



Sosyal Bilimler  
Enstitüsü

T.C.  
MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANA BİLİM  
DALI

**ROMANTİK İLİŞKİLERİ OLAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ  
OLUŞ DÜZEYLERİNİN YORDAYICILARI: EMPATİ, CİNSEL YAŞAM  
KALİTESİ, İLİŞKİ İSTİKRARI, TUTKULU AŞK VE ROMANTİK  
İLİŞKİLERDE YAKINLIK**

Yüksek Lisans Tezi

SÜREYYA ÇALIK

İSTANBUL, 2023

T.C.  
MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANA BİLİM  
DALI

**ROMANTİK İLİŞKİLERİ OLAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ  
OLUŞ DÜZEYLERİNİN YORDAYICILARI: EMPATİ, CİNSEL YAŞAM  
KALİTESİ, İLİŞKİ İSTİKRARI, TUTKULU AŞK VE ROMANTİK  
İLİŞKİLERDE YAKINLIK**

Yüksek Lisans Tezi

SÜREYYA ÇALIK

Danışman: Doç. Dr. ELİF YÖYEN

İSTANBUL, 2023

## ÖZET

### **ROMANTİK İLİŞKİLERİ OLAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN YORDAYICILARI: EMPATİ, CİNSEL YAŞAM KALİTESİ, İLİŞKİ İSTİKRARI, TUTKULU AŞK VE ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK**

Bu çalışmada romantik ilişki yaşayan kadınların psikolojik iyi oluşlarının empati, cinsel yaşam kalitesi, tutkulu aşk, yakınlık düzeyleri ve ilişkilerindeki istikrarları ile olan ilişkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. 23-45 yaş aralığında olup en az 12 aydır romantik ilişkisi bulunan 415 kadın ile çalışılmıştır. Araştırmada Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Temel Empati Ölçeği (TEÖ), Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği (CYKÖ-K), İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ) Tutkulu Aşk Ölçeği ve Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ) kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin analizi için Bağımsız Gruplar t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), Pearson Korelasyonel Analizi, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ve Hiyerarşik Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda ulaşılan analizler sonucunda psikolojik iyi oluşu yordayan değişkenler, ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu alt boyutu, cinsel yaşam kalitesi ve empati olarak sıralanmaktadır. Ayrıca yapılan korelasyon analize göre empati, cinsel yaşam kalitesi, romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki doyumu alt boyutu ve bağlanım alt boyutu ile psikolojik iyi oluş pozitif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş, empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkide yakınlık değişkenleri ile demografik değişkenler (eğitim durumu, gelir düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, çocuk sayısı, çalışma durumu, psikiyatrik tanı bulunma durumu, geçmişte bireysel/çift psikolojik destek almış olma durumu ve psikiyatrik ilaç kullanım durumu) arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Son olarak yapılan hiyerarşik regresyon analiz sonucunda psikolojik iyi oluşu yordayan sosyodemografik değişkenlerinden gelir durumu, çocuk sayısı ve tanı bulunma durumu olarak saptanmıştır. Tüm araştırma bulguları literatürü temel alarak tartışılmıştır ve öneriler sunulmuştur.

**Anahtar kelimeler:** Romantik İlişki, Psikolojik İyi Oluş, Empati, Cinsel Yaşam Kalitesi, İlişki İstikrarı, Tutkulu Aşk, Romantik İlişkilerde Yakınlık

## **ABSTRACT**

### **PREDICTORS OF PSYCHOLOGICAL WELL- BEING OF WOMEN WITH ROMANTIC RELATIONSHIPS: EMPATHY, SEXUAL QUALITY OF LIFE, RELATIONSHIP STABILITY, PASSIONATE LOVE AND INTIMACY IN ROMANTIC RELATIONSHIPS**

In this study, it is aimed to examine the relationship between the psychological well-being of women who have romantic relationships, with factors such as empathy, sexual quality of life, passionate love, intimacy levels and stability in their relationships. The study was conducted with 415 women aged between 23-45 who had a romantic relationship for at least 12 months. In the study, Psychological Well-Being Scale (PWB), Basic Empathy Scale (BES), Sexual Quality of Life Scale (SQLQ-F), Relationship Stability Scale (RSS), Passionate Love Scale (PLS) and Intimacy in Romantic Relationships Scale were used. Independent Groups t-Test, One Way Analysis of Variance (ANOVA), Pearson Correlation Analysis, Multiple and Hierarchical Regression Analysis were used in the study for the analysis of the scales. As a result of the analyzes that made for the purposes of the research, the variables that predict psychological well-being are listed as relationship satisfaction sub-dimension of relationship stability scale, quality of sexual life and empathy. In addition, empathy, quality of sexual life, intimacy in romantic relationships, relationship satisfaction sub-dimension and commitment sub-dimension were found to be positively and significantly correlated with psychological well-being. Significant differences were found in terms of demographic variables (education level, income level, relationship status, duration of relationship, number of children, employment status, presence of psychiatric diagnosis, previous individual/couple psychological support and psychiatric drug use) of psychological well-being, empathy, sexual quality of life, relationship stability, passionate love and romantic intimacy. Finally, as a result of hierarchical regression analysis, sociodemographic variables that predict psychological well-being were determined as income status, number of children and presence of diagnosis. All research findings are discussed based on the literature and recommendations are presented.

**Key Words:** Romantic Relationship, Psychological Well-Being, Empathy, Sexual Quality of Life, Relationship Stability, Passionate Love, Intimacy in Romantic Relationships

## Önsöz

Yüksek lisans tez yazım sürecimde bilgi ve tecrübeleriyle yol gösteren tez danışmanım sayın Doç. Dr. Elif Yöyen hocama ilgi ve yardımları için çok teşekkür ederim.

Jüri üyelerim sayın Prof. Dr. Mustafa Bilici ve Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Sena Sezgün hocalarıma katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimimde kendilerinden çok önemli bilgiler öğrendiğim değerli hocalarım Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak, Doç. Dr. Işıl Bilican, Dr. Öğretim Üyesi Miray Akyunus'a ve süpervizörüm Dr. Serap Piri Erbaş'a çok teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca benden desteğini hiç esirgemeyen ve daima beni yüreklendiren ve bana inan babam Adem Çalık'a ve annem Gülnur Çalık'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Ailemin kalan üyelerinden Sevde Uçak, Seda Çalık, Süeda Çalık ve Yasin Çalık'a hem tüm yazım sürecimde yaşadığım stresimi ve yorgunluğumu paylaştıkları ve beni her daim motive ettikleri için içtenlikle minnettarlığımı sunarım. İyi ki varsınız canım ailem.

Bu zorlu süreçte sabırlı ve anlayışlı kalan tüm dostlarıma ve meslektaşlarıma içtenlikle teşekkür ederim.

Tezimin sonuna yetişen ve fikirleriyle bana ışık olup yolumu aydınlatan Burak Özen'e tüm kalbimle teşekkür ediyorum.

Süreyya ÇALIK

İstanbul, 2023



*Mutluluğu arayan tüm kadınlara...*

## İÇİNDEKİLER

|                                                                                |      |
|--------------------------------------------------------------------------------|------|
| ÖZET.....                                                                      | I    |
| ABSTRACT.....                                                                  | II   |
| ÖNSÖZ.....                                                                     | III  |
| İÇİNDEKİLER.....                                                               | V    |
| KISALTMALAR.....                                                               | VIII |
| TABLOLAR LİSTESİ.....                                                          | IX   |
| ŞEKİLLER LİSTESİ.....                                                          | XI   |
| <br>                                                                           |      |
| 1.BÖLÜM GİRİŞ.....                                                             | 1    |
| 1.1. Problemin Tanımlanması.....                                               | 1    |
| 1.2. Araştırmanın Önemi ve Amacı.....                                          | 3    |
| 1.3. Sınırlılıklar.....                                                        | 5    |
| 1.4. Varsayımlar.....                                                          | 5    |
| 1.5. Tanımlar.....                                                             | 5    |
| <br>                                                                           |      |
| 2. BÖLÜM.....                                                                  | 7    |
| 2.1. İlgili Literatür.....                                                     | 7    |
| 2.2. Romantik İlişki Kavramı.....                                              | 7    |
| 2.2.1. Romantik İlişki Kuramları.....                                          | 7    |
| 2.2.1.1. Evrimsel Kuram.....                                                   | 7    |
| 2.2.1.2. Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı.....                            | 8    |
| 2.2.1.3. Furman ve Wehner'in Romantik İlişki Kuramı.....                       | 9    |
| 2.2.1.4. Birbirini Tamamlayan Gereksinimler Kuramı.....                        | 9    |
| 2.3. Psikolojik İyi Oluş Kavramı.....                                          | 10   |
| 2.3.1. Ryff'in Psikolojik İyi Oluş Modeli.....                                 | 10   |
| 2.3.2. Romantik İlişkiler ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar.....    | 12   |
| 2.4. Empati Kavramı.....                                                       | 13   |
| 2.4.1. Empati Bileşenleri.....                                                 | 13   |
| 2.4.1.1. Bilişsel Empati.....                                                  | 14   |
| 2.4.1.2. Duygusal Empati.....                                                  | 14   |
| 2.4.2. Empati ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar.....                | 14   |
| 2.5. Cinsel Yaşam Kalitesi Kavramı.....                                        | 15   |
| 2.5.1. Kadınlarda Cinsel Yaşam.....                                            | 15   |
| 2.5.1.1. Masters ve Johnson Modeli.....                                        | 15   |
| 2.5.1.2. Kaplan Modeli.....                                                    | 16   |
| 2.5.1.3. Basson Modeli.....                                                    | 16   |
| 2.5.2. Cinsel Yaşam Kalitesi ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar..... | 17   |
| 2.6. İlişki İstikrarı Kavramı.....                                             | 18   |
| 2.6.1. Karşılıklı Bağımlılık Modeli.....                                       | 18   |
| 2.6.2. Yatırımı Modeli.....                                                    | 19   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.6.3. İlişki İstikrarı ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar.....                                                                                                                                                                                                                             | 20 |
| 2.7. Aşk Kavramı.....                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 21 |
| 2.7.1. Tutkulu Aşk Kavramı.....                                                                                                                                                                                                                                                                       | 21 |
| 2.7.2. Aşk Kuramları.....                                                                                                                                                                                                                                                                             | 22 |
| 2.7.2.1. Rubin'in Aşk Kuramı.....                                                                                                                                                                                                                                                                     | 22 |
| 2.7.2.2. Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Kuramı.....                                                                                                                                                                                                                                                          | 22 |
| 2.7.2.3. Sternberg Üçgen Aşk Teorisi.....                                                                                                                                                                                                                                                             | 23 |
| 2.7.3. Tutkulu Aşk ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar.....                                                                                                                                                                                                                                  | 24 |
| 2.8. Romantik İlişkilere Yakınlık Kavramı.....                                                                                                                                                                                                                                                        | 25 |
| 2.8.2. Romantik İlişkilerde Yakınlık ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar.....                                                                                                                                                                                                                | 26 |
| 3.BÖLÜM                                                                                                                                                                                                                                                                                               |    |
| YÖNTEM.....                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 29 |
| 3.1. Yöntem.....                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 29 |
| 3.1.1. Araştırma Modeli.....                                                                                                                                                                                                                                                                          | 29 |
| 3.1.2. Örneklem.....                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 29 |
| 3.1.3. Veri Toplama Araçları.....                                                                                                                                                                                                                                                                     | 31 |
| 3.1.3.1. Demografik Bilgi Formu.....                                                                                                                                                                                                                                                                  | 32 |
| 3.1.3.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği.....                                                                                                                                                                                                                                                              | 32 |
| 3.1.3.3. Temel Empati Ölçeği (TEÖ).....                                                                                                                                                                                                                                                               | 32 |
| 3.1.3.4. Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kadın (CYKÖ-K).....                                                                                                                                                                                                                                             | 33 |
| 3.1.3.5. İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ).....                                                                                                                                                                                                                                                           | 33 |
| 3.1.3.6. Tutkulu Aşk Ölçeği.....                                                                                                                                                                                                                                                                      | 33 |
| 3.1.3.7. Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ).....                                                                                                                                                                                                                                             | 34 |
| 3.1.4. Veri Analizi.....                                                                                                                                                                                                                                                                              | 34 |
| 3.1.5. Bulgular.....                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 35 |
| 3.1.5.1. Betimleyici Veri Analizi.....                                                                                                                                                                                                                                                                | 35 |
| 3.1.5.2. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular.....                                              | 36 |
| 3.1.5.3. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular.....                                                       | 49 |
| 3.1.5.4. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi.....                                                       | 50 |
| 3.1.5.5. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları ile Sosyodemografik Değişkenlerin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları..... | 51 |
| 4. BÖLÜM.....                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 54 |
| 4.1. Tartışma.....                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 54 |
| 4.1.1. Ölçek Puanlarının Sosyodemografik Bulgularına Yönelik Tartışması.....                                                                                                                                                                                                                          | 54 |
| 4.1.2. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık, Psikolojik İyi Oluş ve İlişki İstikrarı Puanları Arasındaki Korelasyonel İlişkilerin                                                                                                                          |    |



|                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Tartışılması.....                                                                                                                                                                                                                                                  | 60     |
| 4.1.3. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık ve İlişki İstikrarı Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Bulguların Tartışılması.....                                                | 63     |
| 4.1.4. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık, İlişki İstikrarı Puanlarının Sosyodemografik Değişkenlerle Psikolojik İyi Oluş Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Hiyerarşik Regresyon Bulguların Tartışılması... | 66     |
| 4.2. Öneriler.....                                                                                                                                                                                                                                                 | 69     |
| <br>5.BÖLÜM.....                                                                                                                                                                                                                                                   | <br>71 |
| 5.1.SONUÇ.....                                                                                                                                                                                                                                                     | 71     |
| KAYNAKÇA.....                                                                                                                                                                                                                                                      | 72     |
| EKLER.....                                                                                                                                                                                                                                                         | 96     |



## KISALTMALAR

|        |                                                       |
|--------|-------------------------------------------------------|
| PİÖÖ   | Psikolojik İyi Oluş Ölçeği                            |
| TEÖ    | Temel Empati Ölçeği                                   |
| CYKÖ-K | Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kadın                    |
| İİÖ    | İlişki İstikrarı Ölçeği                               |
| RİYÖ   | Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği                  |
| PAHO   | Pan American Health Organization                      |
| WHO    | World Health Organization                             |
| DSM    | Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders |
| TÜİK   | Türkiye İstatistik Kurumu                             |

## TABLÖLAR LİSTESİ

|                                                                                                                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....                                                                                                                                                                             | 30 |
| Tablo 2: Yaş İçin Betimleyici İstatistikler.....                                                                                                                                                                                | 31 |
| Tablo 3: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....                 | 34 |
| Tablo 4: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Eğitimin Durumuna Göre İncelenmesi..... | 35 |
| Tablo 5: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Gelir Durumuna Göre İncelenmesi.....    | 37 |
| Tablo 6: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesi.....   | 38 |
| Tablo 7: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesi.....   | 39 |
| Tablo 8: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi.....    | 41 |
| Tablo 9: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi.....  | 42 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 10: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik Tanı Bulunma Durumuna Göre İncelenmesi.....                                   | 43 |
| Tablo 11: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Geçmişte Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre İncelenmesi .....                           | 44 |
| Tablo 12: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Geçmişte Partnerle Birlikte Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre İncelenmesi.....         | 45 |
| Tablo 13: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik İlaç Kullanma Durumuna Göre İncelenmesi.....                                  | 47 |
| Tablo 14: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....                                                      | 48 |
| Tablo 15: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisi.....                                                 | 49 |
| Tablo 16: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları..... | 51 |
| Tablo 17: Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği için Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi.....                                                          | 53 |

## ŞEKİLLER LİSTESİ

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Şekil 1. Sternberg'in Aşk Üçgeni Şeması ..... | 23 |
|-----------------------------------------------|----|



# 1. BÖLÜM: GİRİŞ

## 1.1.Problemin Tanımlanması

Romantik ilişki, birinin bir başkası için hissettiği belirli bir duygu, ikili ilişkilerin bir bileşeni olarak tanımlanır. Son yıllarda ilişkilerdeki yakınlık, romantiklik veya aşk üzerine sıklıkla araştırmalarda yer almıştır (Atak, Taştan 2012: 520). Günümüze kadar romantik ilişkinin farklı birçok tanımı yapılmıştır ve bunlar birbirleriyle sıkça karşılaştırılmıştır. Romantik ilişki konulu literatür incelemesi sonucunda yapılan araştırmaların; psikolojik iyi oluş (Margelisch, Schneewind, Violette, PerrigChiello 2017: 389), ilişki doyumu (DeLongis, Zwicker 2017: 158), ilişki istikrarı (Margelisch, Schneewind, Violette, PerrigChiello 2017: 389), boşanma (Jalili, Najar, Nezamivand-Chegini ve Yaralizadeh 2017: 128; DeLongis, Zwicker 2017: 158), bağlanma (Feeney, Karantzas 2017: 60) ve şiddet (Godbout, Daspe, Lussier, Sabourin, Dutton ve Hébert 2017: 127) gibi kavramlarla ilgili olduğu görülmüştür.

Yakın ilişkiler, bireylerin gelişimsel işlevlerinde, arkadaşlıkların güçlenmesinde ve mutlu birliktelikler kurmada tamamlayıcı bir rol olabilmesi, bireyin başarılı yakın ilişkiler kurmasıyla gerçekleşir. Romantik ilişkilerin kalitesi, kişilerin bilişsel sosyal ve kişisel gelişimleri kadar öz değerleri üzerinde etkisinden bahsedilmektedir (Gizir 2012: 37). Dolayısıyla, yakınlığa ve sevgiye dayalı bağlanmanın bulunduğu romantik ilişkilerin özsayıgı üzerinde olumlu etkisi bulunması yönünde paralellik gösteren bir araştırmaya rastlanmıştır (Erdem, Kabasakal 2015: 87). Yakınlık ve sevgiye dayalı romantik ilişkiler için sevebilme yeteneği Ryff (1989)'e göre, mental sağlığın odağını oluşturmaktadır (Ryff 1989:1070). Bu yüzden başkalarıyla pozitif ilişkiler kuramayan kişilerde yakınlık kuramama, izole olma gibi özellikler görülmesi, psikolojik iyi oluş konusunda da sorunlar yaşadıklarını göstermiştir. Psikolojik iyi oluşun altı boyuttan oluşan kapsamlı açıklamasına göre, diğerleriyle pozitif ilişkiler kurma alt boyutu ancak, başkalarıyla tatmin edici ve güvene dayalı ilişkiler kurmaktan, başkalarının psikolojik iyi oluşunu hesaba katmaktan, empati ve şefkat gösterebiliyor olmasından geçer (Ryff 1989: 1070; Erdem, Kabasakal 2015: 87). Yine psikolojik iyi oluşun tanımında, bireyin amaçlar doğrultusunda ilerlemesi, başkalarıyla olumlu ilişkiler içerisinde olması, bu ilişkileri ve kendisini geliştirmesi için çabalaması önemli bir mücadele olarak ele alınır (Keyes, Shmotkin, Ryff 2002: 1008).

Empatiyle psikolojik iyi oluş birbirlerinden beslendikleri düşünülen bileşenlerdir. Empati tanımı gereği, kişini karşısındakinin yerine kendisini koyarak düşünce ve duygularını anlamlandırması ve buna uygun olan duygusal dönütlerde bulunabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Greenberg 2001: 380). Empati, kişilerarası ilişkilerdeki iletişim için oldukça önemli bir bileşendir. (Rogers, Akkoyun 1983: 118). Empati ve psikolojik iyi oluş konulu bir çalışmaya göre iletişimin doğası gereği karşısındakinin hislerini

anlamak ve buna yönelik şefkatli ve çevreleyici tepkiler ortaya koymak psikolojik iyi oluşa neden olabilmesi yorumunda bulunulmuştur (Ateş 2021:60). Empati değişkeni kişilerarası ilişkiler açısından psikolojik iyi oluşa katkısından dolayı bu çalışmaya dahil edilmiştir.

Aşk ve cinsel yakınlık, düşünsel, duygusal ve davranışsal boyutlarıyla iki insan arasında oluşan bir etkileşimdir (Kayır 1998:30). Evliliğin ruh sağlığı ve mutluluk üzerine birçok araştırmasını bulmak mümkündür (Akdağ, Çankaya 2015: 647; Kim, McKenry 2002:905). Bu durumu açıklarken evliliğin bireyin biyopsikososyal ihtiyaçlarını karşılamasından kaynaklı görülmektedir. Bunlardan biri cinsel güdüyü doyumaktır (aktaran Akdağ, Çankaya 2015:647). Evlilik doyumunun azalması özellikle evli kadınların yaşam kalitesini düşürdüğünü ve depresyonla ilişkili olduğuna rastlanmıştır (Altıparmak, Eser 2007:31). Cinsel olarak aktif kadınlarla yapılan çalışmada kendini cinsel olarak tatmin hissedenlerin iyi oluşlarının tatmin olmamış olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (Davison, Bell, LaChina, Holden ve Davis 2009: 2693; Kansky 2018:4). Çiftlere göre aşk, ilişki doyumunun en önemli yönüdür. Aşkın sağlık ve iyi oluş için sonuçları vardır (Esch, Stefano 2005: 264). Psikolojik iyi oluş literatürde cinsel yaşam kalitesi ve evlilik değişkenleriyle oldukça sık çalışılmıştır. Bulgulara göre bağlanma, destek, yakınlık, arkadaşlık ve cinsel doyumun da ilişki doyumu ve iyilik hali için kritik öneme sahip olduğuna işaret ediyor (Kansky 2018: 5). Sonuç olarak aşk ve cinsel yaşam kalitesi psikolojik iyi oluş üzerinde etkisinin bulunması gereğiyle araştırmaya dahile edilmişlerdir.

Romantik ilişkiyle ilgili araştırmaların önemli bir diğer odak noktası, bir ilişkiyi sürdürme kararı ve ilişkiyi sürdürmeyi veya bitirmeyi etkileyen faktörler olmuştur (Le, Agnew, 2003: 37). Son yirmi yıldır, uzun süreli evlilik ile evlilik doyumu sorununu ele alan çeşitli çalışmalara daha sık rastlanmaktadır (Margelisch vd. 2017: 389). Ancak literatüre göre ilişki istikrar tanımında ve ilişkinin devamlılığını sağlayan unsurları belirten çalışmalar kısıtlı bulunmuştur. Doğrusu ilişkiyi sürdüren ve sonlandıran faktörleri bulmak, boşanma oranların azalmasına ve önleme çalışmaları açısından oldukça fayda sağlayabilecek konulardır (Avcı 2013:107). Dolayısıyla ilişki istikrarı daha çok çalışması gereken bir değişken olarak ele alınmıştır ve çalışma konusuna dahil edilmiştir. Literatüre göre yakın ilişkileri sürdürmeyi ve bitirmeyi tanımlayan terim bağlanımdır (Terzi, Işık 2017:185). İlişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanım ilişki istikrarına ait yatırım modelini temel olarak açıklanmaktadır. Modele göre bağlanım, ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve ilişki yatırımları kapsamında analiz edilmektedir (Rusbult vd. 1999: 943; Le, Agnew 2003: 37). Romantik ilişkilerle ilgili araştırmaların yer aldığı alanyazında bağlılık (Rusbult, Zembrodt, Gunn 1982: 1241), cinsiyet ile ilişki süresi (Saraç, Hamamcı, Güçray 2015: 69), ilişki doyumu (Rusbult, Zembrodt, Gunn 1982: 1241; Saraç, Hamamcı, Güçray 2015: 69) ve psikolojik iyi oluş (Lampis, De Simone, Belous 2020: 1) gibi pek çok kavram ilişki istikrarı değişkeniyle ilişkili bulunmuştur. Sonuç

olarak psikolojik iyi oluşla ilişkili bulunan araştırmalar ışığında ilişki istikrarının değişkeni alt boyutlarıyla birlikte bu araştırmaya dahil edilmiştir.

Yakınlık üzerine yapılan çalışmaların romantik ilişkiler, anne çocuk, aile ilişkileri ya da arkadaşlıklar arasında olduğu görülmüştür (Ercan 2019: 209). İlişkinin niteliğiyle göre etkileşimlerinin farklılık gösterdiği noktada, bu ilişki çeşitlerinin birbirinden farklılaşmaktadır. Romantik ilişki, yakın ilişkilerin nüfuzlu bir ilkesi olduğu söylenebilir (Eryılmaz, Ercan 2010: 383). Bir romantik ilişkide yakınlık duygusu aranan bir özellik olduğundan (Sternberg 1986: 119) ilişkide yakınlığın artması, ilişki doyumuna katkıda sağlayacağı düşünülmektedir (Ercan 2019: 223). Romantik ilişki yakınlığının yer aldığı alanyazında, romantik yakınlığı başlatma ve başa çıkma (Eryılmaz, Ercan 2010: 381), iyi oluş (Holland, Lee, Marshak, Martin 2016: 218; Tucker 2003: 139) ve ilişki doyumu (Greef, Malherbe 2011: 247) gibi pek çok kavramlar yakınlıkla ilişkili bulunmuştur. Sonuç olarak romantik ilişkilerde yakınlık, bireylerin psikolojik iyi oluşla ilişkili bulunmasından dolayı araştırmaya eklenen son değişken olarak belirlenmiştir.

Bu bağlamda romantik ilişkisi bulunan kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerini hangi değişkenlerle ilişkili olduğu, yordayıcılarının neler olduğunu ve sosyodemografik veriler açısından nasıl farklılaştıklarını incelemek önem arz etmektedir.

## **1.2.Araştırmanın Önemi ve Amacı**

Psikolojik iyi oluş 1980’li yıllarda deneysel çalışmalar ile araştırılmaya başlanmış oldukça yeni bir alandır (Telef 2013: 374). Güncel araştırmalarda psikolojik iyi oluş, sıklıkla öznel iyi oluşla birlikte ele alınmıştır (Cenkseven, Akbaş 2007: 43). Öte yandan romantik ilişkiyle ilgili konular psikolojik iyi oluş ve çeşitli değişkenlerle incelenmiştir.

Yapılan çalışmalarda romantik ilişkisi bulunan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin ilişki doyumu, ilişkide kendine güven ve ilişki girişkenliği üzerinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Kılıç 2020). Alan yazında psikolojik iyi oluş araştırmaları evlilik doyumu, çocuk sayısı, şiddet ve demografik değişkenlerle çalışıldığı görülmüştür (Akdağ, Çankaya 2015: 646). Günümüzde romantik ilişkiler, ilişkilerden alınan doyum ve ilişkideki uyum gibi çalışmaların sıkça ele alındığı tespit edilmiştir (Daş, 2019: 88). Türkiye’de ilk kez bir araştırmada kullanılacak olan tutkulu aşk ölçeği psikolojik iyi oluş ve romantik ilişkiler üzerine yeni fikirler sunacaktır. Ayrıca bu çalışmayla birlikte ilk kez yetişkinlerle kullanılacak çalışılan romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Eksik kalan alanlar tespit edilmesi sonucuyla empati, cinsel yaşam kalitesi, tutkulu aşk, ilişki istikrarı



ve yakınlık değişkenleriyle birlikte psikolojik iyi oluş ayrıntılı olarak ele alınmasıyla literatüre katkı sağlaması hedeflenmiştir.

Kadınlarla yapılan psikolojik iyi oluş araştırmalarında toplumsal cinsiyet rolleri, sosyal destek, eş desteği, demografik değişkenler (Kılıç 2021: 3) ve benlik saygısı (Ayçıçek, 2020: 62) açısından incelenen çalışmalar mevcuttur. Ancak bu araştırmalar genelde evli kadınlarla sınırlı kalmıştır. Öte yandan boşanmış bireylerle psikolojik iyi oluş çalışmasının incelendiği görölmüştür (Timur 2008: 13). Evli veya boşanmış kadınlarla olarak sınırlandırılmayan bu çalışmada, romantik ilişki çeşitlerinden; flört, nişanlı, sözlü ve evli olan kadınlar da dahil edilmiştir. Böylelikle, sadece kadın örnekleminde bir inceleme, kadınların romantik ilişkilerindeki cinsel yaşam kaliteleri, empati düzeyleri, tutkulu aşk düzeyleri, yakınlık ve ilişki istikralları psikolojik iyi oluş düzeylerine etkileri incelenecektir.

Çalışmada romantik ilişki süresi 12 ay, 12ay-5yıl, 5 yıl ve üstü şeklinde gruplara ayrılmıştır. En az 12 aydır süren bir ilişki içinde olmaları şartıyla çalışmaya katılım şartları arasındadır. Sürenin en az 12 ay olarak belirlenmesi, romantik ilişkilerin ortalama iki yılda içerisinde olgunlaşması, bağların sağlamlaşması ve ilişkinin güven temelinde sürdüğü literatürlerde yer almasından kaynaklanmaktadır (Fraley, Shaver 2000: 138). Bununla birlikte ilişki doyumu, uyumu ve psikolojik iyi oluş araştırmalarında 1-5 yıl süren ilişkilerin sonuçları anlamlı farklılıklarla yorumlanması nedeniyle ayrılmıştır (Daş 2019: 79; Özel 2021: 49). İlişki durumunun, partner/sevgili/flört, nişanlı/sözlü ve evli kategorisine göre ayrılması her birinin ayrı literatüre sahip olmasından dolayı kaynaklanmaktadır (Saraç, Hamamcı, Güçray 2015: 74). Böylece her grup için farklı sonuçlar değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

Bu araştırmanın amacı romantik ilişkileri bulunan kadınların, psikolojik iyi oluş değişkenine göre empati düzeyleri, cinsel yaşam kaliteleri, tutkulu aşkları, ilişkide yakınlık düzeyleri, ilişki istikralları değişkenlerinin hangilerinin anlamlı yordayıcılar olduğunu incelenmektir. Diğer bir değişle bu araştırma, romantik ilişkisi bulunan kadınların psikolojik iyi oluşlarını etkileyen değişkenlerin yordayıcı gücü ortaya konmak amacıyla yapılmıştır. Aynı zamanda bazı demografik verilerin diğer tüm değişkenlerle göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmesi amaçlanmıştır. Ek olarak sosyodemografik değişkenlerden psikolojik iyi oluşla anlamlı düzeyde farklılaşan değişkenlerin hiyerarşik regresyon yoluyla incelenmesi hedeflenmiştir.

Bu amaç doğrultusunda araştırmanın problem soruları aşağıda sıralanmıştır:

1. Romantik ilişkisi bulunan kadınların sosyodemografik değişkenlere göre psikolojik iyi oluş, empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Romantik ilişkisi bulunan kadınlarda psikolojik iyi oluş değişkeni ile empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Romantik ilişkisi bulunan kadınların empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenleri psikolojik iyi oluş değişkeninin anlamlı yordayıcıları mıdır?
4. Romantik ilişkisi bulunan kadınların empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenleri ile sosyodemografik değişkenlerden gelir durumu, ilişki durumu, ilişki süresi, çocuk sayısı ve tanıya sahip olma değişkenleri psikolojik iyi oluş değişkeninin anlamlı hiyerarşik yordayıcıları mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu çalışma, Covid-19 pandemi döneminde geniş bir kitleye ulaşmanın en kolay yolunun çevrimiçi web-tabanlı olarak gerçekleşmesi ile sınırlandırılmıştır. Çalışmada verilerin toplanması, demografik bilgi formunun sorularıyla sınırlıdır. Araştırma 23-45 yaş arasındaki 415 kadından elde edilen veriler ile sınırlıdır. Araştırmanın veri toplanırken katılımcıların kendi yanıtlarına dayalı olması sebebi ile araştırma, kişilerin ölçeklere verdikleri yanıtların doğruluğu ile sınırlıdır. Araştırmada kullanılan değişkenler, Sternberg'in kuramına geçen romantik ilişki tanımına dayanarak oluşturulmuştur. Sternberg romantik ilişki tanımında, romantik ilişkinin yalnızca kadın ve erkeklerde görülmesi olarak sınırlandırmıştır.

### **1.4. Varsayımlar**

1. Araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin, araştırma sorularına uygun olacak şekilde geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan gönüllü katılımcıların, veri toplama araçlarına kendilerini, doğru ve samimi bir şekilde ifade ettikleri varsayılmaktadır.

### **1.5. Tanımlar**

**Romantik İlişki:** Romantik ilişki, kadın ve erkek arasında gelişen tutku, bağlılık ve yakınlığın bileşiminden oluşan bir ilişki olarak tanımlanmaktadır (Sternberg 1986: 119).

**Psikolojik İyi Oluş:** Psikolojik iyi oluş, bireyin gelişimsel yetenekleri, yaşam hedefleri, başkalarıyla ilişkilerinin kalitesi, dış dünyaya hakimiyeti ve özerkliği ile ilgili psikolojik işleyişinin altı farklı boyutunun bütüncül bir değerlendirmesidir (Ryff, Keyes 1995: 720).

**Empati:** Empati bilişsel yönüyle karşısındakinin ne hissettiğini anlamak iken duygusal yönüyle karşısındakinin ne hissettiğini hissetmek olarak iki boyuttan oluşur (aktaran Dökmen 1988: 158). Diğer bir deyişle iletişim sırasında, kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyması ve karşısındakinin bakış açısıyla duruma/olaya bakarak duygu ve düşüncelerini doğru olarak anlamaya çalışırken duyarlı bir davranışta bulunmasıdır (Pala 2008: 14).

**Cinsel Yaşam Kalitesi:** Cinsel yaşam kalitesi, üremeyi ve cinsel işlevi etkileyen organik hastalıkların ve engellerin bulunmaması, kişilerarası ilişkileri olumsuz etkileyen korkulardan, utançtan, suçluluktan ve yanlış inançlardan uzak, cinsel ilişkiden alınan zevki ve cinsel davranışların kontrol edip bundan memnun olmayı içermektedir (PAHO 2000: 6).

**İlişki İstikrarı:** İlişki istikrarı, romantik ilişkilerde bulunan bireylerin, ilişkiden duydukları tatmini, seçimlerinin kalitesini değerlendirme düzeylerini ve ilişkiye yaptıkları yatırımı dikkate alarak mevcut ilişkilerini sürdürme eğilimlerini ifade eder (Büyükaşahin 2005: 28).

**Tutkulu Aşk:** Tutkulu aşk, bir başkasıyla birleşmek için aşırı özlem halinin bulunduğu yoğun duygusal durumdur. İçerisinde hassas, cinsel duygular, sevinç, acı, kaygı ve rahatlama barındırır (Hatfield 1982: 268).

**Romantik İlişkilerde Yakınlık:** Romantik ilişkide yakınlık ilişkinin rahatlık ve hassas duygularını barındırmasından yola çıkarak aşkın sıcak bileşeni olarak tanımlanmıştır (Acker, Davis 1992: 22). Romantik ilişkilerde yakınlık, kişinin karşılıklı bir ilişkide bir partnerle yaşadığı bağlılık ve olumlu duygusal, bilişsel ve fiziksel yakınlık düzeyi ile tanımlanır (Moss, Schwebel 1993: 33).

## 2. BÖLÜM

### 2.1. İlgili Literatür

Bu bölümde romantik ilişkiler, psikolojik iyi oluş, empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, aşk ve romantik ilişkide yakınlık ile ilgili kavramsal açıklamalar ve kuramsal yaklaşımlara ve psikolojik iyi oluş ile yurt içi ve dışı yapılan bazı araştırmalara yer verilmiştir.

### 2.2. Romantik İlişki Kavramı

Bir insan yaşamı göz önüne alındığında, yaşamın farklı dönemlerinde birçok ilişki içerisinde bulunur. Bu ilişkiler aile, arkadaşlık olduğu gibi beklentiye ve ihtiyaca yönelik partnerle de gerçekleşir. Romantik ilişki, karşılıklı olarak kabul edilen, genellikle sevgi ifadeleri ve mevcut veya beklenen cinsel davranışlarla ile kendini gösteren gönüllü etkileşimler olarak tanımlanmaktadır (Collins, Welsh, Furman 2009: 253). Baumeister ve Leary'e (1995) göre insanlar temelde uzun süreli, ihtimamlı ilişkiler açısından duygusal açıdan olumlu etkileşimlere ihtiyaç duyarlar (Baumeister, Leary 1995: 497).

#### 2.2.1. Romantik İlişki Kuramları

##### 2.2.1.1. Evrimsel Kuram

İnsanları bugün romantik ilişkiye yönlendiren sebepler arasında evrimsel açıdan bir açıklama bulunmaktadır. Hazan ve Shaver (1987)'a göre evrimsel açıdan romantik ilişki incelendiğinde, güvenli bakıma muhtaç bir bebeğe sahip iki yetişkin cinsel partnerin arasındaki bağı kolaylaştırmak için tasarlanmış biyolojik bir süreçtir (aktaran Clarc, Reis 1988: 643). Dolayısıyla çift, ebeveyn ve bebek sahibi olmak yani başarılı bir üreme sağlamak için aşk doğal olarak oluşan bir uyum mekanizmasıdır (Atak, Taştan 2012: 531). Evrimsel açıdan bakıldığında erkekler için birincil önem üreme açısından değerli bir eş bulabilmek iken, kadınlar için birincil önem çocukları için sosyal ve maddi kaynakları güvence altına almaktır (Buss 1988: 617).

Darwin, dişilerinin çiftleşmelerinde erkeklerden daha seçici olduğunu gözlemlediğinden, bu seçilimi "kadın seçimi" olarak adlandırmıştır (aktaran Buss 1988: 617). Bu pozisyona göre, birey üremeye uygun partneri bulabilmek için karşı cinsin arzuladığı bazı kaynaklar sergilemesi gerekir. Bu durum dört bileşenden oluşan rekabeti oluşturur. Bunlar; eş bulma becerisinin geliştirilmesi, eş etkilemek için çekici davranışlar üretmek, karşı cins için arzulanan kaynakları elde etmek ve fiziksel görünümün karşı tarafı etkileyebilecek şekilde değiştirilmesi (Buss 1988: 617).

Evrimsel açıdan aşıkların gebe kalma, hamilelik süresinde ve doğumda olduğu gibi üreme kaynaklarını sevdiklerine adadıkları belirtilmiştir. Ebeveynlerin kaynaklarını çocuklarına adamaları bu şekilde açıklanmaktadır. Bu gibi davranışlara ek olarak sevilen kişinin ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarından daha büyük görmek, partnerle vakit geçirmek için kendi boş zamanlarından vazgeçmek gibi fedakarlıkların olduğu sevgi eylemlerini beraberinde getirmektedir (Buss 2006: 72).

#### 2.2.1.2. Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı

Erikson'un psikososyal gelişim kuramı olarak adlandırdığı kurama göre her insanın gelişimi yaşam boyu sürer. Bu gelişim sekiz aşamada gerçekleşir. Bunlar; Güvene karşı güvensizlik, bağımsızlığa karşı utanç ve şüphe, girişimciliğe karşı suçluluk, üretkenliğe karşı aşağılık duygusu, kimlik kazanımına karşı kimlik karmaşası, yakınlığa karşı yalnızlık, üretkenliğe karşı durağanlaşma ve benlik bütünlüğü karşı umutsuzluk şeklinde sıralanmıştır. Her dönemin hem olumlu hem olumsuz iki ucu bulunmaktadır. Bunlar atlanmadan yaşanır. Ancak her dönemin kendine ait bir çatışması bulunmaktadır ve birey bu çatışmaları atlatabilmesi, içinde bulunulan gelişim dönemine özgü bir görevidir.

Örnek olarak altıncı psikososyal gelişim dönemi olan yakınlığa karşı yalnızlık dönemindeki kriz genç yetişkinlik dönemine denk gelir. Bu dönem yakın ilişkilerle ilgilidir. Birey artık ilişkiler ve uzlaşmaların gerçekleştiği, yakınlık, empati ve bir başkasıyla bağ kurduğu bir dönemdedir. Bu ilişkiler bir arkadaşla olan ilişkiyi kapsadığı gibi bir partner ile olan romantik bağı da kapsar. Dönemin başarılı geçmesiyle sevgi ve yakınlık gelişirken, başarısız geçmesi durumunda yalnızlık ve yalıtılmışlık gelişir (İnanç, Yerlikaya 2012: 160-173).

Her krizin sağlıklı geçmesiyle bireyi psikososyal olarak güçlü kılan umut, irade, amaç, yeterlilik, sadakat, sevgi, ilgi ve bilgelik özellikleri ortaya çıkar. Ancak kriz sonucundaki olumsuz deneyimler, bireyin psikososyal bir kendilik bütünlüğü engelleyecek geri çekilme, reddedilme, tikslenme, zorunluluk, utangaçlık, tembellik, inkâr ve aşağılanma gibi kendilik patolojilerini ortaya çıkarır (Özgüngör, Kapikiran 2011: 115). Yakınlık duygusu, destekleyici ve hassas bir ilişkiye katılma isteği olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu nedenle, benliğin gelişiminde, sağlıklı kişilerarası yakınlığın gelişiminin kilit bir yönü olarak kabul edilir. (Montgomery 2005: 347). Erikson teorisiyle uyumlu olarak, gelişmiş kimlik oluşumu, erkekler ve kadınlar için sadakati öngördüğü bulunmuştur (Markstrom, Kalmanir 2001: 179). Psikososyal gelişimin olgunluk seviyesi orta yaşta üretkenlik ve bu üretkenliğe bağlı olarak iyilik haliyle ilişki bulunmuştur (An, Cooney, 2006: 410). Son olarak Erikson'un psikososyal gelişim teorisiyle uyumlu olarak, gelişmiş kimlik oluşumu evlilik doyumu ile ilişkili bulunmuştur (Rotenberg, Schaut ve O'Connor, 1993: 213). Dolayısıyla her aşamanın sonunda yaşanan krizin merkezinde, benliğin olumlu ve olumsuz unsurlarını dengeleyen bir yapı yaratma çabası vardır (Özgüngör, Kapikiran 2011: 115).

### 2.2.1.3. Furman ve Wehner'in Romantik İlişki Kuramı

Furman ve Wehner (1997)' e göre romantik bir partnerin bağlanma, bakım verme ve desteğe ihtiyaç duyulan zamanlarda ve cinsel işlevlerin işleyişinde önemli bir figür olduklarını belirtmişlerdir (Furman, Wehner 1997: 22). Romantik ilişki kavramını incelediklerinde bu ilişki türünün yoğunluğu, zamanlaması ve ilişkiye katılımın çok çeşitlilik gösterdiğini ve bir gelişim sürecinden geçtiği vurgulamışlardır. Kurama göre bireylerin hayatları sosyal bir hiyerarşiden oluşmaktadır. Bu hiyerarşinin ilk basamaklarında destek kaynakları olarak aile ve arkadaşlar bulurken üst basamaklarda romantik partner bulunmaktadır. İlişkinin başlarında (ör. flört dönemi) kişi destek kaynakları olarak ilk basamaklara yönelmesi daha muhtemelken ilişkinin ivme kazanmasıyla romantik partnere başvurma eğiliminde artış meydana gelecektir (Furman, Wehner 1997: 23-26).

Furman ve Wehner (1997)'e göre bireylerin yaşla birlikte romantik ilişkide deneyimleri artmaktadır. İlişkinin ilerlediği ve ivme kazandığı dönemde destek, yardım, saygı, ilgi ve cinsel ihtiyacın giderildiği bir ilişkiye dönüşeceği belirtilmiştir. Böylece romantik ilişkinin zamanla değişen ve gelişen bir süreçten oluştuğu bahsetmektedirler (Furman, Wehner 1997: 23-24).

### 2.2.1.4. Birbirini Tamamlayan Gereksinimler Kuramı

Birbirini tamamlayan gereksinimler kuramına göre bireyler partnerlerini/eşlerini seçerken, kendisine maksimum ihtiyaç tatminini sağlayabilecek kişiyi arar (Winch, Kitanes, Kitanes 1955: 508-513). Birbirini tamamlayan gereksinimler kuramına göre iki sevgilinin ihtiyaç kalıplarının birbirini tamamlayacağı varsayılır (Winch 1955: 52). Tamamlayıcılık iki türde kendini gösterdiği varsayılır. Bunlar;

1. İki kişi arasında farklı ihtiyaçların tamamlayıcı olması.
2. İki kişi arasında aynı ihtiyaçların baskınlığı ve yoğunluğundaki farklılığın tamamlayıcı olması.

İlk maddeye örnek olarak, ilgi ve tanınma ihtiyacı olan bir kişi hayranlık duyma ihtiyacı olan bir başkasıyla romantik ilişkide bulunması tamamlayıcı ihtiyaç olarak ele alınmıştır. İkinci maddeye örnek olarak, çevresini idare etme yeteneği olmayan biri ile yönlendirici birini arayan bir başkası arasındaki etkileşimde tamamlayıcılık söz konusudur (Winch, Ktsanes, Ktsanes 1954: 243).

Romantik ilişki kurulurken partnerlerin birbirlerinin ihtiyaç, istek ve beklentilerine yanıt olması, ilişkide mutluluğun oluşmasına yardımcı olmaktadır (Alakuş 2020: 56).

## 2.3. Psikolojik İyi Oluş Kavramı

Dünya sağlık örgütü (2021) sağlığın tanımını; beden, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyi oluş olduğunu belirtmiştir (WHO 2021:2). İyi oluş kelime tanımını sadece psikoloji değil sosyoloji ve ekonominin de çokça mercek altına aldığı literatürde gözlenmiştir. Ancak çoğu tanımlarının aksine Shah ve Marks (2004) iyi oluşun sadece mutluluk olmadığını, mutlu hissetmenin yanı sıra refah içinde gelişmek, tatmin olmak ve topluma katkıda bulunmak olarak tanımlamışlardır (Shah, Marks 2004: 2).

Literatürde psikolojik iyi oluştan ilk kez bahseden Bradburn olmuştur. Bradburn (1969) ilk başta olumlu ve olumsuz duyguların arasındaki ayrımı yaparak, mutluluğu ikisi arasındaki denge olarak tanımlamaktadır (Bradburn 1969: 9). İyi oluş kavramı da bu yapılandırma üzerine inşa edilmiştir. Bradburn (1969) psikolojik iyi oluşu, olumsuz duygulanım (yalnızlık hissi, depresyon ve düşük duygudurumu) daha az, olumlu duygulanımın (yaşamından onur duymak, yaşamıyla istekli ve doyumu yüksek yaşam amacının olması) daha fazla yaşanması olarak belirtmiştir (Bradburn 1969: 10).

Maloney (1990), psikolojik iyi olmayı kavramsallaştırabilmek adına üç opsiyon fikrini öne atmıştır. İlki olan negatif modeldir. Buna göre psikolojik iyi olma, psikopatolojinin olmamasıyla varlığını ortaya koyar. İkinci opsiyona normal model adını vermiştir. Burada patolojiye sahip olmayan normal kimseler; doyum sağlayan bir işe, arkadaş ve benlik algısına sahip, ortalama uyum düzeyine sahip mutlu olarak tanımlanan kişilerdir. Psikolojik iyi olma tanımının sonuncu opsiyona göre, psikolojik anlamda sağlıklı kişi; hayata yönelik ortalama bir uyumundan da fazlasına sahip kişiler oldukları açıklanmıştır (aktaran Akın 2009: 25).

Psikolojik iyi oluş kavramı günümüze uygun olarak tanımlayan kişi ise Ryff olmuştur. Psikolojik iyi oluş, anlamlı hedefler peşinde koşmak, büyümek ve gelişmek, başkalarıyla kaliteli bağlar kurmak gibi varoluşsal sorunları temsil ettiği düşünülürken, öznel iyi oluş yaşam memnuniyeti ve duygulanım gibi insan yaşamlarına ilişkin değerlendirmeleri olarak tanımlanır (Keyes, Shmotkin, Ryff 2002: 1007, Diener vd. 2009: 251). Kısacası Roothman ve arkadaşlarının (2003) ifade ettiği gibi, psikolojik iyi oluş duygusal, fiziksel, bilişsel, ruhsal, kişisel ve sosyal süreçlerle tanımlanabilir (Roothman, Kristen, Wissing 2003: 212).

### 2.3.1. Ryff'in Psikolojik İyi Oluş Modeli

Ryff literatüre altı boyuttan oluşan kapsamlı bir psikolojik iyi oluş tanımı ortaya koymuştur. Ryff (1995) kendini kabul/öz-kabul, başkalarıyla olumlu ilişkiler, özerklik/otonom, çevreyi yönetebilme kapasitesi, yaşam amacı ve kişisel gelişim boyutlarının kombinasyon halinde psikolojik iyi oluşu oluşturduğunu

belirtmiştir (Ryff 1995: 99). Tüm bu boyutları Allport, Maslow, Rogers, Erikson, Jung, Maslow, Buhler, Johada ve Frankl gibi isimlerin kuramlarından yararlanarak bir model oluşturmuştur (Ryff 2014: 11). Ryff'in modeli doğrultusundan oluşturulan boyutların her birinin ayrıca ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

*Kendini kabul/ Öz kabul*, kişi benliğinin birçok yönünü tanıması ve yönlerine karşı olumlu bir tutum sergilemesidir. Kişinin yaşamı hakkında olumlu hissetmesini içerir. Bireyin kendi benliğinin birçok yönünü kabul etmesi kadar geçmişi hakkında da iyimser hissetmedir (Ryff 2014: 12; Ryff 1995: 101; Ryff, Keyes 1995: 720).

*Başkalarıyla olumlu ilişkilere sahip olma* insan ilişkilerinde alma verme dengesinin doğasını anlamak ve samimi, kişiyi tatmin eden, karşılıklı güvenin bulunduğu ilişkilere sahip olunduğu kadar onların memnuniyeti ile ilgilenilmesi, empati, şefkat ve yakınlık yeteneklerin bulunmasıdır. Kısacası başkalarıyla kaliteli ilişkilere sahip olması olarak tanımlanır (Ryff 2014: 12; Ryff 1995: 101; Ryff, Keyes 1995: 720).

*Özerklik/ Otonom* belirli şekillerde düşünüp hareket ederken toplumsal baskılardan ziyade kendini kişisel standartlara göre değerlendirmesi olarak açıklanmaktadır. Kişinin onay için başkalarına yönelmesinden ziyade kendince oluşturduğu bir iç değerlendirme odağının olması şeklinde tanımlanır. (Ryff 2014: 12; Ryff 1989: 1071; Ryff 1995: 101).

*Çevreyi yönetebilme kapasitesine* sahip biri çevresindeki fırsatları etkin bir şekilde kullanabilen, ruhsal ihtiyaç ve değerlere uygun bağlamları seçebilen ve bunlardan yararlanabilen biri olarak tanımlanmaktadır. Çevreyi yönetebilme kapasitesi psikolojik iyi oluşun çevreye aktif katılımını vurgulayan geleceğe yönelik bir özelliğidir (Ryff 1989: 1071; Ryff 1995: 101).

*Yaşam amacına* sahip bir birey şimdiki ve geçmiş yaşamının bir anlamı olduğunu hisseder; yaşamı hakkında olumlu bir tutumu olup anlamlı ve amaçlı bir hayat sürmesi olarak açıklanır (Ryff 1995: 10). Ryff'e (1989) göre bu amaca yönelik olumlu bir şekilde işlev gören kişinin bir yön duygusu vardır. Bu yön duygusu kişinin yaşamın anlamlı olduğu hissine katkıda sağlamaktadır.

*Kişisel gelişim* bireyde sürekli gelişme hissinin olması; kendinde gelişen ve değişen davranışları görmesi, yeni deneyimlere açık olması; potansiyelini gerçekleştirme duygusuna sahip olması; zamanla kendinde ve davranışta iyileşme ve değişme göstermesi şeklinde tanımlanır (Ryff 1995: 101, Ryff 2014: 12). Bu boyutların kişinin psikolojik iyi oluşunu belirleyen etmenler olarak değerlendirilmiştir.



### 2.3.2.Romantik İlişkiler ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar

Ryff'in psikolojik iyi oluş modeli temel alındığında, başkalarıyla olumlu ilişkiler geliştirme boyutunu psikolojik iyi oluşun sosyal bir kolu olduğunu açıklamaktadır. Literatürde sosyal ilişkiler çok boyutlu bir şekilde ele alınıp iyi oluş ile ilişkilendirilmiştir. Medeni durum ve iyi oluş ilişkisi de aynı şekilde oldukça çok ele alınmıştır. Ancak evlilik öncesi romantik ilişkileri barındıran araştırmaların sayısı oldukça azdır. Bu bölümün odak noktası belirli bir ilişki türü olan romantik ilişkiyle psikolojik iyi oluşun çalışmaları üzerinde olacaktır.

Braithwaite ve arkadaşları (2010) 18-25 yaş aralığında 1621 üniversite öğrencisiyle yapmış oldukları çalışmada, birbirine bağlı romantik ilişki yaşayan üniversite öğrenciler ile bekar üniversite öğrencileri iyi oluş düzeyleri açısından kıyaslamışlardır. Romantik ilişki türleri; bekar, evli, nişanlı veya flört ilişkisi, ayrılmış, boşanmış ve dul olmak üzere belirlenmiştir. Bireyleri, bekar ve bir romantik ilişki içerisinde bulunan şeklinde iki grup olarak puanlanmışlar. Öğrencilerin ruhsal ve fiziksel sağlıkları, obezite, riskli davranışları ve madde kullanımları gibi alanlarda sorular yöneltilmiştir. Araştırmanın sonucunda, romantik ilişkisi bulunan bireylerin ilişkisi olmayanlara göre daha az ruhsal sağlık sorunu yaşadıkları, daha düşük obezite puanlarının olduğu, daha az madde kullanımına yöneldiklerini ve daha az riskli davranışlarda bulundukları (örneğin, aşırı içki içmek, sarhoşken araba kullanmak, sık cinsel partner değişimi) tespit edilmiştir (Braithwaite, Delevi, Fincham 2010: 1-10).

Türkiye’de yapılan çalışmalardan Erdem ve Kabasakal’a (2015) ait çalışmada, psikolojik iyi oluş ve yetişkinlerin arkadaşlık ve romantik ilişkilerindeki bağlanma boyutları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Psikolojik iyi oluşu Ryff’in modeli kapsamında değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucuna göre her iki ilişki türünde psikolojik iyi oluş ile bağlanma boyutları arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Romantik ilişkide kaygı ve kaçınma arttıkça özerklikte azalma olduğu bulunmuştur (Erdem, Kabasakal 2015: 82- 87).

Yine Türkiye’deki bir çalışmada, 20 yaş üstü bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin ilişki boyutları üzerinde etkisi incelenmiştir. Bu çalışmanın demografik sonuçları incelendiğinde romantik ilişkiye sahip yetişkinlerin, psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı demografik değişkenlere (yaş, eğitim ve gelir düzeyi) göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ancak medeni durum, cinsiyet, çocuk sayısı, romantik ilişkinin süresi, iş durumu, ilaç kullanımı ve psikolojik destek alınıp alınmaması durumların psikolojik iyi oluş düzeyleriyle anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Kişilerin eğitim ve gelir düzeyleri arttıkça, iyi oluş düzeylerinde artış gözlemlenmiştir (Kılıç 2021: 413). Ancak Timur (2008)’a göre yaş, cinsiyet, eş desteği ve evlilik uyumu kişilerin psikolojik iyi oluşla aralarında anlamlı fark

bulunmadığının yanı sıra, Büşra (2020) medeni durumun kişilerin psikolojik iyi oluşlarının anlamlı bir belirleyicisi olduğu bulmuştur (Timur 2008: 61; Büşra 2020: 413).

## 2.4. Empati Kavramı

Empati kelimesi “em” yani “içeride” ve “pathia” yani “ile hissetme” kelimelerinden yunanca kökenli *empathia* kelimesinden oluşmuştur (aktaran Ersoy, Köşger 2015: 9). Empatinin bir diğer ismi olan eşduyum, başka birisinin duygusal durumundan kaynaklanan ve bu duruma veya duyguya uyumlu duygusal bir tepki olarak tanımlanmıştır (Eisenberg, Strayer 1990: 5). Bir başka tanıma göre empati, başka bir kişinin duygusal deneyimini hissedebilmek veya hayal edebilmek olarak tanımlanan bir yetenektir (McDonald, Messinger 2011: 2).

Literatürde empati sempatiden ayrıldığı görülmektedir. Sempatı, "sym" yani “ile”, "ile birlikte" ya da "birlikte" ve “pathia” yani “hissetme” kelimeleriyle *sympathia*’dan oluşmuştur. Diğer yandan empati kelime kökeninde bulunan “pathia” kelimesinin “ile hissetme” anlamına gelmesinden anlam karışıklığı görülmektedir (Gülseren 2001:13). Theodor Lipps 1903’te Almanca olan *Einfühlung* kelimesini empatinin karşılığı olarak kullanmıştır. Kendisi yalnızca bireylerin cansız nesneleri nasıl deneyimlediklerini değil, aynı zamanda diğer bireylerin zihinsel durumlarını nasıl anladıklarını da açıklamaya çalışmıştır (Montag, Gallinat, Heinz 2008: 1261; Ünal 1972: 72). Günümüzde empati denilince ilk akla gelen kişi Carl Rogers’tır. Rogers (1975) empatinin gerçekleştiği bir durum olmaktan çok bir süreç olduğunu ifade etmiştir. Çünkü empati sürecinde, kişi karşısındakinin özel algı dünyasına girer ve tamamen onun evinin içinde bulunması olarak açıklanmaktadır. Dolayısıyla değişen anlamlar ve hissedilen duygular her ne ise o anda ona duyarlı olmayı içerdiğini belirtmiştir (Rogers 1975: 2).

### 2.4.1. Empatinin Bileşenleri

Empati çeşitli boyutları içeren bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Buchheimer 1963: 64). Empati bileşenlerinin sayısı literatürde tartışılan bir konu olmuştur. Örnek olarak Hoffman (1978), empatinin duygusal, bilişsel ve motivasyonel boyutlarının olduğunu savunmuştur (Hoffman 1978: 227). Howe (2012) için empati, bir başkasının duygularını hissetmek ve neden böyle hissettiğini anlamaktan oluştuğunu belirterek bunun bilişsel ve duygusal açıdan gerçekleştiğini vurgulamıştır (Howe 2012: 14). Çoğunluğun vardığı fikir birliği empatinin bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyuttan oluştuğuna yöneliktir (Dökmen 1988: 158).

#### 2.4.1.1. Bilişsel Empati

Empatinin bilişsel boyutunu sosyal ilişkilerde görmek mümkündür. Empatinin bilişsel boyutu, ilişkilerde karşı tarafın davranışlarını ve zihinsel durumlarını anlamayı veya çıkarımda bulunmayı sağlamaktadır (Smith 2006: 4). Bilişsel boyut, ilişkilerde bakış açısı sunarak kendimizi karşı tarafın yerine koymayı, hayal etmeyi, düşünmeyi ve hissettiklerini anlamayı sağlayan bir algılama sürecidir (Hasan 2019: 10; Buchheimer 1963, 1963: 67; Howe 2012: 14).

#### 2.4.1.2. Duygusal Empati

Empatinin bir diğer boyutu duygusal empatidir. Howe (2012)' ye göre empati bedende hissedilen bir süreçtir (Howe 2012: 13). Duygusal empati, bir başkasının bulunduğu duruma duygusal açıdan etkilenmek ve kişinin kendi duygularına rağmen, hissedilenin karşı tarafa ait olduğunu bilerek benzer duyguları yaşama süreci olarak tanımlanmaktadır (Ramlakhan 2016: 20). Kısacası, dolaylı olarak bir duyguyu hissetme halidir.

#### 2.4.2. Empati ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar

Empati, tanımı gereği gerçekleşebilmesi için bir başkasına ihtiyaç duyulmaktadır. Bireylerde güven temelli ilişkiler oluşturmak istendiğinde empatinin yardımcı bir faktör olarak ortaya çıkması söz konusudur (Özbek 2005: 585). Empati yeteneğinin varlığı bireylerin davranışlarında ve tavırlarında yararlı etkisi varken, yokluğunda negatif sonuçları doğurur (Kışlak, Çabukça 2002: 2). Bireyin empati kapasitesi ne kadar düşükse kişinin sosyal hayatta bulunması o kadar güç olduğu görülmüştür (Howe 2012: 17). Literatüre göre empati ile psikolojik iyi oluş yakından ilişkili oldukları tespit edilmiştir.

Khajeh ve arkadaşları (2014) İran'da bulunan 200 evli öğrencinin psikolojik iyi oluş ve empati düzeyleri arasındaki ilişki incelemişlerdir. Cinsiyetin bu ilişki üzerinde herhangi bir etkisi olduğuna dair hipotez geliştirmişlerdir. Çalışmada, Ryff'ın modeli temel alınarak psikolojik iyi oluş altı boyutta incelenmiştir. Aşamalı regresyon tekniğini kullanılan bu çalışmanın sonucunda, empati ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak cinsiyetlerin bu ilişki üzerinde herhangi anlamlı bir etkisi bulunamamıştır (Khajeh, Baharloo, Soliemani 2014: 1211-1213).

Bir başka araştırmada Choi ve arkadaşları (2016) 119 Japon lisans ve lisansüstü öğrencilerinde Ryff psikolojik iyi oluş ölçeğinin alt boyutları (kendini kabul/öz-kabul, başkalarıyla olumlu ilişkiler, özerklik/otonom, çevreyi yönetebilme kapasitesi, yaşam amacı ve kişisel gelişim) ile empatinin bireysel farklılık özelliklerinin (perspektif alma, fantezi, empatik endişe ve kişisel sıkıntı) psikolojik iyi oluşu ne ölçüde tahmin edebileceğini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre perspektif almanın kişisel gelişim, yaşam amacını ve çevreyi yönetebilme kapasitesini olumlu bir şekilde yordadığını, kişisel

sıkıntının ise özerkliği, çevresel ustalığı ve öz-kabulü olumsuz bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Ne fantezi ne de empatik kaygı, psikolojik iyi oluşu yordamadığı tespit edilmiştir. Tüm sonuçlar göz önüne alındığında, empatinin bilişsel bir bileşeni olan perspektif oluşturma'nın psikolojik iyi oluşun iyileştirilmesinde önemli bir rol oynadığı bulgusuna rastlanmıştır (Choi vd. 2016:1 240-1245).

Son olarak Türkiye’de yapılan bir çalışmada, bireylerin psikolojik iyi oluş ile genel kaygı düzeylerinin, algılanan sosyal destek, empatik eğilim ve duygusal düzenleme bakımından ele alınmıştır. Bu çalışmada kaygı düzeyi ile psikolojik iyi oluşun sosyodemografik değişkenlerden yaş, eğitim durumu, yaşanan yer, ekonomik gelir ve çalışma durumlarıyla farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Empatik eğilim değişkeni ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğu ve empatik eğilimin iyi oluşu açıkladığı saptanmıştır (Ateş 2021: 60-65).

## **2.5. Cinsel Yaşam Kalitesi Kavramı**

Cinsellik, sosyal, duygusal ve bedensel bileşimi içeren geniş bir kavramdır (Southard, Keller 2009: 213). Cinsellik, cinsiyet, cinsiyet kimliği ve rolü, cinsel yönelim, zevk, yakınlık ve üreme dahil olmak üzere insan yaşamının temel yanı olup düşüncelerde, hayallerde, arzulara, tavırlarda, değerlerde, davranışlarda, rollerde ve ilişkilerde yaşandığı ve tarif edilir (WHO 2006: 5). Cinsel sağlık ise, dünya sağlık örgütüne (1975) göre cinsel sağlık, cinsel canlının fiziksel, duygusal, entelektüel, sosyal yönlerinin kişilik, iletişim ve sevgiyi olumlu yönde güçlendiren ve geliştiren yollarla bütünleşmesidir (WHO 1975: 6). Cinsel sağlık üç temel unsuru barındırmaktadır. Bunlar:

- 1) Toplumsal ve kişisel bir etikle uyumlu olarak cinsel davranışından zevk alma ve kontrol etme yeteneği
- 2) Cinsel tepkiyi engelleyen ve cinsel ilişkiyi bozan kaygı, utanç, suçluluk, doğru olmayan inançlar ve diğer etkenlerden kısıtlanmamış olma
- 3) Organik bozukluk ve rahatsızlıkların olmamasıdır (Mace, Bannerman, Burton 1974: 10).

### **2.5.1.Kadınlarda Cinsel Yaşam**

#### **2.5.1.1. Masters ve Johnson Modeli**

Literatürde kadınların cinsel yaşamını anlamak, cinsel tepkilerini belirlemek ve genellemek oldukça zor olan tartışmalı bulunmuştur (Tsai, Yeh, Hwang 2011: 7). Masters ve Johnson bir laboratuvar da birlikte çalışarak cinsel tepkileri incelemişlerdir ve bunun dört aşamada gerçekleştiğini

vurgulamışlardır. Buna dört aşamalı model olarak belirtilmiştir. Cinsel arzuyla başlayan aşama plato (cinsel gerilim) ile devam eder, orgazmın ardından çözülme aşamasına geçilir ve tüm aşamalar tamamlanmış olunur. Bu aşamalar kadın ve erkeklerin yaşadıkları cinsel işlev bozukluklarını anlamak için bir bakış açısı sunduğu görülmüştür (aktaran Rosen, Barsky 2006: 518).

Modelin lineer bir ilerlemeyle gerçekleştiğini bu yüzden bir aşama tamamlandıktan sonra diğerine geçilmesinin herkes için genellenebilir olmayacağı bulunmuştur. Buna ek olarak yalnızca fizyolojik tepkilere odaklanmanın cinselliğin öznel, psikolojik ve ilişkisel tarafını yok saymış olunacağı ileri sürülmüştür. Böylece libidonun önemi ve cinsel olarak aktif bir kadının sexi başlatmaya her zaman hazır olması vurgusu dışlanmaktadır (Tsai, Yeh, Hwang 2011: 7; Rosen, Barky 2006: 519).

#### 2.5.1.2. Kaplan Modeli

Buna karşı Kaplan (1974) cinsel arzu, heyecan ve orgazm olacak şekilde üç aşamadan oluşan üç aşama modelini öne sürmüştür. Masters ve Johnson'dan farklı olarak ilk aşamadaki arzu, libidonun limbik sistem, hormonlar ve psikososyal reaksiyonlardan etkilenen biopsikolojik bir aşama olduğunu belirtmiştir. Bu modelden yola çıkarak DSM3 ve DSM4'te cinsel bozukluklar, her üç aşamada yaşanan sorunları aşamaların altında sınıflandırılması yardımıyla oluşturulmuştur. Ancak yine lineer bir düzende gerçekleşen aşamalar olduğu için normal cinsel tepkileri anlamada yetersiz kaldığı görülmüştür (aktaran Rosen, Barky 2006: 519).

#### 2.5.1.3. Basson Modeli

Tüm doğrusal aşamaların aksine Basson (2005) döngüsel bir aşama modeli geliştirmiştir. Bassona göre, en başta cinsel arzu değil yansızlık vardır. Dolayısıyla cinselliğe kabul aşaması için sevgi ifadesi, fiziksel zevk duyma, duygusal samimiyet, kişinin kendisinin ve partnerinin iyi olma halini arttırma motivasyonuna ihtiyaç vardır. Tüm bunlar zihinde uyaran bulma ve odaklanmayı getirmektedir. Öznel cinsel uyarılma böylece gerçekleşmektedir. Bu uyarılma aktif halde olması hazzı ve heyecanı yoğunlaştırması cinsel birleşmeyi tetikler. Masters ile Johnson ve Kaplana kıyasla, ancak bu aşamada cinsel arzudan bahsedilebilmektedir. Kadınların odaklanabilmesi, uyarılmadan zevk alması ve uyarılmanın yeterli sürede devam ediyor olması orgazmlı veya orgazmsız cinsel memnuniyeti ortaya çıkarmaktadır (Basson 2005: 1327-1328).

### 2.5.2.Cinsel Yaşam Kalitesi ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar

İnsan cinselliği, hayatın her alanını etkileyebilen esas bir güçtür (Arrington, Cofrancesco, Wu 2004: 1655). Cinsellik bireyin iyilik halini, başarısını ve diğeriyle bağı için önemli bir yaşam unsurudur (Kadioğlu, Yıldız 2007: 35). Basson modelinde açıkladığı gibi cinsel ilişkinin başlaması için gerekli motivasyonlar arasında kendi ve partnerinin iyi olma halini arttırma vardır. Literatüre göre cinsel yaşam kalitesi ve psikolojik iyi oluş ile ilgili çalışmalar çok sınırlı kaldığı için bu kısımda cinsel tatmin veya cinsel doyum ile psikolojik iyi oluş çalışmalarından bahsedilmektedir.

Orta yaşta bulunan kadınlarla yapılan bir çalışmada, psikolojik iyi oluş, ilişki uyumu, menopoza semptomlarının beden ve cinsel tatmin üzerinde önemli bir etkisi olduğu bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş cinsel yaşamın memnuniyetini tahmin etmede güçlü bir değişken olduğu görülmüştür. Özellikle cinsel doyumun yordayıcıları açısından cinsel birleşme sırasındaki duygusal yakınlıktan memnuniyet, iş birliği, cinsel ilişkiden memnuniyet gibi bazı kalıplar keşfedilmiştir. Orta yaş kadınlarının cinsel yaşamlarındaki memnuniyetleri değerlendirilirken ilişkilerindeki cinsel ilişkiyle ilgili kalıpların da ele alınması gerektiğine ulaşılmıştır (Dundon, Rellini 2010: 901-902). Bundan dolayı cinsel tatminsizliklerin tedavisinde psikolojik tedavi veya ilaç tedavisinin yanında ilişki uyumun ayrıca odaklanması gereken bir değişken olduğu vurgusu yapılmıştır (Dundon, Rellini 2010: 901-902; Haavio-Mannilla, Kontula, 1997: 415).

Fiziksel engelli kişilerle yapılan bir çalışmada, cinsellik ve psikolojik iyi oluş değerlendirilmiştir. Öz saygı, beden saygısı ve depresyonun fiziksel engelli bireyler için cinsel doyum üzerinde güçlü yordayıcılar olduğu bulunmuştur. Ancak cinsellik değişkenleri ile psikolojik iyi oluş arasında bir ilişkiden bahsedilirken, bu ilişkinin ne ölçüde olduğu bilinmemektedir. Böylece fiziksel engeli olan bireylerde daha olumlu bir cinsel yaşamın psikolojik iyi oluşun artmasına mı yol açtığı, ya da psikolojik iyi oluşun kişinin cinsel yaşamını daha olumlu değerlendirmesine mi yol açtığı belirsizliği sürmektedir (Taleporos, McCabe 2002: 177-183).

Gey ve lezbiyen örnekleme bazı demografik değişkenler ışığında içselleştirilmiş homofobi ve psikolojik iyi oluşun cinsel tatmine katkısı araştırılmıştır. Araştırma psikolojik iyi oluşun Ryff'ın alt boyutları doğrultusunda değerlendirilmiştir. Ryff'in modelindeki çevresel hakimiyet boyutunun lezbiyenlerde cinsel tatmine en çok katkısı olan boyut olduğu bulunmuştur. Lezbiyenler için psikolojik iyi oluş, yaş ve partnerle birlikte yaşama gibi değişkenler cinsel tatmine katkıda bulunduğu bulgusuna rastlanmıştır. İçselleştirilmiş homofobi değişkeni için sonuçlar anlamsız bulunmuştur (Biss, Horne 2005: 25-34).

## 2.6. İlişki İstikrarı Kavramı

Sosyal bir varoluşa sahip insanların, sosyal hayatında farklı düzeylerde ilişkiler kurması, yakın ilişkiler kurmaya çalışmasıyla ve yaşamını sürdürmesi gerektiği görülmüştür (Yıldız 2020: 8). Bu ilişkiler arkadaşlık ve aile gibi romantik şekliyle de gerçekleşmektedir. Romantik ilişkilerde kişinin sevgi, saygı, aidiyet, emniyet, sosyal ağ ve birçok ihtiyacı karşılandığı görülür. Kimi ilişkilerde kişilerin, ilişkiden edindikleri doyum, keyif veya anlamlı bir yaşam sürmelerine katkı sağlarken kimisinde uyum bozucu olabilmektedir (Doğan 2012: 49-50). Dolayısıyla bazı ilişkiler devam ederken bazıları zaman içinde kuruyup sonlanır. Araştırmacılar bunun nedeni araştırmaya çalıştıkları görülmektedir (Rusbult, Martz, Agnew 1998: 385).

Duygusal ilişkilerin sürekliliğini neyin belirlediğine yönelik birçok açıklama geliştirilmiştir (Büyükşahin, Hasta, Hovardaoğlu 2005: 26). Literatürde, ilişki istikrarını açıklama Thibaut ve Kelley'den göre ilişki istikrarı kavramı *karşılıklı bağımlılık kuramından* oluşurken Rusbult (1980)'a göre *yatırım modelinden* oluşmaktadır (Rusbult 1980: 172). Rusbult ve arkadaşlarına (1999) göre, bir ilişkinin devam edip etmeyeceği, yani ilişkideki istikrarını, belirleyen ana değişken bağlanmadır. Fehr' in (1988) yaptığı bir çalışmada, kişilerden ilişkiye bağlılığı en iyi tanımlayan kelimeyi seçmeleri istendiğinde katılımcıların çoğu kelimenin “ilişkiyi sürdürme taahhüdü” olduğu konusunda hemfikir oldukları görülmüştür (Rusbult 1999: 943; Fehr 1988: 4).

### 2.6.1. Karşılıklı Bağımlılık Kuramı

Karşılıklı bağımlılık kuramı Thibaut ve Kelley (1959) tarafından sosyal psikolojideki grup yapısına ilişkin geliştirilmiş olup daha sonra partnerli ilişkilere yönelik bir açıklama getirilmiştir (Thibaut, Kelley 1959: 1). Karşılıklı bağımlılık, partnerli ilişkilerde partnerler arası etkileşime odaklanmaktadır. Buradaki etkileşim, kişilerin birbirlerine davranışlar sunmaları, birbirleri için sonuçlar ortaya koymaları veya iletişimde olmalarını ifade eder. Karşılıklı bağımlılık etkileşimde bulunan partnerlerin tercihlerine, motivasyonlarına ve davranış deneyimlerine göre davranma biçimi olarak tanımlanmaktadır (Reis, Arriaga 2015: 2).

Kuramda, romantik ilişkilerde kişisel çıkardan ziyade üst biliş (partnerle paylaşılan anlam sistemi) ve zamansal faktörleri hesaba katan bir kişisel çıkar biçiminden bahsettiği görülmektedir (Reis, Arriaga 2015: 8). Karşılıklı bağımlılıkta bulunan bu etkileşimin boyutu ödül (doyum ve memnuniyet gibi) ve bedellerle (üzüntü ve stres gibi) şekillenir. Dolayısıyla kazançların geliştiği belirtilmiştir (Rusbult 1979: 175). Böylece ödülün pozitif yönde olması ilişkinin istikrarı ve doyumla sonuçlanırken, negatif olması ilişkinin noktalanması eğiliminde olmayla şekillendiği görülmüştür (Binici, Hovardaoğlu 1996: 66).

Kuramda doyum (memnun muyum?) ve ilişkiye bağlılık (devam etmeli mi?) aynı anlamda kullanılmamakta olduğu görülmüştür. Doyumdan bahsederken karşılaştırma düzeyi söz konusuysen istikrar için seçeneklerin karşılaştırması düzeyi ifadelerine yer verilir (Büyükşahin, Hasta, Hovardaoğlu 2005: 26).

Karşılaştırma düzeyinde kişi, ilişkisindeki ödül ve bedelleri nasıl algıladığını saptamaya çalıştığı vurgusu yapılmaktadır. Bu saptamaya varmak için kişi ortalamanın (şimdiye kadar yaşadığı ilişkilerdeki tüm kazançlar) üstünde kazançlıysa ilişkide doyumdan bahsedilirken, ortalamanın altında kalan kazançlarda doyumsuzluktan bahsedilir. Seçeneklerin karşılaştırma düzeyi ise, mevcut ilişkilerin ötesinde olası ilişkileri (aile, arkadaş, yalnızlık, başka partner) ve bunlardan elde edebilecek kazançları dikkate alır (Thibaut, Kelley 1959: 80, Büyükşahin, 2006: 14, Rusbult, Martz, Agnew 1998: 359). Şimdiki ilişki kazançları alternatif ilişki seçeneklerinin kazançlarıyla karşılaştırıldığında, ortalama düzeyinin altında kalması durumunda ilişkiyi noktalama ile sonuçlanacaktır (Büyükşahin, 2006: 15).

## 2.6.2. Yatırım Modeli

Yatırım Modeli, karşılıklı bağımlılık kuramı temel alarak Rusbult (1980) tarafından oluşturulmuş bir modeldir (Rusbult 1980: 172). Yatırım modeli romantik ilişki, arkadaşlık ilişkisi ve örgütsel ilişkilerde ilişkinin devamlılığını ve bağlılığını varsaymak için kullanılan bir model olduğu gözlemlenmiştir (Rusbult, Martz, Agnew 1998: 358).

Araştırmalarda, insan davranışlarında ilişkiden doyum alma ve ilişkiyi sürdürmeye yöneldikleri görülmüştür. Yatırım modeline göre birey, içinde bulunduğu ilişkisi hakkında pozitif duyguları ve çekiciliği barındırması, ilişki doyumu olarak adlandırılmaktadır. Karşılıklı bağımlılık kuramında bulunan karşılaştırma düzeyi ile seçeneklerin karşılaştırılması düzeyine ek olarak romantik ilişkilerin devam etmesinde belirleyici olan birbirlerine ve ilişkilerine yaptıkları yatırım olduğunu ileri sürülmüştür. Yani bir diğer değişle ilişkiye bağlılık üç etmenle gerçekleşir: hoşnutluk düzeyi, alternatiflerin niteliği ve ilişkiye yapılan yatırımın önemi (Çaykuş, 2020: 21-22).

Yatırım ilişkideki maddi manevi kaynaklardır. Yatırım kavramı, kişilerin ilişkilerine ve partnerine gayret sarf etmeleri, ilişkide önemli ihtiyaçlarının karşılanıyor olması, ilişkinin bitmesi durumunda vakit, enerji, sosyal destek kaynakları ve diğer faktörlerden herhangi bir kayıp yaşamayacaklarına inanmalarıyla görülmektedir. Bu kaynaklar ilişkinin sona ermesi durumunda kaybedildiği sonucuna varılmaktadır (Lehmiller ve Agnew, 2007: 1037, aktaran Çaykuş, 2020: 24). Yatırım davranışı bir ilişkiyi sonlandırmayı maliyetli kılar ve devam etmek için güçlü bir motivasyon görevi görür. Dolayısıyla yatırımların bağlılığı arttırdığı öne sürülmüştür (Rusbult, Martz, Agnez 1998: 359). Rusbult



(1980) ilişkileri incelediğinde, doyumun olduğu ilişkilerin bittiğini veya doyumsuz ilişkilerin sürdüğünü görmüştür (Rusbult 1980: 174). Bu durumu açıklamak için yatırım miktarından bahsetmiştir. Yatırımlar zamansal duygusal ve kişisel olması içsel yatırım olarak adlanırken, paylaşımlar, ortak ilişkiler ve etkinlikler açısından dışsal yatırım olarak adlandırılmıştır. Böylece yatırımlar ikiye ayrılmıştır. İlişkilerde bulunan doyum ve alternatiflerin niteliğe ek olarak ilişkilerde içsel ve dışsal yatırımların miktarı, ilişki istikrarını tanımlamakta belirleyici olduğunu öne sürülmektedir (Rusbult 1980: 174).

### 2.6.3. İlişki İstikrarı ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar

Medeni durum, psikolojik iyi oluşun önemli bir göstergesidir (Brown, 2000: 241). Bu duygusal ilişkilerin olumsuz ve olumlu özellikleri, iyi oluşu etkileyebildikleri görülmüştür (Robertson vd. 2018: 2171). İlişki istikrarı incelenirken ilişki doyumu, ilişki yatırımı, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve bağlanım boyutlarının bulunduğu araştırmalar incelenmiştir. Alanda bulunan bazı araştırmalar ışığında ilişki istikrarı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye yer verilmektedir.

Boylamsal bir çalışma olarak, 30 yıl boyunca 3617 kadın ve erkeğin ilişki durumlarını ve kaliteleri incelenmiştir. Çalışmada çoklu geçişliler (ilişki durumunda değişiklikler gösterenler), yüksek çatışmalı evli çiftler, düşük çatışmalı evli çiftler ve boşanmış olmak üzere dört grup oluşturulmuştur. Yüksek çatışmalı evli çiftler ile düşük çatışmalı evli çiftlerin ilişki durumlarının istikrarı en büyük orana sahip olan iki grup olduğu tespit edilmiştir. 30 yıllık süre boyunca çoklu geçişler veya yüksek çatışmanın olduğu istikrarlı evlilik grubunda olanlar, en yüksek depresif semptom sıklığı ve en düşük yaşam memnuniyeti bildirmeleri sonucunda en kötü yaşam kalitesine sahip olanlar olarak tespit edilmiştir. Ancak 30 yıllık süre boyunca depresif belirtilerde azalan tek grup yine onların olduğu görülmüştür. Bu bulgu, bireylerin olumsuz yakın ilişkiler içerisindeyken olumsuz etkileri azaltmak için baş etme becerilerinin geliştirdiklerinin bir göstergesi olabileceği yönünde yorumlanmıştır (Robertson vd. 2018: 2176- 2181).

Birlikte yaşama süresi 10 yıl olarak belirlenmiş bir süre içerisinde, birlikte yaşayan çiftlerin, sosyodemografik faktörlerden bağımsız olarak evlilere göre daha yüksek düzeyde depresyon bildirdiklerine rastlanmıştır. Bu durumu birlikte yaşayanların evli olanlara göre yüzde yirmibeş daha düşük ilişki istikrar ortaya koymuştur. Buna ek olarak birlikte yaşamada, çocukların varlığı depresyon puanlarını daha da kötüleştirirken çocuklu evlilerde bu durum söz konusu olmadığı saptanmıştır. Birlikte yaşayanların psikolojik iyi oluşu evlilere göre daha düşük olması evliliğin, bireylerin yaşam stresleriyle etkili bir şekilde başa etme yeteneklerini geliştiren bir yakınlık biçimi sunduğuna yönelik yorumlanmıştır (Brown 2000: 247-253).

Karşılıklı bağımlılık teorisinden yararlanarak oluşturulan bir çalışmada bağıllık düzeyi, karşılıklı bağıllık ve çiftlerin iyi oluşları arasındaki ilişkiyi inceleyen ilişki odaklı bir çalışma mevcuttur. Bu araştırmanın sonuçlara göre çiftlerin (evli ve flört) iyi oluşu, bağıllık ve karşılıklı bağıllık etkenlerinden kaynaklanmaktadır (Drigotas, Rusbult, Verette 1999: 389- 407).

## 2.7. Aşk Kavramı

Aşk tarihler boyunca her kültürde ve toplumda görülen, herkesin hayatında yaşadığı veya yaşamak istediği bir duygu olup; filozoflardan sanatçılara ve edebiyatçılara konu olmuş temalardan biridir. Aşkın psikolojideki teorik anlamda yeri 1950’li yıllarda başladığı görülmüştür. Ancak aşkı tanımlarken bunun kabul görmüş tek bir evrensel tanımı olmadığı gibi kişilerden, kültürlerden ve ekollerden etkilendiği ve bu doğrultuda ele alındığı gözlemlenir. Schopenhauer (2009) göre aşk yalnızca kişiselleşmiş bir cinsel içgüdü iken Madi’ye (2009) göre aşk, sevginin arzulu ve en içten biçimidir (Schopenhauer 2009: 6-7). Freud (1992) ise aşkı bir ego ideali için çabalama olarak açıklamıştır (aktaran Sternberg 1997: 313). Aşk kavramı bu gibi birçok farklı şekilde açıklanmaya çalışılırken kuramlar geliştirilmiştir.

### 2.7.1. Tutkulu Aşk Kavramı

Hatfield ve Walster (1978) aşkı iki türe ayırmıştır. Bunlar; tutkulu aşk ve arkadaşça aşktır (aktaran Hatfield 1982: 268). Hatfield ve Rapson’a (1993) göre arkadaşça aşk, yoğunluğu az olan bir duygusal deneyim olarak beraber, gerçek aşk, bağlanma, güçlü hoşlanma ve evlilik aşkı olarak adlandırılmaktadır. Arkadaşça aşk, hayatımızda içten kişilere karşı şefkat ve hassasiyet duygularımız olarak tanımlanmıştır. Tutkulu aşk ise, aşk hastalığı, köpek yavrusu sevgisi veya takıntılı aşk olarak etiketlenmektedir (Hatfield, Rapson 1993: 654-655). Ancak Hatfield ve Walster (1978) tutkulu aşkı, bir başkasıyla birleşmek için duyulan hassas, cinsel duygular ve coşku içeren bir fizyolojik uyarılma şeklinde tarif edilmiştir (aktaran Hatfield, Rapson, Martel 2007: 109-110, Hatfield 1982: 268). Birleşmeye dair duyulan arzu bilişsel, davranışsal ve duygusal faktörlerden oluşmaktadır (Hatfield, Rapson 2007: 110). Yine Hatfield ve Rapson (1996) tutkulu aşkın karmakarışık bir duygu olduğu, içerisinde neşe, üzüntü ve korku kadar kıskançlık duygusunun da var olduğuna işaret etmişlerdir. Tutkunun karşılık gördüğü aşkta doyum ve mutlulukla ilişkili olduğu bulunmuştur (Hatfield, Rapson 1996: 29).

Peterson ve Seligman’e (2004) göre aşk, başkalarına yönelik üç şekilde ortaya çıkar. İlki, şefkat ve bakım kaynağımız olan bireylere duyulan sevgidir. Bir diğeri, bize güvenen ve onları güvende hissettirdiğimiz bireylere duyulan sevgidir. Üçüncü olarak, bizi özel hissettiren bir bireyle cinsel, bedensel ve duygusal yakınlığa yönelik tutkulu aşktır (Peterson, Seligman 2004: 304).

## 2.7.2. Aşk Kuramları

### 2.7.2.1. Rubin'in Aşk Kuramı

Rubin aşk ve hoşlanmayı birbirlerinden ayrı sevgi türleri olduklarını ileri sürerken ilişkili olduklarına da vurgu yapmıştır (Rubin 1970: 265). Rubin'e (1970) göre aşk, içerisinde bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bileşenleri barındıran kişilerarası bir tutumdur. Romantik aşk ona göre bağlılık, ilgi ve yakınlıktan oluşmaktadır. Ancak hoşlanma aştan farklı olarak pozitif değerlendirme, benzerliklerin hissedilmesi, saygı ve itimattan oluştuğunu öne sürmüştür. Ardından bu kuramı sağlam temellerle destekleyebilmek adına ölçek geliştirdiği görülmüştür. Aşk ölçeği olarak geçen bu ölçek, psikometrik yöntemler kullanarak geliştirilmiş, aşk konusunda ölçüm yapmayı hedeflemiş ilk bilimsel girişim olarak tanınmaktadır (Sternberg, Grajek 1984: 313). Ölçek çalışmasında çiftlerin sonunda evlenme olasılıklarına ilişkin öngöründe bulunabilmiştir. Buna ek olarak gözlerinin içine bakma sıklığının, birbirini çok seven partnerlerin daha az sevenlere göre daha fazla olduğu öngörüsüne varmıştır (Rubin 1970: 270).

### 2.7.2.2. Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Kuramı

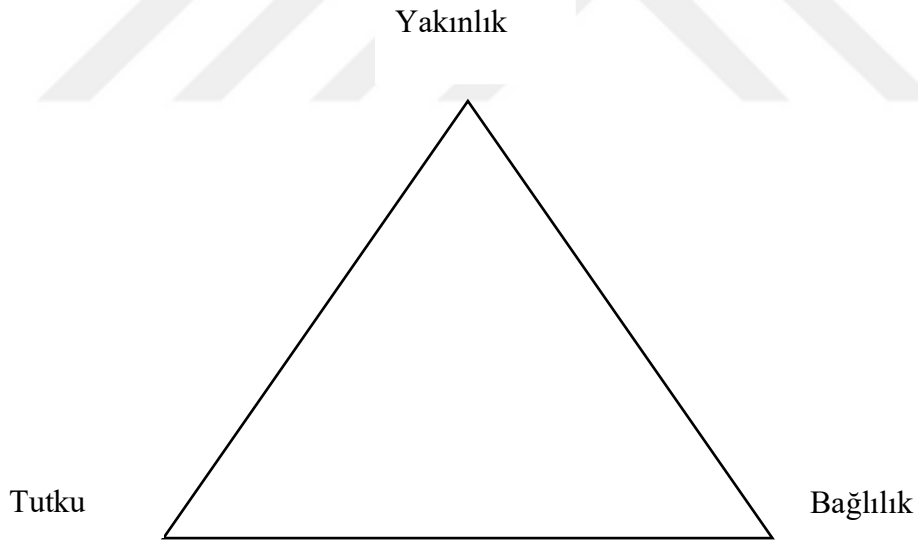
Lee 1973 tarihinde aşkı renklere benzeterek aşkın tıpkı renklerde olduğu gibi çeşitleri türleri ve sınıflandırmaları olduğunu öne sürmektedir. Çeşitli aşkı stillerinin arasındaki ilişkinin birincil, ikincil ve üçüncül renkler arasındaki ilişkiye benzetmektedir. Temel (birincil) renklerin birleşimlerinden oluşan yeni renkler ve onların birleşimiyle farklılıklar gösterebilmekte olduklarını ifade etmiştir. Lee romantik ilişki yaşayan çiftlerin ilişkilerinin başından sonuna kadar aynı aşk türüne sahip olmak zorunda olmadıklarını öne sürmektedir (Lee 1977: 174).

Lee çok boyutlu aşk kuramında; *Eros* (tutkulu, arzulu ya da romantik aşk), *Ludus* (oyun, eğlence gibi aşk), *Storage* (arkadaşça aşk), *Mania* (sahiplenici aşk), *Pragma* (mantıksal aşk) ve *Apagedir* (özgeci aşk) çeşitlerinden bahsetmektedir. Eros, ludus ve storage birincil renklere benzetilmiştir. Mania tipolojik olarak eros ve ludusun bir kombinasyonunun sonucunda oluşmaktadır. Aynı şekilde storage ve erosun birleşimiyle ikincil renk olarak görülen apage oluşmaktadır (Lee 1977: 175, Thompson 1993: 2). Böylece aşık olmak için birçok ideolojinin bulunduğunu, her birinin bir aşk tarzı olarak ortaya çıktığını vurgulamakla birlikte aşkın bireylere çok farklı türlerde aksettiğini belirtmektedir. Aşk ilişkileri, insanların özümsemiği belirli kültürel önem ve idealler olarak değişme özelliğine sahip olmuş olur (Soyer 2019: 22).

### 2.7.2.3. Sternberg'in Aşk Üçgeni Teorisi

Literatürde aşk kuramları incelendiğinde Sternberg ile karşılaşılmaktadır. Sternberg aşk üçgeni teorisini öne sürmüştür. Üçgen olması sebebinin, aşkın farklı biçimleri üçgen olarak gösterilebilir olmasından kaynaklanmaktadır. Aşağıda şekil 1.1. de görüldüğü üzere aşk üçgeninin köşelerinde sırayla *yakınlık*, *tutku* ve *bağlılık* bileşenleri bulunmaktadır. Sternberg (1986) aşkın kapsamı eşit olması durumunda mükemmel aşk olarak görülmekle birlikte bir eşkenar üçgeni oluşturduğunu ifade etmiştir. Birleşenler birbirinden ayrı hareket etmeyip bir etkileşim içerisinde oldukları ifade edilmiştir (Sternberg 1986: 119).

Yakınlık, sempati ile paralellik gösterip sevgiyle bağlanma, sıcaklık ve rahatlık gibi pozitif duyguları barındırmaktadır. Tutku, güçlü aktivasyon ve baskın duyguları içerir. Yalnızca cinsel arzu değil öz-saygı korunması ve geliştirilmesi, boyun eğme, baskınlık, yalnızlıktan uzaklaşma ihtiyacı gibi güdüler de barındırmaktadır. Son olarak bağlılık bileşeni akılcı olarak görülmekle birlikte sevme-bağ kurma yönü vardır. Bağlılık, uzun soluklu duygusal ilişkiye girme ve devam ettirmeyi belirlemesi olarak kendini gösterir. Aşk üçgeni teorisine göre yakınlık, tutku ve bağlılık bileşenlerinin kombinasyonlarına göre sekiz farklı aşk türleri ortaya çıkmaktadır (Sternberg 1986: 123)



Şekil 1. Aşkın üç bileşeni ve aşk çeşitleri. Kaynak: Sternberg, R.J. (1988). Triangulating Love. In R.J. Sternberg, M. L. Barnes (Eds.), *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press, s.122.

Aşk üçgeni kuramında bu sekiz farklı çeşit; *aşksızlık*, *hoşlanma*, *tutkulu aşk*, *boş aşk*, *romantik aşk*, *arkadaşça aşk*, *aptalca aşk* ve son olarak *mükemmel/tamamlanmış aşktır*. Aşksızlık, hiçbir bileşenin bulunmaması durumunda durumuna verilen ad olmuştur. Bu aşk türü sevgiden herhangi bir pay almayan sıradan ilişkileri açıklamaktadır. Hoşlanma, yalnızca yakınlık bileşenini varlığıyla oluşur. Hoşlanma arkadaşlık ya da tanıdıklara karşı hissedilen duyguları tanımlar. Sternberg'in Aşk üçgeni teorisine göre

tutkulu aşk, ilk görüşte aşk olarak bilinen aşk türüdür. İçerisinde yalnızca tutku barındıran ancak bağlılık ve yakınlık barındırmayan aşk türüdür. Boş aşk yalnızca bağlılığın bulunduğu ancak yakınlık ve tutkunun olmadığı bir aşk türüdür. Boş aşk genel anlamda uzun veya noktalanmaya yaklaşılacak ilişkilerde görüldüğü kadar ilişkilerin en başında da görüldüğü açıklanmıştır. Romantik aşk, yakınlık ve tutku bileşenlerinin varlığında söz konusu olmaktadır. Yalnızca bedensel (cinsel) değil ruhsal anlamda da birbirine çekilme söz konusudur. Sternberg bu aşkın edebiyatlarda işlenen aşk türü olduğunu vurgulamaktadır. Yine teoride geçen arkadaşça aşk, yakınlık ve bağlılık bileşenlerini içeren uzun süreli duygusal ilişkilerde görülen bedensel çekimin olmadığı bir aşk türüdür. Aptalca aşk, yalnızca tutku ve bağlılık bileşenlerinin kombinasyonu ile oluşan bir aşk türüdür. Hızlı gelişen veya hızlı evlilikle sonlanan ilişki türlerinde görülmektedir. Son olarak teoride bahsedilen mükemmel/tamamlanmış aşk, her üç bileşenin varlığında oluşan dengenin olduğu bir aşk türüdür. Duruma ve ilişkiye bağlı olarak mükemmel/tamamlanmış aşk zorluğu veya kolaylığı değişmektedir (Sternberg 1986: 123-124).

### 2.7.3. Tutkulu Aşk ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar

Bu bölümde tutkulu aşk ve psikolojik iyi oluş ilişkisi araştırılmaktadır. Yukarıda psikolojik iyi oluş kavramsal açıklamasında bahsedildiği üzere psikolojik iyi oluş sıklıkla yaşamın anlamı ile birlikte ele alınarak çalışılmıştır. Aşk ve psikolojik iyi oluş ile ilgili çalışmalar incelendiğinde aşkın türleri, yaşamın anlam ve amacına yönelik çalışmalar yürütüldüğüne yönelik bulgulara rastlanmıştır.

Yüksel (2013) 465 öğrenciyle yaptığı bir çalışmada, kişilerin sahip oldukları aşk tutumları ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin varlığını incelemiştir. Çalışmanın sonucuna göre kişilerin tutkulu aşk ile yaşam anlamı puanları arasında anlamlı ancak düşük düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Yani tutkulu aşk yaşayan genç yetişkinlerin yaşama dair bir anlama sahip oldukları ve geleceğe ilişkin de anlam araştırdıkları bulunmuştur. Yüksel (2013) tutkulu aşka sahip kişilerin mevcut hayatlarından anlam buldukları, geleceğe ilişkin anlam aramakta oldukları ve genel olarak da hayatlarında anlam buluyor olabilmekte olduklarına yönelik yorumda bulunmuştur (Yüksel 2013: 81-110).

Büyükşahin ve Hovardaoğlu'nun (2004) çalışmasında, çiftlerin mutlu olmasıyla tutkulu aşk ile birbirlerine bağlı olmaları arasında güçlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkisi bulunan çiftlerin mutluluk düzeyleri arttıkça ilişkiye önem verme düzeyinin de arttığı ancak ilişkide sorunlar yaşama düzeylerinin de azaldığı tespit edilmiştir. İlişkide sorunlar arttıkça mutlu olma düzeyi azalmaktadır (Büyükşahin, Hovardaoğlu 2004: 59).

20'li yaşlarda kadınlarla yapılan bir çalışmada aşk, duygulanım ve iyi oluş arasındaki ilişki anlamaya çalışılmıştır. Çalışmaya göre aşık bireyler, olumlu duygulara ve psikolojik iyi oluşa sahip oldukları

bulunmuştur. Yani aşık olanlarda psikolojik bir iyilik halinde oldukları saptanmıştır. Bunun sebebi olarak zihinsel anlamda mutlu ve tatmin olmanın psikolojik iyi oluş düzeyini etkilediği yorumunda bulunulmuştur (Singh, Dhingra 2014: 5-9).

Beyin aktivitesini ölçen fMRI kullanarak evlilik doyumunun psikolojik ve fiziksel iyi oluş belirteçlerinin sinirsel bağıntıları araştırılan bir çalışmada mutlu istikrarlı ve uzun süreli birlikte olan 17 birey ile çalışılmıştır. Çalışmada evlilik doyumu için ilişki değerlendirme ölçeği ve tutkulu aşk ölçeği kullanılmıştır. Eşlerinin yüz görüntüleriyle birlikte tanıdık olan ve yakın arkadaşlarının yüzlerine ait görseller gösterilmiştir. Verilen ölçek puanları ile beyin aktivitesi ilişkilendirilmiştir. Çalışmanın sonucuna göre evlilik doyumunun yükselmesi şiddetli depresyonla ilişkili olan singulat girusun aktivasyonunun azaldığı görülmüştür. Tutkulu aşk ve evlilik doyumu puanları, beynin ödül ve motivasyon, hedefe dayalı değerlendirme, empati, duygulanım ve stresin düzenlenmesini destekleyen kortikal ve subkortikal beyin bölgelerinde önemli korelasyon ilişkilerine rastlanılmıştır (Acevedo vd. 2012: 20-31).

## **2.8. Romantik İlişkilerde Yakınlık Kavramı**

Yakınlık, bir ilişkinin kalbi ve ruhu olabilir (Prager vd. 2013: 16). Acker ve Davis'e (1992) göre yakınlık bir romantik ilişkinin rahatlık ve hassasiyet duygularını barındırmasından yola çıkarak aşkın sıcak bileşeni olarak tanımlanmıştır (Acker, Davis 1992: 22). Romantik ilişkilerde edinilen yakınlık kişilerin, kişilerarası gelişimi, şahsi uyumu ve fiziksel sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Moss, Schwebel 1993: 31). Yakın ilişki zenginleştiricidir ve duygusal destek, sevgi, bakım güvencesi ve diğer bireylere karşı derin bir anlayış sunabilir (Prager vd. 2011: 2). Transaksiyonel Analizde bulunan tanımına göre yakınlık, farkındalığa sahip bireyin oyunsuz gelişen bağımsız samimiyeti olarak ifade edilmiştir (Berne 1964:180). Bir kişinin sözlü veya sözsüz yollarla başka birine duygularını veya bilgilerini kişisel olarak ifşa etmesiyle yakınlık kurulmaya başlar, dinleyicinin destekleyici bir yanıt vermesiyle de devam eder (Reis 1990: 16).

Moss ve Schwebel (1993) literatürü taramaları sonucunda, 61 eşi olmayan yakınlık tanımına rastladıktan sonra romantik ilişkiler açısından bağlanma, duygusal, bilişsel, fiziksel ve karşılıklı olmak üzere beş yakınlık faktörü belirlemişlerdir (Moss, Schwebel 1993: 31-33). Bağlanma, partnerlerin birlikte kalma arzuları olarak tanımlanır ve temel olarak işlev gördüğü belirtilmiştir. Duygusal yakınlık, partnerlerin birbirlerinin duygusal dünyalarının derinlikleri hakkında farkında olma ve şefkat gibi duygu alışverişinde bulunmalarıdır. Bilişsel yakınlık, partnerlerin kendileri hakkındaki farkındalıklarını ifade eder. Fizikse yakınlık, cinsellik veya temas gibi paylaşılan fiziksel karşılaşmalardır. Karşılıklı yakınlık,

partnerler arasındaki samimiyetin karşılıklı etkileşimini ve bunun sürdürülmesi için harcanan güce denmektedir. Tüm bu beş bileşen romantik ilişkideki yakınlık açısından birbirleriyle etkileşim halinde bulunmaktadır (Moss, Schwebel 1993: 33).

Yakınlığın tarih boyunca tanımı ve boyutları hususunda fikir ayrılıkları olduğu kadar yakınlık gelişiminin de ergenlik dönemi ile genç yetişkinlik döneminde gelişmesi yönünde fikir ayrılıkları mevcuttur (Ercan 2019: 207). Mesela Erikson yakınlığı birbirini önemseyen bireyler arasındaki kimliklerinin birleşimi olarak tanımlar ve bu yakınlığın ergenlikten yetişkinliğe uzanan gelişimin şekillenmesinde önemli bir etkisi olmaktadır. Erikson'a göre yakınlık kimlik duygusundan sonra gelişir ve güvenli kimlik duygusu geliştikten sonra yakınlık gelişir. Yakınlığın bir kez gelişmesiyle üretkenlik ve bütünlük veya durgunluk ve umutsuzluk yaşanıp yaşanmayacağı konusunda belirleyicidir (Reis 1990: 19). Ancak Sullivan'a göre yakınlık, ön ergenlik döneminde şefkat ihtiyacından doğmaktadır. İki partner tarafından kendilerini sundukları ve birbirlerinin niteliklerini ve dünya görüşlerini doğrulamaya ve ifade etmeye çalıştıkları bir iş birliğidir. Bu iş birliği ergenlerde birbirlerinin kişisel doyum ve güvenlik duygusuyla iyi oluşlarına katkı sağlayan ödüllendirici deneyimlere neden olduğu açıklanmıştır (Reis 1990: 18).

#### 2.8.1. Romantik İlişkide Yakınlık ve Psikolojik İyi Oluş ile İlgili Çalışmalar

Yakınlık, bireylerde psikolojik iyi oluşu teşvik ediyor gibi görüldüğü ifade edilmesine ek olarak yakınlığın olmaması bireylerin sağlık ve iyi oluş üzerinde zararlı etkilerin olduğu vurgulanmıştır (Prager 1997: 1-2). Bu bölümde literatürde bulunan bazı araştırmalar ışığında romantik ilişkide yakınlık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye yer verilmektedir.

Gelişmekte olan yetişkinlerle yapılan bir çalışmada iyi oluşları ile kimlik ve romantik ilişki yakınlıkları incelenmiştir. Romantik ilişki yakınlığı ile iyi oluş değişkenleri için kadın ve erkekler arasında bir farklılık bulunmamıştır. Ancak kadınların romantik ilişki yakınlıkları iyi oluş ile önemli korelasyon göstermiştir. Burada yakınlığın sıklığı ve yoğunluğu, yalnızlık ile negatif ilişkili bulunmuştur. Yine erkeklerin romantik ilişki yakınlıkları ve iyilik hali ölçümleri arasında önemli korelasyonlar olduğunu göstermiştir. Olumlu yakınlık, yakınlığın sıklığı, cinsel yakınlık ve sosyal kaçınma ile negatif ilişkili bulunmuştur. Yakınlığın sıklığı ile cinsel yakınlık ve benlik saygısı arasında pozitif korelasyona rastlanmıştır. Böylece yüksek düzeyde bir romantik ilişki yakınlığı yüksek iyi oluşu önerdiği ve kimliğe ek olarak romantik ilişki yakınlığının gelişmekte olan yetişkinlerin iyi oluşunda ayrılmaz bir rol oynamaktadır (Johnson, Kent, Yale 2012: 269-314).

Normal veya sorunlu gebelik yaşayan 99 kadınla, gebeliğin hemen sonunda hakimiyet duygusu, yakınlık ve kaygı ile ilgili çalışma yapılmıştır. Üç ayın sonra bu kadınlar tekrar değerlendirmeye alındıklarında hakimiyeti yüksek olan ve eşi ile daha fazla yakınlığa sahip olan kadınların kaygı seviyelerinde azalma görülmüştür. Ancak aileyle (akraba) daha fazla yakınlığın olması daha fazla kaygı ile ilişkili bulunmuştur. Düşük hakimiyeti olanlarda eş yakınlığının olumlu etkisi görülürken aile yakınlığının olumsuz etkisi gözlemlenmiştir. Hakimiyeti yüksek olanlarda ise bu durumun güçlü bir stres direnci olmasından dolayı hem çevresel hem sosyal stres faktörlerinden bağımsız olmasından kaynaklanabileceği şeklinde yorumlanmıştır (Hobfoll, Leiberman 1989: 327-339).

Literatürde romantik katılım durumunun (romantik olarak ilgi olma ve romantik olarak ilgili olmama) gerçek ve ideal benlik arası çelişki ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmıştır. Romantik olarak ilgili olan ve olmayan kişilerin gerçek benliklerinin derecelendirmelerinde farklılık olmasa dahi, ideal benliklerine çok daha yakın oldukları bulunmuştur. Romantik olarak ilgili olan kişilerin daha yüksek psikolojik iyi oluş bildirdikleri görülmüştür. Bireyin ideal benliğine daha yakın olduğunu hissetmesi yine daha yüksek psikolojik iyi oluş ile ilişkilendirilmiştir (Campbell, Sedikides, Bosson 1994: 399-403).

Romantik ilişkilerde sevgi dolu dokunmanın psikolojik etkileri arasında ilişkinin incelendiği bir çalışmada dokunma ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki pozitif bulunmuştur. Partneri tarafından dokunulan bireylerin daha sıkı ve yakın hissetmeleriyle daha olumlu duygusal durumda olduklarını açıklamışlardır. Böylece sevgi dolu dokunuşun evrensel olarak faydalı, sağlıklı ve optimal psikolojik işlev sağladığına vurgu yapılmıştır (Debrot vd. 2013: 1373-1381).

Güney Kore’de çift terapilerine/ danışmanlıklarına müdahalelere katkı sağlamak adına, 40 ile 59 yaş arasında 396 evli kadın ve erkeklerle yapılan bir çalışmada evlilik içi iletişim ve evlilik yakınlığının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkileri incelenmiştir. Orta yaşlı evli erkekler kadınlarla kıyaslandığında daha yüksek evlilik içi iletişim ve yakınlığa sahip oldukları tespit edilmiştir. Kadınlar erkeklere göre daha yüksek depresyon seviyesine sahip oldukları bulunmuştur. Her iki cinsiyette evlilik içi iletişim, yakınlık ve psikolojik iyi oluş arasında bazı değişkenlerce farklılıklar gözlemlenmiştir. Genel sonuca göre yakınlık ve iletişim, yaşam memnuniyetini etkilediği sonucuna varılmıştır (Kim, Choi 2007: 1).

Cinsel olarak aktif olan ve olmayan, menopoz dönemini geçirmiş ve evli olan iki grup kadınla yapılan çalışmada, depresyon, evlilikte yakınlık, cinsel işlev, ve yaşam kalitesi karşılaştırılmıştır. Cinsel açıdan aktif olanların evlilik yakınlıkları, cinsel işlevleri ve yaşam kaliteleri aktif olmayanlara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Cinsel olarak aktif olan grubun depresyon düzeyleri aktif olmayanlara



göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Her iki grup için depresyon, evlilik yakınlığı ve cinsel işlev değişkenleri ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Kim 2015: 258).



### 3. BÖLÜM

#### 3.1.Yöntem

Bu bölümde, araştırma modeli, amacı, problemi, örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verileri toplarken izlenen yol, istatistiksel teknik ve verilerin analiz sürecine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

##### 3.1.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada kullanılan model, iki ya da daha fazla değişkenlere herhangi bir müdahalede bulunmadan aralarındaki ilişkinin incelendiği ilişkisel tarama yöntemidir.

Tarama modeli, geçmişte ya da şu an var olan durumu var olmuş haliyle betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır (Erişti vd. 2013: 26). Bu araştırmada amaca uygun olacak şekilde ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, değişkenlerin kendi arasında gerçekleşen değişim ilişkisini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Gürbüz, Şahin 2018: 107-108).

##### 3.1.2. Örneklem

Bu araştırma 23-45 yaş aralığında en az 12 aydır romantik ilişkisi olan 415 kadın ile gerçekleşmiştir. Araştırmanın katılımcı sayısı, farklı evren büyüklükleri için alınması gereken kişi sayıları göz önünde bulundurularak belirlenmiştir (Yazıcıoğlu, Erdoğan 2004: 71:72). Araştırma Google Forms uygulaması üzerinden dağıtılan formu çevrimiçi internet yoluyla, kartopu örneklem yöntemi ile gönüllülük esas alınarak toplanmıştır. Verilerin çevrimiçi internet yoluyla toplanması Türkiye’de Covid-19 pandemide yaşanan karantina sürecinden kaynaklanmaktadır. Kartopu örneklem yöntemi, çalışılan grup hakkında grup çok az şey bildiği durumlarda kullanılan bir yöntemdir (Etikan, Bala 2017: 216). Kartopu örnekleme yöntemi araştırmanın kriterlerine uygun bulunan rastgele bir veya daha fazla katılımcı seçilerek onların da başka katılımcılara ulaşmalarıyla, tıpkı bir kartopu gibi belirlenen katılımcı sayısına ulaşmasıdır (Gürbüz, Şahin 2018:133).

Örnekleme dahil etmek için kullanılan kriterler;

- 1) 23-45 yaş aralığında olmak
- 2) Romantik ilişkinin bulunması
- 3) Kadın olmak.

Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1 ve 2 de sunulmuştur.

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri**

| Değişken                                                   | Gruplar               | n   | %    |
|------------------------------------------------------------|-----------------------|-----|------|
| <b>Eğitim Durumu</b>                                       | İlkokul               | 5   | 1,2  |
|                                                            | Ortaokul              | 9   | 2,2  |
|                                                            | Lise                  | 41  | 9,9  |
|                                                            | Lisans                | 297 | 71,6 |
|                                                            | Yüksek Lisans         | 59  | 14,2 |
|                                                            | Doktora               | 4   | 1,0  |
| <b>Gelir Düzeyi</b>                                        | 2826 ve altı          | 137 | 33,0 |
|                                                            | 2826-3400             | 63  | 15,2 |
|                                                            | 3400-4100             | 44  | 10,6 |
|                                                            | 4101-5000             | 55  | 13,3 |
|                                                            | 5001-6000             | 45  | 10,8 |
|                                                            | 6001 ve üstü          | 71  | 17,1 |
| <b>İlişki Durumu</b>                                       | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 45,3 |
|                                                            | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 11,1 |
|                                                            | Evli                  | 181 | 43,6 |
| <b>İlişki Süresi</b>                                       | 12 Ay                 | 41  | 9,9  |
|                                                            | 12 Ay-5 Yıl           | 199 | 48,0 |
|                                                            | 5 Yıl Üzeri           | 175 | 42,2 |
| <b>Çocuk Sayısı</b>                                        | Çocuğum yok           | 300 | 72,3 |
|                                                            | Tek                   | 60  | 14,5 |
|                                                            | İkiden fazla          | 55  | 13,3 |
| <b>Çalışma Durumu</b>                                      | Çalışan               | 232 | 55,9 |
|                                                            | Çalışmayan            | 183 | 44,1 |
| <b>Psikiyatrik Tanı Bulunma Durumu</b>                     | Bulunan               | 64  | 15,4 |
|                                                            | Bulunmayan            | 351 | 84,6 |
| <b>Geçmişte Psikolojik Destek Alma Durumu</b>              | Alan                  | 133 | 32,0 |
|                                                            | Almayan               | 282 | 68,0 |
| <b>Geçmişte Partnerle Birlikte Psk. Destek Alma Durumu</b> | Alan                  | 16  | 3,9  |
|                                                            | Almayan               | 399 | 96,1 |
| <b>Psikiyatri İlaç Kullanma Durumu</b>                     | Kullanan              | 18  | 4,3  |
|                                                            | Kullanmayan           | 397 | 95,7 |

Araştırmaya 415 katılımcı dâhil edilmiştir. 5(%1,2) katılımcı ilkokul, 9 (%2,2) katılımcı ortaokul, 41 (%9,9) katılımcı lise, 297 katılımcı (%71,6) lisans, 59 (%14,2) katılımcı yüksek lisans ve 4 (%1,0)

katılımcı doktora düzeyinde eğitim görmüştür. 2826 TL ve altı 137 (%33,0), 2826-3400 TL arası 63 (%15,2) 3400-4100 TL arası 44 (10,6), 4101-5000 TL arası 55(%13,3), 5001 ve 6000TL arası 45 (%10,8) ve 6001 TL ve üstü 71 (%17,1) katılımcı bulunmaktadır. İlişki durumuna göre, 188 (%45,3) katılımcı Partner/Sevgili/Flört, 46 (%11,1) katılımcı Sözlü/Nişanlı ve 181 (%43,6) katılımcı evlidir. 41 (%9,9) katılımcı 12 ay, 199 (%48,0) katılımcı 12 ay-5 yıl ve 175 (%42,2) katılımcı 5 yıl ve üzeri sürede bir ilişkiye sahiptir. 300 (%72,3) katılımcının çocuğu bulunmamakta, 60 (%14,5) katılımcının tek çocuğu bulunmakta ve 55 (%13,3) katılımcının 2 ve daha fazla çocuğu bulunmaktadır. 232 (%55,9) katılımcı çalışmakta ve 183 (%44,1) katılımcı çalışmamaktadır. 64 (%15,4) katılımcının psikiyatrik tanısı bulunmakta ve 351 (%84,6) katılımcının tanısı bulunmamaktadır. 133 (%32,0) katılımcı geçmişte psikolojik destek almış ve 282 (%68,0) katılımcı almamıştır. 16 (%3,9) katılımcı geçmişte partneriyle birlikte psikolojik destek almış ve 399 (%96,1) katılımcı almamıştır. 18 (%3,9) katılımcı psikiyatrik ilaç kullanmış ve 397 (%95,7) katılımcı kullanmamıştır.

**Tablo 2. Yaş İçin Betimleyici İstatistikler**

| Ölçekler | Min | Maks | $\bar{x}$ | ss   |
|----------|-----|------|-----------|------|
| Yaş      | 23  | 45   | 27,91     | 5,71 |

Tablo 2’de Yaş için en küçük-en büyük değerler, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Yaş için aralık 23-45 arasında, ortalama= 27,91 ve standart sapma= 5,71, olarak hesaplanmıştır.

### 3.1.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcı etkiyi bulabilmek için öncelikle Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve ardından yordayıcıları olan Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği (CYKÖ-K), Tutkulu Aşk Ölçeği, Temel Empati Ölçeği (TEÖ), Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ) ve İlişki İstikrarı Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcılar hakkında ayrıntılı bilgi elde etmek ve bu bilgilerin de etkilerini incelemek için Demografik Bilgi Formu verilmiştir. Aşağıda verilen ölçek ve formlar hakkında ayrıntılı bilgiye yer verilmiştir.

#### 3.1.3.1. Demografik Bilgi Formu

Hazırlanan Demografik Bilgi Formu 13 sorudan oluşmaktadır. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, ekonomik gelir düzeyine ek olarak ilişki durumu (partner/ sevgili/ flört, sözlü/ nişanlı, evli, diğer), ilişki süresi (12ay, 12ay-5 yıl, 5 yıl ve üstü), çocuk sayısı ve çalışma durumuna yönelik sorular bulunmaktadır. Ayrıca psikiyatrik tanının bulunması, psikiyatrik ilaç kullanım durumu, psikoterapi desteğinin bireysel veya çift olarak alınması gibi soruların psikolojik iyi oluşa etkisini incelenebilmesi açısından sorulmuştur.

### 3.1.3.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ)

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Diener ve arkadaşları (2009-2010) tarafından mevcut sosyo-psikolojik iyi oluşu ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2013) tarafından yapılmıştır. Psikolojik iyi oluş ölçeğinde bulunan 8 madde, kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) arasında cevaplanmaktadır. Puanlar 8 (bütün maddelere kesinlikle katılmıyorum yanıtı verilirse) ile 56 (bütün maddelere kesinlikle katılıyorum yanıtı verilirse) arasında değişmektedir. Yüksek puan alan bireylerin, psikolojik olarak yüksek kaynağa sahip oldukları sonucuna varılır. 529 üniversite öğrencisi ile yapılan geçerlik çalışması sonucunda ölçeğin tek faktörden oluştuğu ve toplam açıklanan varyansın %53 olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .61 ile .77 arasında değişmekte olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada yapılan psikolojik iyi oluş ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu 0.85 bulunmuştur.

### 3.1.3.3. Temel Empati Ölçeği (TEÖ)

Jolliffe ve Farrington (2006) tarafından geliştirilmiş, 9 maddesi bilişsel empatiyi ölçen, 11 maddesi duygusal empatiyi ölçen 20 maddelik bir ölçektir. Yanıtlar 5’li Likert tipi “kesinlikle katılmıyorum ile “kesinlikle katılıyorum” arasındadır. Bilişsel empati 3, 6, 9, 10, 12, 14, 16, 19 ve 20. maddeler ile, duygusal empati ise 1, 2, 4, 5, 7, 8, 11, 13, 15, 17, 18. maddeler aracılığıyla ölçülmektedir. Bilişsel empati alt boyutu için ölçekten alınabilecek en düşük puan 9, en yüksek puan 45 iken duygusal empati alt boyutu için alınabilecek en düşük puan 11 ve en yüksek puan 55’tir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 2010 yılında Topçu ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Testin Cronbach Alfa katsayı değerleri duygusal boyut için .74 ve bilişsel boyut için .79’dur (Topcu, Baker, Aydın 2010: 174-182). Bu çalışmada yapılan temel empati ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu 0.78 bulunmuştur.

### 3.1.3.4. Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kadın (CYKÖ-K)

Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği (CYKÖ-K), Symonds ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması Tuğut ve Gölbaşı (2010) tarafından yapılmıştır. 180 kadın ile çalışılan ölçek 6’lı likert tipindedir ve 18 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler tamamen katılıyorum (1) ile hiç katılmıyorum (6) olarak cevaplanmaktadır. Her bir maddenin son dört hafta içindeki cinsel yaşamı düşünülerek yanıtlanması beklenmektedir. Toplam puan hesaplanmadan önce 1, 5, 9, 13, 18 numaralı maddelerin puanlarının tersine çevrilmesi gerekmektedir. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 18–108 olup, puanın yüksek olması katılımcının cinsel yaşam kalitesinin iyi olduğunu göstermektedir. Ölçeğin

madde toplam puan güvenilirlik katsayısı  $r=0,32-0,67$  arasında değiştiği ve iç tutarlılık için Cronbach Alfa katsayısının 0.83 olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada yapılan cinsel yaşam kalitesi ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu 0.95 bulunmuştur.

#### 3.1.3.5. İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ)

Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen ilişki istikrarı ölçeğini Büyüksahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından ülkemize uyarlama çalışması yapılmıştır. 37 maddeden oluşan ölçeğin ilişki doyumu, ilişki yatırımı, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve bağlanım olmak üzere dört alt boyutu vardır. Bağlanım alt boyutu 7 maddeden diğer alt boyutlar 10 maddeden oluşmaktadır. Bağlanım boyutunda yer alan maddeler dokuz dereceli (1 = “Tamamen Yanlış, 9 = “Tamamen Doğru”) likert tipiyken diğer alt boyutların ilk beş maddesi dört dereceli (1 = “Tamamen Yanlış, 4 = “Tamamen Doğru”) likert tipi; son beş maddesi dokuz dereceli (1 = “Tamamen Yanlış, 9 = “Tamamen Doğru”) likert tipidir. Bu alt boyutlarda, ilk beş madde son beş maddenin ölçme kalitesini artırmak amacıyla uygulanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı her bir faktör için; ilişki doyumu için 0.90, seçeneklerin niteliğini değerlendirme için 0.84, ilişki yatırımı için de 0.84 ve bağlılık boyutu için 0.70’tir. Bu çalışmada yapılan ilişki istikrarı ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu ilişki doyumu alt boyutu için 0.90, seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutu için 0.81, ilişki yatırımı alt boyutu için 0.82 ve bağlanım alt boyutu için 0.83 bulunmuştur.

#### 3.1.3.6. Tutkulu Aşk Ölçeği

Tutkulu aşk ölçeği Hatfield ve Sprecher (1986) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlama çalışması Yıldırım ve Hablemitoğlu (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir. 15 maddeden oluşan tutkulu aşk ölçeği 9’lu likert tipinde olup, hiç doğru değil (1) ile kesinlikle doğru (9) olarak cevaplanmaktadır. Ölçekte en yüksek puan 135 ve en düşük 15 puan alınabilmektedir. 106’dan 135’e puan aralığı çılgınca, hatta pervasızca aşık olduğunu gösterir; Tutkulu ama daha az yoğun duygular 86 ila 105 puan aralığına denk gelir; Ara sıra tutku patlamalarına işaret eden 66 ila 85 puan aralığına denk gelir; seyrek tutkuyu gösteren 45 ila 65 puan aralığı iken, heyecanın gittiğini gösteren 15-44 puan aralığıdır. Böylece, puan arttıkça tutku derecesi artar ve tersine puan düştükçe azalır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.89 dur. Bu çalışmada yapılan tutkulu aşk ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu 0.83 bulunmuştur.

### 3.1.3.7. Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ)

Romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği Ercan (2019) tarafından geliştirilmiştir. Romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği dört alt ölçek ve biri ters puanlanan 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 4'lü likert tipindedir (hiç, bazen, çoğunlukla, her zaman seçenekleri ile) ve ölçeğin tamamından alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan 68'dir. Yüksek puan ilişkinin yakınlığına işaret ederken düşük puan ise yakın olmayan bir ilişkiye işaret etmektedir. RİYÖ 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Bunlar; kendini açma, fiziksel çekim, destek ve güvendir. Güvenirlik analizleri sonucunda Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tamamı için 0.88. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı kendini açma alt ölçeği için .79, fiziksel çekim alt ölçeği için .83, destek alt ölçeği için .81 ve güven alt ölçeği için .72 hesaplanmıştır. Bu çalışmada yapılan romantik ilişkilerde yakınlık ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayı sonucu 0.87 bulunmuştur.

### 3.1.4. Veri Analizi

Verilerin analizi için IBM SPSS 25 programı kullanılmıştır. Temel analizler yapılmadan önce veri girişleri kontrol edilmiş ve kayıp veri analizi yapılmıştır. Çalışmaya 475 kişiden eksik yanıtlayan, yaş, cinsiyet ve en az 12 aylık ilişki süresine sahip olma kriterlerine uymayan 60 kişinin yanıtları çalışmadan çıkarılmıştır. Betimsel veri analizi kısmı için frekans ve yüzde değerleri ve sürekli değişkenler için ortalama ve standart sapma değerleri rapor edilmiştir. Çalışma değişkenlerine ilişkin normallik varsayımları için kutu grafikleri, dal ve yaprak grafikleri, Q-Q grafikleri ve çarpıklık ve basıklık verileri kullanılarak değerlendirilmiştir. George ve Mallery (2010) tarafından tanımlandığı gibi basıklık ve çarpıklık katsayıları +2 ile -2 arasında olduğunda dağılım normal kabul görmektedir (aktaran Salam 2017:211). Ek olarak çarpıklık ve basıklık katsayılarının +3 ve -3'ten yüksek olduğunda, bu dağılımın normalden daha dik ve çarpık olduğunu göstermektedir (Yalçın ve Çakmak, 2016:717). Çalışmada verilerin normal ve normale yakın dağılım göstermesiyle Parametrik testler kullanılmıştır. Ölçeklerin kendi aralarındaki ilişkilerini incelemek için Pearson Korelasyon Analizi ve yordayıcılık için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırmak amacıyla 2 kategorili değişkenler için bağımsız gruplar t-testi, ikiden fazla kategoriye sahip değişkenler için ise ANOVA kullanılmıştır. Varyansların homojen olmadığı durumlarda T ististikleri ve Welch istatistikleri kullanılmıştır. Bulguların anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında %95 güven aralığı ve .05 önem düzeyi ölçüt alınmıştır.

### 3.1.5. Bulgular

#### 3.1.5.1. Betimleyici Verilerin Analizi

Bu bölümde betimleyici verilere yer verilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik yüzde ve frekans değerleri ile araştırmada kullanılan ölçeklerin için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

**Tablo 3. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler**

| Ölçekler                             | Min | Maks | $\bar{x}$ | ss    | Çarpıklık | Basıklık |
|--------------------------------------|-----|------|-----------|-------|-----------|----------|
| Temel Empati Ölçeği                  | 48  | 88   | 76,59     | 6,17  | -,806     | 1,790    |
| Tutkulu Aşk Ölçeği                   | 47  | 135  | 111,77    | 15,29 | -1,187    | 1,875    |
| Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği         | 0   | 100  | 78,51     | 22,65 | -1,385    | 1,244    |
| Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği | 32  | 64   | 55,47     | 5,99  | -1,345    | 1,520    |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği           | 8   | 56   | 44,03     | 7,85  | -,887     | 1,333    |
| İİÖ-İlişki Doyumu                    | 15  | 45   | 38,97     | 6,76  | -1,431    | 1,582    |
| İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme  | 5   | 45   | 18,82     | 10,36 | ,414      | -,716    |
| İİÖ-İlişki Yatırımı                  | 5   | 45   | 26,79     | 10,44 | -,094     | -,929    |
| İİÖ-Bağlanım                         | 33  | 63   | 58,01     | 7,47  | -1,768    | 2,172    |

Tablo 3’de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Temel Empati Ölçeği için aralık 48-88 arasında, ortalama= 76,59 ve standart sapma= 6,17, çarpıklık=-,806 ve basıklık= 1,790 olarak hesaplanmıştır. Tutkulu Aşk Ölçeği için aralık 47-135 arasında, ortalama= 111,77 ve standart sapma= 15,29, çarpıklık=-1,187 ve basıklık= 1,875 olarak hesaplanmıştır. Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği için aralık 0-100 arasında, ortalama= 78,51 ve standart sapma= 22,65, çarpıklık=-1,385 ve basıklık= 1,244 olarak hesaplanmıştır. Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği için aralık 32-64 arasında, ortalama= 55,47 ve standart sapma= 5,99, çarpıklık=-1,345 ve basıklık= 1,520 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği için aralık 8-56 arasında, ortalama= 44,03 ve standart sapma= 7,85, çarpıklık=-,887 ve basıklık= 1,333 olarak hesaplanmıştır. İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu alt boyutu için aralık 15-45 arasında, ortalama= 38,97 ve standart sapma= 6,76, çarpıklık=-1,431 ve basıklık= 1,582 olarak hesaplanmıştır. Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu için aralık 5-45 arasında, ortalama= 18,82 ve standart sapma= 10,36, çarpıklık= ,414 ve basıklık= -,716



olarak hesaplanmıştır. İlişki Yatırımı alt boyutu için aralık 5-45 arasında, ortalama= 26,79 ve standart sapma= 10,44, çarpıklık= -,094 ve basıklık= -,929 olarak hesaplanmıştır. Bağlanma alt boyutu için aralık 33-63 arasında, ortalama= 58,01 ve standart sapma= 7,47, çarpıklık= -1,768 ve basıklık= 2,172 olarak hesaplanmıştır.

### 3.1.5.2. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde, Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre incelenmesine yönelik analiz sonuçları verilmiştir.

**Tablo 4. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

| Ölçekler                                    | Gruplar           | n   | $\bar{x}$ | ss    | F                  | sd     | p            | Fark            |
|---------------------------------------------|-------------------|-----|-----------|-------|--------------------|--------|--------------|-----------------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>                  | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 75,89     | 4,52  | ,948 <sup>w</sup>  | 2      | ,391         | -               |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 76,81     | 6,21  |                    | 110,16 |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 76,14     | 7,13  |                    | 8      |              |                 |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 110,36    | 17,97 | 1,269 <sup>w</sup> | 2      | ,286         | -               |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 112,60    | 13,88 |                    | 93,123 |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 109,08    | 18,63 |                    |        |              |                 |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 79,21     | 20,96 | ,056               | 2      | ,946         | -               |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 78,28     | 23,04 |                    | 412    |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 78,99     | 22,56 |                    |        |              |                 |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 52,82     | 8,34  | 3,482 <sup>w</sup> | 2      | <b>,035*</b> | <b>Fark Yok</b> |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 55,86     | 5,58  |                    | 99,540 |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 55,98     | 4,87  |                    |        |              |                 |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 44,85     | 7,77  | ,451               | 2      | ,637         | -               |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 43,81     | 8,12  |                    | 412    |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 44,30     | 6,62  |                    |        |              |                 |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 37,85     | 7,75  | ,700 <sup>w</sup>  | 2      | ,499         | -               |
|                                             | Ön lisans/ Lisans | 297 | 39,12     | 6,88  |                    | 108,78 |              |                 |
|                                             | Lisansüstü        | 63  | 39,22     | 5,04  |                    | 2      |              |                 |
|                                             | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 15,05     | 10,07 | 4,460              | 2      | <b>,012*</b> | <b>2&gt;1</b>   |

|                              |                   |     |       |       |                    |        |              |               |
|------------------------------|-------------------|-----|-------|-------|--------------------|--------|--------------|---------------|
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit.</b> | Ön lisans/ Lisans | 297 | 19,24 | 10,31 |                    | 412    |              | <b>3&gt;1</b> |
|                              | Lisansüstü        | 63  | 20,14 | 10,28 |                    |        |              |               |
| <b>Değerlendirme</b>         |                   |     |       |       |                    |        |              |               |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>   | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 28,91 | 10,97 | 3,742              | 2      | <b>,025*</b> | <b>1&gt;3</b> |
|                              | Ön lisans/ Lisans | 297 | 27,02 | 9,97  |                    | 412    |              |               |
|                              | Lisansüstü        | 63  | 23,86 | 11,63 |                    |        |              |               |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>          | İlk-Ortaokul/Lise | 55  | 56,58 | 9,34  | 1,251 <sup>w</sup> | 2      | ,291         | -             |
|                              | Ön lisans/ Lisans | 297 | 58,40 | 7,08  |                    | 97,069 |              |               |
|                              | Lisansüstü        | 63  | 57,41 | 7,41  |                    |        |              |               |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>w</sup>Welch Testi

Tablo 4'te Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA bulguları verilmiştir.

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ( $F_{(2-99,540)} = 3,482$ ;  $p < ,05$ ) ve İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $F_{(2-412)} = 4,460$ ;  $p < ,05$ ) ve İlişki Yatırımı ( $F_{(2-412)} = 3,742$ ;  $p < ,01$ ) alt boyutu puanlarının eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Önlisans/Lisans ve Lisansüstü düzeyde eğitim gören katılımcıların İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu ilkökul/ortaokul/lise düzeyinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. İlkokul/ortaokul/lise düzeyde eğitim gören katılımcıların İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Yatırımı alt boyutu lisansüstü düzeyinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği puanları açısından test sonuçları anlamlı olsa da ikili karşılaştırmalar testi sonuçlarının anlamlı olmadığı görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu ile Bağlanım alt boyutu puanlarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 5. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Gelir Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

| Ölçekler                   | Gruplar         | n   | $\bar{x}$ | ss    | F     | sd  | p             | Fark          |
|----------------------------|-----------------|-----|-----------|-------|-------|-----|---------------|---------------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b> | 2826 TL ve altı | 137 | 76,84     | 5,97  | 2,914 | 2   | ,055          | -             |
|                            | 2826- 5000 TL   | 162 | 77,20     | 5,64  |       | 412 |               |               |
|                            | 5001 TL ve Üstü | 116 | 75,45     | 6,95  |       |     |               |               |
|                            | 2826 TL ve altı | 137 | 115,07    | 13,00 | 5,251 | 2   | <b>,006**</b> | <b>1&gt;3</b> |

|                                             |                 |     |        |       |                    |         |        |     |
|---------------------------------------------|-----------------|-----|--------|-------|--------------------|---------|--------|-----|
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | 2826- 5000 TL   | 162 | 110,84 | 16,56 |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 109,18 | 15,39 |                    |         |        |     |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | 2826 TL ve altı | 137 | 78,09  | 21,55 | ,227               | 2       | ,758   | -   |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 77,92  | 21,88 |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 79,84  | 25,01 |                    |         |        |     |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | 2826 TL ve altı | 137 | 56,10  | 5,73  | 2,127              | 2       | ,121   | -   |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 54,73  | 6,28  |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 55,76  | 5,83  |                    |         |        |     |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | 2826 TL ve altı | 137 | 42,12  | 8,26  | 13,967             | 2       | ,000** | 3>1 |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 43,62  | 7,79  | <sup>w</sup>       | 268,530 |        | 3>2 |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 46,85  | 6,63  |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | 2826 TL ve altı | 137 | 38,91  | 7,08  | 3,384 <sup>w</sup> | 2       | ,035*  | 3>2 |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 38,20  | 7,31  |                    | 272,338 |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 40,12  | 5,30  |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b>  | 2826 TL ve altı | 137 | 17,61  | 9,98  | 2,726              | 2       | ,067   | -   |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 18,57  | 10,09 |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 20,60  | 11,00 |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                  | 2826 TL ve altı | 137 | 27,02  | 10,04 | 4,826              | 2       | ,008** | 2>3 |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 28,30  | 10,17 |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 24,41  | 10,93 |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>                         | 2826 TL ve altı | 137 | 58,70  | 7,19  | ,885               | 2       | ,414   | -   |
|                                             | 2826- 5000 TL   | 162 | 57,70  | 7,75  |                    | 412     |        |     |
|                                             | 5001 TL ve Üstü | 116 | 57,61  | 7,41  |                    |         |        |     |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>w</sup>Welch Testi

Tablo 5'te Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının gelir durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA bulguları verilmiştir.

Tutkulu Aşk Ölçeği ( $F_{(2-412)} = 5,251$ ;  $p <,01$ ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $F_{(2-268,530)} = 13,967$ ;  $p <,05$ ) ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu ( $F_{(2-272,338)} = 3,384$ ;  $p <,05$ ) ve İlişki Yatırımı ( $F_{(2-412)} = 4,826$ ;  $p <,01$ ) alt boyutu puanlarının gelir durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. 2826 TL ve altı gelire sahip katılımcıların Tutkulu Aşk Ölçeği puanlarının 5001 TL ve üstü gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 5001 TL ve üstü gelire sahip katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarının 2826 T ve altı ile 2826-5001 TL arası gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 5001 TL ve üstü gelire sahip katılımcıların İlişki Doyumu alt boyutu puanlarının 2826-

5001 TL arası gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 2826-5001 TL arası gelire sahip katılımcıların İlişki Yatırımı alt boyutu puanlarının 5001 TL ve üstü gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ile Bağlanım alt boyutu puanlarının gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 6. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının İlişki Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

| Ölçekler                                    | Gruplar               | n   | $\bar{x}$ | ss    | F                  | sd      | p             | Fark          |
|---------------------------------------------|-----------------------|-----|-----------|-------|--------------------|---------|---------------|---------------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>                  | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 76,43     | 6,19  | 1,919              | 2       | ,148          | -             |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 78,26     | 6,33  |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 76,33     | 6,06  |                    |         |               |               |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 111,52    | 15,07 | ,928               | 2       | ,396          | -             |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 114,65    | 10,95 |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 111,30    | 16,41 |                    |         |               |               |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 75,18     | 23,77 | 3,927              | 2       | <b>,020*</b>  | <b>3&gt;1</b> |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 79,57     | 19,72 |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 81,70     | 21,77 |                    |         |               |               |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 56,14     | 5,18  | 3,372 <sup>w</sup> | 2       | <b>,037*</b>  | <b>1&gt;3</b> |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 56,26     | 4,33  |                    | 142,204 |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 54,58     | 6,98  |                    |         |               |               |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 42,56     | 7,99  | 7,857              | 2       | <b>,000**</b> | <b>3&gt;1</b> |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 43,39     | 6,65  |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 45,71     | 7,70  |                    |         |               |               |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 38,67     | 6,09  | 2,502 <sup>w</sup> | 2       | ,086          | -             |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 40,72     | 5,55  |                    | 135,647 |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 38,83     | 7,61  |                    |         |               |               |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b>  | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 20,27     | 10,17 | 3,693              | 2       | <b>,026*</b>  | <b>1&gt;3</b> |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 18,70     | 8,79  |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 17,35     | 10,77 |                    |         |               |               |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                  | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 25,97     | 10,31 | 2,026              | 2       | ,133          | -             |
|                                             | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 25,59     | 11,19 |                    | 412     |               |               |
|                                             | Evli                  | 181 | 27,96     | 10,32 |                    |         |               |               |

|                     |                       |     |       |      |              |         |               |               |
|---------------------|-----------------------|-----|-------|------|--------------|---------|---------------|---------------|
| <b>İİÖ-Bağlanım</b> | Partner/Sevgili/Flört | 188 | 57,49 | 7,77 | 14,658       | 2       | <b>,000**</b> | <b>2&gt;1</b> |
|                     | Sözlü/Nişanlı         | 46  | 60,91 | 3,04 | <sup>w</sup> | 214,158 |               | <b>2&gt;3</b> |
|                     | Evli                  | 181 | 57,81 | 7,81 |              |         |               |               |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>w</sup>Welch Testi

Tablo 6’da Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının ilişki durumuna göre incelenmesine ilişkin ANOVA bulguları verilmiştir.

Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği ( $F_{(2-412)} = 3,927$ ;  $p < ,05$ ), Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ( $F_{(2-142,204)} = 3,372$ ;  $p < ,01$ ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $F_{(2-412)} = 7,857$ ;  $p < ,01$ ) ve İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $F_{(2-412)} = 3,693$ ;  $p < ,05$ ) ve Bağlanım ( $F_{(2-214,158)} = 14,658$ ;  $p < ,01$ ) alt boyutu puanlarının ilişki durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Evli katılımcıların Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarının Partner/Sevgili/Flört olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Partner/Sevgili/Flört olan katılımcıların Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve Seçeneklerin Nit. Değerlendirme alt boyutu puanlarının evli olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Sözlü/Nişanlı olan katılımcıların Bağlanım alt boyutu puanlarının evli ve Partner/Sevgili/Flört olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu ile İlişki Yatırımı alt boyutu puanlarının ilişki durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 7. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının İlişki Süresine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

| Ölçekler                            | Gruplar     | n   | $\bar{x}$ | ss    | F     | sd  | p    | Fark |
|-------------------------------------|-------------|-----|-----------|-------|-------|-----|------|------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>          | 12 Ay       | 41  | 76,90     | 5,20  | ,227  | 2   | ,797 | -    |
|                                     | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 76,38     | 6,11  |       | 412 |      |      |
|                                     | 5 Yıl Üzeri | 175 | 76,75     | 6,46  |       |     |      |      |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>           | 12 Ay       | 41  | 108,37    | 17,81 | 1,171 | 2   | ,311 | -    |
|                                     | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 111,93    | 13,66 |       | 412 |      |      |
|                                     | 5 Yıl Üzeri | 175 | 112,39    | 16,36 |       |     |      |      |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b> | 12 Ay       | 41  | 82,66     | 20,57 | 1,200 | 2   | ,302 | -    |
|                                     | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 77,03     | 23,01 |       | 412 |      |      |
|                                     | 5 Yıl Üzeri | 175 | 79,23     | 22,67 |       |     |      |      |

|                         |             |     |       |       |                    |         |        |     |
|-------------------------|-------------|-----|-------|-------|--------------------|---------|--------|-----|
| <b>Romantik</b>         | 12 Ay       | 41  | 55,05 | 6,09  | 1,751 <sup>w</sup> | 2       | ,178   | -   |
| <b>İlişkilerde</b>      | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 56,04 | 5,05  |                    | 109,256 |        |     |
| <b>Yakınlık Ölçeği</b>  | 5 Yıl Üzeri | 175 | 54,93 | 6,87  |                    |         |        |     |
| <b>Psikolojik İyi</b>   | 12 Ay       | 41  | 43,05 | 10,10 | 4,872              | 2       | ,008** | 3>2 |
| <b>Oluş Ölçeği</b>      | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 43,00 | 7,70  |                    | 412     |        |     |
|                         | 5 Yıl Üzeri | 175 | 45,42 | 7,24  |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-İlişki</b>       | 12 Ay       | 41  | 40,17 | 5,05  | 1,083              | 2       | ,340   | -   |
| <b>Doyumu</b>           | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 38,56 | 6,83  |                    | 412     |        |     |
|                         | 5 Yıl Üzeri | 175 | 39,15 | 7,01  |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin</b> | 12 Ay       | 41  | 17,68 | 10,16 | ,712               | 2       | ,491   | -   |
| <b>Nit.</b>             | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 19,42 | 10,06 |                    | 412     |        |     |
| <b>Değerlendirme</b>    | 5 Yıl Üzeri | 175 | 18,41 | 10,76 |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-İlişki</b>       | 12 Ay       | 41  | 23,44 | 9,09  | 10,111             | 2       | ,000** | 3>1 |
| <b>Yatırımı</b>         | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 25,22 | 10,61 |                    | 412     |        | 3>2 |
|                         | 5 Yıl Üzeri | 175 | 29,37 | 10,01 |                    |         |        |     |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>     | 12 Ay       | 41  | 57,88 | 7,09  | ,704               | 2       | ,704   | -   |
|                         | 12 Ay-5 Yıl | 199 | 57,59 | 7,79  |                    | 412     |        |     |
|                         | 5 Yıl Üzeri | 175 | 58,51 | 7,21  |                    |         |        |     |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>w</sup>Welch Testi

Tablo 7’de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının ilişki süresine göre incelenmesine ilişkin ANOVA bulguları verilmiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $F_{(2-412)} = 4,872$ ;  $p <,01$ ) ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Yatırımı ( $F_{(2-412)} = 10,111$ ;  $p <,01$ ) alt boyutu puanlarının ilişki süresine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. 5 yıl ve üstü süreyle ilişkisi olan katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarının 12 ay- 5 yıl arası ilişkisi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 5 yıl ve üstü süreyle ilişkisi olan katılımcıların İlişki Yatırımı alt boyutu puanlarının 12 aydan az ve 12 ay- 5 yıl arası ilişkisi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ile Bağlanım alt boyutu puanlarının ilişki süresine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p >,05$ ).

**Tablo 8. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısına Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

| Ölçekler                                    | Gruplar     | n   | $\bar{x}$ | ss    | F                  | sd     | p             | Fark                           |
|---------------------------------------------|-------------|-----|-----------|-------|--------------------|--------|---------------|--------------------------------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>                  | Yok         | 300 | 76,71     | 6,10  | ,379               | 2      | ,685          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 75,95     | 6,36  |                    | 412    |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 76,65     | 6,37  |                    |        |               |                                |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | Çocuğum yok | 300 | 112,44    | 14,37 | 2,428 <sup>w</sup> | 2      | ,094          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 113,42    | 12,06 |                    | 97,999 |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 106,31    | 21,31 |                    |        |               |                                |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | Yok         | 300 | 77,63     | 23,04 | 1,824              | 2      | ,163          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 83,67     | 20,28 |                    | 412    |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 77,72     | 22,62 |                    |        |               |                                |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | Yok         | 300 | 56,13     | 5,15  | 7,825 <sup>w</sup> | 2      | <b>,001**</b> | <b>1&gt;2</b><br><b>1&gt;3</b> |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 55,95     | 5,68  |                    | 90,631 |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 51,38     | 8,59  |                    |        |               |                                |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | Yok         | 300 | 43,17     | 7,64  | 6,603              | 2      | <b>,002**</b> | <b>2&gt;1</b><br><b>3&gt;1</b> |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 46,05     | 8,78  |                    | 412    |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 46,47     | 7,13  |                    |        |               |                                |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | Yok         | 300 | 39,36     | 5,98  | 1,509 <sup>w</sup> | 2      | ,227          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 38,50     | 8,11  |                    | 88,760 |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 37,36     | 8,74  |                    |        |               |                                |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b>  | Yok         | 300 | 19,72     | 10,15 | 4,241              | 2      | <b>,015*</b>  | <b>1&gt;3</b>                  |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 16,83     | 10,26 |                    | 412    |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 16,07     | 11,03 |                    |        |               |                                |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                  | Yok         | 300 | 26,11     | 10,61 | 2,463              | 2      | ,086          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 28,05     | 9,35  |                    | 412    |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 29,13     | 10,36 |                    |        |               |                                |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>                         | Yok         | 300 | 58,06     | 7,38  | 2,157 <sup>w</sup> | 2      | ,121          | -                              |
|                                             | Tek Çocuk   | 60  | 59,27     | 5,85  |                    | 101,91 |               |                                |
|                                             | 2+ Çocuk    | 55  | 56,35     | 9,19  |                    | 6      |               |                                |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>w</sup>Welch Testi

Tablo 8’de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının çocuk sayısına göre incelenmesine ilişkin ANOVA bulguları verilmiştir.

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ( $F_{(2-90,631)} = 7,825$ ;  $p < ,01$ ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $F_{(2-412)} = 6,603$ ;  $p < ,01$ ) İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $F_{(2-412)} = 4,421$ ;  $p < ,05$ ) alt boyutu puanlarının çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Çocuğu olmayan katılımcıların Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği puanlarının tek çocuğu olan ve iki ya da daha fazla çocuğu olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Tek çocuğu olan ve iki ya da daha fazla çocuğu olan katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarının çocuğu olmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocuğu olmayan katılımcıların Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu puanlarının iki ya da daha fazla çocuğu olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu, İlişki Yatırımı ile Bağlanım alt boyutu puanlarının çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 9. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Çalışma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçekler                             | Gruplar    | n   | $\bar{x}$ | ss    | t                   | sd      | p             |
|--------------------------------------|------------|-----|-----------|-------|---------------------|---------|---------------|
| Temel Empati Ölçeği                  | Çalışan    | 232 | 76,50     | 6,19  | -,352               | 413     | ,725          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 76,71     | 6,16  |                     |         |               |
| Tutkulu Aşk Ölçeği                   | Çalışan    | 232 | 110,31    | 16,48 | -2,261 <sup>a</sup> | 412,501 | <b>,024*</b>  |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 113,63    | 13,45 |                     |         |               |
| Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği         | Çalışan    | 232 | 78,17     | 22,98 | -,345               | 413     | ,730          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 78,94     | 22,29 |                     |         |               |
| Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği | Çalışan    | 232 | 55,29     | 6,04  | -,702               | 413     | ,483          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 55,70     | 5,95  |                     |         |               |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği           | Çalışan    | 232 | 44,58     | 7,98  | 1,625               | 413     | ,105          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 43,32     | 7,65  |                     |         |               |
| İİÖ-İlişki Doyumu                    | Çalışan    | 232 | 38,94     | 6,70  | -,084               | 413     | ,933          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 39,00     | 6,84  |                     |         |               |
| İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme  | Çalışan    | 232 | 20,72     | 10,53 | 4,279               | 413     | <b>,000**</b> |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 16,42     | 9,65  |                     |         |               |
| İİÖ-İlişki Yatırımı                  | Çalışan    | 232 | 26,85     | 10,81 | ,133                | 413     | ,894          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 26,72     | 9,98  |                     |         |               |
| İİÖ-Bağlanım                         | Çalışan    | 232 | 57,80     | 7,61  | -,630               | 413     | ,529          |
|                                      | Çalışmayan | 183 | 58,27     | 7,32  |                     |         |               |



\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>a</sup>Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

Tablo 9’da Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının çalışma durumuna göre incelenmesine ilişkin Bağımsız Gruplar t-Testi bulguları verilmiştir.

İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $t_{(412,501)} = -2,261$ ;  $p < ,05$ ) alt boyutu ve Tutkulu Aşk Ölçeği ( $t_{(413)} = 4,279$ ;  $p < ,01$ ) puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Çalışmayan katılımcıların Tutkulu Aşk Ölçeği puanlarının çalışan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışan katılımcıların Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu puanlarının çalışmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği, İlişki Doyumu, İlişki Yatırımı ile Bağlanım alt boyutu puanlarının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 10. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik Tanıya Sahip Olma Durumlarına Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçekler                             | Gruplar    | n   | $\bar{x}$ | ss    | t      | sd  | p      |
|--------------------------------------|------------|-----|-----------|-------|--------|-----|--------|
| Temel Empati Ölçeği                  | Bulunan    | 64  | 77,70     | 6,38  | 1,573  | 413 | ,117   |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 76,39     | 6,11  |        |     |        |
| Tutkulu Aşk Ölçeği                   | Bulunan    | 64  | 111,42    | 13,20 | -,198  | 413 | ,843   |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 111,83    | 15,66 |        |     |        |
| Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği         | Bulunan    | 64  | 73,49     | 24,28 | -1,935 | 413 | ,054   |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 79,43     | 22,26 |        |     |        |
| Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği | Bulunan    | 64  | 54,41     | 6,44  | -1,550 | 413 | ,122   |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 55,67     | 5,90  |        |     |        |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği           | Bulunan    | 64  | 41,45     | 7,77  | -2,875 | 413 | ,004** |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 44,50     | 7,79  |        |     |        |
| İİÖ-İlişki Doyumu                    | Bulunan    | 64  | 36,94     | 6,38  | -2,633 | 413 | ,009** |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 39,34     | 6,77  |        |     |        |
| İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme  | Bulunan    | 64  | 21,78     | 10,98 | 2,500  | 413 | ,013*  |
|                                      | Bulunmayan | 351 | 18,28     | 10,17 |        |     |        |
| İİÖ-İlişki Yatırımı                  | Bulunan    | 64  | 27,92     | 9,61  | ,941   | 413 | ,347   |

|                     |            |     |       |       |                     |      |      |
|---------------------|------------|-----|-------|-------|---------------------|------|------|
|                     | Bulunmayan | 351 | 26,59 | 10,59 |                     |      |      |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b> | Bulunan    | 64  | 56,59 | 8,84  | -1,429 <sup>a</sup> | 78,8 | ,157 |
|                     | Bulunmayan | 351 | 58,26 | 7,18  |                     | 65   |      |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>a</sup>Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

Tablo 10’da Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının psikiyatrik tanı bulunma durumuna göre incelenmesine ilişkin Bağımsız Gruplar t-Testi bulguları verilmiştir.

İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $t_{(413)} = 2,500$ ;  $p < ,05$ ) ve İlişki Doyumu ( $t_{(413)} = -2,633$ ;  $p < ,01$ ) alt boyutu ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $t_{(413)} = -2,875$ ;  $p < ,01$ ) puanlarının geçmişte psikiyatrik tanı bulunma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Psikiyatrik bir tanısı bulunmayan katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki Doyumu alt boyutu puanlarının tanısı bulunan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Psikiyatrik bir tanısı bulunan katılımcıların Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu puanlarının tanısı bulunmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği, İlişki Yatırımı ile Bağlanım alt boyutu puanlarının psikiyatrik tanı bulunma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 11. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Geçmişte Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

| Ölçekler                                    | Gruplar | n   | $\bar{x}$ | ss    | t                   | sd      | p    |
|---------------------------------------------|---------|-----|-----------|-------|---------------------|---------|------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>                  | Alan    | 133 | 76,50     | 6,23  | -,213               | 413     | ,831 |
|                                             | Almayan | 282 | 76,63     | 6,15  |                     |         |      |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | Alan    | 133 | 111,02    | 13,46 | -,730 <sup>a</sup>  | 304,913 | ,466 |
|                                             | Almayan | 282 | 112,12    | 16,09 |                     |         |      |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | Alan    | 133 | 76,83     | 24,53 | -1,041              | 431     | ,298 |
|                                             | Almayan | 282 | 79,31     | 21,71 |                     |         |      |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | Alan    | 133 | 54,62     | 6,45  | -1,905 <sup>a</sup> | 233,690 | ,058 |
|                                             | Almayan | 282 | 55,87     | 5,74  |                     |         |      |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | Alan    | 133 | 43,50     | 7,64  | -,944               | 413     | ,339 |
|                                             | Almayan | 282 | 44,28     | 7,95  |                     |         |      |

|                                            |         |     |       |       |        |     |              |
|--------------------------------------------|---------|-----|-------|-------|--------|-----|--------------|
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                   | Alan    | 133 | 38,21 | 6,87  | -1,572 | 413 | ,117         |
|                                            | Almayan | 282 | 39,33 | 6,68  |        |     |              |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b> | Alan    | 133 | 20,81 | 10,26 | 23,708 | 413 | <b>,007*</b> |
|                                            | Almayan | 282 | 17,88 | 10,30 |        |     |              |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                 | Alan    | 133 | 26,20 | 10,34 | -,790  | 413 | ,430         |
|                                            | Almayan | 282 | 27,07 | 10,50 |        |     |              |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>                        | Alan    | 133 | 57,34 | 8,00  | -1,253 | 431 | ,211         |
|                                            | Almayan | 282 | 58,32 | 7,21  |        |     |              |

\*p<,05; \*\*p<,01; <sup>a</sup>Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

Tablo 11’de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının geçmişte psikolojik destek alma durumuna göre incelenmesine ilişkin Bağımsız Gruplar t-Testi bulguları verilmiştir.

İlişki İstikrarı Ölçeği Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu ( $t_{(431)} = 23,708$ ;  $p <,01$ ) puanlarının geçmişte partnerle birlikte psikolojik destek alma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Geçmişte psikolojik destek alan katılımcıların Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutu puanlarının almayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu, İlişki Yatırımı ile Bağlanım alt boyutu puanlarının geçmişte psikolojik destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p >,05$ )

**Tablo 12. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Geçmişte Partnerle Birlikte Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçekler                            | Gruplar | n   | SO     | ST       | U        | z      | p    |
|-------------------------------------|---------|-----|--------|----------|----------|--------|------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b>          | Alan    | 16  | 185,59 | 2969,50  | 2833,500 | -,763  | ,445 |
|                                     | Almayan | 399 | 208,90 | 83350,50 |          |        |      |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>           | Alan    | 16  | 165,84 | 2653,50  | 2517,500 | -1,434 | ,152 |
|                                     | Almayan | 399 | 209,69 | 83666,50 |          |        |      |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b> | Alan    | 16  | 246,50 | 3944,00  | 2576,000 | -1,310 | ,190 |
|                                     | Almayan | 399 | 206,46 | 82376,00 |          |        |      |

|                                             |         |     |        |          |          |        |              |
|---------------------------------------------|---------|-----|--------|----------|----------|--------|--------------|
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | Alan    | 16  | 156,22 | 2499,50  | 2363,500 | -1,772 | ,076         |
|                                             | Almayan | 399 | 210,08 | 83820,50 |          |        |              |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | Alan    | 16  | 261,00 | 4176,00  | 2344,000 | -1,805 | ,071         |
|                                             | Almayan | 399 | 205,87 | 82144,00 |          |        |              |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | Alan    | 16  | 217,06 | 3473,00  | 3047,000 | -0,311 | ,756         |
|                                             | Almayan | 399 | 207,64 | 82847,00 |          |        |              |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b>  | Alan    | 16  | 239,97 | 3839,50  | 2680,500 | -1,089 | ,276         |
|                                             | Almayan | 399 | 206,72 | 82480,50 |          |        |              |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                  | Alan    | 16  | 284,03 | 4544,50  | 1975,500 | -2,587 | <b>,010*</b> |
|                                             | Almayan | 399 | 204,95 | 81775,50 |          |        |              |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>                         | Alan    | 16  | 176,03 | 2816,50  | 2680,500 | -1,127 | ,260         |
|                                             | Almayan | 399 | 209,28 | 83503,50 |          |        |              |

\*p<,05; \*\*p<,01

Tablo 12’de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının geçmişte partnerle birlikte psikolojik destek alma durumuna göre incelenmesine ilişkin Mann Whitney U Testi bulguları verilmiştir.

İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Yatırımı alt boyutu ( $U_{(-1,129)} = 1975,500$ ;  $p <,01$ ) puanlarının geçmişte partnerle birlikte psikolojik destek alma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Geçmişte partnerle birlikte psikolojik destek alan katılımcıların İlişki Yatırımı alt boyutu puanlarının almayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği İlişki Doyumu, Seçeneklerin niteliğini değerlendirme ile Bağlanım alt boyutu puanlarının geçmişte partnerle birlikte psikolojik destek alma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p >,05$ ).

**Tablo 13. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikiyatrik İlaç Kullanma Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları**

| Ölçekler                   | Gruplar     | n   | SO     | ST       | U        | z      | p    |
|----------------------------|-------------|-----|--------|----------|----------|--------|------|
| <b>Temel Empati Ölçeği</b> | Kullanan    | 18  | 257,50 | 4635,00  | 2682,000 | -1,793 | ,073 |
|                            | Kullanmayan | 397 | 205,76 | 81685,00 |          |        |      |

|                                             |             |     |        |          |          |        |               |
|---------------------------------------------|-------------|-----|--------|----------|----------|--------|---------------|
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği</b>                   | Kullanan    | 18  | 186,86 | 3363,50  | 3192,500 | -,765  | ,444          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 208,96 | 82956,50 |          |        |               |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>         | Kullanan    | 18  | 123,53 | 2223,50  | 2052,500 | -3,057 | <b>,002**</b> |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 211,83 | 84096,50 |          |        |               |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği</b> | Kullanan    | 18  | 172,64 | 3107,50  | 2936,500 | -1,287 | ,198          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 209,60 | 83212,50 |          |        |               |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>           | Kullanan    | 18  | 165,03 | 2970,50  | 2799,500 | -1,556 | ,120          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 209,95 | 83349,50 |          |        |               |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu</b>                    | Kullanan    | 18  | 162,03 | 2916,50  | 2745,500 | -1,678 | ,093          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 210,08 | 83403,50 |          |        |               |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme</b>  | Kullanan    | 18  | 243,06 | 4375,00  | 2942,000 | -1,269 | ,204          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 206,41 | 81945,00 |          |        |               |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı</b>                  | Kullanan    | 18  | 226,67 | 4080,00  | 3237,000 | -0,675 | ,499          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 207,15 | 82240,00 |          |        |               |
| <b>İİÖ-Bağlanım</b>                         | Kullanan    | 18  | 174,22 | 3136,00  | 2965,000 | -1,266 | ,205          |
|                                             | Kullanmayan | 397 | 209,53 | 83184,00 |          |        |               |

\*p<,05; \*\*p<,01

Tablo 13'te Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının psikiyatrik ilaç kullanma durumuna göre incelenmesine ilişkin Mann Whitney U Testi bulguları verilmiştir.

Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği ( $U_{(-3,057)} = 2052,500$ ;  $p <,01$ ) puanlarının psikiyatrik ilaç kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Psikiyatrik ilaç kullanmayan katılımcıların Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği puanlarının kullanan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının psikiyatrik ilaç kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p >,05$ ).

### 3.1.5.3. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde, Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 14. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

| Ölçekler                                                  | 1      | 2       | 3      | 4       | 5      | 6       | 7       | 8      | 9 |
|-----------------------------------------------------------|--------|---------|--------|---------|--------|---------|---------|--------|---|
| <b>Temel Empati Ölçeği<sup>(1)</sup></b>                  | 1      |         |        |         |        |         |         |        |   |
| <b>Tutkulu Aşk Ölçeği<sup>(2)</sup></b>                   | ,205** | 1       |        |         |        |         |         |        |   |
| <b>Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği<sup>(3)</sup></b>         | ,011   | ,133**  | 1      |         |        |         |         |        |   |
| <b>Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği<sup>(4)</sup></b> | ,080   | ,507**  | ,288** | 1       |        |         |         |        |   |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği<sup>(5)</sup></b>           | ,101*  | ,088    | ,308** | ,263**  | 1      |         |         |        |   |
| <b>İİÖ-İlişki Doyumu<sup>(6)</sup></b>                    | ,032   | ,318**  | ,342** | ,561**  | ,394** | 1       |         |        |   |
| <b>İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme<sup>(7)</sup></b>  | -,017  | -,208** | -,067  | -,180** | -,022  | -,240** | 1       |        |   |
| <b>İİÖ-İlişki Yatırımı<sup>(8)</sup></b>                  | ,164** | ,494**  | -,124* | ,078    | -,054  | -,020   | -,114*  | 1      |   |
| <b>İİÖ-Bağlanım<sup>(9)</sup></b>                         | ,136** | ,594**  | ,207** | ,488**  | ,194** | ,510**  | -,333** | ,258** | 1 |

\*p<,05; \*\*p<,01

Tablo 14' de Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Temel Empati Ölçeği puanları ile Tutkulu Aşk Ölçeği arasında pozitif yönlü zayıf düzey ( $r = ,205$ ;  $p < ,01$ ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $r = ,101$ ;  $p < ,05$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzey, İİÖ-İlişki Yatırımı ( $r = ,164$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzey ve İİÖ-Bağlanım ( $r = ,136$ ;  $p < ,01$ ) puanları arasında pozitif yönlü zayıf düzey istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlemiştir.

Tutkulu Aşk Ölçeği puanları ile Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği ( $r = ,133$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzey, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ( $r = ,507$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, İİÖ-İlişki Doyumu ( $r = ,318$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $r = -,208$ ;  $p < ,01$ ) arasında negatif yönlü zayıf düzey, İİÖ-İlişki Yatırımı ( $r = ,494$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey ve İİÖ-Bağlanım ( $r = ,594$ ;  $p < ,01$ ) puanları arasında pozitif yönlü orta düzey istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlemiştir.

Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği puanları ile Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ( $r = ,288$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzey, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $r = ,308$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, İİÖ-İlişki Doyumu ( $r = ,342$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, İİÖ-İlişki Yatırımı ( $r = -,124$ ;  $p < ,01$ ) arasında negatif yönlü zayıf düzey ve İİÖ-Bağlanım ( $r = ,207$ ;  $p < ,01$ ) puanları arasında pozitif yönlü zayıf düzey istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlemiştir.

Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği puanları ile ( $r = ,263$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzey, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ( $r = ,308$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, İİÖ-İlişki Doyumu ( $r = ,561$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey, İİÖ-Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ( $r = -,180$ ;  $p < ,01$ ) arasında negatif yönlü zayıf düzey ve İİÖ-Bağlanım ( $r = ,488$ ;  $p < ,01$ ) puanları arasında pozitif yönlü orta düzey istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlemiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları ile İlişki Doyumu ( $r = ,394$ ;  $p < ,01$ ) arasında pozitif yönlü orta düzey ve İİÖ-Bağlanım ( $r = ,194$ ;  $p < ,01$ ) puanları arasında pozitif yönlü zayıf düzey istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlemiştir.

#### **3.1.5.4. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi**

Bu bölümde, Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları

üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesine yönelik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 15. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

| Bağımlı Değişken                                           | Bağımsız Değişken     | B      | Standart Hata B | Beta | t     | p      |
|------------------------------------------------------------|-----------------------|--------|-----------------|------|-------|--------|
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>                          | Sabit                 | 15,384 | 4,743           |      | 3,244 | ,001   |
|                                                            | İlişki Doyumu         | ,376   | ,055            | ,324 | 6,882 | ,000** |
|                                                            | Cinsel Yaşam Kalitesi | ,068   | ,016            | ,197 | 4,188 | ,000** |
|                                                            | Empati                | ,112   | ,056            | ,088 | 1,997 | ,046*  |
| R= ,444 R <sup>2</sup> = ,197 Sd:3/ 411 F: 33,654 p=,000** |                       |        |                 |      |       |        |

\*\*p <,01, \*p <,05

Tablo 15'te Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi kurgulanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla 'Stepwise' yöntemli kullanılmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $F_{(3, 411)} = 33,654$ ,  $p <,01$ ). Model, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan varyansının %19,6 sini açıklamaktadır. İlişki Doyumu ( $\beta = ,324$ ,  $t = 6,882$ ,  $p <,01$ ), Cinsel Yaşam Kalitesi ( $\beta = ,197$ ,  $t = 4,188$ ,  $p <,01$ ) ve Empati ( $\beta = ,088$ ,  $t = 1,997$ ,  $p <,05$ ) puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir. Diğer ölçek puanlarının ise istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

### 3.1.5.5. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, İlişki İstikrarı Ölçeği Puanları ve Sosyodemografik Değişkenlerin Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi



**Tablo 16. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık, İlişki İstikrarı Puanlarının Sosyodemografik Değişkenlerle Psikolojik İyi Oluş Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Hiyerarşik Regresyon Bulguların Tartışılması**

| Bağımlı Değişken                                           | Bağımsız Değişken | B      | Standart Hata B | Beta  | t     | p             |
|------------------------------------------------------------|-------------------|--------|-----------------|-------|-------|---------------|
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Blok 1)</b>                 | Sabit             | 15,384 | 4,743           |       | 3,244 | ,001          |
|                                                            | Empati            | ,112   | ,056            | ,088  | 1,997 | <b>,046*</b>  |
|                                                            | Cinsel Yaşam Kal. | ,068   | ,016            | ,197  | 4,188 | <b>,000**</b> |
|                                                            | İlişki Doyumu     | ,376   | ,055            | ,324  | 6,882 | <b>,000**</b> |
| R= ,444 R <sup>2</sup> = ,197 Sd:3/ 411 F=33,654 p=,000**  |                   |        |                 |       |       |               |
| <b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Blok 2)</b>                 | Sabit             | 3,364  | 4,999           |       | ,673  | ,501          |
|                                                            | Empati            | ,143   | ,054            | ,112  | 2,662 | <b>,008**</b> |
|                                                            | Cinsel Yaşam Kal. | ,064   | ,016            | ,186  | 4,122 | <b>,000**</b> |
|                                                            | İlişki Doyumu     | ,372   | ,053            | ,320  | 7,084 | <b>,000**</b> |
|                                                            | Gelir Düzeyi      | ,897   | ,182            | ,216  | 4,927 | <b>,000**</b> |
|                                                            | İlişki Durumu     | -,143  | ,456            | -,017 | -,314 | ,753          |
|                                                            | İlişki Süresi     | ,791   | ,568            | ,065  | 1,393 | ,164          |
|                                                            | Çocuk Sayısı      | 1,684  | ,595            | ,153  | 2,833 | <b>,005**</b> |
|                                                            | Tanı Alma Durumu  | 1,911  | ,920            | ,088  | 2,078 | <b>,038*</b>  |
| R= ,541 R <sup>2</sup> = ,292 Sd:8/ 406 F: 20,950 p=,000** |                   |        |                 |       |       |               |

\*\*p <,01, \*p <,05

Tablo 16’da Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için bazı demografik değişkenler de modele dahil edilerek hiyerarşik regresyon analizi kurgulanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Puanlarının Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için bazı demografik değişkenler de modele dahil edilerek hiyerarşik regresyon yöntemi kullanılmıştır. İlk adımda ise empati, cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu modele alınmıştır. Model, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan varyansının %19,7 sini açıklamaktadır. İlişki Doyumu ( $\beta = ,324, t=6,882, p<,01$ ), Cinsel Yaşam Kalitesi ( $\beta = ,197, t=4,188, p<,01$ ) ve Empati ( $\beta = ,088, t=1,997, p<,05$ ) puanlarının Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

puanlarını istatistiksel olarak anlamı şekilde yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda ise, gelir düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, çocuk sayısı ve tanı alma durumu değişkenleri modele alınmıştır. Gelir düzeyi ( $\beta = ,216, t = 4,927, p < ,01$ ) çocuk sayısı ( $\beta = ,153, t = 2,833, p < ,01$ ) ve tanı alma ( $\beta = ,088, t = 2,078, p < ,05$ ) durumunun da Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanlarını yordadığı görülmüştür. İlişki durumu ve ilişki süresinin anlamlı yordayıcılar olmadığı belirlenmiştir. Nihai modelin, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puan varyansının %29,2 sini açıkladığı görülmüştür.

**Tablo 17. Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği için Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları**

| Ölçekler                             | Cronbach's Alfa |
|--------------------------------------|-----------------|
| Temel Empati Ölçeği                  | 0.78            |
| Tutkulu Aşk Ölçeği                   | 0.83            |
| Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği         | 0.95            |
| Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği | 0.87            |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği           | 0.85            |
| İİÖ-İlişki Doyumu                    | 0.90            |
| İİÖ-Seçeneklerin Nit. Değerlendirme  | 0.81            |
| İİÖ-İlişki Yatırımı                  | 0.82            |
| İİÖ-Bağlanım                         | 0.83            |

Tablo 16'da Temel Empati Ölçeği, Tutkulu Aşk Ölçeği, Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği, Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve İlişki İstikrarı Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenirlik analizi sonuçları verilmiştir.

## 4. BÖLÜM

### 4.1. Tartışma

Bu bölümde araştırma boyunca incelenen değişkenlerin ve demografik verilerin arasındaki ilişkilere ait bulgular araştırmanın hipotezleri bağlamında tartışılıp literatür ışığında tartışılacaktır. Sonrasında araştırmanın bulgularından yola çıkarak önerilere yer verilmiştir.

#### 4.1.1. Ölçek Puanlarının Sosyodemografik Bulgularına Yönelik Tartışması

Sosyodemografik bulgulardan çalışan, çocuğu olmayan ve lisans düzeyinde eğitime sahip kadınların seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyut puanlarının çalışmayan, çocuğu/çocukların olan ve ilkökul/ortaokul/lise eğitim düzeyine sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu şu şekilde açıklanabilir: Türk kültürüne bağlı kadına atfedilen toplumsal cinsiyet rollerinden biri olan annelik ve eş rolü kadının ilişkisinde kalmasında etkili olması, yüksek sosyoekonomik statüye sahip olan kadınların, para ve profesyonel kariyerin getirdiği özgürlük ve bireyselliğin etkisinden kaynaklanabilir. Ancak bir çocuğun doğumuyla birlikte yaşanan özgürlük kaybı ve azalan özerklik kadınlar için büyük uyum gerektirdiği belirtilmiştir (Twenge, Campbell, Foster 2003: 576). Destekler nitelikteki Uzun (2017)'nin çalışmasına göre, çocuk sayısına bağlı olarak kişilerin seçeneklerin niteliğini değerlendirme puanlarının azaldığına dair bulguya rastlanmıştır (aktaran Çaykuş 2020: 126). Çalışan kadınlarla yapılan bir çalışmada, benlik saygısı, yaşam doyumu, genel sağlık düzeylerinin daha yüksek olması ve negatif duygu durumunun çalışmayan kadınlara göre daha düşük olması sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir (Nathawat ve Mathur, 1993: 353). Çalışmanın eğitim düzeyine ilişkin bulgusu için literatürde cinsiyet özelinde olmayan karşılaştırmalarda, eğitim düzeyinin yükselmesi bireyleri daha açık görüşlü, kültürden daha az etkilenmelerine olanak sağladığını ve öğrenim düzeyinin artmasıyla toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin çağdaş bir bakış açısına sahip olduklarına ilişkin sonuçlara rastlanmıştır (Esen ve diğerleri, 2017: 56). Paralellik gösteren bir başka çalışmada eğitim düzeyi arttıkça seçeneklerin niteliğini değerlendirmenin artması bulgusuna varılmıştır (Duygu 2009: 83). Ayrıca seçeneklerin değerlendiren çalışan ve eğitim seviyesi yüksek kadınları için karşılıklı bağımlılık kuramı açısından yorumlamak da mümkün. Karşılıklı bağımlılık kuramı, seçenekleri değerlendirmenin ilişkinin ödül bedel dengesinin ortalamanın altında kalmasıyla açıklar (Büyükşahin 2006: 15). Diğer yandan çalışmayan kadınların sosyoekonomik özgürlüklerinin olmaması ve eş-annelik rolünün bir noktada değiş-tokuz kuramına göre bir bedel olması ilişkiyi sürdürmede etkili olduğu çıkarımı yapılabilir. Böylece ilişkiye olan yatırım ve bunun sonucunda ilişkinin istikrarını etkilediği söylenebilir. Bu durum

çalışmanın ilkökul/ortaokul/lise düzeyde eğitim gören katılımcılar için ilişki yatırım alt boyutu lisansüstü düzeyinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu bulgusunu açıklar niteliktedir. Kısacası çalışan kadınların eğitim seviyesinin yükselmesiyle daha sorgulayıcı olmaları ve bireysel hayatın getirdiği özgürlük duygusuyla partnerleriyle kalma kararını değerlendirebildikleri için seçeneklerin niteliğini değerlendirme puanlarının yüksek olduğu yorumunu yapmak mümkündür.

Tek, iki ya da daha fazla çocuğu olan kadınların psikolojik iyi oluş puanlarının, hiç çocuğu olmayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde bu bulguya ilişkin farklılıklar olduğu görülmüştür. Bazı araştırmaların sonucunda çocuk sayısı kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerine herhangi anlamlı bir etkisinin bulunmadığı yönündedir (Maharramova, Kumcağız 2021: 42; Özbek 2016: 78; Eroğlu 2017: 8). Ancak bir başka çalışmada, iki çocuğu olan katılımcıların psikolojik iyi oluş ortalamalarının üç ve üzeri çocuğu olan göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Köseoğlu 2021: 46). Evrimsel açıdan birey türün devamlılığı için partner seçer. Bireyler partneri seçip onunla üremek ve doğacak bebeğe ebeveynlik yapmak için romantik ilişkide bulunurlar. (Buss, 1988: 617). Kadının romantik ilişkide bulunmasının ardından çocuk sahibi olması, gerçekleştirilmeye çalışılan evrimsel amaçla örtüşmektedir. Dolayısıyla çıkan sonuç anlamlıdır. Ayrıca, çocuk sahibi olan ve yüksek psikolojik iyi oluş seviyesindeki kadınların, daha az yaşam stresi ve depresyon yaşadıkları, daha fazla sorumluluk üstlendikleri de gözlemlenmiştir (Uludağılı 2017: 268). Çocuk sahibi olmanın literatürdeki bu yeri, psikolojik iyi oluşun çok boyutlu olmasının getirdiği etkilerin kişiden kişiye göre değişiklik göstermesi ile açıklanabilir. Çocuğu olmayan kadınların, romantik ilişkilerde yakınlık puanları çocuğu olanlara göre yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu çocuğu olan kadınların, odaklarının çocuklarından yana olması ve eşe yönelik romantik yakınlığın azalması şeklinde yorumlanabileceği düşünülmektedir. Çünkü ebeveynliğin iş, sosyal ve duygusal hayatlarda fedakarlıklar, kayıplar ve kaçırılan fırsatlar yaratabileceği düşünülmektedir. Ancak çalışmanın bulgusuyla çelişen bir çalışmaya göre, gey çiftlerin çocuklarının olmasıyla birlikte azalan romantik ilişki yakınlıklarında artış olduğunu görülmüştür (Bergman vd. 2010: 125). Bu çalışmayı destekleyecek herhangi başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. İlişki istikrarının doyum alt boyutuna ilişkin birebir örtüştüğü görülen güncel bir çalışmada, evli kadınlardan çocuk sahibi olanlar ile olmayanlar arasında doyum açısından bir fark görülmemiştir (Çelebi, Polat 2019: 33).

Çalışmayan ve geliri asgari düzeyin ve altında olan kadınların tutkulu aşk puanları, çalışan ve üst gelire sahip olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazında bu bulguya ilişkin bir bilgi bulunamamıştır. Ancak çalışmayan kişilerin partnerleri için zaman ayırma ve onları odak noktaların alıp önceliklendirebildikleri görülürken çalışan bireylerde zaman ve odağa ek olarak meslek ile meşgul olmaları burada tutkulu aşk puanlarındaki farkı açıklayabilir. Çünkü Hatfield ve Spencer (1986) tutkulu aşık bir bireyi tanımlarken, zamanın çoğunu partnerini düşünerek meşgul olma durumundan söz

ettikleri ve bu düşünce genellikle ısrarcı bir düşünce olup, istenmeyen zamanlarda dahi kişinin zihnine girmesiyle karaktere olduğu açıklandığında bulunmuşlardır (Hatfield, Spencer 1986: 52).

Asgari ücret (2826 TL) orta (2826-5000) ve üst (5001 ve üstü) gelir dağılımı incelendiğinde üst gelire sahip kadınların psikolojik iyi oluş puanlarının asgari ve altı ile orta gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş ve gelir düzeyini birlikte inceleyen çalışmalarda da aynı sonuca rastlanmıştır (Eroğlu, Parlar 2018: 97; Maharramova, Kumcağız 2021: 42; Amaro, Russo, Johnson 1987: 516). Hepsinde paralellik gösteren gelir seviyesinin artmasıyla psikolojik iyi oluşta da bir artışın meydana geleceği sonucudur. Yüksek ekonomik gelir, bireylerin yaşam kalitesini arttırması bakımından kişilerin psikolojik iyi oluşunu etkilemekte olduğu yorumunda bulunarak bu bulgu açıklanabilir. Yine çalışmasının sonucunda üst gelire sahip kadınların ilişki doyumu alt boyut puanlarının orta gelire sahip olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Atılğan (2020)'ın yüksek gelir düzeyinin yüksek doyum getirdiği sonucuyla örtüşen çalışması bulunmaktadır (Atılğan 2020: 58). Bir başka araştırmada, ilişki doyumu gelir düzeyine göre anlamlı olarak farklılaştığı yönünde bulgulara rastlanmıştır (Çoban 2021: 135). Dolayısıyla çalışmada elde edilen bu bulgu literatürle tutarlı olduğu görülmektedir. İnsanların yaşamlarını sürdürmek için ihtiyaçlarını karşılama şanslarının ve yaşam koşullarından duydukları memnuniyetin ilişki doyumunu daha fazla etkilediği düşünülmektedir. Çünkü orta gelire sahip katılımcıların ilişki yatırımı puanlarının üst gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bu çalışmada evli olan kadınlar için, cinsel yaşam kalitesi ölçeği ile psikolojik iyi oluş ölçeği puanlarının partner/sevgili/flört olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazında evlilerden ziyade nişanlı bireylerde en yüksek cinsel tatmin görülmüştür (Birnie-Porter, Hunt 2015: 174). Evli kadınların için cinsel yaşam kalitesinin partner/sevgili/flört hayatı yaşayanlara kıyasla daha yüksek çıkması, Türk kültüründeki geleneksel toplum anlayışı ve namus kavramlarıyla birlikte açıklanabilir. Geleneksel toplumlarda cinsel birliktelik, ancak çocuk sahibi olmak ve evlenmiş olmakla birlikte görülür (Saraç, Hamamcı, Güçray 2015: 76). Namus genellikle cinsel saflık olarak görülmektedir (aktaran Işık, Sakallı 2009: 2). Bundan dolayı çalışmada evli olmadan (partner/sevgili/flört) yaşanan cinsel birlikteliğin namus kavramıyla çelişmesi ve bu kültürdeki düşünce değerlerin tutumlara yansması kaçınılmazdır. Bununla birlikte kadın cinselliği sıkı bir biçimde denetlenmektedir ve bu gereklilik yerine getirilmediği takdirde namus cinayetleri görülmektedir (Sever, Yurdakul 2001: 964). Ayrıca literatüre göre, psikolojik iyi oluş farklı medeni durumlara göre anlamlı farklılık göstermektedir. Evli bireylerin herhangi bir medeni durumu olmayanlara göre daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip oldukları desteklenmiştir (Kim, McKenry 2002: 885). Bir başka çalışmada medeni durum, psikolojik iyi oluşun bir yordayıcısı olduğu bulgusuna rastlanmıştır (Timur 2008: 63). Evli kadınların evli olmayanlara göre daha yüksek psikolojik iyi oluş puanları bildirmeleri evrimsel psikoloji ile ele alınması gerekmektedir. Romantik ilişki türü olan evlilik evrim psikolojisine göre bir gerekliliktir. Evrimsel psikolojinin asıl amacın üremek ve genleri

devam ettirmek yani neslini devam ettirmek olduğunu belirtmektedir (Buss, 1985:49). Dolayısıyla evlilik neslin devamlılığını sağlayan bir yoldur. Ayrıca literatürde evliliğin getirdiği sosyal destek kaynakları oluşturmasıyla da bu sonuç açıklanmaktadır (Gove, Hughes, Style 1983: 129). Evliliğin kendisi psikolojik iyi oluşa katkısı olduğu vurgulanmaktadır. Çünkü evlilik, bireylere iyi olma duygusuyla birlikte yaşam için bir anlam ve duygusal destek sağlarken iki eş arasında karşılıklı yükümlülükler oluşturmaktadır. Bunların tümü psikolojik rahatsızlıklara karşı savunmasızlığı azaltmaya yardımcı olmaktadır (Kim, McKenry 2002: 886). Bir önceki açıklamayla paralel olarak, psikolojik iyi oluşun düşük çıkması kültüre özgü olan bekar kadınların yaşadıkları baskıyla açıklanabilir. Partner/sevgili/flört ilişkisi bulunan katılımcıların romantik ilişkilerde yakınlık ve seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutu puanlarının evli olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bir çalışmaya göre, ilişki yakınlığı farklı ilişki durumlarına (nişanlı, evli, özel flört, gündelik flört ve cinsel parter) göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bunlardan rastgele cinsel ilişki yaşayanlarda daha ciddi (özel flört, nişanlı, evli) romantik ilişki durumuna sahip olanlara kıyasla düşük düzeyde yakınlık görülmüştür. Ek olarak en yüksek romantik ilişki yakınlığı nişanlı bireyler bildirmişlerdir (Birnie-Porter, Hunt 2015: 180). Bu açıdan literatürle çelişen sonuca ulaşılmıştır. Ancak partner/sevgili/flört ilişkisi durumunda bulunan kadınların, evli veya nişanlı olanlar kadar ilişkilerine yatırım yapmadıkları için seçeneklerin niteliğini değerlendiriyor olmaları muhtemel olarak değerlendirilmiştir. Sözlü/nişanlı olan katılımcıların bağlanım alt boyutu puanlarının evli ve partner/sevgili/flört olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca bir açıklık getireceği düşünülen aşk üçgeni teorisini Sternberg (1986), bağlılığın kademeli olarak artan bir durum olduğunu, ilişki güçlendikçe hızlandığını ve sonunda düzleştiğini öngörmüştür (Sternberg 1986: 127). Dolayısıyla bağlılığın en yüksek nişanlılarda olması ve en düşük flört ilişkilerinde olmasına yönelik bulgu, Sternberg'in teorisini destekler niteliktedir. Yani sıradan ilişkilerden ciddi ve nişanlı çiftlere doğru yakınlık tutku ve bağlılıkta artış olduğu bulgusuna rastlanmıştır (Gao 2001: 339). Sternberg zaman içinde değişen bağlılığın sürdürmenin yolunu açıklarken bunun aşkın diğer bileşenleri olan yakınlık ve tutku dengesiyle olduğunu açıklamıştır (Sternberg 1986: 128). Dolayısıyla bu bulguların alanyazınla paralellik göstermesiyle anlamlı sonuçlara ulaşıldığını belirtmek mümkündür.

Araştırma bulgularına göre, ilişki birlikteliği 5 yıl ve üstü olan kadınların, psikolojik iyi oluş puanları 12 ay ile 5 yıl arası olanlara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde bu bulguya yönelik farklılıklar tespit edilmiştir. Psikolojik iyi oluşun ilişki süresiyle anlamlı bir farklılığı bulmadığı yönünde araştırmalara rastlanmıştır. (Aydoğan 2021: 110; Rıza 2016: 78; Kılıç 2021: 413). Psikolojik iyi oluşun ilişki süresine anlamsız bulgusu araştırmalarda, kişisel özelliklerin ve olumlu olumsuz ruh halinin etkisine bağlı olmasıyla yorumlanmıştır. Ancak başka bir araştırmada, 0-12 ay ve 60 aydan uzun süredir birliktelik yaşayan bireylerde daha yüksek psikolojik iyi oluş düzeyi tespit edilmiştir (Aydemir 2021: 56). Benzer bir yorumla psikolojik iyi oluş ve ilişki süresinin ilişki olarak anlamlı sonuçlanması yine

kişisel özelliklerin farklılığı ve olumlu olumsuz ruh halinin etkisiyle gerçekleşmiş olması muhtemeldir. 5 yıl ve üstü süreyle ilişkisi olanların ilişki yatırımlarının 12 ay ve 12 ay-5 yıl arası ilişkisi olan gruba kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. İlişki süresi literatürde ilişki bir sonuç olarak, ilişkilerin uyumu, doyumu ve kalitesinin bir göstergesi olarak görülmüştür (Doyle, Molix 2014: 107). Literatürde kadınların ilişkilerini sürdürme yollarında erkeklere göre daha fazla güdülendikleri bilgisi mevcuttur. Çünkü kadınların gelecek odaklı olmaları ilişkiye olan bağlanımları ve doyumlarının (Kılıç 2021: 411) daha fazla olmasıyla açıklayan çalışmalar mevcuttur. Ayrıca ilişkinin birliktelik süresi arttıkça ilişkide güvende hissetme ve ilişkiye verilen öneminin çoğaldığı görülmüştür (Okutan, Büyükaşahin 2010: 86). Sonuç olarak en uzun süreli birlikteliğe sahip olan kadınların, ilişki yatırım boyutlarının yüksek çıkması beklenen anlamlı bir sonuçtur.

Çalışmanın bir başka analiz bulgusunda seçeneklerin niteliğini değerlendirme puanları daha önce terapiye gitmiş ve tanıya sahip olan katılımcılarda, daha önce terapiye gitmemiş ve tanısı olmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucu yer almaktadır. Araştırmanın başlarında belirtildiği üzere, ilişki istikrarı ölçeği ilişkideki bağlanımı belirlemek için ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve ilişki yatırımına bakmaktadır. Dolayısıyla model, bir ilişkideki doyum ve yapılan yatırım artmasıyla ve başka seçenekler olumsuz değerlendirilmesiyle ilişkiye bağlanımın arttığını öne sürer. Seçeneklerin niteliği değerlendiren birey, şu anki ilişkisinin ötesinde sosyal destek kaynakları olarak görülebilen aile, arkadaş, başka partner veya yalnız olmak ve bunlardan elde edebilecek kazançları dikkate alır. Sosyal destek konusunda bireyin zorlayıcı sorunları (yaşanılan stresli ve problematik durumlar) psikolojik durumlarıyla bir ilişkide olduğu görülmektedir. Böylece sosyal desteğin kişinin yaşam doyumuna ve genel iyi oluşuna etkisi vardır (Alyüz 2020: 119). Terapiye gitmiş ve tanı almış olan kadınların seçenekleri, terapiye gitmemiş ve tanı almamış olan gruba kıyasla daha çok değerlendirmeleri psikoterapinin faydaları ile de açıklanabilir. Psikoterapide kişi, daha önce ifade edemediği hislerini bilinçli ve kabulden geçerek deneyimleme fırsatı bulduğu bir sürece girer. Bu süreçte kişi benliğine ve düşünce sürecinde değişim ve farkındalık kazanır (Rogers 1958: 149). Özetle psikoterapinin insanlara sağladığı özellikler; problem çözme becerisi, analitik düşünebilme becerisi, semptomlarda azalma, sosyal becerilerde gelişme, sistematik düşünce hatalarından uzaklaşma ve sorunları dışarıdan yardım almadan çözebilme, günlük rutini yeniden düzenleme, ilaç, hijyen ve beslenme zamanlarının ayarlayabilme, tanısını anlama, semptomlar ve tehdit edici durumlarda duygusal kontrol ve gelişmiş psikolojik iyilik hali olarak sıralanmaktadır (Tolley, Rowland 2021: 9-13; Sproesser vd. 2010: 300). Bu açıdan çalışmanın bulgusuyla literatürüm ortak sonuca varması çıkan bulgunun anlamlı olduğu yorumunda bulunulabilir.

Psikiyatrik bir tanısı bulunmayan katılımcıların psikolojik iyi oluş puanları ve ilişki doyumu alt boyut puanları tanısı bulunan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ruh sağlığı, kişide anksiyete ve depresyon gibi psikiyatrik hastalıkların bulunmaması durumu olarak belirlenir (Westerhof, Keyes 2010: 110). Psikolojik iyi oluş, acı ve zorlayıcı durumlarda kişinin kendini eleştirmekten ziyade kendine dikkatli ve anlayışlı davranması, olumsuz deneyimleri hayata ait parçalar olarak değerlendirebilmesi, yıkıcı duygu ve düşüncelerin içerisinde kaybolmaktansa işlevsel çıkış yollar keşfetmesi olarak tanımlanır (Neff, 2003: 68). Alanyazında konuyla ilgili örnek olarak, şizofreni tanısının kronik evresinde negatif semptomları olan, depresyon (Strauss vd. 2012: 1) ve internet bağımlılığı (Caplan 2003: 604) bulunan bireylerde düşük psikolojik iyi oluş bildirilmiştir. İlişki doyumuna ait bulgular için alanyazında kısıtlı kaynak bulunmasına rağmen, bireylerde şiddetli travma sonrası stres bozukluğu ilişki doyumu ile ters orantılı bulunmuştur. Yani travma sonrası stres bozukluğuna sahip bireyler için bozukluğun şiddetinin artmasıyla ilişki doyumunda düşüş olduğu saptanmıştır (McGinn vd. 2017: 113). Toplumun tüm kesimlerinde sağlıklı bir ruh sağlığına sahip olmak kişilerin kaliteli yakın ilişkiye sahip olmalarını teşvik etmesinin muhtemel olduğu görüşü hakimdir (Maisel, Karney 2012: 657). Bu durumda hem psikolojik iyi oluş hem de ilişki doyumunun psikiyatrik tanısı olmayan bireylerde tanısı olanlara göre daha yüksek çıkmasına yönelik bulgular literatürle örtüşmektedir.

Araştırmaya katılan katılımcılardan geçmişte partneriyle birlikte psikolojik destek hizmetine başvurmuş olanlar bulunmaktadır. Bu grubun ilişki yatırımı alt boyut puanları çift desteği almayan katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde, Çetin (2018) çalışmasında psiko-eğitim programının ilişki istikrarına etkisini incelendiğinde, ilişki yatırımını, doyumu ve genel ilişki istikrarını arttırdığı sonucuna ulaşmıştır (aktaran Özsolak 2022: 28). Aldatmayla ilgili bir çalışmaya göre, ilişkiye yapılan yatırımlar, çocuk, mülk, zaman ve anıların ilişkide kalma çabasına sebebiyet verdiğini (Rusbult, Martz, Agnez 1998: 359) ve görüşmelerde bu geri bildirimin alındığı görülmüştür (Abrahamson vd. 2012:1503). Buradan yola çıkarak geçmişte partneriyle psikolojik desteğe başvuran katılımcılarımız için ilişkiyi onarma çabalarının olması ve bunun ilişkiye olan yatırımlarının yüksek olmasıyla açıklanabilir. Bu yorum literatürdeki bulgular ile tutarlılık göstermektedir. Yatırımların fazla olması, partnerleriyle sorunları olmasına rağmen ilişkide kalmak için güçlü bir motivasyondur ve bundan dolayı destek arayışları daha yüksek olması anlamlıdır.

Çalışmanın bulguları arasında psikiyatrik ilaç kullanmayan katılımcıların cinsel yaşam kaliteleri kullanan katılımcılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulguyu açıklamak için literatürde hormonların ve ilaçların cinsel yaşama olan katkısı incelendiğinde ortak anlamda buluşan çalışmalara rastlanmıştır. Aktif bir cinsel hayat için iyi işleyen bir dopaminerjik sistemin olması çok önemli bulunması (İncesu 2004: 5) ve tıpta kullanılan çeşitli ilaçların da cinselliği olumsuz etkileyerek cinsel işlev bozukluğuna sebebiyet verildiği saptanmıştır (İncesu 2004: 9; Tümöklü 2009: 27). Bu bağlamda



yapılan çalışmanın psikiyatrik ilaç kullanımının cinsel yaşam kalitelerine ilişkin bulgular literatür ile ilişkili bulunmuştur.

#### **4.1.2. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık, Psikolojik İyi Oluş ve İlişki İstikrarı Puanları Arasındaki Korelasyonel İlişkilerin Tartışılması**

Çalışma hipotezleri doğrultusunda romantik ilişkisi bulunan kadınlarda psikolojik iyi oluş değişkeninin, empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Yapılan analizler sonucunda, psikolojik iyi oluş ile ilişki doyumu, empati, bağlanım boyutu, romantik ilişkilerde yakınlık ve cinsel yaşam kalitesi puanları arasında anlamlı bir korelasyonel olduğu tespit edilmiştir. Literatürde ifade edildiği üzere psikolojik iyi oluş ile evlilik/ilişki doyumu birbiriyle ilişkili olan iki kavramdır (Akdağ, Çankaya 2015: 656; Hüsrevoğlu 2019:48). Buna örnek olarak bir araştırmada, psikolojik iyi oluş ile evlilik doyumu arasında anlamlı farklılığa varılmıştır. Yine aynı araştırmada, psikolojik iyi oluş puanları arttıkça evlilikte doyumla ilgili bulunan problem çözme değişkeninin puanlarında azalma görülmüştür (Hüsrevoğlu 2019: 48). Evlilikte çiftlerin birlikte güvende hissetme, korunma ve dayanışma içinde olma, geleceğe yönelik güvenle bakabilme, toplumda yer alma, birbirlerinden kıvanç duyma, yalnız olmama ve ortaklık duygusu gibi sosyal ihtiyaçları doyurma olanakları vardır. Ayrıca yüksek düzeyde duygusal katılımın olduğu yakın bir ilişki bireyin kendiliğini ve değeriyle ilgili açık bir tanım geliştirmesini sağlar (Akdağ, Çankaya 2015: 647). Literatürde bahsedilen çalışmalarda da desteklendiği üzere, romantik ilişkisi bulunan çiftlerin mutluluk düzeylerinin artmasıyla ilişkiye önem verme düzeylerinin de arttığı ve ilişkide sorunlar yaşama düzeylerinde azalmanın görülmesi, analiz sonucunun beklenen bir sonuç verdiğini göstermektedir (Büyüksahin, Hovardaoğlu 2004: 59). Değiş-tokuş kuramı sosyal psikolojide yer alan kişilerarası ekonomik bir kuramdır. Bu kurama göre, kişiler ilişkilerinde ödül ve bedelleri değiş tokuş yaparak daha çok ödül ve daha az bedellerin olduğu ilişkide kalmayı tercih ederler. Mutlu hissetme, benlik saygısı ve kişisel gelişim ödüllere örnek iken stres, partnere artan bağımlılık, süre ve emek gibi yatırımlar da bedeller olarak görülebilir. Yani ilişkide olumlu durumların olumsuzlardan fazla olması istenir. Böylece en tatmin edici ilişkiler en düşük maliyetle en büyük ödül veren ilişkilerdir (Şenol vd. 2013:267). Empatinin, yakınlığın, kaliteli cinsel yaşamın yani doyumu getiren öğelerin fazla olması iyi oluşla ilişkili çıkması bu kuramı destekler niteliktedir. Özetle doyumun olduğu yakın bir ilişkiye sahip olmak bireyler için, yaşadıkları hayatın anlamlı olması, duygusal destek ve psikolojik iyi oluşu getirirken, psikolojik rahatsızlıklara karşı savunmasızlığı azaltır (Kim, McKenry 2002: 887).

Çalışmanın bir diğer bulgusu olan empati ve psikolojik iyi oluş anlamlı ve pozitif ilişkili bulunmuştur. Empati ve psikolojik iyi oluş açısından alanyazın tarandığında benzer ilişkiye sahip bulgulara

rastlanmıştır (Khajeh, Baharloo, Soliemani 2014: 1213; Bourgault vd. 2015: 326) . Yüksek düzeyde iyilik haline sahip olan hemşirelerin, hastaların deneyimlerine daha fazla dikkat ettiklerini ve daha fazla empati gösterdikleri bir çalışmaya rastlanmıştır (Bourgault vd. 2015 :326). Bir kişinin psikolojik iyi oluş düzeyinden bahsedebilmek için onun içten, kişilerarası ilişkiler güvenen, empati yeteneğine sahip, yakınlık kurabilen, yardım edebilen, kendi düşünce ve eylemlerine göre karar verebilen, kendini denetleyebilen, kendine uygun ortamları tercih edebilen, potansiyelini geliştiren, yaşamın amacını anlamaya çalışan, duygu davranış ve motivasyonların farkında olan ve onlarla olumlu bir tavır içerisinde olmasına yönelik özelliklere sahip olması gerekir (Ertürk, Kara, Güneş 2016: 1725). Dolayısıyla psikolojik iyi oluşun kendi tanımında da geçen kavramlarla benzerlikte bulunması, empati ve yakınlık aralarındaki korelasyonu da açıklamaktadır.

Çalışmada romantik ilişkilerde yakınlığın psikolojik iyi oluş ile anlamlı ve pozitif yönde korelasyona sahip olduğu bulunmuştur. Romantik ilişkilerde yakınlığın psikolojik iyi oluş ile anlamlı bir ilişkiye sahip olması literatürce desteklenmiştir (Holland vd. 2016:219; Johnson, Kent, Yale 2012: 296).

Bu çalışmada cinsel yaşam kalitesi ile psikolojik iyi oluşun pozitif yönde anlamlı ilişkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Psikolojik iyi oluş ile cinsel yaşam kalitesinin anlamlı çıkmasına yönelik literatür tarandığında “cinsel yaşam kalitesi” terimiyle birebir araştırmalara rastlanmamıştır ancak cinsel doyum ve cinsel yaşam tatmini gibi benzer olduğu düşünülen değişkenlerle ilişkili araştırmalara yer verildiği görülmüştür. Cinsel yaşam kalitesi bireyin fiziksel, ilişkisel ve duygusal değerlendirmesine dayanır (Doğan, Turgut, Gölbaşı 2013: 239). Cinsellikle ilgili çalışmalar daha çok cinsel işlev bozukluklarına odaklanırken psikolojik sağlıkla ilişkili çalışmalara daha az rastlanmıştır. Lezbiyen kadınlarla yapılan bir çalışmada, psikolojik iyi oluşun cinsel doyuma büyük ölçüde katkıda bulunduğu sonucuna varılmıştır (Biss, Horne 2005: 30). Yine bir araştırmaya göre kadınlarda cinsel memnuniyetsizliğin yüksek olması psikolojik iyilik oluşlarını olumsuz etkilediği görülmüştür (Davison vd. 2009: 2690). Cinsellikle ilgili Basson modelinde, cinsel ilişkinin başlaması için gerekli motivasyonlar arasında kişinin kendisinin ve partnerinin iyi olma halini vardır (Basson 2005: 1327-1328). Bu nedenle, bu çalışmanın sonuçları literatürü destekler niteliktedir.

Araştırma bulgusu olarak empati puanları ile tutkulu aşk, psikolojik iyi oluş, ilişki yatırımı ve bağlanım puanları arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Empatik beceriye sahip bir bireyde başkalarının duygu ve düşüncelerini doğru anlama ve paylaşma özellikleri görülür (akt Kaya 2018 :64). Romantik ilişki, kişilerarasında görülen tutku, bağlılık ve yakınlığı barındıran ve geliştiren bir ilişki türüdür (Sternberg, 1986:119). Yine empati tanımı gereği, başka bir kişinin acısını anlama ve önemseme isteği ve yeteneği, sevgi dolu bir tutum gerektirir. Bu bağlamda aşk, besleme ve değer verme arzusunun eşlik ettiği neşeli farkındalık olarak tanımlanmaktadır (Breggin 2010: 267). Empati, hem bir anlamda aşkın habercisidir hem de aynı zamanda aşkın önemli bir bileşeni veya temel ön koşuludur

(Allott 1992:354). Dolayısıyla empati ile tutkulu aşkın anlamlı çıkması tutarlıdır. Buna ek olarak romantik ilişkide empatinin varlığında çiftlerin ilişkilerini sürdürmeye daha eğilimli oldukları, partnerlerine yönelik bağlılıklarının ve ilişkilerinde doyumun arttığına yönelik bulguya rastlanmıştır (Can, Hovardaoğlu 2015: 63). Böylece bireyler ilişkilerinde empatinin varlığını gösteren işaretler arasında, ilişkiye yatırım yapma ile partnerine bağlanma vardır. Rampage'ye (1994) göre, yakın bir ilişki deneyimi elde etmenin üç temel koşulu vardır. Bunlar; eşler arasında eşitlik, birbirlerinin deneyimlerine yönelik empati göstermek, anlam ve eylem etrafında iş birliği yapma istekliliğine göre gelişir (Rampage 1994:126). Bu literatüre ek olarak Karlsberg ve Karlsberg (1994) yaptıkları araştırmada, yakın ilişki ve duygulanım arasındaki bağın, karşılıklı empati ile arttığını ve bunun duygusal iş birliğini başlattığını gözlemişlerdir (Karlsberg, Karlsberg 1994:132). Dolayısıyla empati ile romantik ilişkilerde yakınlık değişkenlerinin anlamlı ilişkilerinin bulunmaması alanyazına ters düşmektedir. Bu durumu yapılan çalışmanın yalnızca kadınlarla sınırlı olması, ilişkilerini yaşadıkları partnerlerinin görüşleri ve her iki tarafın empati düzeylerinin ilişkilere etkilerinin değerlendirilememesi nedeniyle böyle sonuçla karşılaşmış olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre tutkulu aşk puanları ile cinsel yaşam kalitesi, romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki doyumunu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanım puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Tutku ve aşk bileşenlerinden herhangi birinin azalması ya da eksilmesi cinsel yaşamlarını ve doyumlarını negatif yönde etkilediği bulgusuna rastlanmıştır. Tüm bunlar sadece cinsel doyumunu değil ilişkinin kalitesini ve ilişkinin doyumunu da etkilemektedir (Uzun 2021:71-73; Türk, Yıldız 2017: 97; Büyükşahin, Hasta, Hovardaoğlu 2005: 32). Aşk beraberinde yakınlık, bağlılık, itimat, saygı ve sevgi duygusunu sağlar (Atak, Taştan 2012: 520). Bundan dolayı birbirine çok da uzak olmayan aşk ve yakınlık kavramları analiz sonuçlarında rastlanan anlamlı korelasyonu da açıklar. Tutkulu ve kıskanç aşklar ilişkilerinde takıntılı ve güvensiz olduklarından, mevcut ilişkileri kayb olduğunda başkalarıyla ilişki kuramayacakları yönünden endişe etmelerine neden olabilir. Bu korku ile bireyler ilişkilerine daha fazla bağlanabilmekte, diğer seçenekleri değerlendirmedikleri, ilişkilerine olduğundan daha olumlu bakabilmekte ve ilişkilerinden doyum elde ettikleri saptanmıştır (Büyükşahin, Hasta, Hovardaoğlu 2005: 33). Böylece birey seçenekleri değerlendirmek yerine ilişkiye bağlanıp ve yatırımda bulunmasıyla ilişkinin istikrar ile sonuçlanmasına neden olur.

Bu çalışmanın korelasyonel analiz sonucunda, cinsel yaşam kalitesi puanları ile romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki doyumunu, bağlanım puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki varken ilişki yatırımı ile negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada, bir ilişkide güven, yakınlık gibi olumlu duygulara ek olarak etkili iletişimin cinsel istekte artışa sebep olduğu ve bunun da ilişki

doyumunu arttırdığı bulunmuştur (Öztürk, Arkar 2014: 22). Kadınların cinsel doyumlarının hangi bileşene bağlı olarak arttığı incelendiğinde, bunun partnerleriyle yakınlık düzeyleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır (Darling, David, Cox 1991: 17). Karşılıklı bağımlılık kuramı temelinde incelendiğinde, cinsel ilişki içinde ödüllerin (doyum ve memnuniyet gibi) yüksek ve bedellerin (üzüntü, stres gibi) düşük olduğu, ödül ve bedel arasındaki farkın bir karşılaştırma düzeyine göre daha olumlu ya da eşit olduğu ölçüde doyumun arttığı açıklamasında bulunulmuştur (Sprecher 2002: 190). Dolayısıyla ödüllendirici bir cinsel yaşam daha sonra ilişki tatminine, aşka ve bağlılığa yol açar (Sprecher 2002: 194). Regan' a (2016) göre romantik ilişkide geçen sürede bağlılık, güven ve adanmışlıklar çoğalmaktadır ancak tutku ve cinselliğin belli bir düzeye düşmektedir (aktaran Korkmaz 2020: 50). Sternberg bu durumu aşk üçgeni teorisinde arkadaşça aşk olarak söz etmiştir. Yani yakınlığın ve bağlılığın bulunması ancak tutkunun bulunmaması. Sternberg'e göre bu aşk türü uzun süreli ilişkilerde görülen fiziksel çekimin olmadığı görülen bir aşktır (Sternberg 1986: 123-124). Ayrıca yatırımın olduğu uzun süreli birlikteliklerde iletişimsizliğin ya da çatışmaların cinsel işlevi de etkilemesi beklenen bir durumdur. Cinsel sorunlar da genel çatışmalara ya da duygusal mesafeye yol açmaktadır (Gülsün, Ak, Bozkurt 2009: 68).

Ayrıca romantik ilişkide yakınlık puanları ile ilişki doyumunu ve bağlanım puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanırken seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutuyla negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sternberg'e (1986) göre sevgi dolu bir ilişkide yakınlık, bağlılık duygusu kendini gösterir (Sternberg 1986: 119). Sternberg'in yakınlık tanımında bağlılık kavramının geçmesi analiz sonucundaki ilişkiyi destekler nitelikte olduğunu gösterir. Lewis' e göre, bir çiftin ilişkilerinde doyum elde etmek için uğraşması için bağlılık, güç ve yakınlık ile baş etmeleri gerektiğini önermiştir (akt. Öztürk, Arkar 2014: 74). İlişkide doyumun ve yatırımın yüksek olması bireyleri partnerleri dışında bir ilişki ve alternatiflere yönelmemelerini açıklayan önemli değişkenler olduğu kabul edilmiştir (Eker 2019: 66). Romantik ilişkiden bahseden bu çalışmada tüm bu değişkenlerin birbiriyle ilişkili çıkması beklenen bir sonuçtur. Çünkü her biri romantik ilişkilerde bulunan ve bazı yerlerde birbirlerinin yerine geçen, birbirlerini besleyen, yordayan ve/veya birlikte görülen değişkenlerdir. Böylece çıkan korelasyon analizin literatürle de tutarlı olduğu saptanmıştır.

#### **4.1.3. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık ve İlişki İstikrarı Puanlarının Psikolojik İyi Oluş Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Bulguların Tartışılması**

Çalışmanın amaçları doğrultusuna, romantik ilişkisi bulunan kadınların empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenlerinin psikolojik iyi oluş değişkeni

üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu alt boyutu, cinsel yaşam kalitesi ölçeği ve empati ölçeği puanlarının psikolojik iyi oluş ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamaktadır. Ancak tutkulu aşk, romantik ilişkilerde yakınlık ve ilişki istikrarı değişkeninin seçeneklerin niteliğini değerlendirme, ilişki yatırımı ve bağlanım alt boyutlarının yordayıcı etkisinin olmadığı bulgusuna rastlanmıştır.

Çalışmanın regresyon analiz sonucuna göre t puanı baz alındığında psikolojik iyi oluşu en çok yordayan değişken, ilişki doyumu olduğu belirlenmiştir. Psikolojik iyi oluşun tanımında geçen, bireyin öz kabulünün olması, başkalarıyla olumlu ilişkiler geliştirebilmesi, otonoma, çevresini yönetebilme kapasitesine, bir yaşam amacına sahip olması ve son olarak kişisel gelişiminin sürekli olması boyutları kişinin yüksek düzeyde iyi oluşa sahip olduğuna işaret etmektedir. İlişkilerinde doyum olduğu sonucuna varılan kadınların psikolojik iyi oluşun başkalarıyla olumlu ilişkilerin yaşıyor olma boyutuna vurgusuyla açıklanabilir. Bununla ilgili olarak kadınların partnerleriyle başarılı etkileşim örüntülerine yol açan faktörlerin iyi oluş ile ilgili olduğu ileri sürülmektedir (Towler, Stuhlmacher 2013: 279). İlişki doyumu açısından araştırmalar daha sık evli bireylere yönelik olduğu görülmüştür. Örnek olarak bir araştırmada evli bireylerle yapılan bir çalışmada evlilik doyumu psikolojik iyi oluş için pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmuştur (Akdağ, Çankaya 2015: 655). Eşcinsel kadın çiftlerle yapılan bir çalışmada genel iyi oluş düzeyinin, ilişki memnuniyeti raporlarıyla ve ilişki içindeki ilişki kalitesinin belirli boyutlarıyla (çatışma, yakınlık ve bağlılık) ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca çiftlerden herhangi birinin düşük düzeyde psikolojik sıkıntısının bulunması her iki eş için de ilişki doyumunu negatif etkilediği saptanmıştır (Otis, Riggle, Rostosky 2006: 278). Bununla doğru orantıda yapılan başka bir araştırmada mutsuz bir evliliği sürdürmenin sürekli evli kalmaya kıyasla, daha düşük mutluluk seviyesi, yaşam doyumu, benlik saygısı ve genel sağlık ile ilişkili bulunmuştur (Hawkins, Booth 2005: 451). Yani doyumun olmadığı ilişkideki bireylerin, sürekli evli olanlara kıyasla düşük düzeyde psikolojik iyi oluşa sahip oldukları görülmektedir. Daha sağlıklı bireylerin evlenme ve evli kalma olasılıkları daha yüksektir ve/veya evli olmayanlara göre daha fazla maddi kaynağa ve sosyal desteğe sahipken, daha az strese ve riskli sağlık alışkanlıklarına sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır (Umberson 1992: 915). Sonuç olarak ilişki doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin iki yönlü olduğu görülmektedir (Braithwaite, Holt-Lunstad 2017: 120). Yani psikolojik iyi oluşun yordayıcısı ilişki doyumu iken bu yordayıcılık tam tersi yönde yordayabileceğine dair bulgulara rastlanmıştır. Çünkü her ikisi birbirinin nedeni ve sonucu olabildiği görülmüştür. Dolayısıyla elde edilen analiz sonucu tutarlıdır.

Psikolojik iyi oluşun bir diğer yordayıcısı olan cinsel yaşam kalitesi olduğu analiz sonucunda bulunmuştur. Literatürde bunu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Bireyin sağlık ve iyi oluşu ile cinsel aktivitesi, özellikle mastürbasyon arasındaki ilişki, batı dünyasında çokça konu olmuştur. Düzenli cinsel aktivitenin (özellikle orgazm deneyiminin) hem psikolojik hem de fiziksel sağlığın çeşitli yönleri için faydalı etkileri olabileceğine dair önemli kanıtlar vardır (Levin, 2007: 135). Buna paralel olarak cinsel tatminin ilişkisel iyi oluşun ve zihinsel sağlığın güçlü yordayıcısı ve fiziksel sağlığın zayıf ila orta derecede güçlü bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Holmberg, Blair, Philips 2010: 1). Fiziksel engeli bulunan bireylerle yapılan çalışmaya göre, cinsel doyum ile cinsel ve benlik saygısı psikolojik iyi oluşun güçlü yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır (Taleporos. McCabe 2002: 182). Her yaşta, kadınların cinselliklerinden memnuniyet duyması karmaşık ve çok yönlü bir olgudur; orta yaşta, kadınların cinsel tatmini, yaşlanma ve menopozun etkileri (Avis vd. 2000: 297), arzu, uyarılma ve orgazm işleyişinde azalma ve birlikteliğin süresi ve eşin cinsel işlevi ile karmaşıklaşması (Dundon, Rellini 2010: 897) araştırmada menepoz yaşı dışlaya sebebiyet vermiştir. Böylece cinsel ilişki kalitesinin kadınların iyi oluşları üzerinde menepozun karıştırıcı rolü bulunmayacağı düşünülmüştür. Orta yaştaki kadınların oluşturduğu örnekleme ilişkisi uyumu, psikolojik iyi oluş ve menopozun cinsel tatminin açıklamasını öngördüğünü göstermiştir (Dundon, Rellini 2010: 901). Sağlıklı romantik ilişki geliştirmede romantik ilişkinin doyum alma yüksekliği ile ilişkili bulunmuştur (Stackert, Bursik 2003: 1420). Yukarıda bahsedilen araştırmaların ışığında, düzenli, sağlıklı ve doyumun olduğu bir cinsel yaşama sahip bireylerin daha sağlıklı romantik ilişkiye ve daha yüksek psikolojik iyi oluşa neden olmakta olduğunu anlaşılr. Dolayısıyla cinsel yaşam doyumunun kadınlar için psikolojik iyi oluşun güçlü bir yordayıcısı olması tutarlı bir sonuçtur.

Çalışma örnekleminde son regresyon analiz verisine göre empati puanlarının psikolojik iyi oluşu anlamlı yordadığı tespit edilmiştir. Psikolojik iyi oluş sağlamanın önemli faktörlerinden biri, başkalarıyla olumlu ilişkiler kurmaktır (Acun-Kapıkıran, 2011: 1145). Empatinin, çeşitli geleneklerde daha yüksek psikolojik iyi oluş seviyelerine olumlu katkısı olduğu bulunmuştur (O 'Conner v.d. 2015: 997). Yakın zamanda yapılan araştırmalarda psikolojik iyi oluşun yordayıcıları arasında empatik eğilim (Ateş 2021: 5), empati, duygusal dayanıklılık (Vinayak, Judge 2018: 195) olduğu tespit edilmiştir. Bu durum empatik bir bireyin, başkalarına yönelik empatik duygu ve eylemleriyle kişinin kendisine yönelik olumlu algısının olmasıyla açıklanmıştır (Vinayak, Judge 2018: 195). Empatinin psikolojik iyi oluş üzerinde bir etkisi vardır, çünkü başkalarının perspektifi, kişinin kendi benliğini ortadan kaldırmayı gerektirir. Bu nedenle bencil ve dürtüsel davranışların azaltılması psikolojik iyi oluşa katkıda bulunur. Birçok araştırmacı, bilinç ve özgecil bakım gerektiren daha yüksek düzeyde evrimleşmiş empati duygusunun gerekli temel taşı olduğunu düşünüyor (Gazzaniga 2000: 76). Öğrencilerle yapılan bir

çalışmaya göre empati ve başa çıkma stratejilerin psikolojik iyi oluş ile ilgili olduğunu, kendi duygularını tanıyabilen ve başkalarının duygusal durumunu ve niyetlerini anlayabilen öğrencilerin, stresi en aza indirme veya daha iyi tolere etme konusunda daha yetenekli oldukları tespit edilmiştir (Carnicer, Caterina 2014: 139-140). Yani ilişki kurulan kişinin duygularını anlama ve buna göre empatik yanıtlar verme kişide iyi duygulara neden olmaktadır. Dolayısıyla empatinin psikolojik iyi oluşu açıklaması literatürle ışığında tutarlı görünmektedir.

#### **4.1.4. Temel Empati, Tutkulu Aşk, Cinsel Yaşam Kalitesi, Romantik İlişkilerde Yakınlık, İlişki İstikrarı Puanlarının Sosyodemografik Değişkenlerle Psikolojik İyi Oluş Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Hiyerarşik Regresyon Bulguların Tartışılması**

Çalışmanın amaçları doğrultusunda, romantik ilişkisi bulunan kadınların empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenlerinin bazı sosyodemografik değişkenlerle birlikte psikolojik iyi oluş değişkeni üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu alt boyutu, cinsel yaşam kalitesi ölçeği ve empati ölçeği puanlarının psikolojik iyi oluş ölçeği puanlarını istatistiksel olarak anlamı yordarken tutkulu aşk, romantik ilişkilerde yakınlık ve ilişki istikrarı değişkeninin kalan alt boyutlarının yordayıcı etkisi bulunmamıştır. Psikolojik iyi oluşla anlamlı ölçüde farklılaşan demografik değişkenlerden gelir düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, çocuk sayısı ve tanı bulundurma durumu modele dahil edilmiştir. Modelde temel empati, cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu ilk blok olarak oluşturulmuştur. İkinci blokta gelir düzeyi, ilişki durumu, ilişki süresi, çocuk sayısı ve tanı alma durumu dahil edilerek psikolojik iyi oluş varyansı açıklanmıştır. Sosyodemografik değişkenlerden ilişki durumu ve ilişki süresi psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcı etkileri bulunmamıştır.

İlk blokta elde edilen bulgular çoklu doğrusal regresyonda elde edilen bulgularla ortaktır. Empati cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu psikolojik iyi oluşu %19,7'lik bir varyansla açıklamaktadır. Buraya kadar yapılan analiz bir önceki çoklu doğrusal modelle aynıdır. Empati, cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu 2. blokla modele dahil edilen gelir düzeyi, çocuk sayısı ve tanı alma durumu psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif yönde anlamlı yordayıcılar oldukları saptanmıştır. 2. blok ile değişkenlerde gerçekleşen beta yükseliş veya düşüşlerin psikolojik iyi oluşun belirli bir bölümünün gelir düzeyi, çocuk sayısı ve tanı bulundurma değişkenleri etkili olduğunu yorumunda bulunulabilir. Empati, cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu sabit tutulduğunda gelir durumu, çocuk sayısı ve tanı bulunma durumu %29'luk bir varyansla psikolojik iyi oluşu açıkladığı bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş değişkeniyle empati, cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumuna yönelik tekli araştırmalara rastlansa da birlikte ele alınıp

sosyodemografik değişkenlerce hiyerarşik açıdan incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla sonuçlara ilişkin tartışmalarda bu durum göz önünde bulundurulmalıdır.

Hiyerarşik Regresyon Analiz sonucunda sosyodemografik değişkenlerin modele dahil edildiğinde psikolojik iyi oluşu açıklayan varyans yüzdeliğinin artması bu sosyodemografik değişkenlerin (gelir durumu, çocuk sayısı ve tanı bulundurma durumu) psikolojik iyi oluş üzerinde etkisi olduğu yorumu yapılabilir. Psikolojik iyi oluş tanımında geçen çevresel hakimiyet, kişisel gelişim, yaşam amaçları ve özkabul bileşenleri ekonomik gelir ile ilişkili olduğu görülmektedir. Yüksek ekonomik gelirin bu bileşenlerin daha fazla görölmesini sağlar (Kaplan, Shema, Leite 2008: 536). Benzer şekilde psikolojik iyi oluşun gelir düzeyiyle ilişkili araştırmalarda, başkalarıyla olumlu ilişkiler ve özkabul boyutlarının algılanan gelir düzeyi yüksek olan bireylerde fazla olduğu saptanmıştır (Anlı vd. 2015: 168; Ryff, Singer Burto 1996: 18). Ekonomik gelirin yüksek olması kadının iş yükü açısından hafiflemesini sağlar. Böylece kendisine ve başkalarına yönelmede fırsatı bulabilir. Çocuk sahibi olan kadınlarla yapılan bir çalışmada gelir düzeyinin ekonomik ve çeşitli sorunları beraberinde getirdiğı görülmüştür. Bu sorunları çözebilme becerisinin ekonomik gelirle paralel olarak arttığı gözlemlenmiştir (Tazeyurt 1999: 30). Dolayısıyla ekonomik açıdan refah, kadını kişisel ve sosyal anlamda da refaha ulaşmasını sağlar. Bu yorumla paralellik gösteren bir çalışmaya göre kişinin amaçlarına ve ihtiyaçlarına ulaşmasında en temel kaynak olan ekonomik durum psikolojik iyi oluşu doğrudan etkilemektedir (Tatlıoğlu 2015: 9-10).

2. blokta çocuk sayısı psikolojik iyi oluşu pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Daha önceki tartışma kısmında çocuk sahibi olan ve yüksek psikolojik iyi oluş seviyesindeki kadınların depresyon ve stres düzeylerinde düşüklük olduğu ve sorumluluk üstelendikleri tartışılmıştı (Uludağı 2017: 268). Literatür çocuk sahibi olma ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bu ilişki kimi zaman çocuk sahibi olmayan çiftlerin psikolojik iyi oluş düzeyini etkilediğini gösterse de kimi zaman belli bir sayının üzerinde çocuğun olmasının sorumluluk ve yük açısından kişilerde kaygının artmasıyla psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyebilmektedir (Umberson, Pudrovska, Reczek 2011: 613-614). Çocuk sayısı artmasıyla evlilikte sorumlulukların ve gündelik problemlerin çoğaldığı, böylelikle bireylerin çeşitli problem çözme becerilerinin geliştirilme gerektiğini belirten çalışma sonuçları vardır (Yavuz 2015: 159). Ayrıca ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinin kaliteli olması onların ruh sağlıkları ile olumlu bir şekilde ilişkilidir (Umberson, Pudrovska, Reczek 2011: 622). Dolayısıyla ebeveynlik, refahı etkileyen tek bir deneyim olmadığı gibi, çocuksuzluk da tüm bireyler için aynı sonucu doğurmaz (Umberson, Pudrovska, Reczek 2011: 614).

2. blokta yer alan tanı bulundurma değişkeni psikolojik iyi oluşu yordadığı tespit edilmiştir. Bir kişinin psikolojik iyi oluşundan bahsederken onun başkalarıyla olumlu ilişkiler geliştirme, özerklik ve çevreyi



yönetebilme, yaşamında bir amacı olması ve kişisel gelişim için çabalaması gibi özelliklerin kombinasyonuna sahip olması olarak belirtilmiştir. Ancak sosyal kaygıya sahip bireylerde, sosyal hayatlarındaki başarı ve sosyal etkinlik alanları negatif etkilendiği görülmüştür. Böylece sosyal kaygı yaşam doyumu üzerinde bozucu etkiye yol açabilmektedir (Eng vd. 2005: 153). Bu literatüre ek olarak, bireyin benlik saygısı yüksek ve kaygı düzeyi düşük olduğunda psikolojik iyi oluşu da yüksek olduğu bulunmuştur (Beydoğan, Curun 2016: 9). Bir başka çalışmada da psikolojik iyi oluş depresyonla negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu bulunmuştur (Gürkan, Gür 2019: 516). Dolayısıyla tanıya sahip olmanın psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yorduyor olması literatürle paralellik göstermektedir.

2. blokta, psikolojik iyi oluşla anlamlı düzeyde ilişki olduğu bilinen sosyodemografik değişkenlerin (gelir düzeyi, çocuk sayısı ve tanı bulundurma) analize dahil edilmesiyle ilişki doyumu ile cinsel yaşam kalitesi değişkenlerinin beta değerlerinin düştüğü görülmektedir. Beta değerindeki bu düşüş bize sosyodemografik değişkenler ile ilişki doyumu ve cinsel yaşam kalitesi değişkenlerinin ortak kısımlar paylaştıklarını göstermektedir. Buna paralellik gösteren kimi çalışmalarda, yüksek gelire sahip olmanın ilişkiye yüksek doyumu da beraberinde getirdiği saptanmıştır (Atılğan 2020: 58). Yine başka bir çalışmada ilişki doyumu gelir düzeyine göre anlamlı derecede farklılaştığı bulgusuna varılmıştır (Çoban 2021: 135). Bireyler finansal olarak kazanç elde etmenin yanında mutluluk, başarı, tanınma, takdir edilme ve kendini onaylama gibi psikolojik faydalar yaşarlar (Kalleberg ve Loscocco, 1983: 89). Dolayısıyla yüksek ekonomik gelirin kadınların hem genel yaşam kalitelerini hem de ilişki doyumlarını arttırmasıyla psikolojik iyi oluşu etkilemekte olduğu yorumunda varılabilir. Literatürde tanıya sahip olmanın, bireylerin ilişki doyumlarını etkilemesini ele alan çalışmalar taranmıştır. Cinsel işlev bozuk tanısına sahip olan bireylerde evlilik doyumunun, evlilik sorunları yaşayan kişilere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır (akt. Akar 2005: 83). Literatürde bu durum “tampon etkisi” ile açıklanmaktadır. Yani yakın ilişkilerin, keder ve acının önüne geçip hastalığın azalmasına ve ruh sağlığını toparlamaya yardımcı olabilmektedir (Argyle 1996: 27).

2. blokta, cinsel yaşam kalitesi değişkeni için beta değerindeki düşüş, yine sosyodemografik değişkenlerle ortak açıklayıcılarının olmasından kaynaklı olarak gerçekleştiği tahmin edilmektedir. Ülkemizde bununla bağlantılı olarak yapılan bir çalışmaya göre, Obesif Kompulsif Bozukluğuna sahip bireylerin, cinsel uyarılma ve orgazmla ilgili sorunları daha fazla yaşadıkları ve cinsellikten çokça kaçındıkları belirlenmiştir (Aksoy 2006: 56). Bir başka çalışmada somatizasyon, depresyon ve öfke-düşmanlığı gibi konuların cinsel doyumla anlamlı düzeyde ilişkili oldukları saptanmıştır. Cinsel işlev bozukluğuna sahip kişilerde, yetersizliğin getirdiği olumsuz düşünceler, kişinin cinsel performansına ve erotik olmayan uyaranlara odaklanmasına yol açarak cinsel işlevi olumsuz etkilediği görülmüştür

(Alpman 2015: 72-76). Bu çalışmalar bize bir tanıya sahip olmanın, bireylerin cinsel yaşamdaki doyumları ve kaliteleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla literatürdeki bulgular, analizin 2. bölüme eklenen tanı bulundurma değişkeninin cinsel yaşam kalitenin beta değerini düşmesi ikisinin ortak açıklayıcılarından kaynaklı olabileceği yorumunu desteklemektedir.

#### 4.2. Öneriler

Bu çalışma psikolojik iyi oluş ile romantik ilişki değişkenlerinin ilişkisi değerlendirmiştir. Psikolojik iyi oluşun çok kapsamlı tanımında görüldüğü üzere öz-kabul, olumlu ilişkiler, özerklik, çevreyi yönetebilme, amaçlı yaşama sahip olma ve kişisel gelişim boyutlarının kombinasyon halinde olduğu belirtmiştir (Ryff 1995: 99). Bu alanlarda zorlukların görülmesi durumunda bir uzmana başvurmak verile bilinecek ilk öneri olarak gösterilebilir.

Çalışmanın demografik verileri belirlenirken dönemin TÜİK gelir düzeylerine göre sınıflandırılma yapılmıştır. Dolayısıyla başka çalışmalarda güncel TÜİK verilerinden yararlanılmalıdır.

Ülkemizde romantik ilişkiler kapsamında yapılan psikolojik iyi oluş çalışmaları, evli veya boşanmış bireylerle sınırlı kalırken, tüm ilişki durumlarının bir arada ele alındığı çalışmalara sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Dolayısıyla bu alandaki eksiklik giderilmesiyle alanın zenginleştirileceği düşünülmektedir.

Tutkulu aşk ölçeği Türkiye’de bu çalışmayla ilk kez kullanılmıştır ve romantik ilişkilerde yakınlık ölçeği ilk kez yetişkinlerde kullanılmıştır. Dolayısıyla tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık konularının daha ayrıntılı araştırılması gereken konular olduğu görülmüştür.

Çalışmaya, menopoz etkisinin karıştırıcı değişken olmaması için 45 yaş üstü bireyler dahil edilmemiştir. 45 yaş üstü kadın örnekleme için ayrıca bir çalışma yapılması gerektiği öngörülmüştür. Böylece bu örneklem için literatüre kazandırılan kapsamlı sonuçlar olacaktır.

Kadınların ilişkilerini sürdürmelerinde, yatırımları, bağlanımları, doyumları ve seçeneklerin niteliğini değerlendirmeleri etkili olduğu bilinmektedir. Ancak bunlardan sadece ilişkide doyumunun psikolojik iyi oluşu yordadığı bulunmuştur. Dolayısıyla ilişki doyumuna yönelik yapılacak çift atölyeleri ve danışmanlık çalışmalarıyla, kadınların psikolojik iyi oluşlarının sürmesine katkı sağlayabilir.

Kadınlarda cinsel yaşam kalitesi psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olması, cinsel yaşamın önemini göstermektedir. Dolayısıyla cinsel açıdan aktif olan/olmayan kadınlara eğitim kurumları, aile sağlık ocakları, medya gibi alanlarından konuyla ilgili bilgilendirme ve eğitim yapılmalıdır. Tüm bunlar kadınların kaliteli bir cinsel yaşamın oluşmasına yardımcı olup psikolojik iyi oluşlarına katkı sağlayacaktır.

Mevcut çalışma, çift ve yetişkinlere psikolojik destek veren uzmanlara kadınların iyi oluşları ve ilişkili değişkenlerle ilgili ışık tutacağı düşünülmektedir.

Özellikle gün geçtikçe, ev içi ve kadına yönelik şiddet konularında artışların, benzer çalışmaların daha sık yapılması gerektiğini göstermektedir. Konuyla ilgili araştırma sonuçlar değerlendirerek gerekli faaliyetlerin başlatılması sağlanabilir.

Romantik ilişkisi bulunan kadınların psikolojik iyi oluşlar; çocuk sayısı, gelir, ilişki süresi ve durumuna göre farklılaştığı bulgusuna varılmıştır. Bu bulgu özelinde kadın topluluklarına ulaşarak özel hayat planlama destekleri sağlanabilir.

Bu çalışma nicel bir çalışmadır. Gelecekte, araştırmacılar aynı çalışmanın etkisini test etmek için romantik ilişkisi bulunan kadınlarla nitel araştırmalar yapabilirler.

Romantik ilişki, psikolojik iyi oluş, empati, cinsellik, ilişki istikrarı, aşk, yakınlık konulu bu çalışma kadın ruh sağlığı ile ilgilidir. Dolayısıyla tüm bulgular danışmanlık psikolojisi, aile sosyolojisi, sosyal psikoloji, çift terapisi, gibi alanlarda çalışan uzman araştırmacılara çalışmalarında katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 5. BÖLÜM

### 5.1. Sonuç

Bu çalışmada romantik ilişkide bulunan kadınların psikolojik iyi oluş düzeyin yordayıcıları olarak empati, cinsel yaşam kalitesi, ilişki istikrarı, tutkulu aşk ve romantik ilişkilerde yakınlık değişkenlerinin ilişkileri incelenmiştir. Buna göre psikolojik iyi oluş, empati, cinsel yaşam kalitesi, romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu ve bağlanım alt boyutları ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Diğer ölçekler kendi aralarındaki ilişkiler incelendiğinde ise empati için, tutkulu aşk, ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki yatırımı ve bağlanım alt boyutları puanları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsel yaşam kalitesinin diğer değişkenlerden olan romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu ve bağlanım alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki varken ilişki yatırımı alt boyutu ile negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Tutkulu aşk değişkeni için yapılan analiz sonuçları cinsel yaşam kalitesi, romantik ilişkilerde yakınlık, ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu, ilişki yatırımı ve bağlanım boyutlarıyla pozitif yönde bir ilişkiye sahipken seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutuyla negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Son olarak romantik ilişkilerde yakınlık değişkeni için ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu ile bağlanım alt boyutlarıyla pozitif yönlü ilişkiliyken seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutuyla negatif yönlü ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Yapılan regresyon analiz sonuçlarına göre psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcı etkisi olarak ilişki istikrarı ölçeğinin ilişki doyumu alt boyutu, cinsel yaşam kalitesi ve empati olduğu saptanırken tutkulu aşk, romantik ilişkilerde yakınlık ve ilişki istikrarının ilişki yatırımı, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve bağlanım boyutlarının psikolojik iyi oluşu yordamadığı sonucunda ulaşılmıştır. Hiyerarşik regresyon analiz sonucuna göre psikolojik iyi oluşla anlamlı ölçüde farklılaşan demografik değişkenlerden gelir düzeyi, çocuk sayısı ve tanı alma durumu modele dahil edilerek psikolojik iyi oluşa yordadıkları bulunmuştur. Sosyodemografik değişkenlerden ilişki durumu ve ilişki süresi psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı birer yordayıcı olmadıkları tespit edilmiştir.

Ayrıca demografik verilerden elde edilen analiz sonuçlarına göre psikolojik iyi oluş geçmişte psikiyatrik tanı bulunma, çocuk sayısı, ilişki süresi, ilişki durumu ve gelir açısından farklılaşmıştır. Aynı şekilde diğer değişkenlerde demografik verilerle analize dahil edilmiş ve farklılaşan ve farklılaşmayan sonuçlara ulaşılmıştır.

## KAYNAKÇA

- Abrahamson, I., Hussain, R., Khan, A., & Schofield, M. J. (2012), "What Helps Couples Rebuild Their Relationship After Infidelity?", *Journal of Family Issues*, 33/11: 1494-1519. doi: 10.1177/0192513X11424257
- Acevedo, B. P., Aron, A., Fisher, H. E., Brown, L. L. (2012), "Neural Correlates of Marital Satisfaction and Well-being: Reward, Empathy, and Affect", *Clinical Neuropsychiatry*, 9/1:20-31.
- Acker, M., Davis, M. H. (1992), "Intimacy, Passion and Commitment in Adult Romantic Relationships: A Test of The Triangular Theory of Love", *Journal of Social and Personal Relationships*, 9/1: 21-50. doi: 10.1177/026540759209100
- Acun-Kapikiran, N. (2011), "Focus on Positive and Negative Information as the Mediator of the Relationship between Empathy Tendency Guilty and Psychological Well-Being in University Students", *Educational Sciences: Theory and Practice*, 11/3, 1141-1147.
- Akdağ, F. G., Çankaya, Z. C. (2015), "Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Yordanması", *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11/3. doi: 10.17860/efd.67613
- Akın, A. (2009), Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma ve Öz-duyarlık Üzerindeki Etkisi, Doktora Tezi, Sakarya, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aksoy, U. M. (2006), Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Panik Bozukluğu Hastalarındaki Cinsel İşlev Bozukluklarının Karşılaştırılması, Uzmanlık Tezi, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ord. Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Alakuş, E. (2020). Romantik İlişkilerden Beklentilere Dair Farkındalık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerden Beklentilerine Dair Farkındalıklarının Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Burdur, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Algül, N. (2006), Sanat Tarihinde Mahmut Akok, Doktora Tezi, İstanbul, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Allott, R. (1992), “Evolutionary Aspects of Love and Empathy”. *Journal of Social and Evolutionary Systems*, 15/4: 353-370. doi: 10.1016/1061-7361(92)90023-7
- Alpman, F. (2015). Cinsel Doyum Hangi Psikolojik Boyutlarla İlişkilidir?, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Altıparmak S, Eser E. (2007), 15-49 Yaş Grubu Evli Kadınlarda Yaşam Kalitesi. *Aile ve Toplum*, 3/11: 29-34.
- Alyüz, S. B. A. (2020), “Sosyal Desteğin Birey Yaşamında Önemi ve Sosyal Hizmet”, *Talim*, 4/1:115-134. doi: 10.37344/talim.2020.4
- Amaro, H., Russo, N. F., Johnson, J. (1987), “Family and Work Predictors of Psychological Well-being Among Hispanic Women Professionals”, *Psychology of Women Quarterly*, 11/4: 505-521. doi: 10.1111/j.1471-6402.1987.tb009
- An, J. S., Cooney, T. M. (2006), “Psychological well-being in mid to late life: The role of generativity development and parent–child relationships across the lifespan”, *International Journal of Behavioral Development*, 30/5: 410-421.
- Anlı, G., Akın, A., Şar, A. H., Eker, H. (2015), “Kendini Sabotaj ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki ilişkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” *Electronic Journal of Social Sciences*, 14/54.
- Argyle, M. (1996), *Subjective well-being. In pursuit of the quality of life*, NewYork: Clarendon Press Oxford.
- Arrington, R., Cofrancesco, J., Wu, A. W. (2004), “Questionnaires to Measure Sexual Quality of Life”, *Quality of Life Research*, 13/10: 1643-1658
- Atak, H., & Taştan, N. (2012), “Romantik İlişkiler ve Aşk”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4/4: 520-546. doi: 10.5455/cap.20120431

- Atak, H., Taştan, N. (2012), “Romantik İlişkiler ve Aşk”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4/4: 520-546. doi:10.5455/cap.20120431
- Ateş, M. F. (2021), *COVID-19 Salgını Sürecinde Bireylerin Kaygı ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Sosyodemografik Özellikler, Algılanan Sosyal Destek, Duygusal Düzenleme ve Empati Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Atılğan, I. (2020), *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkiler ile İlgili Akılcı Olmayan İnançlarının Nesne İlişkileri-gerçeği Değerlendirme Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Avcı, Ö. H. (2013), *Evliliğe Hazırlık Programının Çift İlişkileri ve İlişki İstikrarı Üzerindeki Etkisi*, Doktora Tezi, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Avis, N. E., Stellato, R., Crawford, S., Johannes, C., Longcope, C. (2000), “Is There an Association Between Menopause Status and Sexual Functioning?”, *MENOPAUSE-NEW YORK-*, 7/5: 297-309. doi: 10.1097/00042192-200007050-00004
- Ayçiçek, V. (2020), *Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Algısı, Psikolojik İyi Oluş ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydemir, E. (2021), *Geç Ergenlik Döneminde Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar ve Öz Yeterlik*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aydoğan, G. (2021), *Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Psikolojik İyi Oluş, Eş Desteği, Bilinçli Farkındalık Düzeyleri ve Bazı Kişisel Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Azizoğlu-Binici, S., Hovardaoğlu, S. (1996), “Evlilik için Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği'nin (EKDÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 11/38: 66-76.
- Basson, R. (2005), Women's Sexual Dysfunction: Revised and Expanded Definitions. *Cmaj*, 172/10: 1327-1333. doi: 10.1503/cmaj.1020174

- Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995), *Interpersonal Devellopment* (1. Edition), London: Routledge.
- Bergman, K., Rubio, R. J., Green, R. J., Padrón, E. (2010), “Gay Men Who Become Fathers via Surrogacy: The Transition to Parenthood”, *Journal of GLBT Family Studies*, 6/2: 111-141. doi: 10.1080/15504281003704942
- Berne, E. (1964), *Games People Play*. New York: Franklin Watts. Inc., Publishers.
- Beydoğan T. B., Curun, F. (2016), “Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Bireysel Farklılıklar: Özgünlük, Benlik Saygısı ve Sürekli Kaygı”, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5/4: 1-13.
- Birnie-Porter, C., Hunt, M. (2015), “Does Relationship Status Matter For Sexual Satisfaction? The Roles of Intimacy and Attachment Avoidance in Sexual Satisfaction Across Five Types of Ongoing Sexual Relationships”, *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 24/2: 174-183. doi: 10.3138/cjhs.242-A5
- Biss, W. J., Horne, S. G. (2005), “Sexual Satisfaction as More Than a Gendered Concept: The Roles of Psychological Well-being and Sexual Orientation”, *Journal of Constructivist Psychology*, 18/1: 25-38. doi: 10.1080/10720530590523044
- Bourgault, P., Lavoie, S., Paul-Savoie, E., Grégoire, M., Michaud, C., Gosselin, E., Johnston, C. C. (2015), “Relationship Between Empathy and Well-being Among Emergency Nurses”, *Journal of Emergency Nursing*, 41/4: 323-328. doi: 10.1016/j.jen.2014.10.001
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-being*, Chicago: Adline Publishing Company.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R., Fincham, F. D. (2010), “Romantic Relationships and The Physical and Mental Health of College Students”, *Personal Relationships*, 17/1: 1-12. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x
- Braithwaite, S., Holt-Lunstad, J. (2017), “Romantic Relationships and Mental Health”, *Current Opinion in Psychology*, 13: 120-125. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.04.001



- Breggin, P. R. (1999), "Empathic Self-transformation and Love in Individual and Family Therapy", *The Humanistic Psychologist*, 27/3: 267-282. doi: 10.1080/08873267.1999.9986910
- Brown, S. L. (2000), "The effect of Union Type on Psychological Well-being: Depression Among Cohabitors versus Marrieds", *Journal of Health and Social Behavior*, 241-255. doi: 10.2307/2676319
- Buchheimer, A. (1963), "The Development of Ideas About Empathy", *Journal of Counseling Psychology*, 10/1: 61. doi: 10.1037/h0042088
- Buss, D. M. (1985), "Human Mate Selection: Opposites Are Sometimes Said To Attract, But In Fact We Are Likely To Marry Someone Who Is Similar To Us In Almost Every Variable", *American Scientist*, 73/1: 47-51.
- Buss, D. M. (1988), "The Evolution of Human Intrasexual Competition: Tactics of Mate Attraction", *Journal of Personality and Social Psychology*, 54/4: 616. doi: 10.1037/0022-3514.54.4.616
- Büyükşahin S. A., Hasta, D., Hovardaoğlu, S. (2005), "İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ): Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması", *Türk Psikoloji Yazıları*, 8/16: 25-35.
- Büyükşahin, A. (2006), Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi, Doktora Tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Büyükşahin, A., Hovardaoğlu, S. (2004), "Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi", *Türk Psikoloji Dergisi*, 19/54: 59-75.
- Campbell, W. K., Sedikides, C., Bosson, J. (1994), "Romantic Involvement, Self-discrepancy, and Psychological Well-being: A Preliminary Investigation", *Personal Relationships*, 1/4: 399-404. doi: 10.1111/j.1475-6811.1994.tb00073.x
- Can, F., Hovardaoğlu, S. (2015), "Romantik İlişkilerde Sosyal Ağ Etkileri", *Nesne-Psikoloji Dergisi*, 5: 43-65. doi: 10.7816/n

- Caplan, S. E. (2003). "Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-being", *Communication Research*, 30/6: 625-648. doi: 10.1177/0093650203257842
- Carnicer, J. G., Calderón, C. (2014), "Empathy and Coping Strategies as Predictors of Well-being in Spanish University Students", *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12/1: 129-146. doi: 10.14204/ejrep.32.13117
- Cenkseven, F., Akbaş, T. (2007), "Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi", *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3/27: 43-65.
- Choi, D., Minote, N., Sekiya, T., Watanuki, S. (2016), "Relationships Between Trait Empathy and Psychological Well-being in Japanese University Students", *Psychology*, 7/09: 1240. doi: [10.4236/psych.2016.79126](https://doi.org/10.4236/psych.2016.79126)
- Clark, M. S., Reis, H. T. (1988), "Interpersonal Processes in Close Relationships". *Annual Review of Psychology*, 39/1: 609-672. doi: 10.1146/annurev.ps.39.020188.003141
- Collins, W. A., Welsh, D. P., Furman, W. (2009), "Adolescent Romantic Relationships", *Annual Review of Psychology*, 60: 631-652. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163459.
- Coşkun, H., (Ed.), (2013), *Sosyal Psikoloji*, İstanbul:Lisans Yayıncılık
- Çaykuş, E. T. (2020), İlişki istikrarı: İlişkilerde Güç Algısı, İlişkisel Alçakgönüllülük ve Romantik İlişkilerde Obsesyon ve Kompulsiyon İlişkilerinin İncelenmesi. Doktora Tezi, Eskişehir, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çelebi, B. M., Polat, A. (2019), "Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantıların, Yetişkin Bağlanma Stilllerinin ve Psikolojik İyi Oluşun Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisi", *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5/1: 29-34.
- Çoban, Y. (2021), "Öz-Şefkat ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1/2: 128-139.

- Darling, C. A., Davidson, J. K., Cox, R. P. (1991), "Female Sexual Response and The Timing of Partner Orgasm", *Journal of Sex & Marital Therapy*, 17/1: 3-21. doi: 10.1080/00926239108405464
- Daş, M. (2019), Evli Bireylerin Evlilikte Uyum ve Eş Destek Düzeyleri ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Davison, S. L., Bell, R. J., LaChina, M., Holden, S. L., Davis, S. R. (2009), "Psychology: The Relationship Between Self-Reported Sexual Satisfaction and General Well-being in Women", *The journal of sexual medicine*, 6/10: 2690-2697. doi: 10.1111/j.1743-6109.2009.01406.x
- Debrot, A., Schoebi, D., Perez, M., Horn, A. B. (2013), "Touch As An Interpersonal Emotion Regulation Process in Couples' Daily Lives: The mediating Role of Psychological Intimacy", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39/10: 1373-1385. doi: 10.1177/0146167213497592
- DeLongis, A., Zwickler, A. (2017), "Marital Satisfaction and Divorce in Couples in Stepfamilies", *Current opinion in psychology*, 13: 158-161. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.11.003
- Diener, E., Wirtz, D., Diener, B. R., Tov, W., Prieto, K. C., Choi, D. W., Oishi, S. (2009), "New Measures of Well-being. In *Assessing Well-being*", Michalos, A. (Ed.), *Social Indicators Research Series*, Dordrecht: Springer: 247-266.
- Doğan, T. (2012), "Sağlıklı Duygusal İlişkiler Geliştirmede Psikodramanın Rolü: Bir Olgu Sunumu", *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4/37: 49-60.
- Doğan, T., Tugut, N., Gölbaşı, Z. (2013), "The Relationship Between Sexual Quality of Life, Happiness, and Satisfaction With Life in Married Turkish Women", *Sexuality and Disability*, 31/3: 239-247. doi: 10.1007/s11195-013-9302-z
- Doyle, D. M., Molix, L. (2014), "Love on the Margins", *Social Psychological and Personality Science*, 5/1: 102-110. doi:10.1177/1948550613486677

- Dökmen, Ü. (1988), “Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi ve Psikodrama ile Geliştirilmesi”. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 21/1: 155-190. doi: 10.1501/Egifak\_0000000999
- Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., Verette, J. (1999), “Level Of Commitment, Mutuality Of Commitment, and Couple Well-being”, *Personal Relationships*, 6/3: 389-409. doi: [10.1111/j.1475-6811.1999.tb00199.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00199.x)
- Dundon, C. M., Rellini, A. H. (2010), “More Than Sexual Function: Predictors Of Sexual Satisfaction İn A Sample Of Women Age 40–70”, *The journal of sexual medicine*, 7/2: 896-904. doi: 10.1111/j.1743-6109.2009.01557.x
- Duygu, B. (2009) Yaakın İlişkilerde İstikrar: Bağlanma Stillerive Toplumsal Cinsiyet Rollerini Açısından Bir Karşılaştırma, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eisenberg, N., Strayer, J. (Ed.). (1990), *Empathy And Its Development*, Cambridge: Archive.
- Eker, E. (2019). Romantik Çiftlerde Öznel Partner Affediciliğinin İlişki İstikrarına Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eng, W., Coles, M. E., Heimberg, R. G., Safren, S. A. (2005), “Domains Of Life Satisfaction İn Social Anxiety Disorder: Relation To Symptoms And Response To Cognitive Behavioral Therapy”, *Journal of Anxiety Disorder*, 19/2: 143-156.
- Ercan, H. (2019), “Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği Geliştirme Çalışması”, *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11/18: 205-231. doi: 10.26466/opus.527066
- Erdem, Ş., Kabasakal, Z. (2015), “Psikolojik İyi Olma ve Yetişkin Bağlanma Boyutları”, *Eğitim ve Öğretim Araştırma Dergisi*, 4/1: 82- 90.
- Eroğlu, F., Parlar, H. (2018), “Evli Kadın ve Erkeklerde Psikolojik İyi Oluşun Ebeveyn Tutumuna Etkisinin İncelenmesi”, *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17/33: 89-101.
- Ersoy, E., Köşger, F. (2016), “Empati: Tanımı ve Önemi/Empathy: Definition And Its Importance”, *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38/2: 9-17. doi: 10.20515/otd.33993

- Ertürk, A., Kara, S. B. K., Güneş, D. Z. (2016), “Duygusal Emek ve Psikolojik İyi Oluş: Bir Yordayıcı Olarak Yönetmel Destek Algısı”, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16/4: 1723-1744.
- Eryılmaz, A., Ercan, L. (2010), “Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma ve Başa Çıkma”, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23/2: 381-397.
- Esch, T., Stefano, G. B. (2005), “Love Promotes Health”, *Neuroendocrinology Letters*, 26/3: 264-267.
- Esen, E., Soylu, Y., Siyez, D. M., Demirgürz, G. (2017), “Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Algısının Toplumsal Cinsiyet Rolü ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi”, *International Journal of Educational Research*, 8/1:46-63. doi: 10.19160/5000197327
- Etikan, I., Bala, K. (2017), “Sampling and Sampling Methods”, *Biom Biostat Int J*. 5/6:215-217. doi: 10.15406/bbij.2017.05.00149
- Feeney, J. A., Karantzas, G. C. (2017), “Couple Conflict: Insights From An Attachment Perspective”, *Current Opinion In Psychology*,13: 60-64. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.04.017
- Fehr, B. (1988), “Prototype Analysis Of The Concepts Of Love And Commitment”, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 55/4: 557. doi: 10.1037/0022-3514.55.4.557
- Fraley, R. C., Shaver, P. R. (2000), “Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions”, *Review of General Psychology*, 4/2: 132-154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.13>
- Furman, W., Wehner, E. (1997), “Adolescent Romantic Relationships: A Developmental Perspective”, *New Directions For Child Development*, 78: 21- 36.
- Gao, G. (2001), “Intimacy, Passion, And Commitment In Chinese And US American Romantic Relationships”, *International Journal Of Intercultural Relations*, 25/3: 329-342. doi: 10.1016/S0147-1767(01)00007-4
- Gazzaniga, M. S. (2000), *Human-The Science Behind What Makes Us Unique*.

- Gizir, C. (2012), “İlişki İnançları Ölçeği’nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları”, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8/2: 37-45.
- Godbout, N., Daspe, M. È., Lussier, Y., Sabourin, S., Dutton, D., Hébert, M. (2017), “Early Exposure To Violence, Relationship Violence, And Relationship Satisfaction In Adolescents And Emerging Adults: The Role Of Romantic Attachment”, *Psychological trauma: Theory, Research, Practice, And Policy*, 9/2: 127. doi: 10.1037/tra0000136
- Gove, W. R., Hughes, M., Style, C. B. (1983), “Does Marriage Have Positive Effects On The Psychological Well-being Of The Individual?”, *Journal of Health and Social Behavior*, 24/2: 122-131.
- Greeff, A. P., Malherbe, H. L. (2001), “Intimacy And Marital Satisfaction In Spouses”, *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 27/3: 247-257. doi: 10.1080/009262301750257100
- Greenberg, L. S., Elliott, R., Watson, J. C., Bohart, A. C. (2001), “Empathy”, *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38/4: 380. doi: 10.1037/0033-3204.38.4.380
- Gülsün, M., Ak, M., Bozkurt, A. (2009), “Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1/1: 68-79.
- Gürbüz, S., Şahin, F. (2018), *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Seçkin Yayınları.
- Gürkan, U., Gür, S. (2019), “Genç Yetişkinlerde Mental İyi Oluş Düzeyinin Depresyonla İlişkisinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6/6: 516-536.
- Haavio-Mannila, E., Kontula, O. (1997), “Correlates Of Increased Sexual Satisfaction”, *Archives Of Sexual Behavior*, 26/4: 399-419. doi: 10.1023/A:1024591318836
- Hasan, F. S. H. (2019), Development Of Empathy Scale: A Study Of Validity And Reliability, Yüksek Lisans Tezi, Van, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Hatfield, E. (1982), “Passionate Love, Companionate Love, And Intimacy”, Fisher, M., Stricker G. (Ed.), *Intimacy*, Springer: 267- 292

- Hatfield, E., Rapson, R. (1993), "Love And Attachment Processes", Lewis, M., Haviland, J. M. (Eds.), *Handbook Of Emotions*, The Guilford Press: 595-604.
- Hatfield, E., Rapson, R. L. (1996), "Stress And Passionate Love", Spielberger, C. D., Sarason, Irwin G. S. (Eds.), *Stress And Emotion: Anxiety, Anger, And Curiosity*, Taylor& Francis: 29-50.
- Hatfield, E., Rapson, R. L., Martel, L. D. (2007), "Passionate Love And Sexual Desire", Kitayama, S., Cohen, D. (Eds.), *Handbook Of Cultural Psychology*, The Guilford Press: 760-779.
- Hatfield, E., Sprecher, S. (1986), Measuring Passionate Love In Intimate Relationships. *Journal Of Adolescence*, 9/4: 383-410. doi: 10.1016/S0140-1971(86)80043-4
- Hawkins, D. N., Booth, A. (2005), "Unhappily Ever After: Effects Of Long-term, Low-quality Marriages On Well-being", *Social Forces*, 84/1: 451-471. doi: 10.1353/sof.2005.0103
- Hobfoll, S. E., Leiberian, J. R. (1989), "Effects Of Mastery And Intimacy On Anxiety Following Pregnancy: For Whom Is Support Supportive And From Whom?", *Anxiety Research*, 1/4: 327-341. doi: 10.1080/08917778908248729
- Hoffman, M. L. (1978), "Toward A Theory Of Empathic Arousal And Development", Lewis, M., Rosenblum, L. A., In *The Development Of Affect*, Boston: Springer: 227-256.
- Holland, K. J., Lee, J. W., Marshak, H. H., Martin, L. R. (2016), "Spiritual Intimacy, Marital Intimacy, And Physical/Psychological Well-being: Spiritual Meaning As A Mediator", *Psychology Of Religion And Spirituality*, 8/3: 218. doi: 10.1037/rel0000062
- Holmberg, D., Blair, K.L., Phillips M. (2010), "Women's Sexual Satisfaction As A Predictor of Well-Being In Same-Sex Versus Mixed-Sex Relationships", *Journal of Sex Research*, 47/1: 1–11. doi:10.1080/00224490902898710
- Howe, D. (2012), *Empathy: What It Is And Why It Matters*. Houndmills:Macmillan.
- Hüsrevoğlu, M. (2019), Psikolojik İyi Oluş ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Işık, R., Sakallı, N. (2009), “Namus ve Namus Adına Kadına Uygulanan Şiddete İlişkin Tutumlar Ölçeklerinin Geliştirilmesi, *Türk Psikoloji Yazıları*, 24/12: 1-12.
- İncesu, C. (2004), “Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları”, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7/3: 3-13.
- Jalili, L., Najar, S., Chegini, N. S., Yarializadeh, M. (2017), The Relationship Between Factors Related To Divorce Request And Mental Health Among Divorce Applicant Women Referred To Legal Medicine Organization In Ahvaz, Iran. *Journal Of Family & Reproductive Health*, 11/3: 128-137
- Johnson, H. D., Kent, A., Yale, E. (2012), “Examination Of Identity And Romantic Relationship Intimacy Associations With Well-being In Emerging Adulthood”, *Identity*, 12/4: 296-319. Doi: 10.1080/15283488.2012.716381
- Kadıoğlu, H., Yıldız, A. (2007), Yetişkin ve Akran Liderli Cinsel Eğitimin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Cinsellikle İlgili Bilgi ve Tutumları Üzerindeki Etkileri, Doktora Tezi, İstanbul, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kalleberg, A. L., Loscocco, K. A. (1983), “Aging, Values, and Rewards: Explaining Age Differences in Job Satisfaction”, *American Sociological Review*, 48/1: 78-90. doi.org/10.2307/2095146
- Kansky, J. (2018), “What’s Love Got To Do With It? Romantic Relationships And Well-being”, *Diener, E., Oishi, S., Tay, L., (Eds.), Handbook Of Well-being Salt Lake City: DEF Publishers: 1-24.*
- Kaplan, G. A., Shema, S. J., Leite, C. M. A. (2008), “Socioeconomic Determinants Of Psychological Well-being: The Role Of Income, Income Change, And Income Sources During The Course Of 29 Years”, *Annals Of Epidemiology*, 18/7: 531-537. Doi:10.1016/j.annepidem.2008.03.006
- Kaplan, H. S. (2013), *New Sex Therapy: Active Treatment Of Sexual Dysfunctions*. New York: Routledge.
- Karlsberg, J. A., Karlsberg, R. C. (1994), “The Affectionate Bond: The Goal Of Couple-Centered Therapy”, *Journal Of Humanistic Psychology*, 34/1: 132-141. doi: 10.1177/002216789403410



- Kaya, Ö. S. (2018), “Romantik İlişkilerde Problem Çözme Becerilerinin Empati ve Mental İyi Oluş Açısından İncelenmesi”, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 1: 62-72.
- Kayır A. (1998), Cinsellik Kavramı ve Cinsel Mitler. Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi, 1: 30-35
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., Ryff, C. D. (2002), “Optimizing Well-being: The Empirical Encounter Of Two Traditions”, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 82/6: 1007. doi: 10.1037/0022-3514.82.6.1007
- Khajeh, A., Baharloo, G., Soliemani, F. (2014), “The Relationship Between Psychological Well-being And Empathy Quotient”, *Management Science Letters*, 4/6: 1211-1214.
- Kılıç, B. (2020), Romantik İlişkilerde Psikolojik İyi Oluş ve İlişki Boyutları Üzerine Bir İnceleme. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10/2: 401-417.
- Kışlak, Ş. T., Çabukça, F. (2002), Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu İle İlişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5/5:
- Kim, H. K., Mckenry, P. C. (2002), “The Relationship Between Marriage And Psychological Well-being: A Longitudinal Analysis”, *Journal Of Family Issues*, 23/8: 885-991. Doi: 10.1177/019251302237296
- Kim, H. Y. (2015), “Comparisons Of Depression, Marital Intimacy, Sexual Function And Quality Of Life In Sexual Active Or Inactive Groups Of Post-menopausal Married Women”, *Journal Of Korean Academy Of Fundamentals of Nursing*, 22/3: 258-267. doi: 10.7739/jkafn.2015.22.3.258
- Kim, M. H., Choi, Y. S. (2007), The Effects Of Marital Communication And Marital Intimacy On Psychological Well-being Among Middle-aged Married Men And Women. *Journal Of Families And Better Life*, 25/3: 1-23.
- Korkmaz, K. (2020), Romantik İlişkilerde İlişki Doyumu ve Yatırımı: Çatışma Çözme ve Öz-duyarlığın Rolü, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Köseoğlu, E. (2021), Evli Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü.
- Kurt, A. A. (Ed.), (2013), *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Lampis, J., De Simone, S., Belous, C. K. (2021), “Relationship Satisfaction, Social Support, And Psychological Well-being In A Sample Of Italian Lesbian And Gay Individuals”, *Journal Of GLBT Family Studies*, 17/1: 49-62. doi: 10.1080/1550428X.2020.1724844
- Le, B., Agnew, C. R. (2003), “Commitment And Its Theorized Determinants: A Meta-analysis Of The Investment Model”, *Personal Relationships*, 10/1: 37-57. doi: 10.1111/1475-6811.00035
- Lee, J. A. (1977), “A Typology Of Styles Of Loving”, *Personality And Social Psychology Bulletin*, 3/2: 173-182. doi: 10.1177/01461672770030020
- Lehmiller, J. J., Agnew, C. R. (2007), “Perceived Marginalization And The Prediction Of Romantic Relationship Stability”, *Journal Of Marriage And Family*, 69/4: 1036-1049. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00429.x
- Levin, R. J. (2007), “Sexual activity, health and well-being—the beneficial roles of coitus and masturbation”, *Sexual and relationship therapy*, 22/1: 135-148. doi: 10.1080/14681990601149197
- Mace, D. R., Bannerman, R. H., Burton, J. (Eds.) (1974), *World Health Organization: The Teaching Of Human Sexuality In Schools For Health Professionals*. Geneva.
- Madi, B. (2009), *Aşk ve Beyin* (1. Baskı), İstanbul: GOA Basın Yayın.
- Maharramova, E., Kumcağız, H. (2021), “Evli Kadınların Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Etkileyen Faktörler: Türkiye-Azerbaycan Karşılaştırması”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İnsan Bilimleri Dergisi*, 2/1: 29-47. doi: 10.51533/insanbilimleri.934313

- Maisel, N. C., Karney, B. R. (2012), "Socioeconomic Status Moderates Associations Among Stressful Events, Mental Health, And Relationship Satisfaction", *Journal Of Family Psychology*, 26/4: 654. doi:10.1037/a0028901
- Margelisch, K., Schneewind, K. A., Violette, J., Perrig-Chiello, P. (2017), "Marital Stability, Satisfaction And Well-being In Old Age: Variability And Continuity In Long-term Continuously Married Older Persons", *Aging & mental Health*, 21/4: 389-398. doi: 10.1080/13607863.2015.1102197
- Marks, N., Shah, H. (2004), "A Well-being Manifesto For A Flourishing Society", *Journal Of Public Mental Health*. doi:10.1108/17465729200400023
- Markstrom, C. A., Kalmanir, H. M. (2001), "Linkages Between The Psychosocial Stages of Identity and Intimacy and The Ego Strengths of Fidelity and Love", *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 1/2: 179-196.
- McDonald, N. M., Messinger, D. S. (2011), "The Development Of Empathy: How, When, And Why. Moral Behavior And Free Will", *A Neurobiological And Philosophical Approach*, 333-359.
- McGinn, M. M., Hoerster, K. D., Stryczek, K. C., Malte, C. A., Jakupcak, M. (2017), "Relationship Satisfaction, PTSD Symptom Severity, And Mental Healthcare Utilization Among OEF/OIF Veterans", *Journal of Family Psychology*, 31/1: 111. doi: 10.1037/fam0000224
- Montag, C., Gallinat, J., Heinz, A. (2008), "Theodor Lipps And The Concept Of Empathy: 1851–1914", *American Journal Of Psychiatry*, 165/10: 1261-1261. doi: 10.1176/appi.ajp.2008.07081283
- Montgomery, M. J. (2005), "Psychosocial Intimacy and Identity: From Early Adolescence to Emerging Adulthood", *Journal of Adolescent Research*, 20/3: 346–374. doi:10.1177/0743558404273118
- Moss, B. F., Schwebel, A. I. (1993), "Defining Intimacy In Romantic Relationships", *Family Relations*, 31-37. doi.org/10.2307/584918

- Nathawat, S. S., Mathur, A. (1993), “Marital Adjustment and Subjective Well-being in Indian-Educated Housewives and Working Women”, *The Journal of Psychology*, 127/3: 353-358.
- Neff, K. D. (2003), “Self-compassion: An Alternative Conceptualization Of A Healthy Attitude Toward Oneself”, *Self And Identity*, 2: 81-101. doi: 10.1080/15298860309032
- O’Conner, L.E., Regan, R.K., Berry, J.W., Stiver, D.J., Hanson, R., Ark, W., Li, T. (2015), “Empathy, Compassionate Altruism And Psychological Well-being In Contemplative Practitioners Across Five Traditions”. *Psychology*, 6/8: 989-1000. doi: 10.4236/psych.2015.68096.
- Okutan, N., Büyüksahin S., A. (2010), “Romantik İlişkilerde Bağlanım: Dindarlık Algisi ve Romantik İlişkilerle İlgili Kalipyargılar”, *Türk Psikoloji Yazıları*, 13/26: 80.
- Otis, M. D., Riggle, E. D., Rostosky, S. S. (2006), “Impact Of Mental Health On Perceptions Of Relationship Satisfaction And Quality Among Female Same-sex Couples”, *Journal Of Lesbian Studies*, 10/1-2: 267-283. doi: 10.1300/J155v10n01\_14
- Özbek, M. (2005), “İnsan İlişkilerinde Empatinin Yeri ve Önemi”. In *Journal Of Social Policy Conferences*, 49: 567-587.
- Özbek, M. (2016), Evli Bireylerde Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşlarının Çeşitli Değişkenlerle İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özel, B. (2021), Romantik İlişki doyumunun Yordayıcıları Olarak Öz Anlayış ve Duygusal Zekanın İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özgüngör, S., Kapikiran, N. A. (2011), “Erikson’un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ölçeklerinin Türk Kültürüne Uygunluğunun Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi: Ön Bulgular”. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4/36: 114-126.
- Özsolak, A. (2022), Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki İstikrarının Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Benlik Değişimi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Öztürk, C. Ş., Arkar, H. (2014), “Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler”, *Literatür ve Sempozyum*, 1/3: 16-24.
- Pala, A. (2008), Öğretmen Adaylarının Empati Kurma Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23/23: 13-23.
- Peterson, C., Seligman, M. E. (2004), *Character Strengths And Virtues: A Handbook And Classification* (Vol. 1), New York: Oxford University Press.
- Prager, K. J. (1997), *The Psychology Of Intimacy*. New York: The Guilford Press.
- Prager, K. J., Shirvani, F. K., Garcia, J. J., Coles, M. (2013), Intimacy And Positive Psychology, Hojjat, M., Cramer D. (Eds.), *Pozitive Psychology Of Love, Oxford Academic*:16-29.
- Ramlakhan, N. E. (2017), Emotion And Morality: Understanding The Role Of Empathy And Other Specific Emotions In Moral Judgment And Moral Behaviour, Doctoral Thesis, Ontario, Carleton University Cognitive Science.
- Rampage, C. (1994), “Power, Gender, And Marital Intimacy”, *Journal Of Family Therapy*, 16/1: 125-137. doi: 10.1111/j.1467-6427.1994.00783.x
- Reis, H. T. (1990), The Role Of Intimacy In Interpersonal Relations. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 9/1: 15-30. doi: 10.1521/jscp.1990.9.1.15
- Reis, H. T., Arriaga, X. B. (2015), “Interdependence Theory And Related Theories”, *Theory And Explanation In Social Psychology*, 305-327.
- Rıza, S. Ö. (2016), Evli Bireylerin Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Psikolojik İyi Oluşları ve Evlilik Doyumları ile İlişkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Roberson, P. N., Norona, J. C., Lenger, K. A., Olmstead, S. B. (2018), “How Do Relationship Stability And Quality Affect Wellbeing?: Romantic Relationship Trajectories, Depressive Symptoms, And Life Satisfaction Across 30 Years”, *Journal Of Child And Family Studies*, 27/7: 2171-2184. doi: 10.1007/s10826-018-1052-1

- Rogers, C. (1958), "A Process Conception Of Psychotherapy", *American Psychologist*, 13/4: 142-149. doi: 10.1037/h0042129
- Rogers, C. R. (1975), "Empathic: An Unappreciated Way Of Being", *The Counseling Psychologist*, 5/2: 2-10. doi: 10.1177/001100007500500202
- Rogers, C. R., Akkoyun, F. (1983), "Empatik Olmak, Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir", *Ankara University Journal Of Faculty Of Educational Sciences*, 16/1: 103-124. doi: 10.1501/Egifak\_00000000929
- Roothman, B., Kirsten, D. K., Wissing, M. P. (2003), "Gender Differences In Aspects Of Psychological Well-being", *South African Journal Of Psychology*, 33/4: 212-218. doi: 10.1177/008124630303300403
- Rosen, R. C., Barsky, J. L. (2006), "Normal Sexual Response In Women", *Obstetrics And Gynecology Clinics*, 33/4: 515-526. doi: 10.1016/j.ogc.2006.09.005
- Rotenberg, K. J., Schaut, G. B., O'Connor, B. P. (1993), "The Roles of Identity Development and Psychosocial Intimacy in Marital Success", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12/2: 198-217.
- Rubin, Z. (1970), "Measurement Of Romantic Love", *Journal Of Personality And Social Psychology*, 16/2: 265. doi: 10.1037/h0029841
- Rusbult C.E., Wieselquist J., Foster C.A., Witcher B.S. (1999), Commitment And Trust In Close Relationships. In: Adams J.M., Jones W.H. (Eds.), *Handbook Of Interpersonal Commitment And Relationship Stability. Perspectives On Individual Difference*, Boston: Springer: 427-449.
- Rusbult, C. E. (1980), "Commitment And Satisfaction In Romantic Associations: A Test Of The Investment Model", *Journal Of Experimental Social Psychology*, 16/2: 172-186. doi: 10.1016/0022-1031(80)90007-4
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., Agnew, C. R. (1998), "The Investment Model Scale: Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality Of Alternatives, And Investment Size", *Personal Relationships*, 5/4: 357-387. doi: 10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x

- Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M., Gunn, L. K. (1982), "Exit, Voice, Loyalty, And Neglect: Responses To Dissatisfaction In Romantic Involvements", *Journal Of Personality And Social Psychology*, 43/6: 1230. doi: 10.1037/0022-3514.43.6.1230
- Ryff, C. D. (1989), "Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-being", *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57/6: 1069. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D. (1995), "Psychological Well-being In Adult Life", *Current Directions In Psychological Science*, 4/4: 99-104. Doi: 10.1111/1467-8721.ep10772395
- Ryff, C. D. (2014), "Psychological Well-being Revisited: Advances In The Science And Practice Of Eudaimonia", *Psychotherapy And Psychosomatics*, 83/1: 10-28. doi: 10.1159/000353263
- Ryff, C. D., Singer, B. (1996), "Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research", *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65/1:, 14-23. doi:10.1159/000289026
- Salam, M. A. (2017), "Effects Of Psychological Capital On Job Satisfaction And Turnover Intention: Thai Higher Education Perspective", *Journal Of Asia Pacific Studies*, 4/3: 203-218.
- Saraç, A., Hamamcı, Z., Güçray, S. (2015), Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması. *Turkish Psychological Counseling And Guidance Journal*, 5/43: 69-81.
- Schopenhauer, A. (2009), *Aşka ve Kadınlara Dair-Aşkın Metafiziği*, (Çev. A. Aydoğan), İstanbul: Say Yayınları.
- Sev'er, A., Yurdakul, G. (2001), "Culture Of Honor, Culture Of Change: A Feminist Analysis Of Honor Killings In Rural Turkey", *Violence Against Women*, 7/9: 964-998. doi: 10.1177/1077801012218286
- Singh, T. K., Dhingra, A. (2014), "Relationship Of Love, Affect And Wellbeing", *International Journal Of Indian Psychology*, 2/1: doi: 10.1.1.686.2116
- Smith, A. (2006), "Cognitive Empathy And Emotional Empathy In Human Behavior And Evolution", *The Psychological Record*, 56/1: 3-21. doi: 10.1111/ap.12099

- Southard, N. Z., Keller, J. (2009), The Importance Of Assessing Sexuality: A Patient Perspective. *Clinical Journal Of Oncology Nursing*, 13/2: 213-217. doi: 10.1188/09.CJON.213-217
- Sprecher, S. (2002), “Sexual Satisfaction In Premarital Relationships: Associations With Satisfaction, Love, Commitment, And Stability. *Journal Of Sex Research*”, 39/3: 190-196. doi: 10.1080/00224490209552141
- Sproesser, E., Viana, M. A., Quagliato, E. M., de Souza, E. A. P. (2010), “The Effect Of Psychotherapy In Patients With PD: A Controlled Study”, *Parkinsonism & Related Disorders*, 16/4: 298-300. doi: 10.1016/j.parkreldis.2009.08.008
- 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. Doi:10.1016/S0191-8869(02)00124-1
- Sternberg R. J., Weis K. (Ed.), (2006), *The Evolution of Love. The New Psychology of Love*, New York: Yale University Press.
- Sternberg, R. J. (1986), “A Triangular Theory Of Love”, *Psychological Review*, 93/2: 119-135. doi: 10.1037/0033-295X.93.2.119
- Sternberg, R. J., Grajek, S. (1984), “The Nature Of Love”, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 47/2: 312-329. doi: 10.1037/0022-3514.47.2.312
- Strauss, G. P., Sandt, A. R., Catalano, L. T., Allen, D. N. (2012), “Negative Symptoms And Depression Predict Lower Psychological Well-being In Individuals With Schizophrenia”, *Comprehensive Psychiatry*, 53/8: 1137-1144. doi: 10.1016/j.comppsy.2012.05.009
- Şengül Kılıç, F. M. (2021), Evli Kadınların Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinde Toplumsal Cinsiyet Roller, Algılanan Sosyal Destek ve Eş Desteği Etkisinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.



- Taleporos, G., McCabe, M. P. (2002), “The Impact Of Sexual Esteem, Body Esteem, And Sexual Satisfaction On Psychological Well-being In People With Physical Disability”, *Sexuality And Disability*, 20/3: 177-183. doi: 10.1023/A:1021493615456
- Tatlıoğlu, K. (2015), “Üniversite Öğrencilerinin Aylık Gelir ve Harcama Düzeyi ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” *Electronic Journal of Social Sciences*, 14/55.
- Tazeyurt, Y. (1999), Sağlıklı Bebeği Olan Annelerin Bebeklerin Bakımı, Bebeklerin Bakımı ile İlgili Sorunlarında Sorun Çözme Becerilerine Sosyo-Ekonomik Düzeyin Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Üniversitesi.
- Telef, B. B. (2013), “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28/3: 374-384.
- Terzi, S., Işık, Ş. (2017), Evli Bireylerin İlişki Bağlanımları: Yatırım Modeli Temelli Nitel Bir Çalışma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15/2: 184-199.
- Thibaut, J., Kelley, H. H. (1959), *The Social Psychology Of Groups*, New York.
- Thompson, B. (1993), “Lee's Typology Of Love Styles: A Confirmatory Factor Analysis Of The Hendrick-Hendrick Measure With Implications For Counseling”, 1-35.
- Timur, M. S. (2008), Boşanma Sürecinde Olan ve Olmayan Evli Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tolley, K., Rowland, N. (2021), *Evaluating The Cost-effectiveness Of Counselling In Health Care*. London: Routledge.
- Topcu, Ç., Erdur-Baker, Ö., Çapa-Aydın, Y. (2010), “Temel Empati Ölçeği Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4/34: 174-182.
- Towler, A. J., Stuhlmacher, A. F. (2013), “Attachment Styles, Relationship Satisfaction, And Well-being In Working Women”, *The Journal Of Social Psychology*, 153/3: 279-298. doi: 10.1080/00224545.2012.735282

- Tsai, T. F., Yeh, C. H., Hwang, T. I. (2011), “Female Sexual Dysfunction: Physiology, Epidemiology, Classification, Evaluation And Treatment”, *Urological Science*, 22/1: 7-13. doi: 10.1016/S1879-5226(11)60002-X
- Tucker, M. B. (2003), “Intimate Relationships And Psychological Well-being”, Brown, D. R., Keith, V. M. (Eds.), *In And Out Of Our Right Minds: The Mental Health Of African American Women*, New York: Columbia University Press: 130-159.
- Tuğut, N., Gölbaşlı, Z. (2010), “Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kadın Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Cumhuriyet Medical Journal*, 32/2: 172-180.
- Tümüklü, M. N., Ulas, H., Akdede, B. B. K., Alptekin, K. (2009), “Antipsikotik Tedavi Almakta Olan Sizofreni Hastalarında Görülen Cinsel İşlev Bozuklukları”, *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 19: 27.
- Türk, E. G., Yıldız, A. D. (2017), “Aşk biçemleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma”, *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7/48: 97- 109.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., Foster, C. A. (2003), “Parenthood And Marital Satisfaction: A Meta-analytic Review”, *Journal Of Marriage And Family*, 65/3: 574-583. doi: 10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x
- Uludağlı, N. P. (2017), “Psikolojik sağlık açısından yetişkin olma”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9/3: 263-283. Doi: 10.18863/pgy.285949
- Umberson D., Pudrovska T., Reczek C. (2010), “Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective”. *Journal of Marriage and Family* 72/3: 612–629. doi:10.1111/j.1741-3737.2010.00721.x
- Umberson, D. (1992), “Gender, Marital Status And The Social Control Of Health Behavior”, *Social Science & Medicine*, 34/8: 907-917. doi: 10.1016/0277-9536(92)90259-S
- Uzun, I. (2021), Romantik İlişkisi Olan Kişilerin Duygusal Yeme Düzeylerinin Cinsel Doyum ve Algılanan İlişki Kalitesi Üzerinden İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

- Ünal, C. (1972), “İnsanları Anlama Kabiliyeti”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5/3-4: 71-93. doi: 10.1501/Egifak\_0000000383
- Vinayak, S., Judge, J. (2018), “Resilience And Empathy As Predictors Of Psychological Wellbeing Among Adolescents”, *International Journal Of Health Sciences And Research*, 8/4: 192-200.
- Westerhof, G. J., Keyes, C. L. (2010), “Mental Illness And Mental Health: The Two Continua Model Across The Lifespan”, *Journal Of Adult Development*, 17/2: 110-119. doi: 10.1007/s10804-009-9082-y
- Winch, R. F. (1955), “The Theory Of Complementary Needs In Mate-selection: A Test Of One Kind Of Complementariness”, *American Sociological Review*, 20/1: 52-56. doi: 10.2307/2088200
- Winch, R. F., Ktsanes, T., Ktsanes, V. (1955), “Empirical Elaboration Of The Theory Of Complementary Needs In Mate-selection”, *The Journal Of Abnormal And Social Psychology*, 51/3: 508. doi: 10.1037/h0042235
- World Health Organization (2021, September), “Mental Health Action Plan 2012-2030”.  
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>
- World Health Organization, Pan American Health Organization (2000), “Promotion Of Sexual Health: Recommendations For Action”, 1-58.
- World Health Organization. (1975), “*Education And Treatment In Human Sexuality: The Training Of Health Professionals, Report Of A WHO Meeting*”,  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/38247/WHO\\_TRS\\_572\\_eng.pdf?sequ](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/38247/WHO_TRS_572_eng.pdf?sequ)
- World Health Organization. (2006), “*Defining Sexual Health: Report Of A Technical Consultation On Sexual Health*”, <https://www.cesas.lu/perch/resources/whodefiningsexualhealth.pdf>
- Yalçın, A. Z., Çakmak, F. (2016), “Türkiye’de Kamu Sağlık Harcamalarının İnsani Gelişim Üzerindeki Etkisi”, *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 30/4: 705-723.

- Yavuz, O. (2015), Evlilikte Problem Çözme Becerisi ve Evlilik Doyumunun Bilim Sanat Merkezinde Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynler Açısından Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, Fatih Üniversitesi.
- Yazgan, İ. B., Yerlikaya, E. E. (2012), *Kişilik Kuramları*, Ankara: Pegem Akademi.
- Yazıcıoğlu, Y., Erdoğan, S. (2004), *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yıldız, N. (2020), “Yetişkinliğe Geçişte İlişki İstikrarı ve Doyumu: Eylemlilik ve Sosyal İlgı Etkisi”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13/71: 642- 651.
- Yildirim, F., Hablemitoglu, S., Barnett, R. V. (2014), “Reliability And Validity Of A Turkish Version Of The Passionate Love Scale”. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 42/4: 673-684. doi: 10.2224/sbp.2014.42.4.673
- Yüksel, R. (2013), Genç Yetişkinlerde Aşk Tutumları ve Yaşamın Anlamı, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

**EKLER**  
**Demografik Bilgi Formu**

**1. Yaşınız:** \_\_\_\_\_

**2. Cinsiyetiniz:**

Kadın ( ) (\* kadın değilseniz çalışmayı burada sonlandırabilirsiniz.)

**3. Eğitim Durumunuz:**

İlkokul ( )

Ortaokul ( )

Lise ( )

Üniversite ( )

Yüksek Lisans ( )

Doktora ( )

**4. Ekonomik gelir düzeyiniz nedir?**

2826 ve altı ( )

2826-3400 ( )

3400-4100 ( )

4101-5000 ( )

5001-6000 ( )

6001 ve üstü ( )

**5. İlişki Durumunuz:**

Partner/Sevgili/Flört ( )

Sözlü/Nişanlı ( )

Evli ( )

**6. İlişkinizin Süresi:**

12ay ( )

12ay-5yıl ( )

5yıl üzeri ( )

**7. Kaç çocuğunuz var?**

Çocuğum Yok ( )

Tek çocuk ( )

İkiden fazla ( )

**8. Çalışıyor musunuz?**

Evet ( ) Hayır ( )

**9. Bugüne kadar psikiyatrik bir tanı aldınız mı?**

Evet ( ) Hayır ( )

**Psikiyatrik bir tanı aldıysanız belirtiniz. \_\_\_\_\_**

**10. Bugüne kadar kendiniz için bir uzmandan psikolojik destek aldınız mı?**

Evet ( ) Hayır ( )

**11. Daha önce partnerinizle birlikte bir çift/ evlilik/ aile terapisi aldınız mı?**

Evet ( ) Hayır ( )

**12. Psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz?**

Evet ( ) Hayır ( )



**Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ)**

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız 8 ifade vardır. 1–7 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.

| 1                          | 2            | 3                     | 4          | 5                    | 6           | 7                         |
|----------------------------|--------------|-----------------------|------------|----------------------|-------------|---------------------------|
| Kesinlikle<br>katılmıyorum | Katılmıyorum | Biraz<br>katılmıyorum | Kararsızım | Biraz<br>katılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle<br>katılıyorum |

- |                                                                      |                      |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 1. Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum                          | <input type="text"/> |
| 2. Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir                | <input type="text"/> |
| 3. Günlük aktivitelerime bağlı ve ilgiliyim                          | <input type="text"/> |
| 4. Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum | <input type="text"/> |
| 5. Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim      | <input type="text"/> |
| 6. Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum                    | <input type="text"/> |
| 7. Geleceğim hakkında iyimserim                                      | <input type="text"/> |
| 8. İnsanlar bana saygı duyar                                         | <input type="text"/> |

## Temel Empati Ölçeği

Aşağıda size uyan ve uymayan özellikler sıralanmıştır. Lütfen her maddeye NE ÖLÇÜDE KATILIP KATILMADIĞINIZI uygun kutuyu X ile işaretleyerek belirtiniz. Lütfen cevap verirken olabildiğince dürüst olunuz.

|                                                                                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1) Arkadaşımın duyguları beni pek etkilemez.                                              |   |   |   |   |   |
| 2) Üzgün olan bir arkadaşımın vakit geçirdikten sonra genellikle üzgün hissederim         |   |   |   |   |   |
| 3) Arkadaşım başarılı olduğunda onun ne kadar mutlu olduğunu                              |   |   |   |   |   |
| 4) İyi bir korku filmindeki karakterleri izleyince korkarım.                              |   |   |   |   |   |
| 5) Başkalarının duygularından hemen etkilenirim                                           |   |   |   |   |   |
| 6) Arkadaşlarımın korktuğunu anlamakta güçlük çekerim                                     |   |   |   |   |   |
| 7) Başka insanları ağlarken gördüğümde üzülmem                                            |   |   |   |   |   |
| 8) Başka insanların ne hissettikleri beni çok fazla ilgilendirmez                         |   |   |   |   |   |
| 9) Birisi kendini kötü hissettiğinde onun neler hissettiğini genellikle anlayabilirim.    |   |   |   |   |   |
| 10) Arkadaşlarımın korktuğunu genellikle anlarım.                                         |   |   |   |   |   |
| 11) Televizyonda ya da filmlerde üzüntülü bir şeyler izlerken çoğunlukla ben de üzülürüm. |   |   |   |   |   |
| 12) İnsanların ne hissettiğini çoğunlukla onlar bana söylemeden anlayabilirim             |   |   |   |   |   |
| 13) Kızgın birini görmek hislerimi etkilemez.                                             |   |   |   |   |   |
| 14) İnsanların neşeli olduğunu genellikle anlarım.                                        |   |   |   |   |   |
| 15) Bir şeylerden korkmuş arkadaşlarımla birlikteyken ben de korkarım                     |   |   |   |   |   |
| 16) Arkadaşımın kızgın olduğunu genellikle hemen fark ederim                              |   |   |   |   |   |
| 17) Arkadaşlarımın hissettiklerine çoğunlukla kendimi kaptırırım                          |   |   |   |   |   |
| 18) Arkadaşımın mutsuzluğu bana hiçbir şey hissettirmez                                   |   |   |   |   |   |
| 19) Arkadaşımın hissettiklerinin genellikle farkında değilimdir                           |   |   |   |   |   |
| 20) Arkadaşlarımın mutlu oldukları anları anlamakta zorlanırım                            |   |   |   |   |   |



## Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği-Kadın (CYKÖ-K)

Aşağıdaki ifadeleri okuyarak size uygunluk derecesine sağ taraftaki seçeneklerden bir tanesini (X) ile işaretleyiniz. Veriler yalnızca bilimsel araştırma amaçlı kullanılacaktır. Samimiyetle vereceğiniz cevaplar araştırmayı olumlu yönde etkileyecektir. Katılımınız için şimdiden teşekkürler.

|                                                                                                          | Hiç Katılmıyorum | Çoğunlukla Katılmıyorum | Kısmen Katılmıyorum | Kısmen Katılıyorum | Çoğunlukla Katılıyorum | Tamamen Katılıyorum |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|------------------------|---------------------|
| 1.Cinsel yaşamımı düşündüğümde, hayatımın eğlenceli /zevkli bir parçası olduğunu düşünüyorum.            |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 2. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, hayal kırıklığı hissediyorum.                                           |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 3.Cinsel yaşamımı düşündüğümde, kendimi üzgün (depresif) hissediyorum.                                   |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 4. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, kendimi bir kadın olarak eksik hissediyorum.                            |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 5. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, kendimi iyi hissediyorum.                                               |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 6. Cinsel bir eş olarak kendime güvenimi yitirdim.                                                       |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 7. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, sıkıntı hissediyorum.                                                   |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 8. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, kızgınlık hissediyorum.                                                 |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 9. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, eşime yakın olduğumu hissediyorum.                                      |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 10. Cinsel yaşamımın geleceği hakkında endişeleniyorum.                                                  |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 11. Cinsel ilişkiden zevk almıyorum.                                                                     |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 12. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, utanıyorum.                                                            |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 13. Cinsel konularla ilgili eşimle konuşabileceğimi düşünüyorum.                                         |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 14. Cinsel ilişkiden kaçınıyorum.                                                                        |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 15. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, suçluluk hissediyorum.                                                 |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 16. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, eşimin rencide olmuş ya da reddedilmiş hissetmesinden endişeleniyorum. |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 17. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, bir şeyleri kaybetmiş gibi hissediyorum.                               |                  |                         |                     |                    |                        |                     |
| 18. Cinsel yaşamımı düşündüğümde, cinsel ilişki sıklığından memnunum.                                    |                  |                         |                     |                    |                        |                     |

## İlişki İstikrarı Ölçeği

### I. İD.

Şu anki yakın ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerden her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

1)

|                                                                                                                                      | Tamamen Yanlış | Oldukça yanlış | Oldukça doğru | Tamamıyla doğru |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|---------------|-----------------|
| a) Birlikte olduğum kişi, kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerimi karşılıyor.                           |                |                |               |                 |
| b) Birlikte olduğum kişi beraberce bir şeyler yapma, beraber olmaktan keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerimi karşılıyor.        |                |                |               |                 |
| c) Birlikte olduğum kişi el ele tutuşma, öpüşme gibi cinsel gereksinimlerimi karşılıyor.                                             |                |                |               |                 |
| d) Birlikte olduğum kişi istikrarlı bir ilişki içinde güvende ve rahat hissetme gereksinimlerimi karşılıyor.                         |                |                |               |                 |
| e) Birlikte olduğum kişi duygusal olarak bağlı hissetme, o iyi hissettiğinde kendimi iyi hissetmem gibi gereksinimlerimi karşılıyor. |                |                |               |                 |

2) İlişkimiz benim için doyum verici.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

3) İlişkim başkalarının ilişkilerinden çok daha iyi.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

4) İlişkim ideal bir ilişkiye yakındır.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

5) İlişkimiz beni çok mutlu ediyor.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

6) İlişkimiz yakınlık, arkadaşlık vb. gereksinimlerimi karşılama açısından oldukça başarılı.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

## II. SND

Lütfen **bir başkasıyla beraber olduğunuzu varsayın** ve sizce bu kişi gereksinimleriniz ne oranda karşılandı, tahminlerinizi göz önüne alarak aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

1)

|                                                                                                                                                                          | Tamamen Yanlış | Oldukça yanlış | Oldukça doğru | Tamamıyla doğru |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|---------------|-----------------|
| a) Kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.                                                   |                |                |               |                 |
| b) Birlikte bir şeyler yapma, birbirinin varlığından keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.                          |                |                |               |                 |
| c) El ele tutuşma, öpüşme gibi cinsel gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.                                                                    |                |                |               |                 |
| d) İstikrarlı bir ilişkide güvende ve rahat hissetme gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.                                                     |                |                |               |                 |
| e) Duygusal olarak bağlanmış hissetme, bir başkası iyi hissettiğinde iyi hissetme gibi duygusal bağlılık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir. |                |                |               |                 |

2) Birlikte olduğum kişi dışında bana çok çekici gelen insanlar var.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

3) Bir başkasıyla flört etme, kendi kendime ya da arkadaşlarımla zaman geçirmek gibi seçeneklerim de var.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

4) Birlikte olduğum kişiyle çıkmıyor olsaydım, bir şey değişmezdi- çekici bir başka kişi bulabilirdim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

5) Bir başkasıyla flört etme, kendi kendime ya da arkadaşlarımla zaman geçirmek bana oldukça çekici geliyor.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

7) Yakınlık, arkadaşlık gibi gereksinimlerim bir başka ilişkide de kolaylıkla karşılanabilir.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

### III. İY

Şu andaki ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerin her birine ne derecede katıldığınızı belirtiniz.

1)

|                                                                                                 | Tamamen Yanlış | Oldukça yanlış | Oldukça doğru | Tamamıyla doğru |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|---------------|-----------------|
| a) İlişkimiz için çok fazla yatırım yaptım.                                                     |                |                |               |                 |
| b) Birlikte olduğum kişiye, sırlarım gibi pek çok özel şey anlatmaktayım.                       |                |                |               |                 |
| c) Birlikte olduğum kişi ve ben birlikte, yeri doldurulması güç bir entelektüel yaşama sahibiz. |                |                |               |                 |
| d) Bireysel kimlik duygum yani kim olduğum birlikte olduğum kişi ve ilişkimizle bağlantılı.     |                |                |               |                 |
| e) Birlikte olduğum kişi ve ben pek çok anıyı paylaşıyoruz.                                     |                |                |               |                 |

2) İlişkimize öyle çok yatırım yaptım ki, eğer bu ilişki sona erecek olursa çok şey kaybetmiş olurum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

3) Boş zaman etkinlikleri gibi yaşamımın pek çok yönü, şu anda birlikte olduğum kişiye çok fazla bağlı ve eğer ayrılacak olursak bunların hepsini kaybederim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

- 4) İlişkimize çok fazla bağlandığımı ve bu ilişkiye çok şey verdiğimi hissediyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

- 5) Birlikte olduğum kişiyle ayrılmamız, aile ve arkadaşarımla olan ilişkilerimi olumsuz etkiler.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

- 6) Başkalarının ilişkileriyle karşılaştırılırsa, ben ilişkiye oldukça fazla yatırım yapmaktayım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

#### IV. Commitment

Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

1. İlişkimizin çok uzun bir süre devam etmesini istiyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

2. Birlikte olduğum kişiyle olan ilişkiye bağlıyım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

3. İlişkimiz çok yakın bir zamanda bitecek olsa çok büyük üzüntü hissetmezdim.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

4. Önümüzdeki yıl muhtemelen başka biriyle flört ediyor olacağım.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

5. Birlikte olduğum kişiye ve ilişkimize çok bağlanmış hissediyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

6. İlişkimizin sonsuza kadar sürmesini istiyorum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

7. İlişkimizin gelecekte de devam edecek bir ilişki olmasını istiyorum (örn., birlikte olduğum kişiyle yıllarca beraber olmayı hayal ediyorum).

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Tamamen yanlış



### Tutkulu Aşk Ölçeği

Aşağıdaki sorulara “....” Kısıma romantik partnerinizi düşünerek okuduktan sonra,(1) hiç doğru değil ile (9) kesinlikle doğru şeklinde size en uygun cevabı belirtiniz.

|                                                                                                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1) Eğer.....beni bırakırsa, derin bir umutsuzluğa kapılırım.                                                     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2)....üzerindeki düşüncelerim saplantı derecesinde olduğu için bazen düşüncelerimi kontrol edemediğimi düşünürüm |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3) ...mutlu etmek için bir şey yaptığımda kendimi mutlu hissederim.                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4) Başka biri ile olmaktansa...olmayı tercih ederim.                                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 5) ....başka irisine aşık olduğunu düşündüğünde, onu kıskanırım.                                                 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 6) ...ile ilgili her şeyi öğrenmek için can atarım.                                                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 7) Fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak.... Arzularım.                                                          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 8) ...ilgisini sonsuz bir şekilde arzularım.                                                                     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9) Bana göre ....kusursuz romantik bir hayat arkadaşındır.                                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10) ...bana dokunduğunda vücudum tepki gösterdiğini hissederim.                                                  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 11) ....her zaman aklımdadır.                                                                                    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12) ....beni tanımasını-düşüncelerimi, korkularımı ve umutlarımı bilmesini                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 13) Büyük bir hevesle....beni arzuladığını gösteren belirtiler ararım.                                           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 14) ...karşı etkileyici cazibem vardır.                                                                          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15) ....ile olan ilişkimde bir şeyler yolunda gitmediğinde, şiddetli şekilde bunalıma                            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

### Romantik İlişkilerde Yakınlık Ölçeği (RİYÖ)

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız verilen derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.

1. Hiç katılmıyorum
2. Biraz katılıyorum
3. Çoğunlukla katılıyorum
4. Tamamen/ her zaman katılıyorum

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