarını Yordama Gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(53), 451–482. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin Üniversitesi Öğrencilerinin Romantik İlişkilere Yönelik İnançlarının Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Romantik İlişki Yaşama Durumu Değişkenlerine Göre İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Larsen, R. J., & Prizmic, Z. (2004). Affect regulation. In: R. F. Baumeister and K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 40–61), New York, NY: Guilford Press.
- Lawrence, E., Yoon, J., Langer, A., & Ro, E. (2009). Is psychological aggression as detrimental as physical aggression? The independent effects of psychological aggression on depression and anxiety symptoms. *Violence and Victims*, 24(1), 20–35. doi: 10.1891/0886-6708.24.1.20

- Lazarus, R. (1993). From psychological stress to the emotions. *Annual Review of Psychology*, 44, 1–21. doi: 10.1146/annurev.ps.44.020193.000245
- Lefebvre, M. F. (1981). Cognitive distortion and cognitive errors in depressed psychiatric and low back pain patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(4), 517–525. doi: 10.1037//0022-006x.49.4.517
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41(1), 3–13. doi: 10.1037/0003-066X.41.1.3
- Lohman, B. J., Neppl, T. K., Senia, J. M., & Schofield, T. J. (2013). Understanding adolescent and family influences on intimate partner psychological violence during emerging adulthood and adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(4), 500–517. doi: 10.1007/s10964-013-9923-7
- Mauss, I. B., & Tamir, M. (2014). *Emotion goals: How their content, structure, and operation shape emotion regulation*: The Guilford Press.
- Menard, S. (1995). *Applied logistic regression analysis: Sage University series on quantitative applications in the social sciences*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mercan, N. M. (2021). *Psychological dating aggression in lgb+ relationships: a path model with perpetration, victimization, internalized homophobia, cognitive flexibility, and affectivity*. Middle East Technical University, Ankara, Turkey.
- Mertler, C. A., & Vannatta, R. A. (2005). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation* (3rd ed.). Los Angeles: Pyrczak.
- Mihçioğur, S. ve Akın, A. e. (2015). Flört Şiddeti-“Şiddet’li Sevgi”. *Sağlık ve Toplum*, 25(2), 9–15.
- Molidor, C., & Tolman, R. M. (1998). Gender and contextual factors in adolescent dating violence. *Violence Against Women*, 4(2), 180–194. doi: 10.1177/1077801298004002004
- Murat, D. (2019). *Çiftlerin Arasındaki Evlilik Uyumunun Evli Kalma Sürelerine Bağlı Olarak Beden Algısı, Kıskançlık Düzeyleri ve Akılcı Olmayan İnançları ile İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Murphy, C. M., & O’Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(5), 579. doi: 10.1037//0022-006x.57.5.579
- Murphy, C. M., & Hoover, S. A. (1999). Measuring emotional abuse in dating relationships as a multifactorial construct. *Violence and Victims*, 14(1), 39–53. doi: 10.1891/0886-6708.14.1.39

- Murray, C. E., & Kardatzke, K. N. (2007). Dating violence among college students: Key issues for college counselors. *Journal of College Counseling*, 10(1), 79–89. doi: 10.1002/j.2161-1882.2007.tb00008.x
- Nar, Ö. H., Topkaya, N. ve Şahin, E. (2022). Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde İlişki Doyumunun Yordayıcıları: İlişkiye Özgü Akılcı Olmayan İnançlar ve Bilişsel Esneklik. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 5(1), 1–28. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. doi: 10.1080/15298860309027
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–102. doi: 10.1080/15298860309032
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends In Cognitive Sciences*, 9(5), 242–249. doi: 10.1016/j.tics.2005.03.010.
- Oishi, S. (2002). The experiencing and remembering of well-being: A cross-cultural analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(10), 1398–1406. doi: 10.1177/014616702236871
- Omrak, C. (2019). *Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Bağlanma Örüntüleri ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Teknoloji Kullanımıyla İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Ozana, U., Güven, G., Sezer, T., Azkeskin, K. ve Yılmaz, E. (2015). Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Biçimleri ile Sosyal Yetkinlik ve Duygu Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(2), 589–598. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr>
- Öcal Yüceol, S. E. (2016). *Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumlar ile İlişki Doyumu ve Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Arasındaki İlişkiler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Özkan, B. (2016). *Reddedilme Duyarlılığı ve İyimserliğin, Rasyonel Olmayan İlişki İnançları ile Romantik İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilerde Aracı Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Öztürk, H. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Duygu Düzenleme Stratejileri ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Ramisetty-Mikler, S., Goebert, D., Nishimura, S., & Caetano, R. (2006). Dating violence victimization: Associated drinking and sexual risk behaviors of Asian, Native Hawaiian, and Caucasian high school students in Hawaii. *The Journal of School Health*, 76(8), 423–429. doi: 10.1111/j.1746-1561.2006.00136.x

- Reitzel-Jaffe, D., & Wolfe, D. A. (2001). Predictors of relationship abuse among young men. *Journal of Interpersonal Violence*, 16(2), 99–115. doi: 10.1177/088626001016002001
- Rıza, S. Ö. (2016). *Evli Bireylerin Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Psikolojik İyi Oluşları ve Evlilik Doyumları ile İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Romans, J. S. C., & DeBord, J. (1995). Development of the relationship beliefs questionnaire. *Psychological Reports*, 76, 1248–1250. doi: 10.2466/pr0.1995.76.3c.1248
- Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal theory: Overview, assumptions, varieties, controversies. In K. R. Scherer, A. Schorr, T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 3–19). New York: Oxford Press.
- Sabina, C., & Straus, M. A. (2008). Polyvictimization by dating partners and mental health among US college students. *Violence and victims*, 23(6), 667–682. doi: 10.1891/0886-6708.23.6.667
- Sahan, B., & Çuhadaroglu, A. (2022). Investigation of the relationship between irrational beliefs in romantic relationships and attitudes towards dating violence. *International Journal of Curriculum and Instruction*, 14(1), 304–325. Retrieved from: <http://www.researchgate.net>
- Saliha, G., Türkmen, O. O. ve Barbaros Yalçın, S. (2020). Yurtta Kalan Üniversite Öğrencilerinin Duygu Düzenleme ile Öz-Şefkat Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 166–180. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr>
- Santrock, J. W. (2014). Yaşam Boyu Gelişim-Gelişim Psikolojisi (B. Palut, Çev.) G. Yüksel (Ed.), Genç Yetişkinlik (ss. 414-444). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Saraç, A. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordamada Akılcı Olmayan İnançlar ve Evlilik Öncesi İlişki Algılarının Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69–81. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Sargın, N. (2010). Öğretmen Adaylarının Çatışma ve Şiddete İlişkin Farkındalık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 16(4), 601–616. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Sarı, T. ve Korkut-Owen, F. (2015). Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 255–273. doi: 10.14687/ijhs.v12i1.3068

- Savaş, S. (2021). *Romantik İlişki İnançları ve Romantik İlişki Doyumunun Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Seçim, G. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Maruz Kaldığı İstismar Davranışları. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(1), 527–543. doi: 10.17152/gefad.343051
- Sepetçi, M. (2019). *Yetişkinlerde Bilişsel Duygu Düzenleme, Kişilerarası İlişki Problemleri, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkiler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Serpin Eşiyok, V. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine ve Bilişsel Esneklik Düzeylerine Göre Romantik İlişki İnançlarının İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Shaver, P., & Hazan, C. (1987). Being lonely, falling in love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 105. Retrieved from: <http://www.proquest.com>
- Shepard, M. F., & Campbell, J. A. (1992). The Abusive Behavior Inventory: A measure of psychological and physical abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 7(3), 291–305. doi: 10.1177/088626092007003001
- Shorey, R., Cornelius, T., & Bell, K. (2008). A critical review of theoretical frameworks for dating violence: comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior*, 13(3), 185–194
- Shorey, R. C., Brasfield, H., Febres, J., & Stuart, G. L. (2011). An examination of the association between difficulties with emotion regulation and dating violence perpetration. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 20(8), 870–885. doi: 10.1080/10926771.2011.629342
- Shorey, R. C., Zucosky, H., Brasfield, H., Febres, J., Cornelius, T. L., Sage, C., & Stuart, G. L. (2012). Dating violence prevention programming: Directions for future interventions. *Aggression and Violent Behavior*, 17(4), 289–296. doi: 10.1016/j.avb.2012.03.001
- Shorey, R. C., McNulty, J. K., Moore, T. M., & Stuart, G. L. (2015). Emotion regulation moderates the association between proximal negative affect and intimate partner violence perpetration. *Prevention Science*, 16(6), 873–880. Retrieved from: <http://link.springer.com>
- Sırım, M. (2021). *Genç Yetişkinlerde Flört Şiddeti Mağduriyeti ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolünün İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi, İstanbul.
- Sille, A. (2016). *Annenin Duygusal Sosyalleşmesi ile 48–72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerisi Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

- Sommer, R. (1994). *Male and female perpetrated partner abuse: Testing a diathesis-stress model*. University of Manitoba, Canada.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419–1429.
- Straus, M. A. (1979). Measuring intrafamily conflict and violence: The Conflict Tactics (CT) Scales. *Journal of Marriage and the Family*, 41(1), 75–88. doi: 10.2307/351733
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence Against Women*, 10(7), 790–811. doi:10.1177/1077801204265552
- Straus, M. A., & Savage, S. A. (2005). Neglectful behavior by parents in the life history of university students in 17 countries and its relation to violence against dating partners. *Child Maltreatment*, 10(2), 124–135. doi:10.1177/1077559505275507
- Straus, M. A. (2017). *Measuring intrafamily conflict and violence: The Conflict Tactics (CT) Scales*. In *Physical Violence In American Families* (pp. 29–48): Routledge.
- Sumbas, E. ve Durmuş, E. (2018). Romantik Yakınlığı Başlatmanın Yordayıcısı Olarak Cinsiyet ve Romantik İlişki İnançları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(55). doi: 10.17719/jisr.20185537242
- Swan, S. C., Gambone, L. J., Caldwell, J. E., Sullivan, T. P., & Snow, D. L. (2008). A review of research on women's use of violence with male intimate partners. *Violence and Victims*, 23(3), 301–314. doi: 10.1891/0886-6708.23.3.301
- Swart, L. A., Seedat, M., Stevens, G., & Ricardo, I. (2002). Violence in adolescents' romantic relationships: findings from a survey amongst school-going youth in a South African community. *Journal of Adolescence*, 25(4), 385–395. doi: 10.1006/jado.2002.0483
- Şahin, C. (2009). Eğitim Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271–286. Erişim adresi: <http://docplayer.biz.tr>
- Şenol, A., Albayrak, İ. ve Uluman, M. (2022). Flört Şiddeti Tutumlarının Belirli Değişkenler ve Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlara Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 113–131. doi: 10.51725/etad.1028491
- Şirin, H. D. ve Soyer, M. (2018). Yetişkin Bağlanma Örüntüleri ve Güncel Romantik İlişki Durumunun Romantik İnançları Yordayıcılığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 117–136. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics* (4th ed.). Boston: Allyn and Bacon.

- Tabachnick and Fidell, 2013 B.G. Tabachnick, L.S. Fidell Using Multivariate Statistics (sixth ed.) Pearson, Boston (2013)
- Tekmil, G. (2019). *Ebeveyn Tutumları, Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri, Anksiyete Duyarlılığı ve Anksiyete Duyarlılığında Nöropsikolojik Performans Arasındaki İlişkiler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, İstanbul.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3(4), 269–307. doi: 10.1007/BF01319934
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 25–52. doi:10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x
- Toplu, E. ve Sümer, Z. (2011). *Flört İlişkisinde Şiddetin Yaygınlığı ve Türleri*. 11. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Selçuk, İzmir. Erişim adresi: <http://open.metu.edu.tr>
- Toplu-Demirtaş, E., Hatipoğlu-Sümer, Z., & White, J. W. (2013). The relation between dating violence victimization and commitment among Turkish college women: Does the investment model matter? *International Journal of Conflict and Violence (IJCV)*, 7(2), 203–215. doi: 10.4119/ijcv-3019
- Toplu-Demirtaş, E. (2015). *Psychological aggression perpetration among dating college students: The interplay of societal, parental and personal factors* (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Toplu-Demirtaş, E., Hatipoğlu-Sümer, Z., & Fincham, F. D. (2017). Intimate partner violence in Turkey: The Turkish Intimate Partner Violence Attitude Scale-revised. *Journal of Family Violence*, 32(3), 349–356. doi: 10.1007/s10896-016-9852-9
- Toplu-Demirtaş, E., Murray, C., & Hatipoglu-Sümer, Z. (2018). Attachment insecurity and restrictive engulfment in college student relationships: The mediating role of relationship satisfaction. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 11(2). doi: 10.1108/JACPR-11-2017-0333
- Toplu-Demirtaş, E., Hatipoğlu-Sümer, Z., & Murphy, C. M. (2018). Turkish version of the Multidimensional Measure of Emotional Abuse: Preliminary psychometrics in college students. *Violence and Victims*, 33(2), 275–295. doi: 10.1891/0886-6708.VV-D-16-00087
- Toplu-Demirtaş, E., & Hatipoğlu Sümer, Z. (2021). Aggression begets aggression: Psychological dating aggression perpetration in young adults from the perspective of intergenerational transmission of violence. *Current Psychology*. Advanced online publication. doi: 10.1007/s12144-021-02461-5
- Toplu-Demirtaş, E. (2021). Toplumsal Cinsiyet Perspektifinden Flört Şiddeti [Dating Violence from the Perspective of Gender]. Ö. Haskan Avcı (Editör), Toplumsal Cinsiyet [Gender] (ss. 393–427). Ankara: Nobel Kitap

- Toplu-Demirtaş, E. ve Hatipoğlu-Sümer, Z. (2022). Psikolojik, Fiziksel ve Cinsel Flört Şiddetini Ölçmek: Beliren Yetişkinlerin Flört Şiddeti Yaşantıları. *Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 408–432. doi: 10.47793/hp.1079451
- Toprak, Z. ve Çetiner Bacak, S. (2019). Ortaokul Öğrencilerinin Duygu Düzenleme Becerileri ile Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yaşadıkça Eğitim*, 33(2), 306–317. doi: 10.33308/26674874.2019332133
- Tulpar, L. B., Aktan, Z. D. ve Yardimci, E. (2020). 4–6 Yaş Aralığındaki Çocukların Bağlanma Stillerinin ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 57–73. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- Turan, A. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tuzgöl Dost, M., & Aras, S. (2021). Close relationship belief and self-change as predictors of romantic relationship quality in university students. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 11(1), 135–162. doi: 10.14527/pegegog.2021.004
- Türk, B., Hamzaoğlu, N. ve Yayak, A. (2020). Flört Şiddeti Üzerine Bir İnceleme. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp ve Adli Bilimler Dergisi*. 17(1), 73–81. doi: 10.5336/forensic.2019-70929
- Öğülmüş, S. (2006). *Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi*. Ankara: Nobel.
- Öztürk, N. (2017). *Gençler Arası İlişkilerde Flört Şiddeti*. İstanbul: Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği
- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119(3), 488–531. doi: 10.1037/0033-2909.119.3.488
- Uğur, S. B. ve Kılıç, A. K. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Flört Şiddetine Maruz Kalma Durumları, Yaklaşımları ve Sosyal Destek Kaynakları. *Mediterranean Journal of Humanities*, 11, 293–304. doi: 10.13114/MJH.2021.566
- Uğur, D. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Temsilleri ile Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- UNICEF. (2000). *Domestic violence against women and girls*. Florence: Innocenti Digest.
- Utkan, H. B. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik Kıskançlık ile Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.

- Ureña, J., Romera, E. M., Casas, J. A., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2015). Psychometrics properties of Psychological Dating Violence Questionnaire: A study with young couples. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(1), 52–60. doi: 10.1016/j.ijchp.2014.07.002
- Uysal Cantürk, P. ve Tangül, B. C. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlarının Bilişsel Esneklik Düzeyleri Açısından İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(43), 55–67. doi: 10.46928/iticusbe.922918
- Üngüder, A. (2017). *Bireylerin Romantik İlişkilerindeki Mutluluk Düzeyleri ile İlişkilerine Yönelik İnançları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Vatan, S. (2020). Duygu Düzenleme Eğitiminin Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 396–402. doi: 10.5455/apd.68943
- Vatan, S. ve Kahya, Y. O. (2018). Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(2), 192–201. doi: 10.5455/apd.260322
- Vatandaşlar, S. E. ve Sümer, Z. H. (2019). Kadınlara Yönelik Psikolojik Şiddet Ölçeğinin (Psychological Maltreatment of Women Inventory) Türk Kültürüne Uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(53), 341–371. Erişim adresi: <http://dergipark.org.tr>
- White, J. W. (2009). A gendered approach to adolescent dating violence: conceptual and methodological issues. *Psychology of Women Quarterly*, 33(1), 1–15. doi:10.1111/j.1471-6402.2008.01467.x
- Willoughby, B. (2010). Marital attitude trajectories across adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(11), 1305–1317. doi: 10.1007/s10964-009-9477-x
- World Health Organization. (2004). *Preventing violence: a guide to implementing the recommendations of the World Report on Violence and Health*. Retrieved from: <http://apps.who.int>
- Yaman, B. (2018). *Ebeveyn Tutumlarının Çocukların Mizaç Özellikleri ve Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Yılğör, S. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Tutumlarının ve Psikolojik Belirtilerinin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlara Göre İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Türkiye.
- Yüksel, M. Y., Saruhan, V. ve Keçeci, B. (2021). Psikolojik Sağlamlığın Duygusal Zeka ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Açısından İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 53(53), 141–156. doi: 10.15285/maruaebd.718932

- Yöyen, E. G. (2017). Şiddet Türleri ve Kişilik Özellikleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 1(1), 35–50. doi: 10.31461/ybpd.316724
- Zagefka, H., & Bahul, K. (2021). Beliefs that contribute to dissatisfaction in romantic relationships. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 29(2), 153–160. doi: 10.1177/1066480720956638
- Zaki, J., & Williams, W. C. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13(5), 803–810. doi: 10.1037/a0033839





EK 1. Etik Kurul Onayı

ANKARA ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ALT ETİK KURULU KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi : 26/04/2021

Toplantı Sayısı : 7

Karar Sayısı : 132

132-Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Büşra İlayda Başaran**'ın "Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Flört Şiddetinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Duygu Düzenleme Becerileri ile İlişkisi" başlıklı tezi ile ilgili "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelendi.

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Büşra İlayda Başaran**'ın "Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Flört Şiddetinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Duygu Düzenleme Becerileri ile İlişkisi" başlıklı tezi ile ilgili araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

EK 2. Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği Kullanım İzni

**ezgi toplu demirtaş** ·
Alıcı: ben ▾

25 Şub 2021 Per 12:32 ☆ ↶ ⋮

Büşra İlayda, merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz.
Tezinizde kolaylıklar diliyorum.
Gökhan Hocaya da selamlarımı iletin lütfen.
:)
Ezgi.

From: Büşra İlayda Başaran
Sent: Thursday, February 25, 2021 8:00 AM
To: ezgi toplu demirtaş <
Subject: Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği Hk.

Sayın Hocam,

Merhabalar. Ben Büşra İlayda Başaran, Ankara Üniversitesi PDR bölümünde yüksek lisansımı yapmaktayım. Daha önce Doç. Dr. Gökhan Atik danışmanlığında yürüteceğim tez konumla alakalı sizinle iletişime geçmiş, incelemek amacıyla uyarlamış olduğunuz "Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği" ni istemiştim ve siz de ölçeğinizi benimle paylaşmıştınız. Şimdi ölçeğinizi tezimde kullanmak istiyorum, onayınız var mıdır?



EK 3. İlişki İnançları Ölçeği Kullanım İzni



Cem Ali Gizir cagizir

Alıcı: ben

9 Kas 2020 01:28



Büşra, ölçeği tezinde kullanman konusunda benim açımdan bir sorun yok. Elbette kullanabilirsin. Kolaylıklar dilerim.

Assoc. Prof. Cem Ali GİZİR
Mersin University
Faculty of Education
Department of Educational Sciences
Psychological Counseling & Guidance

Büşra İlayda Başaran

3 Kas 2020 Sal, 16:57 tarihinde şunu yazdı:

Sayın Hocam,

Merhabalar. Ben Büşra İlayda Başaran, Ankara Üniversitesi PDR bölümünde yüksek lisansımı yapmaktayım. Daha önce sizden incelemek amacıyla ölçeğinizi istemiştım ve siz de ölçeğinizi bana göndermiştiniz. Ölçeğinizi tezimde kullanmak istiyorum, onayınız var mıdır?

İlginiz ve vaktiniz için çok teşekkür ederim. Cevabınızı bekliyorum, iyi günler dilerim.

EK 4. Duygu Düzenleme Becerileri  l eği Kullanım İzni



sevginar vatan
Alıcı: ben ▾

4 Kas 2020 13:07 ☆ ↩ ⋮

Ölçek ektedir.
İyi  alışmalar dilerim
SV

Büşra İlayda Başaran

3 Kas 2020 Sal, 21:51 tarihinde şunu yazdı:

Merhabalar Hocam,

Tez konum flört şiddeti uygulama ve maruz kalma davranışlarının duygu düzenleme becerileri ve akılcı olmayan inançlar ile ilişkisinin incelenmesi. Danışmanım ise Doç. Dr. Gökhan Atik.

3 Kas 2020 Sal 21:30 tarihinde **sevginar vatan** şunu yazdı:
Tez konunuzu ve danışmanınızı yazabilir misiniz

3 Kasım 2020 Salı tarihinde Büşra İlayda Başaran yazdı:
Sayın Hocam,

Merhabalar. Ben Büşra İlayda Başaran, Ankara Üniversitesi PDR bölümünde yüksek lisansımı yapmaktayım. Daha önce sizden incelemek amacıyla  l eğinizi istemiştim ve siz de  l eğinizi bana g ndermiştiniz.  l eğinizi tezimde kullanmak istiyorum, onayınız var mıdır?

İlginiz ve vaktiniz için çok teşekkür ederim. Cevabınızı bekliyorum, iyi günler dilerim.

EK 5. Kişisel Bilgi Formu

Aşağıda istenilen bilgiler yalnızca bu araştırma amacıyla kullanılacaktır. Lütfen ifadeleri okuyarak size uygun olacak şekilde yanıtlayınız.

1.Cinsiyetiniz:

()Kadın ()Erkek

()Belirtmek istemiyorum

Evli () Bekâr () Boşanmış ()

2.Yaşınız:

3.Okuduğunuz Üniversite:

.....

4.Şu anda eğitiminize devam ettiğiniz bölüm adı:

.....

.....

5.Öğrenim düzeyiniz:

()Lisans

()Yüksek Lisans

()Doktora

9.Aile tipiniz:

() **Çekirdek aile** (Anne, baba ve çocuklardan oluşan aile)

() **Geniş aile** (Ebeveynler ve çocukların yanı sıra büyükanne ve büyükbabaların birlikte yaşadığı aile)

() **Parçalanmış aile** (Ayrılık, ölüm, boşanma gibi sebeplerle bir arada olmayan eşlerin oluşturduğu aile)

10.Yaşadığınız yer:

()Aile ile birlikte

()Yurtta

()Ayrı evde yalnız

()Ayrı evde arkadaşla

()Evliyim, eşimle

()Sevgilimle

()Akrabalarımle

()Diğer -yazınız-

6.Sınıf düzeyiniz:

.....

7.Mevcut not ortalamanız? (100 üzerinden)

.....

8.Medeni haliniz:

11.Şu anda bir işte çalışmakta mısınız?

Siz.....: ()Çalışıyorum ()Çalışmıyorum

Partneriniz: ()Çalışıyor ()Çalışmıyor

12.Ailenizin (çalışıyor iseniz sizin) aylık geliri:

()0-3000

()3001-6000

()6001 ve üzeri

13.Daha önce bir flört ilişkiniz oldu mu?

()Evet ()Hayır

Olduysa, en fazla süren flört ilişkinizin süresi nedir?

.....yılay

14.Şu anda bir flört ilişkiniz var mı?

()Evet ()Hayır

Varsa, ne kadar süredir devam ediyor?

.....yıl.....ay

15.Şu anda yaşadığınız ilişki için hangisi uygundur?

()Flört

()Söz/Nişan

()Evli

16.Bugüne kadar sizin için önemli kaç flört ilişkiniz oldu?

.....

EK 6. Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği

(Örnek Maddeler)

Aşağıda, partnerinizle ilişkinizdeki son altı ayı düşünerek yanıtlamanız istenen maddeler verilmiştir. Şu anda bir partneriniz yoksa bu maddeleri bir önceki ilişkinizi düşünerek yanıtlayabilirsiniz. Her bir madde için iki yanıt vermeniz gerekmektedir. “Siz” yazan satırda, belirtilen davranışı sizin ne sıklıkta yaptığınızı gösteren rakamı daire içine alarak işaretleyiniz. “Partneriniz” yazan satırda ise belirtilen davranışı, partnerinizin ne sıklıkta yaptığını gösteren rakamı daire içine alarak işaretleyiniz. Eğer siz ya da partneriniz bu davranışlardan birini son altı ay içinde göstermediyseniz ama daha önceden yaptıysanız 7’yi işaretleyiniz.

	Bir kere	İki kere	3-5 kere	6-10 kere	11-20 kere	20+ kere	Son 6 ayda olmadı	Hiç olmadı
--	----------	----------	----------	-----------	------------	----------	----------------------	------------

1. Partnerime şüpheli bir tavırla nerede veya kimlerle birlikte olduğumu sordum.	1	2	3	4	5	6	7	0
2. Partnerim bana şüpheli bir tavırla nerede veya kimlerle birlikte olduğumu sordu.	1	2	3	4	5	6	7	0

29. Konuşamayacak ya da konuşmayı istemeyecek kadar sinirlendim.	1	2	3	4	5	6	7	0
30. Partnerim konuşamayacak ya da konuşmayı istemeyecek kadar sinirlendi.	1	2	3	4	5	6	7	0
55. Bir çatışma ya da anlaşmazlık anında partnerimin tepesinde dikildim veya etrafında dolanıp durdum.	1	2	3	4	5	6	7	0
56. Bir çatışma ya da anlaşmazlık anında partnerim tepemde dikildi veya etrafımda dolanıp durdu.	1	2	3	4	5	6	7	0

EK 7. İlişki İnançları Ölçeği

(Örnek Maddeler)

Aşağıdaki cümleleri okuyarak size en uygun seçeneği işaretleyiniz. Güncel bir ilişkiniz yoksa formu önceki ilişkinizi düşünerek yanıtlayınız.

	Hiç Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Çok Katılıyorum	Tamamen
1. Partnerim, tüm duygu ve düşüncelerini benimle paylaşmalı.	1	2	3	4	5
2. Partnerim, aklımdan geçenleri okuyabilmeli.	1	2	3	4	5
4. Partnerime karşı her zaman tutku dolu olmalıyım.	1	2	3	4	5
17. Partnerime tüm ilgi ve hobilerimden zevk almasını öğretebilirim.	1	2	3	4	5
18. Bir aşk ilişkisi kalıcı olmalı.	1	2	3	4	5
36. Partnerimi yaşamın her alanında mutlu edebilmeliyim.	1	2	3	4	5
37. Partnerim mutlu olmak için ihtiyacım olan tek şeydir.	1	2	3	4	5

EK 8. Duygu Düzenleme Becerileri  l eği

( rnek Maddeler)

Aşağıda son bir hafta içerisinde yaşamış olabileceğiniz duygularla ilgili bazı ifadeler bulacaksınız. Lütfen, her bir ifadenin yanına size en uygun gelen cevabı işaretleyiniz. Lütfen ifadelerde çok zaman harcamayınız, aklınıza ilk gelen cevabı işaretleyiniz, aklınıza ilk gelen yanıt büyük olasılıkla en iyisidir.

Duygularla Baş Etme: Son bir hafta içerisinde...	Hiç	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Neredeyse Her Zaman
1.)...Hissettiklerime bilinçli olarak dikkat edebildim.	0	1	2	3	4
2.)...Bilinçli olarak olumlu hisler ortaya �ıkarabildim.	0	1	2	3	4

17.)...Olumsuz olsalar bile hissettiklerimle aram iyiydi.	0	1	2	3	4
18.)...Olumsuz hislerim yoğun olsalar bile onlara tahammül edebileceğimden emindim.	0	1	2	3	4
27.)...Duygusal olarak sıkıntılı durumlarda kendi kendimi destekledim.	0	1	2	3	4

BENZERLİK BİLDİRİMİ

“Kadın Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Flört Şiddetinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Duygu Düzenleme Becerileri ile İlişkisi” başlıklı tezimin ana bölümü (ön bölüm, kaynaklar ve ekler hariç) Turnitin İntihal Tespit Programı aracılığıyla incelenmiş ve ilgili rapor danışmanım tarafından da kontrol edilmiştir. Kontrol sırasında (1) “Yedi sözcükten daha az olan benzeşmeler” (2) “Kaynaklar” (3) “Doğrudan alıntılar” ve (4) “Lisansüstü tezim ile ilgili yapmış olduğum kendi yayınlarım ve yararlandığım mevzuat metinleri gibi kaynaklar” dışarıda tutulmuştur. Benzerlik kontrolüne ilişkin rapordan elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Rapor Tarihi	: 26/09/2022
Gönderim Numarası	: 1909238862
Sayfa Sayısı	: 71
Sözcük Sayısı	: 20,531
Karakter Sayısı	: 151,077
Benzerlik Oranı	: %6
Savunma Tarihi	: 29/08/2022

Yukarıda belirtilen sonuçları gösteren Turnitin İntihal Tespit Programı’na ilişkin orijinal raporu, sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmaksızın bu beyanım ekinde Enstitüye teslim ettiğimi, tezimin %10’dan fazla benzerlik oranı içerdiğinin, tek bir kaynakla eşleşme oranının ise %2’den fazla olduğunun belirlenmesi durumunda, bundan doğabilecek tüm yasal sorumluluğu kabul ettiğimi bildirir, saygılarımı sunarım.

Öğrencinin Adı Soyadı: Büşra İlayda BAŞARAN

Tarih: 26.09.2022

İmza:

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı ve Soyadı : Büşra İlayda BAŞARAN

E-Posta Adresi :

İş Deneyimi :

Unvan	Görev Yeri	Yıl
Kısmi Zamanlı Çalışma	Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Kütüphanesi, Cebeci Yerleşkesi	2016-2017
Kısmi Zamanlı Çalışma	Ankara Üniversitesi, Kariyer Merkezi, Tandoğan Yerleşkesi	2018-2019
Okul Psikolojik Danışmanı	Özel Bilfen Çukurambar İlköğretim Okulu	2021-2022
Okul Psikolojik Danışmanı	T.C. Milli Eğitim Bakanlığı Fatih Kocamustafapaşa Anaokulu	2022-halen

Akademik Bilgiler

Öğrenim Durumu:

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Ankara Üniversitesi	2015-2018

Bilimsel Kuruluşlara Üyelikler:

- Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Üye, 2022

Katıldığı Eğitimler:

- Türkçe Prep (Pass Reading Enhancement Program) Uygulayıcı Eğitimi (Akademi Disleksi, Mayıs 2022)
- Objektif Değerlendirmede Kullanılan Psikolojik Testler Uygulayıcı Eğitimi (APAMER, Ağustos 2018)
- Çocukluk Dönemi Cinsel İstismarı ve Mağdur Çocuklara Yaklaşım Eğitimi (Eğitmen: Psi. Danışman Dr. Nilüfer Keser Koçtürk, Şubat, 2018)
- Psikolojik Danışmada Uygun Olan ve Uygun Olmayan Eğitimi (Eğitmen: Dr. Öğretim Üyesi Özlem Haskan Avcı, Mart 2017)