

**TRABZON ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DUYGUSAL İLİŞKİ MUTLULUĞU:  
DUYGUSAL İLİŞKİ BİÇİMLERİ, ALGILANAN EBEVEYN İLİŞKİSİ VE  
DUYGUSAL ÖZ YETERLİĞİN YORDAYICILIĞI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Ayşe Vuslat ÇOPUROĞLU**

**TRABZON  
Haziran, 2022**

**TRABZON ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DUYGUSAL İLİŞKİ MUTLULUĞU:  
DUYGUSAL İLİŞKİ BİÇİMLERİ, ALGILANAN EBEVEYN İLİŞKİSİ VE  
DUYGUSAL ÖZ YETERLİĞİN YORDAYICILIĞI**

**Ayşe Vuslat ÇOPUROĞLU  
ORCID: 0000 - 0002 - 4504 -3990**

**Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nce Yüksek Lisans Unvanı  
Verilmesi İçin Kabul Edilen Tezdir.**

**Tezin Danışmanı  
Prof. Dr. Vesile SOYYİĞİT  
ORCID: 0000 - 0001 - 8968 - 408X**

**TRABZON  
Haziran, 2022**

## ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Tezimin içerdiği yenilik ve sonuçları başka bir yerden almadığımı; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalardan bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi, ayrıca bu çalışmanın Trabzon Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonuca razı olduğumu bildiririm.

Ayşe Vuslat ÇOPUROĞLU

10 / 06 / 2022

## ÖN SÖZ

Bu tez çalışması, duygusal ilişkilerin ve bu ilişkiler yaşanırken tercih edilen ilişki biçimlerinin, bireylerin ruh sağlıklarına büyük etkilerinin olduğuna inanılarak hazırlanılmıştır. Ailenin ve ilk yaşantıların birey üzerindeki etkileri göz önüne alındığında anne ve baba arasındaki duygusal ilişkinin bireyin duygusal ilişkisini etkileyebileceği düşünülmüş ve bu nedenle bu iki faktör de çalışmaya dahil edilmiştir. Duygusal öz yeterlik ve duygusal ilişkideki mutluluk faktörlerinin ise duygusal ilişki biçimleri ile yakından ilgili olabileceği düşünülmüş ve bu nedenle bu iki faktör de çalışmaya dahil edilmiştir.

Yüksek lisans eğitimim boyunca acemiliğimi bir engel olarak görmeyip engin bilgisi ve sabrıyla beni her zaman doğruya yönlendiren ve motive eden değerli hocam sayın Prof. Dr. Vesile SOYYİĞİT'e teşekkürü bir borç bilirim. Yapıcı eleştirileriniz ve bu eleştiriler sonrasında yaptığınız motivasyon konuşmalarınız olmasaydı bu tezi başarı ile tamamlayamazdım.

Adeta bir anne gibi dertlerimi dinleyen ve bana birçok konuda akıl vererek hayatımı yönlendirmemde destek olan çok değerli çalışma arkadaşım Dr. Öğretim Üyesi Yasemin KARSANTIK'a; Yaşadığım her buhranı aşmamda samimi bir şekilde bana destek olan ve her başım sıkıştığında aradığım ilk insanlardan biri olan çok değerli çalışma arkadaşım Araştırma Görevlisi Münevver ÖZDEMİR'e; Her konuda bana samimi bir şekilde destek olduğunu hissettiğim, iş ile alakalı kafamın karıştığı her noktada sorularıma sabır ve ilgi ile cevap veren, keyifli sohbetleriyle iş hayatımı çok daha sevilir hale getiren çok değerli çalışma arkadaşım Araştırma Görevlisi Vildan SAKİ'ye ve aramıza katılmasından mutluluk duyduğum, 102'ye büyük bir enerji kattığını düşündüğüm ve birlikte çalışmaktan oldukça keyif aldığım çok değerli çalışma arkadaşım Araştırma Görevlisi Tülin MERCAN'a teşekkür ederim.

Son olarak, dünyaya geldiğim ilk andan itibaren beni sevgi ile kucaklayan annem Kıymet ÇOPUROĞLU'na, destek ve ilgisini her zaman hissettiğim babam Kemal ÇOPUROĞLU'na, benim için ikinci bir baba gibi olan abim Hasan ÇOPUROĞLU'na, bu dünyadaki en yakın arkadaşım olan kız kardeşim Hatice Aybilge ÇOPUROĞLU'na, destekleriyle yanımda olduğunu hissettiğim Özlem ÇOPUROĞLU'na ve tatlılığı ile tüm kaygılarımı yok etme gücüne sahip yeğenim Zeynep Ayla ÇOPUROĞLU'na çok teşekkür ederim. Bu ailenin bir parçası olmaktan mutluluk ve onur duyuyorum. İyi ki varsınız.

Haziran, 2022

Ayşe Vuslat ÇOPUROĞLU

## İÇİNDEKİLER

|                                                                               |      |
|-------------------------------------------------------------------------------|------|
| ÖN SÖZ.....                                                                   | iv   |
| İÇİNDEKİLER .....                                                             | v    |
| ÖZET.....                                                                     | viii |
| ABSTRACT .....                                                                | ix   |
| TABLolar LİSTESİ.....                                                         | x    |
| ŞEKİLLER LİSTESİ.....                                                         | xi   |
| 1. GİRİŞ .....                                                                | 1    |
| 1. 1. Araştırmanın Amacı.....                                                 | 3    |
| 1. 2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi .....                                   | 4    |
| 1. 3. Araştırmanın Sınırlılıkları .....                                       | 5    |
| 1. 4. Araştırmanın Varsayımları.....                                          | 5    |
| 1. 5. Araştırmanın Denenceleri .....                                          | 5    |
| 1. 6. Tanımlar .....                                                          | 5    |
| 2. LİTERATÜR TARAMASI .....                                                   | 7    |
| 2. 1. Aşk Kavramı .....                                                       | 7    |
| 2. 2. Duygusal İlişki Biçimleri .....                                         | 8    |
| 2. 2. 1. Zick Rubin'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı .....                 | 8    |
| 2. 2. 2. Elaine Hatfield'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı .....            | 9    |
| 2. 2. 3. Alan Lee'nin Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı.....                   | 12   |
| 2. 2. 4. Robert J. Sternberg'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı .....        | 14   |
| 2. 2. 4. 1. Üçgen Aşk Teorisi .....                                           | 14   |
| 2. 2. 4. 2. Farklı Duygusal İlişki Biçimleri .....                            | 16   |
| 2. 3. Mutluluk.....                                                           | 18   |
| 2. 3. 1. Duygusal İlişkide Mutluluk .....                                     | 21   |
| 2. 4. Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi.....                                | 23   |
| 2. 4. 1. Ebeveynlik Stilleri .....                                            | 26   |
| 2. 5. Öz Yeterlik.....                                                        | 27   |
| 2. 5. 1. Öz Yeterlik İnançlarının Bilişsel Süreçler Üzerine Etkileri.....     | 29   |
| 2. 5. 2. Öz Yeterlik İnançlarının Motivasyonel Süreçler Üzerine Etkileri..... | 30   |
| 2. 5. 3. Öz Yeterlik İnançlarının Duygusal Süreçler Üzerine Etkileri .....    | 30   |
| 2. 5. 4. Öz Yeterlik İnançlarının Seçim Süreçleri Üzerine Etkileri.....       | 31   |
| 2. 5. 5. Duygusal Öz Yeterlik.....                                            | 31   |
| 2. 6. Literatür Taramasının Sonucu.....                                       | 34   |

|                                                                                                                                                                                                                                     |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>3. YÖNTEM.....</b>                                                                                                                                                                                                               | <b>36</b> |
| 3. 1. Araştırmanın Modeli .....                                                                                                                                                                                                     | 36        |
| 3. 2. Araştırma Grubu .....                                                                                                                                                                                                         | 36        |
| 3. 3. Verilerin Toplanması .....                                                                                                                                                                                                    | 37        |
| 3. 3. 1. Veri Toplama Araçları .....                                                                                                                                                                                                | 37        |
| 3. 3. 1. 1. Kişisel Bilgi Formu.....                                                                                                                                                                                                | 37        |
| 3. 3. 1. 2. Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS) .....                                                                                                                                                                    | 37        |
| 3. 3. 1. 3. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği .....                                                                                                                                                                                 | 38        |
| 3. 3. 1. 4. Duygusal Öz Yeterlik Ölçeği.....                                                                                                                                                                                        | 38        |
| 3. 3. 1. 5. İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ) .....                                                                                                                                                                                 | 39        |
| 3. 3. 2. Veri Toplama Süreci .....                                                                                                                                                                                                  | 39        |
| 3. 4. Verilerin Analizi .....                                                                                                                                                                                                       | 40        |
| <b>4. BULGULAR.....</b>                                                                                                                                                                                                             | <b>41</b> |
| 4. 1. Değişkenlerin Normalliklerine İlişkin Bulgular.....                                                                                                                                                                           | 41        |
| 4. 2. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi.....                                     | 42        |
| 4. 2. 1. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi .....            | 42        |
| 4. 2. 2. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerde Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne- Baba Birliktelik Durumuna Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi..... | 44        |
| 4. 2. 3. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi .....            | 46        |
| 4. 2. 4. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi .....            | 49        |
| 4. 3. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....                          | 51        |
| 4. 4. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri Alt Boyutları, Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi ile Algılanan Ebeveyn İlişkisi Alt Boyutlarının Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyini Yordama Düzeyinin İncelenmesi .....      | 56        |
| <b>5. TARTIŞMA .....</b>                                                                                                                                                                                                            | <b>58</b> |
| 5. 1. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma .....   | 58        |
| 5. 1. 1. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması .....                           | 58        |

|                                                                                                                                                                                                                     |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 5. 1. 2. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Anne Baba Birliktelik Durumuna Göre Tartışılması ..... | 61         |
| 5. 1. 3. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Anne ve Baba Eğitim Düzeyine Göre Tartışılması.....    | 63         |
| 5. 2. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Arasındaki İlişkilerin Tartışılması .....                   | 64         |
| <b>6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....</b>                                                                                                                                                                                 | <b>72</b>  |
| 6. 1. Sonuçlar .....                                                                                                                                                                                                | 72         |
| 6. 2. Öneriler .....                                                                                                                                                                                                | 76         |
| 6. 2. 1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler.....                                                                                                                                                                 | 76         |
| 6. 2. 2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler .....                                                                                                                                                 | 77         |
| <b>7. KAYNAKLAR.....</b>                                                                                                                                                                                            | <b>78</b>  |
| <b>8. EKLER.....</b>                                                                                                                                                                                                | <b>89</b>  |
| <b>9. ÖZ GEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ .....</b>                                                                                                                                                                     | <b>101</b> |

## ÖZET

### Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Mutluluğu: Duygusal İlişki Biçimleri, Algılanan Ebeveyn İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Yordayıcılığı

Duygusal ilişkiler, bireylerin hayatında oldukça önemli bir yere sahiptir. Bireylerin duygusal ilişkiler kurarken tercih ettikleri ilişki biçimleri, birçok faktörden etkilenmektedir. Ebeveynler arasındaki duygusal ilişki tutumlarının ve bireyin bu tutumları ne şekilde algıladığının, bu faktörler arasında olduğuna inanılmaktadır. Aile içi etkileşimlerden yoğun bir şekilde etkilenen duygusal öz yeterlik düzeyinin de duygusal ilişki biçimlerini etkileyebileceği düşünülmektedir ve tüm bu değişkenlerin, ilişkideki mutluluğu yordadığına inanılmaktadır. Bu araştırmanın temel amacı, duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve bu değişkenlerin, bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının araştırılmasıdır.

Araştırmanın çalışma grubunu üniversitede öğrenim gören ve hayatı boyunca en az bir kere duygusal ilişki yaşamış 18 yaş üstü 485 birey oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS), Algılanan Ebeveyn İlişkisi ölçeği, Duygusal Öz Yeterlik ölçeği ve İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ) kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde IBM SPSS Statistics v.26.0 programı kullanılmış ve Bağımsız Örneklem t testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA), Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı ve Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi'nden yararlanılmıştır.

Araştırma sonucunda duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu değişkenler cinsiyet ve anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmaktadır. Duygusal ilişki biçimleri, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini yordamaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, literatür ışığında tartışılarak yorumlanmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Duygusal İlişki Biçimleri, Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Duygusal Öz Yeterlik, Duygusal İlişkideki Mutluluk

## **ABSTRACT**

### **Relationship Happiness in University Students: The Prediction of Love Styles, Perceived Parent Relationship and Emotional Self-Efficacy**

Emotional relationships have a very important place in the lives of individuals. The love styles that individuals prefer when establishing emotional relationships are affected by many factors. It is believed that emotional relationship attitudes between parents and how the individual perceives these attitudes are among these factors and all these variables are believed to predict happiness in a relationship. The main purpose of this study is to examine the relationships between love styles, level of relationship happiness perceived parental relationship and emotional self-efficacy and to investigate whether these variables differ according to the socio-demographic characteristics of individuals.

The study group of the research consists of 485 individuals over the age of 18 who are studying at the university and have had an emotional relationship at least once in their life. Personal information form, The Love Attitudes Scale-Short Form, Perceived Parental Relationship Scale, Emotional Self-Efficacy Scale and Relational Happiness Questionnaire Scale were used as measurement tools in the research. In the statistical analysis of the data, IBM SPSS Statistics v.26.0 package program was used. Pearson Product Moments Correlation Coefficient, Independent Sample t-Test, One-Way Analysis of Variance (ANOVA) and Multiple Regression Analysis techniques were used.

As a result of the research, statistically significant relationships were found between love styles, relationship happiness, perceived parental relationship and emotional self-efficacy. These variables differ according to age, gender, and whether parents are together or apart. Love styles, perceived parental relationship and emotional self-efficacy predict the relationship happiness. The research findings were discussed in light of the relevant literature, and suggestions were made.

**Keywords:** Love Styles, Perceived Parental Relationships, Emotional Self-Efficacy, Relationship Happiness

## TABLÖLAR LİSTESİ

| <u>Tablo No</u> | <u>Tablo Adı</u>                                                                                                                                                                                                           | <u>Sayfa No</u> |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1.              | Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Özellikler.....                                                                                                                                                                         | 37              |
| 2.              | Değişkenlerin Normallik Dağılımı .....                                                                                                                                                                                     | 41              |
| 3.              | Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Cinsiyete Göre Farklılıkları .....                                                                  | 43              |
| 4.              | Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne-baba Birliktelik Durumuna Göre Farklılıkları ..... | 45              |
| 5.              | Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılıkları.....               | 47              |
| 6.              | Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılıkları .....              | 49              |
| 7.              | Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi .....                      | 52              |
| 8.              | Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi ile Algılanan Ebeveyn İlişkisinin Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyini Yordama Düzeyi .....                                                                        | 57              |

## ŞEKİLLER LİSTESİ

| <u>Şekil No</u> | <u>Şekil Adı</u>                             | <u>Sayfa No</u> |
|-----------------|----------------------------------------------|-----------------|
| 1.              | Mutluluğun hiyerarşik modeli .....           | 19              |
| 2.              | Duygusal zekanın kavramsallaştırılması ..... | 32              |



## 1. GİRİŞ

*Aşk*, bireylerin özellikle romantik ilişkilerinde deneyimledikleri oldukça yoğun bir duygu olarak ifade edilmektedir. Kavramın çeşitli boyutlarını inceleyen birçok çalışma yapılmış ve farklı tanımlamalar ortaya konulmuştur. Fisher, Xu, Aron ve Brown'a (2016) göre aşk, üremeyi teşvik etmek üzere evrimleşen doğal ve genellikle olumlu bir bağımlılıktır. Bununla birlikte, bu yoğun duygunun beynin ödül sistemi ile ilişkili olduğu ve bireylerin duygusal ilişkileri adeta bir ödül olarak algıladıkları belirtilmiştir. Aşk, yakınlık, bağlılık, şefkat gibi bir dizi faktörün birleşiminden oluşan ve özellikle romantik ilişkilere dahil olan kişiler tarafından ifade edilen bir duygudur (Raffagnino & Puddu, 2018).

Bireylerin, aşık oldukları kişilerle ilişkilerini tanımlamaya dönük farklı ifadeler kullanılmaktadır. Literatür incelendiğinde duygusal ilişki ve duygusal ilişki biçimlerinin ifade edilmesinde *romantik ilişkiler*, *romantik ilişki biçimleri*, *aşk türleri*, *aşk stilleri*, gibi birbirinden farklı birçok kavramın kullanıldığı görülmektedir. Bu kadar çok kavramın varlığı, konu hakkında araştırmayı zorlaştıran bir etkiye sahiptir. Bu nedenle bu tez çalışmasında bir anlam karmaşası olmaması adına *duygusal ilişki* ve *duygusal ilişki biçimleri* yukarıda bahsedilen bütün kavramları kapsayacak şekilde kullanılmıştır.

Sağlıklı duygusal ilişkiler kurmak, bireylerin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemektedir ve mutluluğun ana kaynaklarından biri olarak nitelendirilir (Argyle, 2001). Özellikle genç yetişkinlik döneminde duygusal ilişkiler deneyimlemek bireyler için en az üç nedenden dolayı oldukça önemlidir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Öncelikle, genç yetişkinlik döneminde duygusal ilişkiler yaşamak, kritik bir gelişimsel görev olarak nitelendirilmektedir. Bununla birlikte, deneyimlenen duygusal ilişkiler, genç yetişkinlerin davranışsal uyumu üzerinde oldukça önemli etkilere sahiptir. Ayrıca bu dönemde denenen duygusal ilişki biçimleri, bireylerin daha sonraki ilişkilerinde tercih edeceği duygusal ilişki biçimlerini etkileyebilir. Aşkın çok boyutlu bir yapıya sahip olması (Davies, 1996), farklı duygusal ilişki biçimleri ortaya çıkarmaktadır. Romantik aşk ve hoşlanma şeklinde iki farklı duygusal ilişki biçimi olduğunu ifade eden Rubin'e (1970) göre, romantik aşk, romantik partner ile ilişkilerde tercih edilirken; hoşlanma, yakın arkadaşlar ile kurulan ilişkilerde tercih edilmektedir (Ercan, 2016).

Duygusal ilişki biçimleri alanında çalışmalar yapmış olan Hatfield, tutkulu aşk ve arkadaşça aşk olmak üzere iki farklı aşk türü olduğunu belirtmiş ve duygusal ilişki biçimleri için de bu ayrımı kullanmıştır. Hatfield vd. (2008), tutkulu aşkın (romantik aşk, aşk hastalığı, takıntılı aşk gibi adlarla da anılır.), çok güçlü bir duygusal durum olduğunu belirtir. Duygusal ilişkilerinde tutkulu aşk biçimini kullanmayı tercih eden bireyler, partnerlerine karşı oldukça yoğun bir tutku ile bağlıdırlar.

Arkadaşça aşk ise tutkulu aşka göre görece daha az duygu ve tutku yoğunluğu barındırır ve daha çok şefkat ile bağlantılı bir kavramdır.

Lee, 1973 yılında yayınladığı *The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving* isimli kitabında duygusal ilişki biçimlerinin farklılık ve özelliklerini açıklarken Isaac Newton'ın renk çarkı teorisinden ilham almıştır. Bu teoriye göre doğada kırmızı, yeşil ve mavi olmak üzere yalnız üç çeşit ana renk vardır. Diğer bütün renkler, doğada kendi hallerinde bulunmaz, bu üç rengin farklı şekillerde karıştırılmasıyla oluşurlar. Lee (1977), Eros (tutkulu aşk), Ludus (oyun gibi aşk) ve Storge (arkadaşça aşk) adını verdiği üç duygusal ilişki biçimini, renk çarkı teorisindeki kırmızı, yeşil ve maviye benzetmiş; tıpkı bütün renklerin doğadaki bu üç ana rengin karışımından oluşması gibi diğer duygusal ilişki biçimlerinin Eros, Ludus ve Storge'nin belirli oranlarda karışımı ile meydana geldiğini belirtmiştir. Örneğin, Eros ve Ludus'un birleşimiyle bu iki biçimin özelliklerini bir arada barındıran Mania adını verdiği yeni bir ilişki biçimi ortaya çıkar. Öte yandan, ilişki biçimleri arasında bir hiyerarşi yoktur; bu teoride doğadaki ana ve ara renklerden ilham alınmasının nedeni, duygusal ilişki biçimlerinin benzerlik ve farklılıklarını vurgulamaktır. Bununla birlikte, tercih edilen ilişki biçiminin kişilik ile ilgisi yoktur. Birbirinden farklı kişiliklere sahip bireyler, duygusal ilişkilerinde aynı ilişki biçimlerini kullanabilir.

İlişkilerde hangi duygusal ilişki biçiminin tercih edileceği noktasında birçok faktör etkili olmaktadır. Bandura'ya (1982) göre yüksek öz yeterlilik algıları, duygusal süreçleri ve dolayısıyla duygusal ilişki biçimlerini olumlu yönde etkilemektedir. Bandura ve Schunk'a (1981) göre öz yeterlik kişinin, öngörülemeyen ve genellikle stresli unsurlar içeren olası durumlarla başa çıkmak için gereken eylem planlarını ne kadar iyi organize edip uygulayabileceğine ilişkin inançlarla ilgilidir.

Öz yeterlik kavramının alt boyutlarından biri olan duygusal öz yeterlik, bireylerin duygularıyla ilgili becerilerini ifade eder. Duygusal öz yeterlik düzeyleri yüksek olan bireyler, iletişim kurdukları insanlardan aldıkları bilgileri doğru ve yeterli bir şekilde işleyip kullanmaktadırlar (Goroshit & Hen, 2014). Bireyler arasında duygu yüklü bilginin doğru bir şekilde anlaşılıp işlenmesi, sağlıklı ve devamlı ilişkilerin kurulması için oldukça önemlidir. Bu durumda duygusal öz yeterlik düzeyinin, duygusal ilişkileri etkilediği düşünülebilir. Öte yandan bireyler, öz yeterlik inançları doğrultusunda hedefler belirler ve kişilerarası ilişkilere dahil olurlar (Bandura, 1995). Bireyler, kendi yeterliğini aştığını düşündüğü diğer bireyler ile ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar. Bu inanç ve davranışların, bireylerin duygusal ilişki biçimleri hakkındaki tercihlerini etkilediğine inanılmaktadır.

Schunk ve Pajares'e (2009) göre öz yeterlik gelişimindeki kaynaklardan biri ailedir. Bireyler, ilk ilişkilerini aile üyeleri ve özellikle ebeveynleriyle kurar, ilk ilişki deneyimlerini aile içinde yaşarlar. Bununla birlikte bireyler, çeşitli sosyal davranışlar geliştirirken ebeveynlerini model alabilirler (Bandura, 1977). Duygusal ilişkiler konusunda da aile içi öğrenmelerin önemi büyüktür. Curran, Hazen ve Mann'a (2009) göre bireylerin duygusal ilişkiler ve evlilikle ilgili beklentileri,

ebeveynlerinin ilişkilerine yönelik gözlemleriyle şekillenmektedir. Öte yandan Sosyal Öğrenme Teorisi'ne göre ebeveynler arasındaki duygusal ilişkiler ve hatta boşanmalar, bireylerin kendi duygusal ilişkilerindeki tutumlarını etkileyebilmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Anne ve babası boşanmış olan bireylerin, duygusal ilişkilere ve evliliğe daha kötümser yaklaşıtları belirtilmiştir. Bunun nedenlerinden biri bu bireylerin sosyal öğrenmeler sonucunda, ilişkiyi bitirmeyi, devam ettirmekten daha kolay bulmalarıdır. Duygusal ilişkilere yönelik bu tür olumsuz bakış açılarına sahip olmayan bireylerin, partnerlerine ve ilişkilerine daha bağlı oldukları vurgulanmaktadır. Öte yandan, duygusal ilişkilere katılım şekillerini ve tutumları etkileyen bir diğer faktör, bireylerin algıladıkları ebeveynler arası çatışmadır (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Bireylerin ebeveynler arası çatışma algısı, çatışmanın içeriğine, sıklığına ve yoğunluğuna bağlı olarak değişebilmektedir. Bireyler, kendi duygusal ilişkilerinde, ebeveynlerinin birbirlerine karşı kullandıkları çatışma davranışlarını kullanmayı tercih etmektedirler (Cui & Fincham, 2010). Bununla birlikte, duygusal ilişkilerde partner ile sürekli çatışma halinde olmak, ilişkideki mutluluğu olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyinin, bireyin genel mutluluk düzeyini etkilediğine ilişkin literatürde çalışmalar bulunmaktadır. Mutluluk tanımlarının, psikolojinin üç çekirdek bileşeniyle ilişkilendirildiği görülür: Yoğun olumlu duygulara sahip olmak, olumsuz duyguların düşük bir düzeyde hissedilmesi ve yüksek yaşam doyumu (Phillips, Nyholm, & Liao, 2014). Reis'e (2001) göre sosyal ilişkilere sahip olan bireyler, olmayanlara göre daha mutludur, daha sağlıklıdır ve daha uzun süre yaşarlar. Duygusal ilişkilerin, bireyler tarafından 'hayat boyunca kurulan en yakın ilişki' olarak tanımlandığı (Demir, 2010) göz önüne alındığında, mutlu duygusal ilişkilere sahip olmanın son derece önemli olduğu söylenebilir.

Literatür ışığında bahsedilen tüm bu değişkenler arasında anlamlı etkileşimlerin olabileceği düşüncesi ve bu etkileşimlerin ortaya konulmasının duygusal ilişkileri değerlendirmede önemli olacağı düşüncesi, bu çalışmaya neden olmuştur. Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri ve ilişkilerindeki mutluluğun, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlikleri ile arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır.

## 1. 1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluklarının, duygusal ilişki biçimleri, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlikleri tarafından ne kadar yordandığının ve sayılan değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bunun yanında, değişkenlerin cinsiyet, ebeveyn birliktelik durumu ve ebeveyn eğitim düzeyi özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenecektir.

## 1. 2. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Aşk, yüzyıllardan beri hakkında birçok edebi ve sanatsal eserin ortaya konulduğu oldukça yoğun bir duygu halidir. Buna rağmen aşk hakkında yapılan bilimsel çalışmalar, görece yenidir. Literatür incelediğinde bunun nedenlerinden birinin, bu yoğun duygunun bilimsel olarak incelenmeye uygun görülmemesi olduğu göze çarpmaktadır. Ancak duygusal ilişki deneyimlerinin, bireyin gelişim sürecinde sanılandan daha önemli olduğu fikrinin benimsenmesiyle, konu hakkında yapılan çalışma sayısının gün geçtikçe arttığı gözlenmektedir.

Diğer bireyler ile kurulan yakın ilişkiler, ait olma ihtiyacını karşılamakta oldukça önemli bir role sahiptir. Ait olma ihtiyacı, yaşam için motivasyon sağlayan faktörlerin başında gelir (Baumeister & Leary, 1995). Sağlıklı ilişkilerin kurulamaması, bu ihtiyacın karşılanmasını engeller ve bu durum, bireylerin yaşam doyumlarını, mutlu olmalarını ve yaşamak için gerekli motivasyonu sağlamalarını zorlaştırmaktadır. Duygusal ilişkilerin ‘hayat boyunca kurulan en yakın ilişki’ (Demir, 2010) olarak tanımlandığı göz önüne alındığında, bu kavramın bireylerin yaşamlarında oldukça önemli bir yeri olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bunula birlikte romantik bir partner ile yakınlık ve bağlılık sağlayan bir ilişkiye dahil olmak, önemli gelişim görevleri arasında sayılmaktadır. Bireyler, özellikle genç yetişkinlik döneminde romantik partnerlerini bulmak ve bu kişi ile duygusal bir ilişki yaşamak için enerji sarf ederler. Öte yandan duygusal ilişki, toplumu oluşturan önemli kurumlardan biri olan ailenin kurulmasına yol açmaktadır. Sağlıklı bir toplumun, sağlıklı kurulmuş ailelerden oluşabileceği gerçeğinden yola çıkılarak bu doğrultuda duygusal ilişki ve bu kavramla ilgili faktörlerin bilimsel bir bakış açısıyla incelenmesi, faydalı görülmektedir.

Bireylerin duygusal ilişki algısı ve bu ilişkilere hangi biçimlerde dahil oldukları farklılık gösterebilmektedir. Şimdiye kadar yapılmış bilimsel çalışmalarda birbirinden farklı birçok duygusal ilişki biçimi sınıflandırması yapıldığı görülmektedir. Duygusal ilişki biçimleri, kişiliğin yapısı, duygusal ilişki algıları, gelecek beklentileri ve benzeri birçok önemli faktörden etkilenebilir. Bireylerin bu ilişki biçimleri arasında tercih yapmalarında hangi faktörlerin rol oynadığını belirleyebilmek, insanın doğasını daha iyi anlamanın bir yolu olabilir.

Duygusal ilişkiyi etkileyen faktörlerden biri olan duygusal öz yeterlik, bireyin ilişki içerisinde partnerinin duygularını hangi oranda anlayıp işlediği ve kendi duygularını partnerine aktarmada ne kadar başarılı olduğu ile ilgilidir. Bireyler, yeterlik düzeylerini aştığını düşündükleri ortam ve kişilerden uzak durma eğilimindedirler. Bu nedenle, duygusal yeterlik inançları olumsuz olan bir birey, aşık olduğu kişiler ile ilişki ve yakınlık kurmaktan kaçınabilmektedir. Bu noktada duygusal öz yeterliğin, tercih edilen duygusal ilişki biçimi ile bağlantılı olabileceği düşünülmektedir.

Ebeveynlerin birbirleri ile iletişim kurarken hangi duygusal ilişki biçimlerini tercih ettikleri ve çocuklarının bu ilişki biçimlerini ne şekilde algıladığı da çocukların ilerideki duygusal ilişkileri için önemli bir faktördür. Aile ortamı, çocuklar için yaşam deneyimleri açısından önemli bir rol oynamaktadır. Çocuklar, aile ortamlarında gördükleri sosyal davranışları model alır ve kendi

hayatlarında bu davranışları denerler (Bandura, 1977). Aynı şekilde, ebeveynleri arasındaki duygusal ilişki biçimlerini algıladıkları şekliyle kendi hayatlarında denemeyi tercih edebilirler. Literatür incelendiğinde seçilen duygusal ilişki biçiminin algılanan ebeveyn ilişkisi ile bağlantılı olabileceği görülmektedir. Tüm bu anlamlı ilişkiler, bu değişkenleri bir arada incelemenin son derece önemli olduğu fikrini oluşturmuştur.

Konu hakkında yapılacak her yeni ve özgün çalışma, alana katkı sağlayabilir ve önemli sonuçlar kazandırabilir. Ayrıca yapılan literatür taramaları sonucunda, bu çalışmada yer verilen faktörlerin hepsinin birbirleri ile ilişkilerini inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu noktada elde edilen sonuçların literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1. 3. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Araştırma, kullanılacak olan ölçme araçlarından elde edilecek veriler ile sınırlıdır.
2. Araştırma, Türkiye’de form linkinin ya da formun ulaşabildiği en az bir kere romantik ilişki yaşamış/yaşayan üniversite öğrencilerinden elde edilen veriler ile sınırlı olacaktır.

### **1. 4. Araştırmanın Varsayımları**

1. Araştırmaya katılan katılımcılar, ölçme araçlarındaki sorulara içtenlikle doğru yanıtlar vermiştir.
2. Araştırma sırasında kullanılan ölçme araçları, veri toplamak için yeterlidir.

### **1. 5. Araştırmanın Denenceleri**

1. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri, ilişkideki mutluluk, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlik arasında anlamlı ilişkiler vardır.
2. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlik, ilişkideki mutluluğu yordamaktadır.
3. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri, ilişkideki mutluluk, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlik; cinsiyet, anne-baba eğitim durumu ve anne-baba birliktelik durumuna göre farklılık göstermektedir.

### **1. 6. Tanımlar**

*Duygusal İlişki Biçimleri:* Kişinin karakteriyle ilgili olmayan, yalnızca tercih ettiği aşk yaşama tarzını yansıtan çeşitli stillerdir (Lee, 1977).

*İlişkide Mutluluk:* İlişkideki mutluluk, duygusal ilişkilerin devamlılığı için oldukça önemli olan ilişki kalitesinin bir alt boyutudur (Karney & Bradbury, 2020).

*Algılanan Ebeveyn İlişkisi:* Bireylerin, ebeveynleri arasındaki ilişki tutumlarını (otoriter, ilgisiz, koruyucu, demokratik, bağımlı) nasıl değerlendirdiğidir (Çelik & Öziş, 2016).

*Duygusal öz yeterlik:* Duygusal zekânın kişiliğin duygusal yönlerini içinde barındıran ve kişinin duyguları ile ilgili öz algıları ve eğilimleriyle ilişkili olan boyutudur (Petrides vd., 2006).



## 2. LİTERATÜR TARAMASI

### 2. 1. Aşk Kavramı

Aşk, insanlığın başlangıcından beri sanatsal ve edebi eserlerde yoğunlukla bahsedilen ve işlenilen bir kavramdır. Aşk, TDK (a)'nin (2021) internet sözlüğünde 'aşırı sevgi ve bağlılık duygusu' şeklinde tanımlanmaktadır. Kelime, kimi yazarlara göre *ışık* kökünden gelirken (Devellioğlu, 1962'den aktaran Çopuroğlu, 1998, s. 9), kimilerine göre ise kökeni Arapça *Aşike* isimli bir ağaçtan gelmektedir (Kuzubaş, 2010).

Duygusal ilişki literatürüne çalışmalarıyla katkıda bulunan araştırmacılar, aşk kavramını kendi perspektifleri doğrultusunda farklı şekillerde tanımlamıştır. Örneğin Rubin'e (1970) göre aşk, kişilerarası bir tutum olmakla beraber duyguların en derini ve anlamlısıdır. Bireylerin davranışlarını yönlendiren ve hayatlarına farklı anlamlar yükleyen bu kavram, ilişkinin tarafları değiştikçe farklı isimlere bürünebilmektedir. Sternberg'e (1986) göre ise aşk, kısmen genetik olarak aktarılan içgüdüler ve dürtüler ile ilişkiliyken çoğunlukla *gözlem yoluyla aşk* olarak adlandırılan sosyal olarak öğrenilmiş rol modellemekten kaynaklanan karmaşık bir bütündür. Sternberg'in (1986) aşk tanımında bireylerin yaşam deneyimleri sonucu elde ettiği gözlem ve öğrenmelerin etkisi büyükken yaşamın devamlılığını sağlayan genlerin de bir o kadar etkili olduğu görülmektedir. Burton (1897) ise olaya çok farklı bir bakış açısıyla bakarak aşkı bir ruh hastalığı olarak tanımlar. Ona göre aşk, kişilerin deneyimlediği hoş ve güçlü bir duygu değildir, normal dışı ve anormal bir durumdur, bir hastalıktır. Askew (1965) de benzer bir bakış açısı ile aşkı bir nevroz olarak tanımlamıştır (aktaran Sternberg & Grajek, 1984, s. 1). Koenigsberg'e (1967) göre ise aşk, babayla olan rekabetin bir yansımasıdır ve Oedipus kompleksini çözümlemeye kullanılan yollardan biridir. Freud (1955) ise aşkı, amacı cinsel birleşme olan bir durum olarak değerlendirmektedir. Bireyler, cinsellik içgüdülerinin doğurduğu enerji dengesizliğini tekrar denge haline getirebilmek için cinsel arzularını tatmin etmek isterler. Aşk, bu tatminin sağlanması için kullanılan bir kavramdır. Freud'un bakış açısından oldukça farklı bir bakış açısına sahip olan Fromm (1995) ise aşk kavramını, farklı boyutlara ayırdığı sevgi kavramının bir alt boyutu olarak değerlendirir ve *cinsel sevgi* olarak adlandırır. Sevgi, "insanın varoluş sorununun bir yanıtıdır" ve sevgi olmadan insan varlığının devam etmesi mümkün değildir. Sevgi, kişiyi diğer insanlardan ayıran bariyerleri yıkarak onu diğer insanlarla birleştiren ve kaynağını insanın içinden alan bir güçtür. Averill'e (1985) göre aşk, biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörler gibi birçok bileşenden oluşan karmaşık bir sendromdur. Ayrıca, hiçbir bileşen tek başına tüm sendrom için gerekli veya yeterli bir koşul değildir. Öte yandan, aşk ve sevgi tek bir duyguyu temsil etmez. Örneğin anne baba sevgisi, evlat sevgisi, arkadaşlar arası aşk ve romantik aşk, birbirinden büyük ölçüde farklıdır (Averill, 1985).

Aşk kavramı hakkında bilimsel nitelikli çalışmaların görece yakın tarihli olduğunu belirtmek mümkündür. Bu gecikmenin nedenlerinden biri ve belki de en önemlisi, kavramın bilimsel olarak tanımlanmasının zor ve gereksiz olduğuna yönelik yaygın inanıştır. Dilimizde *aşk* kelimesi iki kişi arasında romantik ilişkiyi tanımlamaktadır, öte yandan *sevgi* kelimesi de hem iki kişi arasındaki romantik ilişkiyi, hem de kişiler arasındaki bağlılık duygusunu ifade etmek için kullanılabilmektedir. İngilizce 'de ise bu kavramların her ikisi de *love* kelimesi ile karşılık bulmaktadır. Bu ve bunun gibi karmaşalar, konunun bilim dünyasında irdelenmesi önünde bir engel oluşturmuştur. Araştırmacıların konu hakkında farklı bakış açılarına sahip oluşu, farklı kuramların ortaya çıkışına neden olmuştur (Durmaz & Ercan, 2019).

## 2. 2. Duygusal İlişki Biçimleri

Alanda çalışmalarda bulunan araştırmacılar, duygusal ilişkinin tek bir biçimi olmadığını, birden çok duygusal ilişki biçimi olabileceğini savunmuştur. Her araştırmacının konuyu farklı bakış açılarıyla değerlendirmesi sebebiyle farklı duygusal ilişki biçimi modelleri ortaya konulmuştur. Bu modeller ortaya konulurken diğer birçok kuramla bağlantılar kurularak çok farklı perspektiflerden çok farklı duygusal ilişki biçimi modelleri oluşturulmuştur. Bununla birlikte her araştırmacı, kendi araştırmaları sonucunda ulaştığı aşk tanımını literatüre kazandırmıştır.

### 2. 2. 1. Zick Rubin'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı

Rubin (1970), aşkın Tanrıya duyulan aşk (sevgi), babaya duyulan aşk (sevgi) gibi farklı çeşitleri olabileceğini vurgulayarak birbirlerinden romantik bağlamda etkilenen ve evli olmayan karşı cinsten iki kişi arasındaki ilişkiyi *romantik aşk* olarak tanımlamıştır. Bu terimi ortaya atarak olası bir tanım karmaşasının önüne geçmeyi hedeflemiştir. Zick Rubin'e göre romantik aşk, üç bileşen içermektedir: yardım etmeye yatkınlık, bir ayrıcalık ve özümseme yönelimi, bağlı ve bağımlı bir ihtiyaç hali. *Yardım etmeye yatkınlık* kavramı ile kastettiği durum, partnerin mutluluğunu ve iyiliğini önemsemek, onu ön planda tutmaktır. Bireyler, romantik aşk duydukları partnerlerinin hayattan zevk almalarını, fiziksel ve zihinsel olarak sağlıklı olmalarını ve bu sağlıklı durumlarını sürdürmelerini amaçlamaktadırlar. *Ayrıcalık ve özümseme yönelimi*, kişinin partnerini, hayatındaki diğer kişilerden daha önemli bir noktaya koyduğunu ifade etmektedir. Birey için romantik aşk duyduğu partneri, hayatındaki diğer insanlara göre daha özel ve önemlidir. Partnerini diğer insanlara tercih eder ve onun fikirlerine değer verir. *Bağlı ve bağımlı ihtiyaç hali* ise kişinin partneri ile yakın olmak istemesi, onunla yakın olmayı adeta bir ihtiyaç olarak hissetmesi durumudur. Bireyler, vakitlerini partnerleriyle birlikte geçirmek isterler. Romantik aşk duyulan partnerin fiziksel olarak yakın bir konumda bulunması önemlidir.

Rubin'in (1970) romantik aşk kavramı tutku, yakınlık ve ilgiyi içinde barındıran oldukça yoğun bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte bu kavramın dışında, yine romantik aşk ile benzerlikler taşıyan ancak daha az yoğun olması ile farklılaşan bir kavram daha karşımıza çıkmaktadır. Rubin'in (1970) hoşlanma olarak adlandırdığı bu kavram, romantik aşk kavramına göre daha geleneksel bir kişilerarası etkilenme anlayışını yansıtmaktadır. Kişilerin yakınlarına (özellikle yakın arkadaşlarına) ve romantik partnerlerine karşı hissettikleri hoşlanma düzeyinin hemen hemen aynı olduğunu belirten Rubin (1970), yakın arkadaş ile romantik partner arasındaki farkın, partnere karşı hissedilenin romantik aşk olduğunu belirtmiştir. Romantik aşk gibi hoşlanma kavramı da üç bileşenden oluşmaktadır: Kişiye saygı duyma, kişiyi olumlu değerlendirme ve kendisine benzer olduğu algısına sahip olma. Bireyler, saygı duydukları, olumlu olarak değerlendirdikleri ve kendilerine benzettikleri kişilerden hoşlanma eğilimindedirler. Hoşlanma kavramından bahsedilebilmesi için bu üç faktörün de varlığı söz konusu olmalıdır.

## 2. 2. 2. Elaine Hatfield'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı

Çoğu kültürde insanlar tutkulu aşk ile arkadaşça aşk arasında bir ayrım yapmıştır. Hatfield vd. (2008) de bu ikisi arasında bir ayrım yaparak tutkulu aşkın zamanla azaldığını, arkadaşça aşkın ise zamanla değişmediğini ve hatta arttığını savunmuştur. Onlara göre tutkulu aşk genellikle tutku, cinsel istek ve heyecan gibi duyguların yanı sıra; özlem, kıskançlık, kaygı gibi diğer çeşitli yoğun duyguları da barındırır. Arkadaşça aşk ise, bağlanma, güven, yakınlık ve bağlılık içerir.

Hatfield vd. (2008), tutkulu aşkın (romantik aşk, aşk hastalığı, takıntılı aşk gibi adlarla da anılır.), oldukça güçlü bir duygusal durum olduğunu belirtir ve karşıdaki kişiyle birleşmek için yoğun bir istek duyulduğundan bahsederler. Tutkulu aşkı, lunaparklardaki hız trenine benzetmişlerdir. Lunaparklardaki hız trenlerine binen insanlar, heyecan, korku, mutluluk, rahatlama gibi birçok duyguyu aynı anda ve peş peşe hissetmektedirler. Bu aşkı hisseden insanlar ise lunaparktaki hız trenine binen insanlar gibi heyecan, korku, mutluluk ve rahatlama gibi birçok duyguyu deneyimlerler. Bununla birlikte, tutkulu aşk yaşayan insanların içinde bulundukları ilişkiden;

1. Birlikte paylaşılan mutluluk anları
2. Anlaşılmış ve kabul edilmiş hissetme
3. Bir birliktelik hissini paylaşma
4. Kendini güvende hissetmek
5. Kendisini sınırlayan limitleri aşabildiğini hissetme (aşkınlık)
6. Bağışıklık sisteminin güçlenmesi

Şeklinde altı farklı kazanım elde ettiği kabul edilmektedir (Hatfield & Rapson, 1993). Öte yandan birçok yoğun duygunun yaşandığı ve bununla beraber kişiye oldukça fazla kazanım sağlayan böyle bir ilişkinin bitişi ve hatta bitmesi ihtimali, kişileri olumsuz etkileyebilmektedir. Buna bir örnek

olarak, tutkulu aşk içeren bir ilişkinin sonlanması genellikle kişilerin özsaygısını oldukça olumsuz etkilediğine dair bulgular elde edilmiştir (Hatfield & Rapson, 1993).

Tutkulu aşka göre daha az yoğun olan arkadaşça aşk, bağlılık ve yakınlık duygularıyla ilişkili ve aslında hayatımızda yer edinmiş kişilere karşı duyduğumuz şefkat ile bağlantılı bir kavramdır. Arkadaşça aşk, ilişki içindeki partnerlerin birbirlerine arkadaşlığa benzer bir bağ ile bağlı oldukları, tutkulu aşk gibi inişli çıkışlı olmayan ve görece daha sakin seyreden bir duygusal ilişki biçimidir. Şefkat duygusunun ön planda olduğu ve partnerlerin birbirlerine duydukları güvenin yüksek olduğu bir tür olarak betimlenmiştir.

Hatfield ve Rapson'a (1996) göre insanların sahip olduğu duygusal ilişki şemaları; yakınlık ve bağımsızlık konusunda ne kadar rahat olduğu ve romantik ilişkilere dahil olmak için ne kadar istekli olduğuna bağlıdır. Diğer bireylerle yakınlık kurmakta rahat hissetmeyen insanlar, bu konuda bir problem yaşamayan insanlara nazaran daha olumsuz duygusal ilişki şemalarına sahip olabilirler. Bunun yanında, romantik bir ilişkiye dahil olmak için yeterli isteğe sahip olmayan insanların da diğer insanlara göre daha olumsuz duygusal ilişki şemalarına sahip olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Öte yandan insanlar, romantik ilişkiler ile ilgilenme şekillerine göre *güvenli*, *yapışkan*, *ürkək* ve *kararsız* olmak üzere dörde ayrılmaktadır. Güvenli duygusal ilişki biçimini tercih eden bireyler, yakınlık ve bağımsızlık konusunda bir sorun yaşamazlar; partnerleriyle rahatlıkla yakınlık kurabilirler ve bağımsızlıkları hakkında herhangi bir kaygı taşımazlar. Yapışkan duygusal ilişki biçimini tercih eden bireyler, yakınlık konusunda rahattır ve partnerleriyle kolay bir şekilde yakınlık kurabilirler. Ancak bu bireyler, bağımsızlık konusunda problem yaşarlar. Çok fazla bağımsızlık onları korkutmaktadır, bu durum onların partnerlerine bağımlı hale gelmesine neden olmakta ve sağlıklı bir ilişki kurmayı engellemektedir. Ürkək duygusal ilişki biçimini tercih eden bireyler, çok fazla yakınlıktan korkarlar. Partnerleriyle yakınlık kurmak onları rahatsız eder ve ilişkiye odaklanmalarını engeller. Bununla birlikte, bağımsızlık onları rahat hissettirir; bir kişiye bağımlı olmak, bu kişiyle yakın ve samimi bir ilişki kurmak onları rahatsız hissettirebileceği için bağımsızlıklarına önem verirler. Kararsız duygusal ilişki biçimini tercih eden bireyler ise ya yakınlıktan ya da bağımsızlıktan rahatsızlık duymaktadır. Kararsız bireyler ya partnerleriyle yakın bir ilişkiye girmekten çekinmektedir ya da partnerleriyle yakın bir ilişki kurabilseler dahi bağımsızlıklarını kaybedebileceklerine dair bir endişe taşımaktadırlar. Bu kararsızlık hali, onların partnerleriyle sağlıklı bir ilişki kurmalarını ve bu ilişkiden doyum sağlamalarını engellemektedir.

Hatfield ve Rapson'a (1996) göre yukarıda bahsedilen duygusal ilişki biçimlerini tercih eden insanlar dışında, romantik ilişkilerle ilgilenme düzeyi düşük olan insanlar da bulunmaktadır. Bu insanlar, bir başkasıyla duygusal bir ilişki yaşamak için yeterli istekliliğe sahip değildir ve kendi içlerinde *üstünkörü* ve *ilgisizler* olarak ikiye ayrılmıştır. Üstünkörü olanlar, yaşayacakları ilişkiyle neredeyse problemsizse ilgilenirler. Duygusal bir ilişki yaşamayı zahmetli ve çok da gerekli olmayan bir durum olarak nitelendirdikleri için, sadece uğraş gerektirmeyen bir ilişki ilgilerini çeker.

Partnerleri ve ilişkileri için gereken çabayı göstermezler, bunu bir enerji ve zaman israfı olarak değerlendirebilirler. İlgisizler ise ilişkilere hiçbir şekilde ilgi duymazlar. Onlar için duygusal bir ilişki yaşamının bir değeri yoktur, bir partnerle yakınlık kurmak gereksiz ve önemsizdir.

Hatfield, çok çeşitli faktörler üzerine çalışarak duygusal ilişki biçimlerinin hangi faktörlerden etkilendiğini çözümlemeye çalışmıştır. Bu amaç doğrultusunda Hatfield ve Rapson'un 1993'te yaptıkları çalışmada, bireylerin aşka bakış açılarının kültürden kültüre değişebileceği belirtilmiştir. Çalışmaya göre, Amerikan ve İtalyan katılımcıların hem arkadaşça aşkı hem de tutkulu aşkı olumlu bir bakış açısıyla değerlendirmelerine karşın Çinli katılımcıların, aşka çok daha olumsuz bir bakış açısıyla yaklaştığı ve aşkı diğer iki kültüre göre daha karanlık kavramlarla açıkladıkları belirtilmiştir. Hatfield vd. (2008) yaptıkları çalışmada yeni evlenmiş çiftler ve uzun yıllardır evli olan çiftler olmak üzere iki ayrı grupta çalışmışlardır. Uzun yıllardır evli olan çiftlerin arasındaki duygusal ilişki, kadınların perspektifinden değerlendirilmiştir, kadınlar hem eşlerinin duygusal ilişki biçimlerini algıladıkları haliyle açıklamış hem de kendi duygusal ilişki biçimi tercihlerinden bahsetmişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına göre, yeni evlenen kadın ve erkek çiftlerin birbirlerine hem arkadaşça aşk ile hem de tutkulu aşk ile bağlı oldukları belirlenmiştir. Bununla birlikte yeni evli çiftlerin birbirlerine eşit bir şekilde tutkulu aşk duydukları ortaya çıkmıştır. Öte yandan, yeni evli kadınların eşlerine, eşlerinin kendilerine duyduğundan daha yoğun bir biçimde arkadaşça aşk ile bağlı oldukları belirlenmiştir. Bunun yanında uzun zamandır evli olan kadınlar, eşlerinin kendilerine göre daha çok tutkulu aşk biçimini tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Zaman geçtikçe aradaki duygusal ilişki bağının yıpranıp yoğunluğunu kaybettiği ancak şaşırtıcı bir sonuç olarak, bu yıpranmanın hem tutkulu hem de arkadaşça aşk için eşit derece olduğu belirtilmiştir.

Hatfield, Utne ve Traupmann (1979), duygusal ilişkideki yıpranmayı azaltabilmek için tarafların ilişkide birbirlerine eşit olması gerektiğini düşünmektedirler. Duygusal ilişkide tarafların eşit olması, partnerlerin bu ilişkiden eşit düzeyde kazanç sağlaması ile açıklanmaktadır. Partnerler, bir duygusal ilişkiden eşit oranda kazanım elde ediyor ise bu ilişkinin eşit bir ilişki olduğu kabul edilmektedir. Romantik ilişkilerde partnerlerin arasındaki eşitlik, ilişkiyi daha istikrarlı hale getirir (aktaran Hatfield, Greenberger, Traupmann, & Lambert, 1982, s. 18). Eşitlik teorisi çeşitli önerilere dayanmaktadır, bu öneriler daha çok sosyal psikoloji üzerine yoğunlaşsa da romantik ilişkilerle alakalı hipotezler de barındırmaktadır. Örneğin teorinin üçüncü önerisine göre eşit olmayan romantik ilişkilerdeki partnerler bu ilişkiden yıpranırlar ve bu eşitsizlik ne kadar büyükse yıpranma oranı da o kadar fazla olacaktır (Utne, Hatfield, Traupmann, & Greenberger, 1984). Öte yandan Hatfield vd.'ye (1982) göre eşitliğe sahip olmayan ilişkilerde bu ilişkiden daha fazla yararlanan ve daha az yararlanan olmak üzere iki ayrı taraf olacaktır. Bu tarafların ilişkiye bakış açıları ve bu ilişkiyi sürdürme sebepleri birbirlerinden farklıdır. İlişkiden daha fazla yararlanan taraf, bu durumdan mutluluk duyarken bir yandan da içinde bulunduğu ilişkinin eşitsizliğinden yararlanarak bir fayda elde ettiği için suçluluk hissedecek ve buna rağmen, tüm bunları kaybedeceğine dair bir korku

yaşayacaktır. İlişkiden daha az yararlanan tarafın ise bir kırgınlık ve kızgınlık taşıyacağı ortadadır. İlişkideki eşitsizlik, bu kişiye zarar vermektedir ve kişi, partnerini kaybedeceği korkusu, partnerine bağımlı olması ya da manipüle edilme gibi birçok nedenden dolayı bu ilişkiyi sonlandırmada zorlanabilecektir.

### 2. 2. 3. Alan Lee'nin Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı

Lee, 1973 yılında yayınladığı *The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving* isimli kitabında duygusal ilişki biçimlerinin farklılık ve özelliklerini açıklarken Isaac Newton'ın renk çarkı teorisinden ilham almıştır. Bu teoriye göre doğada kırmızı, yeşil ve mavi olmak üzere yalnız üç çeşit ana renk vardır. Diğer bütün renkler, doğada kendi hallerinde bulunmaz, bu üç rengin farklı şekillerde karıştırılmasıyla oluşurlar. Lee (1973), Eros, Ludus ve Storge adını verdiği üç duygusal ilişki biçimini, renk çarkı teorisindeki kırmızı, yeşil ve maviye benzetmiş; tıpkı bütün renklerin doğadaki bu üç ana rengin karışımından oluşması gibi diğer duygusal ilişki biçimlerinin Eros, Ludus ve Storge'nin belirli oranlarda karışımı ile meydana geldiğini belirtmiştir. Örneğin, Eros ve Ludus'un birleşimiyle bu iki biçimin özelliklerini bir arada barındıran Mania adını verdiği yeni bir ilişki biçimi ortaya çıkar. Lee (1977) bu ayrımın ilişki biçimleri ile ilgili olduğunu, kişilik ile bir ilgisinin bulunmadığını vurgulamıştır. Bireylerin tercih ettiği duygusal ilişki biçimleri, onların kişiliklerini ortaya çıkarmamaktadır. Çok farklı kişiliklere sahip bireyler, ilişkilerinde aynı tarzdaki duygusal ilişki biçimlerini kullanmayı tercih edebilirler.

Lee 1977'deki çalışmasında birincil ve ikincil türdeki duygusal ilişki biçimlerini ayrıntılı bir şekilde incelemiştir. Eros adını verdiği tutkulu duygusal ilişki biçimi kişiler cinsel doyuma odaklanmıştır. Partner seçiminde dış görünüş oldukça büyük bir önem arz etmektedir ve kişiler fiziksel olarak ideal buldukları kişilerle birliktelik yaşamak isterler. Ludus adını verdiği oyun gibi duygusal ilişki biçiminde ilişkiler genelde kısa ömürlü olur, kişiler partnerlerini kıskanmazlar çünkü tek bir kişi ile birliktelik yaşamak yerine birden çok kişi ile ilişki yaşamak daha tatmin edici görünmektedir. Storge adını verdiği arkadaşça duygusal ilişki biçiminde kişiler oldukça yavaş bir şekilde arkadaşlıktan aşka dönüşen bir süreçten geçerler. Eros'daki gibi bir tutku ve cinsellik söz konusu değildir. Daha çok şefkat içeren ve arkadaşlıktan doğan uzun süreli bir aşka bağlanma süreci olarak ifade edilebilir.

Lee (1977), yaptığı ayrımında duygusal ilişki biçimlerini birincil, ikincil ve üçüncül olarak ayırmasındaki nedenin; ikincil olarak nitelendirdiği duygusal ilişki biçimlerinin, birincil olarak nitelendirdiği duygusal ilişki biçimlerinden ve üçüncül olarak nitelendirdiği duygusal ilişki biçimlerinin ise birincil ve ikincil stillerden türemesi olduğunu belirtir. Yani ikincil duygusal ilişki biçimleri, birincil ilişki biçimlerinden daha değersizdir demek yanlış olacaktır. Bu ayrım, bir değer ayrımı değildir. İkincil duygusal ilişki biçimlerinden Mania adını verdiği sahiplenici aşk, Eros ve Ludus'un bazı yönlerinin birleşiminden oluşmuştur. Bu ilişki biçiminde kişi sevildiğini tekrar tekrar

duymak ister. Takıntılı, kıskanç ve duygusal olarak yoğunluk barındıran bir stildir. Kişi partneriyle oldukça yakın olmak ve ondan hiç ayrılmamak ister. Sürekli partnerinin ilgi ve sevgisini hissetmek onun için önemlidir. Kendi yaşadığı yoğun duyguları partnerinin de yaşadığından emin olmak istemektedir. Agape adını verdiği özgeci duygusal ilişki biçimi, Eros ve Storge'nin bazı yönlerinin birleşiminden oluşmuştur. Bu ilişki biçimi oldukça fedakârlık içerir, kişi herhangi bir karşılık beklemeden karşısındakini sever. Şefkat, bu biçimde gözlemlenen bir değerdir. Birey, sevgi duyduğu kişinin iyi ve mutlu olduğunu görmek ister. Hiçbir beklenti taşımadan şefkatle bu kişinin iyiliği için uğraşabilir. Son olarak Ludus ve Storge'nin bazı yönlerinin bir araya gelmesiyle Pragma adı verilen duygusal ilişki biçimi oluşur. Bu ilişki biçiminde kişiler partnerlerini demografik özelliklerine bakarak seçer. Eğitim, meslek, din, yaş ve diğer birçok demografik özellik dikkate alınır. Birey, partner seçiminde belirlediği kriterleri taşımayan kişilere karşı ilgi ve aşk duymaz. Ancak seçtiği kriterleri taşıyan kişileri, kendi partneri olmaya aday olarak görür.

Lee, kişilerin ilişki biçimi tercihlerini etkileyen faktörleri belirlemek üzerine de çalışmalar yürütmüş ve kişinin aile yaşantıları ile seçtiği duygusal ilişki biçimi arasında bir bağlantı olduğunu düşünmüştür. Bunun için yaşadıkları romantik ilişkilerde farklı ilişki biçimlerini tercih eden kişilerin aile yaşantılarını derinlemesine araştırmıştır. Bu araştırmaları sonucunda elde ettiği bilgileri literatüre kazandırmaktaki amacının genelleme yapmak olmadığını özellikle vurgulamıştır. Ona göre tipik Eros aşığı, mutlu bir çocukluk geçirmiş ve aile bireyleriyle yakın ilişkiler kurmuştur. Bununla birlikte, duygusal ilişkilerinde aşırı istekli olmadan veya takıntılı bir şekilde sahiplenmeden yaşadıkları duygusal yoğunluğun tadını çıkarır; ilişki konusunda kendine güvenmektedir. Fiziksel olarak belirli bir ideal tipi vardır ve bu tipi detaylarıyla tarif edebilir. Öte yandan tipik Ludus aşığının, mutluluk ve mutsuzluklarla dolu ortalama bir çocukluğu olmuştur ve içinde bulunduğu an itibarıyla hayattan zevk almaktadır ancak kendini bir yere ya da birine bağlanmaya hazır hissetmemektedir. Duygusal ilişkilerinde çok fazla bağlanmamayı tercih eder ve kolaylıkla partner değiştirebilir. Birden çok ideal tipi vardır ve bunlar arasında hızlı geçişler yapabilir. Storge aşığı ise korumacı bir aileye sahiptir ve genellikle birden fazla kardeşi vardır. Onun için arkadaşlarıyla ilişkileri oldukça önemlidir ve romantik ilişkilerin, derin arkadaşlık bağlarından doğduğuna inanmaktadır. Ludus ve Eros'un tersine belirli bir ideal tipi yoktur. Cinsellik ve cinsel çekim de yine aynı şekilde Ludus ve Eros'daki gibi başlangıçta değil, ilişki ilerledikçe ortaya çıkmaktadır. Storge aşığı, partneriyle aynı ilgi alanlarına sahip olmayı ve ortak aktiviteler yapmayı oldukça önemsemektedir. Tipik Mania aşığına bakıldığında ise, Eros aşığıyla aynı derecede yoğun duygular yaşadığı ve partneriyle oldukça meşgul olduğu görülür. Ancak öte yandan Ludus aşığıyla aynı şekilde duyguları bastırma ve ilişkiyi manipüle etme arzusu vardır. Durumları adeta bir nefret-aşk ilişkisi gibidir. Mania aşığının çocukluğu mutsuz geçmiştir, genellikle yalnızdır ve duygusal ilişki yaşama konusunda kaygılıdır. Kesin bir ideal tipi olmamakla birlikte genelde başlangıçta hoşlanmadığı kişilerden etkilenmeye meyillidir. Mania aşığının zihni, takıntılı sayılabilecek bir düzeyde partneriyle meşguldür, her türlü

olası rakibi ve felaketi hayal eder. Ancak buna rağmen çok geç olana kadar ilişkinin gidişatını zorlaştıracak olası uyarıları veya işaretleri görmezden gelir. Pragma aşığında ise durum daha farklıdır. Ludus'un manipülatif tarafları ile Storage'nin arkadaşlık taraflarının bir karışımı olan Pragma aşığı, partnerinin doğal bir şekilde gelip kendisini bulmasındansa onu bulmak için uğraşır. Partner olarak seçeceği kişi bir arkadaş olabilir ancak arkadaşı olmayan birinden de etkilenmesi olasıdır. Agape tipi ise genelde daha yaşlı ve duygusal olgunluğa ulaştığı düşünülen kişilerde görülmektedir. Agape aşığı, aşkın bir duygu ya da çekim olduğunu düşünmez. Ona göre aşk, irade tarafından yönetilen bir görevdir. Partnerin nitelikleri veya görünümü önemli değildir. Ona göre herkes sevgiye layıktır.

Zaman içinde ilişkiler, çeşitli değişimlere maruz kalırlar ve ilişki içi denge ve duygular yoğun bir değişime maruz kalabilir. Lee'ye (1977) göre duygusal ilişki biçimleri zaman içerisinde çeşitli değişimler geçirerek birbirine evrilebilmektedir. Örneğin bir kişinin partnerine karşı hissettiği aşkın biçimi zamanla Eros'tan Storage'a evrilebilir.

## **2. 2. 4. Robert J. Sternberg'in Duygusal İlişki Biçimleri Kuramı**

Sternberg (2006), *The Duplex Theory of Love* adını verdiği kuramında, aşkı iki alt kategoride inceler. Öncelikle aşkın üçgenli bir yapıya sahip olduğunu belirttiği Üçgen Aşk teorisi (*Triangular Theory of Love*) ile aşk kavramını bir yapıya oturtur. İkinci kategoride ise farklı duygusal ilişki biçimlerinin yani üçgenlerinin nasıl oluştuğunu incelemektedir.

### **2. 2. 4. 1. Üçgen Aşk Teorisi**

Üçgen Aşk teorisine göre aşkın üç bileşeni vardır ve bunlar ile hayali bir üçgen oluşturulabilir:

1. Yakınlık bileşeni, kişinin sevgi dolu ilişkilerde yaşadığı yakınlık duygularını ifade etmektedir ve üçgenin üst ucunu oluşturur. Bu bileşen, ayırt edilmeksizin her sevgi ilişkisinde belirli bir düzeyde bulunmaktadır. Öte yandan, üçgenin diğer köşelerini oluşturan tutku ve karar/bağlılık bileşenlerin, yakınlık bileşenine göre görülmeleri daha zordur ve daha seçici olarak yaşanmaktadır (Sternberg, 1986). Yakınlık bileşeni, örneğin anneye karşı duyulan sevgide, bir sevgiliye karşı duyulan sevgide ve hatta bir arkadaşına duyulan sevgide hemen hemen aynı derecede yer almaktadır ancak tutku ve karar/bağlılık bileşenleri, farklı ilişki biçimlerine göre özelleşmektedir. Sternberg'e (1986) göre sevgiliye karşı duyulan sevgide, çoğunlukla tutku bileşeni ağır basmaktadır. Çünkü partnerler arasında romantik bir ilişki biçimi vardır ve tutku bileşeni, neredeyse bütün romantik ilişki biçimlerinde bulunmaktadır. Sternberg ve Grajek, duygusal ilişki biçimlerinin ve aşkın bileşenlerinin cinsiyet ile bağlantılarını incelemek üzere yaptıkları 1984'teki çalışmalarında erkek ve kadın katılımcıları ayrı ayrı değerlendirmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre erkekler, sevgililerini hayatlarında bulunan diğer herkesten daha çok sevip hoşlanırken, kadınlar sevgililerini

ve hemcins en yakın arkadaşlarını eşit oranlarda severler. Öte yandan kadın katılımcıların, hemcins en yakın arkadaşlarından sevgililerine oranla daha çok hoşlandıklarını belirtmişlerdir. Bununla birlikte yine aynı çalışmada, çekirdek aile üyelerine duyulan sevgi miktarının öngörülebileceği ancak çekirdek aile dışındaki bireylere karşı duyulan sevgi miktarını öngörmenin mümkün olmadığı da belirtilmiştir. Her insan, çekirdek aile üyelerini belirli bir oranda sevmektedir ve bu oran kişiler arasında büyük farklılıklar göstermez. Ancak çekirdek aile üyeleri dışındaki bireylere duyulan sevgi düzeyini tahmin etmek oldukça zordur. Bu insanlara duyulan sevgiyi etkileyen birçok faktörün yanı sıra: (a) sevilen kişinin refahını artırma arzusu, (b) sevilen kişiyle yaşanmış mutluluk, (c) sevilen kişiye yüksek saygı, (d) ihtiyaç anında sevilene güvenilebilme, (e) sevilen ile karşılıklı anlayış, (f) kendini ve mal varlığını sevilen kişiyle paylaşma, (g) sevilenden duygusal destek alabilme, (h) Sevilen kişiye duygusal destek verme, (i) Sevilen kişiyle yakın iletişim kurma ve (j) Sevilen kişiye hayatında değer verme gibi faktörlerin de yakınlık bileşeni açısından önemli olduğu vurgulanmıştır (Sternberg, 1986). Aşkı yaşamak için bu faktörlerin tümünün varlığı gerekli değildir. Sevgi için önemli olan faktörler kişiden kişiye değişmektedir ve bunların bir kısmını yaşamak dahi, sevginin yakınlık bileşenini deneyimlemekte yeterli olmaktadır.

2. Tutku bileşeni, çoğunlukla romantizme, fiziksel çekiciliğe ve cinsel olarak tamamlanmış hissetmeye götüren dürtüleri kapsar ve üçgenin sol ucunu oluşturur. İlişkilerin cinsel boyutuyla yakından ilişkilidir. Bireylerin hissettikleri cinsel çekim ve uyum, bu bileşenin etkisi altında işlemektedir. Sternberg'e (1986) göre bu bileşen sadece cinsellik yoluyla deneyimlenmez. Romantik olmayan ilişkilerde de tutku bileşeninin varlığı söz konusudur ve bu ilişkilerde tutku cinsellikle değil; özsaygı, destek, bakım, bağlılık, egemenlik, boyun eğme ve kendini gerçekleştirme gibi diğer ihtiyaçlar aracılığıyla deneyimlenir. Bu ihtiyaçların hangilerinin daha çok karşılanmaya gerek duyulduğu, kişilere, durumlara ve ilişki türlerine göre değişiklik gösterecektir. Aşkın tutku bileşeni, yakınlık bileşeniyle karşılıklı bir etkileşim içindedir. Örneğin, karşı cinsten bireylerle bazı yakın ilişkilerde, tutku bileşeni neredeyse anında gelişir ve ancak bir süre sonra yakınlık bileşeni gelişir. Tutku bileşeni, bireyi ilişkinin başlangıcında bu ilişkiye çeken nedendir. Öte yandan yakınlık bileşeni, ilişkide yakınlığın sürdürülmesine yardımcı olur. Ancak romantik olmayan diğer yakın ilişkilerde, tutkunun yakınlıktan sonra geliştiği görülmektedir.

3. Karar/Bağlılık bileşeni ise kısa vadede birinin diğerini sevme kararını ve uzun vadede bu sevgiyi sürdürmeye yönelik bağlılığını kapsar ve üçgenin sağ ucunu oluşturur (Sternberg, 1986). Aşkın karar/bağlılık bileşeni, kısa vadeli ve uzun vadeli olmak üzere iki yönden oluşur. Bir kişiyi sevmeye karar vermek, kısa vadeli yönü betimlemektedir. Bir kişiyi sevmeye karar verdikten sonra bu sevgiyi sürdürmeye duyulan bağlılık ise uzun vadeli yönü oluşturmaktadır. Bu iki yön her zaman bir arada bulunmak zorunda değildir. Bireyler genellikle, karşısındaki kişinin kendisini sevmeye yönelik kararından emin olmadan önce bu kişinin sevgisine kendilerini çoktan adanmışlardır. Öte

yandan, yakınlık ve tutku bileşenini deneyimlemeyi kontrol etmek oldukça zorken karar/bağılılık bileşeni için durum böyle değildir. Bu bileşenin kontrolü, diğer iki bileşene göre çok daha kolaydır.

Sternberg'e (1986) göre kişinin yaşadığı aşkın yoğunluğu, bu üç bileşenin toplamının gücü ile ilişkilidir. Bir kişiye karşı duyulan sevgi miktarı, bu bileşenlerin gücüne tek tek bakılarak değil; bütün bileşenlerin gücünün toplamına bakılarak belirlenir. Bununla birlikte, her bir bileşenin güçlülük ve zayıflık oranlarına göre farklı duygusal ilişki biçimleri ortaya çıkmaktadır.

Sternberg ve Grajek 1984'teki aşkın doğal yapısını araştırdıkları çalışmalarında aşk ile ilgili üç farklı model arasındaki farklılık ve benzerlikleri yordamaya çalışmışlardır. Bu modellerden ilki olan *Spearmanian* modelde aşk, yapısal olarak temelde ayrıştırılmaz olan, oldukça olumlu ve duyguyu yüklü bir küredir ve sevgiyi deneyimlemek, bu son derece olumlu duygu küresini deneyimlemek olacaktır (Sternberg & Grajek, 1984). Bu modellerden ikincisi olan *Thomsonian* modelde ise aşk, bir dizi duygulanım, biliş ve motivasyon kombinasyonlarından oluşur. Aşkın yapısı, *Spearmanian* modeldeki gibi tek bir bütünden oluşmaz ve belirli yakın ilişkilerde birlikte ortaya çıkma eğiliminde olan çok sayıda temel bağa ayrıştırılabilir (Sternberg & Grajek, 1984). *Thurstonian* modele göre ise aşk, aşk olarak tanımladığımız genel deneyimimizde eşit öneme ve belirginliğe sahip küçük, tutarlı bir duygu dizisidir ve bu duygu dizisindeki her bir öge, aynı anda aşk deneyimine katkıda bulunmaktadır (Sternberg & Grajek, 1984).

#### 2. 2. 4. 2. Farklı Duygusal İlişki Biçimleri

Bir önceki başlık altında bahsedilen Üçgen Aşk Teorisi'ndeki bileşenlerin ilişkideki ağırlık oranlarına göre ortaya farklı duygusal ilişki biçimleri çıkmaktadır. Sternberg, 1986'daki çalışmasında toplamda sekiz tane duygusal ilişki biçimi olduğunu belirterek bunları detaylı bir şekilde açıklamıştır:

1. Sevginin Yokluğu (*Nonlove*): Bu ilişki biçimi, gündelik iletişimimizin çoğunda kendine yer edinmiştir. Sevginin üç bileşenin hiçbirini içermeyen, sıradan etkileşimleri ifade etmektedir. Örneğin bir satıcı ve müşteri arasında gerçekleşen kısa süreli iletişimde Sevginin Yokluğu hali söz konusudur. İletişimin tarafları olan bireyler arasında hiçbir bağ yoktur.

2. Hoşlanma (*Liking*): Tutku ve karar/bağılılık bileşenlerinin var olmadığı, sevginin yalnızca yakınlık bileşeninin görüldüğü ilişkileri ifade etmektedir. Bu terim, bir kişinin yalnızca sıradan tanıdıklara ve hayatından gelip geçenlere karşı sahip olduğu duyguları tanımlamak için değildir. Daha ziyade, birinin ilişkilerde deneyimlediği, gerçekten arkadaşlık olarak nitelendirilebilecek bir dizi duyguyu ifade eder.

3. Delicesine aşk (*Infatuated Love*): İlk görüşte aşktır. Aşkın yakınlık ve karar/bağılılık bileşenlerinin yokluğunda tutkunun yoğun olarak deneyimlendiği bir türdür. Bireylerin, tamamen tutkunun etkisiyle hareket ettikleri bir tür olarak betimlenmektedir. Artan kalp atışı, kalp çarpıntısı,

artan hormonal salgılar, cinsel organlarda ereksiyon ve benzeri gibi somatik semptomlarla kendini gösteren yüksek derecede psikofizyolojik uyarılma ile karakterizedirler.

4. İçi Boş Aşk (*Empty Love*): Bu ilişki biçiminde, aşkın hem yakınlık hem de tutku bileşeni mevcut değildir, yalnız karar/bağlılık bileşeninin varlığı söz konusudur. İlişkideki taraflar birbirlerine karşı yakınlık hissetmedikleri gibi cinsel bir çekim de hissetmezler. Taraflar sadece, partneri sevmek ve bu sevgiyi sürdürme kararlığına sahiptir. Yıllardır devam eden, ancak bir zamanlar onları karakterize eden hem karşılıklı duygusal katılımı hem de fiziksel çekiciliği kaybetmiş olan durgun ilişkilerde karşılaşılabilen türden bir aşktır. Çok uzun süredir devam eden ilişkilerin son aşamasında gözlenmesi muhtemeldir. Öte yandan, görücü usulü evlilikler gibi başkaları tarafından düzenlenen evlilik bağlarının başlangıcında da karşımıza çıkabilmektedir.

5. Romantik Aşk (*Romantic Love*): Bu ilişki biçimi, aşkın yakınlık ve tutku bileşenlerinin birleşimiyle oluşmaktadır. Romantik aşklar sadece fiziksel olarak birbirlerine çekilmekle kalmaz, aynı zamanda duygusal olarak da bağlanırlar. Partnerler arasında bir yakınlık ve cinsel çekim vardır. Yalnız karar/bağlılık bileşeni, bu ilişki biçiminde görülmemektedir. Yalnızca tutku bileşeninin yoğun olarak görüldüğü Delicesine Aşk adı verilen ilişki türünün zamanla Romantik Aşk'a evrilmesi muhtemeldir.

6. Arkadaşça Aşk (*Companionate Love*): Bu ilişki biçimi, aşkın yakınlık ve karar/bağlılık bileşenlerinin birleşiminden gelişir. İlişkideki cinsel çekim ya bitmiştir ya da hiç oluşmamıştır. Tutku bileşenin yokluğunda, görece daha sakin seyreden ilişkilerde karşılaşılabilmektedir. Esasen, tutku bileşeninin öldüğü evliliklerde sıklıkla görülen türden, bir sürekliliği olan uzun vadeli bir ilişki biçimi olduğu göze çarpmaktadır.

7. Akılsız Aşk (*Fatuous Love*): 7. Bu ilişki biçimi, yakınlık bileşeninin yokluğunda tutku ve karar/bağlılık bileşenlerinin birleşiminden kaynaklanır. Partnerler arasında sağlıklı bir duygusal bağ oluşmadan cinsel çekim oluşmuş ve genellikle bu cinsel çekime bağlı olarak partneri sevmek kararı ortaya çıkmıştır. Genellikle çok hızlı ilerleyen ilişkilerde karşımıza çıkmaktadır. Ancak bu aşk, tutku bileşeninin etkisi azaldığında, başladığı hızda bitme ihtimaliyle karşı karşıyadır.

8. Mükemmel Aşk (*Consummate Love*): Mükemmel aşk, aşkı oluşturan üç bileşenin tam ve orantılı birleşimiyle oluşmaktadır. Sağlıklı bir ilişkinin oluşması için bütün bileşenler mevcuttur. Birçoğumuzun, özellikle de romantik ilişkilerde, ulaşmaya çalıştığı bir duygusal ilişki biçimidir.

Duygusal ilişki biçimleri ve aşk, birçok faktörden etkilenirken mutluluk gibi birçok faktörü de etkilemektedir. Literatür incelendiğinde mutluluk düzeyinin duygusal ilişkilerden oldukça yüksek düzeyde etkilendiği görüşünü destekleyen çalışmalar olduğu görülmektedir (Wilson, 1967; Demir, 2010; Steptoe, 2019). Bu nedenle, duygusal ilişki biçimleri ile duygusal ilişkilerdeki mutluluk arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Bu incelemelere değinilmeden önce mutluluk ve duygusal ilişkideki mutluluk hakkında yapılan literatür taramasının paylaşılması uygun bulunmuştur.

### 2. 3. Mutluluk

TDK (b)'nin (2022) yayınladığı internet sözlüğünde mutluluk, “bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu” olarak tanımlanmıştır. Berridge ve Kringelbach'e (2016) göre batılı psikolojik ve felsefi çerçevelerde, ilk olarak Aristoteles tarafından önerilen mutluluk tanımı dikkate alınmış ve çalışmalar bu tanım doğrultusunda ortaya çıkmıştır. Aristoteles mutluluğun, hedonia (zevk) ve eudaimonia (iyi yaşanmış, anlamlı bir yaşam) olmak üzere iki yönünün olduğunu belirtmiştir. Yaklaşık 2000 yıldan beri bu ayrımı kabul ederek mutluluğu hedonik veya eudaimonik yönüyle araştıran birçok araştırmacı mevcuttur (Berridge & Kringelbach, 2016). Mutluluğun eudaimonik yönünü vurgulayan araştırmacılara göre bir insan, hayatında hiç zevk almamış bile olsa eğer iyi ve anlamlı bir hayat yaşadıysa mutludur. Öte yandan, mutluluğun hedonik yönünü vurgulayan araştırmacılara göre kişi, zevk aldığı oranda mutludur.

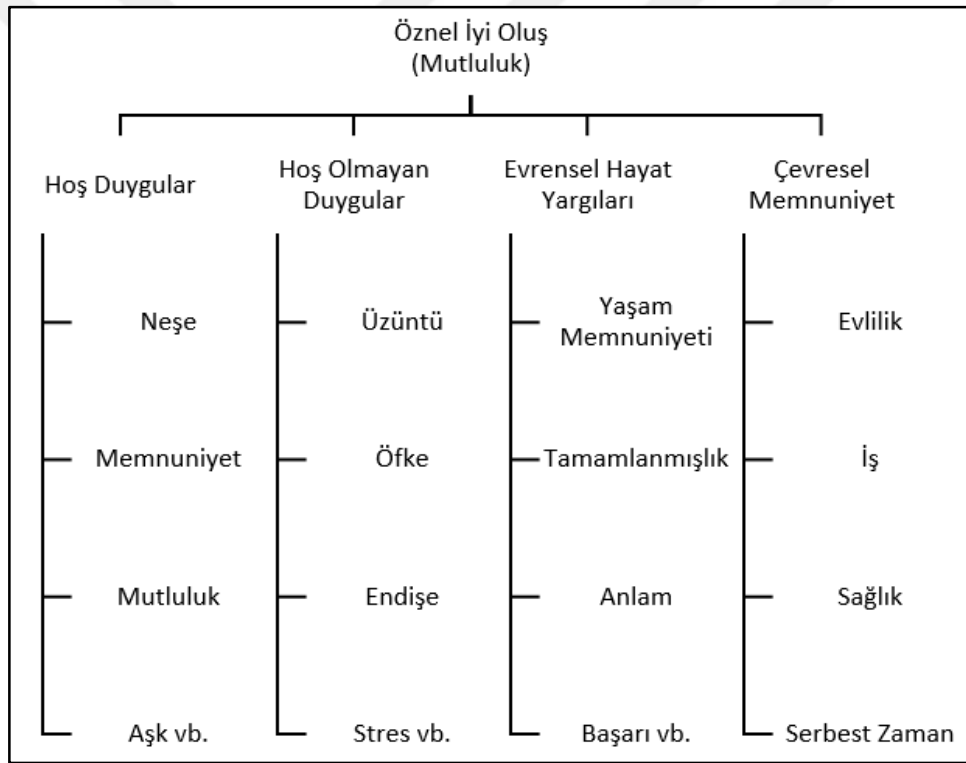
Freud (1930), mutluluğun hedonik yönünü vurgulayarak, kişilerin hayatları boyunca acıdan kaçarken güçlü zevk duygularını deneyimlemeyi amaçladıklarını ve bu şekilde mutluluğa ulaşmaya çalıştıklarını belirtmiştir. Veenhoven'a (2003) göre ünlü filozof Bentham hedonik bir bakış açısıyla yaklaşarak mutluluğu, zevk ve acıların toplamı olarak tanımlamıştır. Veenhoven (2003) ise yine aynı şekilde hedonik bakış açısından yararlanarak mutluluğu, kişinin yaşamından genel olarak aldığı zevk olarak tanımlamıştır. Berridge ve Kringelbach'e (2016) göre ise, mutluluğun hem hedonik hem de eudaimonik yönü eşit derecede önemlidir. Mutlu bir birey hem anlamlı bir hayata sahiptir hem de hayattan zevk alıyordur. Bu iki faktör de eşit derecede önemlidir ve birbirlerinden üstün olamazlar. Mutluluğun tanımı yapılırken de her iki yönden faydalanılmalıdır. Fisher'a (2010) göre mutluluk, hoş ruh halleri ve hoş duygular, iyi oluş ve olumlu tutumlar bütünüdür. Ahmed'e (2010) göre mutluluk, insanın hayatına bir anlam, düzen ve amaç veren, kişinin elde etmeyi arzuladığı ve amaçladığı bir kavramdır. Kangal'a (2013) göre ise mutluluk, bireylerin yaşam doyumu ve olumlu duygularının toplamıdır. Diener'e (2000) göre mutluluk, bireyin çoğunlukla olumlu duygular yaşaması ve nadiren olumsuz duygular deneyimlemesidir. Diener, Scollon ve Lucas (2009), çalışmalarında başka bir tanımlama daha yaparak mutluluğun, zevk, yaşam doyumu, olumlu duygular, anlamlı bir yaşam ve memnuniyet duygusunun bir bütünü olduğunu belirtmişlerdir. Mutluluk bilinçli bir zihnin ürünüdür, yaşamın ve yaşamının bir sonucudur.

Mutluluk, çok katmanlı bir yapıya sahiptir. Veenhoven (2003), mutluluğu, makro, meso ve mikro olmak üzere üç farklı düzeye indirgeyerek incelemiştir. Makro düzeyde mutluluk, zenginlik, adalet ve özgürlük gibi toplumsal niteliklere bağlıdır. Birey, toplumun hoş karşıladığı özelliklere sahip olmakla ve yine aynı şekilde içinde yaşadığı toplumun da bu özelliklere sahip olmasıyla makro düzeyde mutluluk ihtiyacını giderebilecektir. Meso düzeyde mutluluk, işte veya bakım kurumlarında özerklik gibi kurumsal niteliklere bağlıdır. Birey, hayatının büyük kısmını kurumsal ortamlarda geçirdiği için bu ortamlardaki mutluluk ihtiyacının karşılanması oldukça önemlidir ve mutluluğun meso katmanını bu ortamdaki ilişkiler oluşturmaktadır. Mikro düzeyde mutluluk ise etkinlik,

bağımsızlık ve sosyal beceriler gibi kişisel yeteneklere bağlıdır. Diener (2000) ise mutluluğun aşağıda belirtilen bileşenleri içerdiğini belirtmiştir:

1. Yaşam doyumu (kişinin yaşamına ilişkin genel yargıları),
2. Önemli alanlardan doyum (örneğin, iş doyumu),
3. Olumlu duygulanım ve
4. Düşük düzeyde olumsuz etki.

Diener, Scollon ve Lucas (2009), Antik Yunan döneminden beri mutluluğa değişik tanımlar getirildiğini ve bu sebeple mutluluğu bir tanımla sınırlamanın oldukça zor olduğunu belirtmişlerdir. Öte yandan, mutluluğun diğer bir adının öznel iyi oluş olduğunu ve bu ikisinin eş anlamlı isimler olduğunu düşünmüşlerdir. Bütün bu tanımlar ve yapılan çalışmalar göz önüne alındığında mutluluk kavramının hiyerarşik bir düzende gösterilebileceğine dikkat çekmişlerdir.



Şekil 1. Mutluluğun hiyerarşik modeli (Diener, Scollon, & Lucas, 2009)

Diener'e (2000) göre bireyin yoğun mutluluk düzeyleri yaşaması ve hayatında sürekli bu yüksek mutluluk düzeylerinin olmasını beklemesi, bu kişinin mutlu olduğu anlamına gelmez. Tam tersine, normal düzeyde olmasıyla beraber süreklilik arz eden mutluluklar yaşayan insanlar daha mutludur ve yaşamdan aldıkları doyum da bir o kadar yüksektir. Brickman ve Campbell'in 1971'deki çalışmaları da bu düşüncüyü destekler yöndedir. Brickman ve Campbell'e (1971) göre insanlar tüm hayatları boyunca *hedonik koşu bandı* adını verdikleri bir tür hayali koşu bandı üzerinde koşmaktadır. Olumsuz hayat koşullarıyla karşılaşan insanlar, başlangıçta mutsuz olsalar da zamanla bu duruma

alışırlar ve artık bu olumsuz koşullar onları mutsuz etmez. Aynı şekilde ulaşmayı hedefledikleri noktalara erişen insanlar her zaman daha yüksek bir noktayı hedeflerler ve böylece beklentileri yükselmeye devam eder. Brickman ve Campbell (1971), insanların bu döngü sonunda hedonik kararlılık adını verdikleri bir aşamaya geçtiğini belirtmişlerdir. Bu aşama, bireylerin sahip oldukları genel ruh haline dönüşü ifade etmektedir (aktaran Diener, 2000, s. 37). Özetle, insanlar kötü ve iyi olaylara başlangıçta oldukça büyük tepkiler verirler ancak zamanla her birey, orijinal mutluluk seviyesine geri dönmektedir. Öte yandan depresyon, stres gibi negatif durumlara sahip olmayan insanların mutlu olduklarını iddia etmek, doğru bir yaklaşım değildir (Stephoe, 2019). Bireyler normal bir duygu durumuna sahip olsalar dahi, mutlu hissetmeyebilirler. Mutluluğu yalnızca psikolojik probleme sahip olmama şeklinde değerlendirmek doğru bir yaklaşım değildir. Mutlu hissetmenin birçok faktörü vardır ve bu faktörler kişiden kişiye değişim gösterebilmektedir. Her birey, mutlu hissedebilmek için bu faktörleri kendi hayatlarına sokmaya, bu faktörleri elde etmeye çalışırlar. Bu nedenle, kendilerini mutlu edecek faktörlere sahip olmayan ve psikolojik problemleri olmayan bireyler de mutsuz olabilirler.

Mutluluk, yaşam deneyimlerinden etkilenirken aynı doğrultuda yaşantıyı etkilemektedir. Örneğin Veenhoven'a (2003) göre mutluluk, insanları fedakârlık davranışlarına yönlendirirken öte yandan bireyleri sosyalleşmeye teşvik edebilmektedir. Mutlu bireyler, diğer insanlarla vakit geçirmekten hoşlanırlar. Bunun yanında, diğer insanlara yardım etmeyi, kendi zaman ve enerjisini harcayarak bir başka insanın hayatını güzelleştirmeyi severler. Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade'e (2005) göre mutluluk, zihinsel ve fiziksel sağlığın ayrılmaz bir parçasıdır. Mutlu olmayan insanların zihinsel ve fiziksel olarak sağlıklı olduklarından bahsetmek mümkün değildir. Steptoe (2019)'ya göre ise mutluluğun yokluğu, çeşitli hastalıkların ortaya çıkma riskini artırmaktadır. Ayrıca ciddi hastalıklara sahip insanların mutluluğu, sahip oldukları bu durumdan olumsuz yönde etkilenmektedir. Öte yandan, mutlu insanların daha başarılı öz kontrol, öz düzenleme ve başa çıkma yetenekleri olması olasıdır (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005). Literatür, mutlu bireylerin nispeten daha işbirlikçi, toplum yanlısı ve hayırsever olma eğiliminde olduğunu öne sürmektedir (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005). Wilson (1967)'a göre mutlu insanlar, geniş bir çevre ve zekâ aralığına sahiptir. Mutlu bireylerin özgüveni ve iş morali yüksektir. Mutluluk; genç, sağlıklı, iyi eğitim almış, işinden iyi bir ücret kazanan, dışa dönük, iyimser, kaygısız, dinine bağlı ve evli bireylerde gözlenmektedir. Wilson (1967), mutlu insanların yüksek ruh hali ve yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu, çevreye karşı duyarlı ve sosyal olduklarını belirtmiştir.

Veenhoven (2003), mutluluğun geçici bir durum olmadığını vurgulamıştır. Gündelik dildeki kullanımının aksine burada bahsedilen mutluluk, geçici olmayan, sabit bir seyri olan, yaşam olaylarından etkilense de süreğenliğini bozmayan bir kavramdır. Watson'a (1930) göre mutluluk, ebeveynlerin maddi durumu ve eğitimi, zekâ ve okul başarısı ile ilgili değildir; sağlık, yüksek iş morali, mutlu bir yuva ve bir eş de dahil olmak üzere diğer insanlarla iyi ilişkiler, mutluluk düzeyini

artıran faktörlerdir (aktaran Wilson, 1967, s. 294). Barker ve Martin (2011) ise zenginlik, eğitim, ırk ve cinsiyet gibi faktörlerin, uzun vadeli mutluluk üzerinde büyük bir etkileri olmadığını belirtmişlerdir. Onlara göre, insanlar içinde bulundukları her koşula uyum sağlama eğilimindedirler ve belirli bir süre geçtikten sonra kişileri mutsuz eden durumlar, bu kişilerin normal haline gelecektir. Böylelikle mutluluk düzeyleri, uzun vadede etkilenmeyecektir. Bireylerin mutluluk düzeylerini değiştirmenin tek yolu, alışkanlıkları ve düşünceleri değiştirmektir (Barker & Martin, 2011). Mutluluk, gerçek olaylardan çok düşünce kalıplarına bağlıdır. Mutluluğu artırmak için; geçmiş hakkında bağışlama ve minnettarlığı teşvik etmek, içinde bulunulan andan zevk almak ve geleceğe umut ve iyimserlikle bakmak gibi belirli düşünme biçimlerini geliştirmek gerekir (Barker & Martin, 2011). Steptoe'ya (2019) göre, karakter, genetik, evlilik durumu ve aile, eğitim, sosyoekonomik durum, zaman kullanımı ve yapılan aktiviteler, sosyal ağlar ve maruz kalınan stres, mutluluğu etkileyen faktörlerdir. Bu faktörlerin etki derecesi kişiden kişiye değişebileceği gibi, eşit bir etkiye de sahip olabilmektedirler. Öte yandan Barker ve Martin'e (2011) göre mutluluk, bireysel başarılarından çok, diğer insanlarla kurulan bağlantılar aracılığıyla oluşturulur. İnsanlarla kurulan ilişkilerin yoğunluk ve türleri, bireylerin mutluluk düzeylerini etkilemektedir. Bireylerin diğer insanlarla ilişkilerinde beklenti ve istekleri değişebilmektedir. Bu beklenti ve isteklerin karşılanma durumu, ilişkilerdeki mutluluk kavramını ortaya çıkarmaktadır.

### 2. 3. 1. Duygusal İlişkide Mutluluk

Baumeister ve Leary'e (1995) göre tüm insanlar ait olma ihtiyacıyla yaşarlar. Bu ihtiyaç, bireyleri diğer bireylerle çeşitli bağlar ve iletişimler kurmaya yönlendirir. Toplumdaki diğer bireylerle kurulan ilişkiler sayesinde ait olma ihtiyacı tatmin edilir ve birey mutlu hissedebilir. Eğer toplumun diğer üyeleriyle gerekli ilişkiler kurulmazsa bu durum, kişilerin ihtiyaçlarını giderememelerine neden olur ve mutluluk düzeyleri bu durumdan olumsuz yönde etkilenir. Bu bağlamda, diğer insanlarla kurulan ilişkiler, kişilerin mutluluğunu da etkilemektedir (Baumeister & Leary, 1995).

Argyle'e (2001) göre mutluluğun var olabilmesi için çeşitli faktörlere ihtiyaç vardır. Bu faktörler: Sosyal ilişkiler, iş ve boş zaman olarak belirtilmiştir. Bununla birlikte Argyle'e (2001) göre duygusal ilişki, evlilik ve hatta arkadaşlık ilişkileri, mutluluğun ana kaynağıdır. Çeşitli sosyal ilişkiler kurmayan bireyler, mutlu olamazlar. Reis'e (2001) göre sosyal ilişkilere sahip olan bireyler, olmayanlara göre daha mutludur, daha sağlıklıdır ve daha uzun süre yaşarlar. Camfield, Choudhury ve Devine'a (2009) göre diğer bireylerle kurulan yakın ilişkiler, mutluluk için oldukça önemlidir. Ancak hangi tür ilişkinin mutluluğu ne kadar etkileyeceği, kişiden kişiye değişmektedir. Örneğin, uzun yıllardır evli olan yaşı ilerlemiş bir kadın, daha çok çocukları ile kuracağı yakın ilişkileri önemser ve bu ilişkiler mutluluk düzeyini yoğun olarak etkiler. Öte yandan, henüz yeni evli olan

genç bir kadın için en büyük mutluluk kaynağı, kocasıyla kuracağı yakın ilişki olacaktır (Camfield, Choudhury, & Devine, 2009).

Romantik partnerlerle kurulan duygusal ilişkiler, bireyler tarafından hayatları boyunca kurdukları en yakın ilişki olarak tanımlanabilmektedir (Demir, 2010). Diğer ilişkilere göre daha fazla yakınlık barındırdığı belirtilen duygusal ilişkilerin, genel mutluluk düzeyini belirlemedeki rolü büyüktür. Duygusal ilişkilerdeki mutluluk, bireylerin kullandıkları ilişki biçimleri, ilişkiden beklenti ve istekleri gibi çeşitli değişkenler doğrultusunda şekillenmektedir. Mutluluk düzeyini etkileyen bütün nedenleri belirlemek ve ilişkideki mutluluğun boyutlarını incelemek oldukça zor olsa da Orden ve Bradburn'e (1968) göre duygusal ilişkilerdeki mutluluğu farklı boyutlara ayırarak incelemek mümkündür. Örneğin evliliklerdeki mutluluk düzeyi, gerilim ve memnuniyet olmak üzere iki boyut ile incelenebilir. Gerilim boyutu, ilişkideki mutluluk düzeyini olumsuz yönde etkileyen her türlü çatışmayı ifade ederken memnuniyet boyutu, ilişkideki mutluluk düzeyini pozitif yönde etkileyen her türlü olayla ilişkilidir.

Bireylerin birbirlerinden oldukça farklı beklenti ve istekleri, duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyini etkileyen faktörlerin bir reçetesini çıkarmaya oldukça zorlaştırmakta ve hatta imkânsız kılmaktadır. Öte yandan, tüm hatları ile belirli bir reçete oluşturulmasa dahi, belirli bazı çıkarımlar yapmanın mümkün olduğunu söylemek çok da yanlış olmayacaktır. Örneğin, Harvey ve Wenzel'e (2001) göre partnerlerin seks hayatlarında tek eşli olmaları, ilişkideki mutluluk düzeyini yoğun bir şekilde etkilemektedir. Seks hayatında tek eşliliği tercih eden partnerlerin, çok eşli seks hayatına sahip partnerlere göre daha mutlu oldukları belirtilmiştir. Sohail ve Davis (2004) de duygusal ilişkinin cinsellik boyutunun öneminden bahsederek, partnerlerin birbirlerinin cinsel ihtiyaçlarını karşılamalarının ilişkinin mutluluğu açısından önemli olduğunu vurgulamışlardır. Cinsel ihtiyaçları karşılanmayan partner, ilişkide istediği mutluluğu bulamayacaktır ve bu durum, mutsuz, sağlıklı bir ilişkiye neden olacaktır.

Thomas ve Sawhill ise 2005'teki çalışmalarında durumu farklı bir bakış açısıyla ele alarak, duygusal ilişkilerin, partnerlerin finansal durumlarından etkilendiğini bildirmişlerdir. Finansal yardıma ihtiyaç duymadan günlük hayatlarını rahat bir şekilde devam edebilen bireylerin ilişkilerinin de bu doğrultuda daha mutlu olduğu söylenebilir. Finansal sorunlar, partnerlerin tüm enerji ve düşüncelerini bu sorunlar üzerine yönlendirmesine sebep olabilir ve duygusal ilişkinin yeterli değeri görmesinin önüne bir engel olarak çıkabilir. Lee ve Ono (2008) ise ABD ve Japonya'daki evli çiftleri inceledikleri çalışmalarında benzer bir tablo sunarak ABD'de yaşayan kadınların ilişki içindeki mutluluklarının, çalışarak elde ettikleri kendi gelirlerine bağlı olduğunu belirtmişlerdir. Öte yandan çalışmaya katılan evli erkeklerin ilişkideki mutluluk düzeyleri, eşlerinin kendilerine finansal olarak bağımlı oldukları oranda artmaktadır. Bu durumda, bireylerin gelir durumlarının, birbirlerine finansal olarak ne kadar bağımlı olduklarının ve yaşadıkları finansal sorunların duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyini etkileyen faktörler arasında değerlendirilebileceğini belirtmek mümkündür.

Lee ve Ono'nun (2008) yaptıkları çalışmada evli Japon kadınların ilişkideki mutluluk düzeylerinin, kendilerine ait bir kazanca sahip olmalarına değil, ev işlerinde ne kadar iyi olduklarına bağlı olduğu belirtilmiştir. Bu sonuca göre Japon kadınlar, kendilerini ev işlerinde ne kadar başarılı görüyorsa ilişkideki mutluluk düzeyleri de o oranda yüksek olmaktadır. İki farklı kültürden çiftlerle yapılan bu çalışma, ilişkideki mutluluk düzeyini etkileyen faktörlerin birbirlerinden ne kadar farklı olacağını kanıtlar niteliktedir.

İlişkideki mutluluğu etkileyen bir diğer faktör, korkudur (Sanger, 2013). Korku ile kurulan ilişkilerde mutluluktan söz etmek mümkün değildir. Birey partnerine aşık olduğu için değil, ondan korktuğu için ilişkiyi devam ettirmektedir. Böyle bir durumda mutlu bir duygusal ilişkinin olmaması ile beraber, bireyin genel mutluluk düzeyi de düşmektedir. Bununla birlikte, partnerlerden birinin veya her ikisinin de ben merkezli olması, ilişkideki mutluluk düzeyini olumsuz yönde etkilemektedir (Sanger, 2013). Bireyler, gerekli durumlarda kendisi için fedakârlık yapabilecek insanlarla duygusal ilişkiye girmek ve bu samimiyeti, yakınlığı hissetmek isterler. Partnerin oldukça ben merkezli olması, bireylerin sağlıklı ve mutlu ilişkiler yaşamalarını engelleyebilmektedir. Cui, Fincham ve Parsley'e (2008) göre ise ilişki içindeki yeterlik inançları, bireylerin çatışma çözme becerilerini pozitif ve negatif yönde değiştirmekte ve bu durum ilişkiden alınan doyumu etkilemektedir.

Carr, Freedman, Cornman ve Schwartz'a (2014) göre duygusal ilişkilerinde mutlu olan bireyler, partnerlerini her konuda destekler ve cesaretlendirir. Ayrıca mutlu çiftlerin, olası zorluklar karşısında işlevsel başa çıkma becerilerine sahip oldukları görülmektedir (Metts & Cupach, 1990). Mutsuz çiftlerin ilişkiden duydukları memnuniyet, mutlu çiftlere göre daha azdır. Bununla birlikte mutsuz çiftlerin daha fazla olumsuz davranış sergiledikleri belirtilmiştir (Margolin, 1981). Duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi arttıkça bireylerin sergiledikleri olumlu davranışlarda da bir artış olduğu görülmektedir. Bu durum, duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyinin, bireyin hayatında oldukça etkili olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Bireylerin duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyleri birçok faktörden etkilenmektedir. Örneğin Sosyal Öğrenme Teorisi'ne göre ebeveynler arasındaki duygusal ilişkiler ve hatta boşanmalar, bireylerin kendi duygusal ilişkilerindeki tutumlarını etkileyebilmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Bu durumun duygusal ilişkilerdeki mutluluğu etkileyeceği bir gerçektir. Bu nedenle duygusal ilişkilerdeki mutluluk araştırılırken algılanan ebeveyn duygusal ilişkisinin de incelenmesi uygun bulunmuştur. Algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ile ilgili literatür taraması, aşağıdaki başlık altında paylaşılmıştır.

#### **2. 4. Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi**

Bireylerin ilk yakınlık ve bağlılık kurdukları kişiler, ebeveynlerdir ve ilk kişilerarası deneyimler aile içinde yaşanır. Çocuklar, çeşitli sosyal davranışlar geliştirirken ebeveynlerini model alabilirler (Bandura, 1977). Aile üyelerinin sosyal davranışlarını gözlemleyen çocuk, bu davranışları

kendi hayatında denemeyi tercih edebilir. Ebeveynlerin, çocukların sosyal davranışları üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, bireylerin duygusal ilişki biçimlerinin de ebeveynlerinin arasındaki duygusal ilişkiden etkilenebileceğini söylemek mümkündür.

Çocukların ebeveynleri ile ilk etkileşimleri, yetişkinlikteki davranışlarını büyük ölçüde etkilemektedir (Warriner, Lemmon, & Ray, 1963). Bu durum, bireylerin gelecekteki duygusal ilişkilerinde ve partner seçimlerinde de rol oynamaktadır. Ebeveynlerin evliliklerinin ne kadar nitelikli olduğu, yine aynı şekilde çocuğun ilerideki romantik ilişkilerini ve partner seçimini etkilemektedir (Pines, 2017). Booth ve Edwards'a (1990) göre partner seçiminde başarılı stratejilere sahip olmayan kişilerin çocukları da başarısız stratejilere sahip olmaktadır. Bu durum hem ebeveynin duygusal ilişkisinin hem de çocuğun ileride kuracağı duygusal ilişkinin başarısızlıkla sonuçlanmasına neden olmaktadır. Öte yandan, ebeveyn evliliğinin olumlu ve olumsuz yönleri, sonraki nesillere aktarılmaktadır (Curran, Hazen, Jacobvitz, & Sasaki, 2006). Wilcoxon ve Hovestadt'a (1985) göre duygusal ilişkideki partnerlerin birliktelikleri ne kadar kendi ebeveynlerinin birlikteliklerine benzerse ilişkilerinden o kadar doyum alırlar (aktaran, Sabatelli & Bartle-Haring, 2003, s. 159). Yani duygusal ilişkileri asıl etkileyen şey, her iki tarafın ebeveynlerinin duygusal ilişki biçimlerinin benzer olmasıdır. Sabatelli & Bartle-Haring'in 2003'teki çalışmasında ise, çocukların ebeveynleri ile yaşadıkları deneyim ve gözlemlerin, yetişkinliklerinde kurdukları duygusal ilişkilerde oldukça etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bireylerin algıladıkları ebeveyn ilişkisi ve bu ilişkiye yönelik gözlemleri, evlilik ve duygusal ilişkilerin zihinsel temsilleri olarak içselleştirilmektedir (Curran, Hazen, Jacobvitz, & Sasaki, 2006). Çocuğun hayatında karşılaştığı ilk çift, ebeveynleridir ve ebeveynlerin duygusal ilişkisini gözlemleyerek bu tür ilişkiler hakkında ilk çıkarımlarını yaptığı görülmektedir. Ebeveynlerin evlilik hayatından etkilenecek zihninde çeşitli duygusal ilişki temsilleri oluşturulması oldukça olasıdır. Öte yandan literatür incelendiğinde, algılanan ebeveyn ilişkisi ile ilgili net bir tanımın yapılmadığı görülmektedir. Kavram ilk defa Çelik ve Öziş'in 2016 yılında yaptıkları çalışmada tanımlanmaya çalışılmıştır. Buna göre algılanan ebeveyn ilişkisi, bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişki tutumlarını (otoriter, ilgisiz, koruyucu, demokratik, bağımlı) nasıl değerlendirdiği ile ilgilidir.

Sosyal Öğrenme Teorisi'ne göre ebeveynler arasındaki duygusal ilişkiler ve boşanmalar, bireylerin kendi duygusal ilişkilerindeki tutumlarını belirleyebilmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Anne ve babası boşanmış olan bireylerin, duygusal ilişkilere ve evliliğe daha kötümser yaklaştıkları belirtilmiştir. Bu bireyler, sosyal öğrenmeler neticesinde, ilişkiyi bitirmeyi, devam ettirmekten daha kolay bulmaktadırlar. Duygusal ilişkilere yönelik bu tür olumsuz bakış açılarına sahip olmayan bireylerin, partnerlerine ve ilişkilerine daha bağlı oldukları vurgulanmaktadır. Ebeveynlerinin boşanmasına şahit olan bir bireyin ise ileride kendi evliliğinde boşanma ile karşılaşması, olasıdır (Belsky & Isabella, 1985). Ebeveynleri boşanan çocuklar, diğer insanlarla iletişim kurmada ve sosyalleşmede oldukça büyük problemler yaşayabilirler (Booth & Edwards,

1990). Bu durum, bireylerin duygusal ilişki kurma süreçlerini olumsuz etkileyebilmektedir. Duygusal ilişkiler, diğer kişilerle sağlıklı ilişkiler kurmayı gerektirir. Birey bunu yerine getiremezse, partner seçimi yapamayacak ve duygusal ilişki kuramayacaktır.

Evliliklerinde mutsuz olan ama boşanmayan ebeveynlere sahip bireylerin, gelecekteki ilişkilerine daha bağlı oldukları belirtilmiştir (Booth & Edwards, 1990). Bu bireyler, ilişkileri tatmin edici olmasa bile bu ilişkiyi sonlandırmak yerine devam etmek için çabalamaktadırlar. Curran, Hazen, Jacobvitz, & Sasaki (2006) ise çalışmalarında bu görüşe ters bir tez savunarak ebeveynleri mutlu bir evliliğe sahip bireylerin, ebeveynleri mutsuz bireylere göre ilişkilerine daha bağlı olduklarını ve ilişkideki problemlere çözüm bulabilmek için daha çok çabaladıklarını belirtmişlerdir. Öte yandan anne ve babanın boşanma durumunun kadınların gelecekteki ilişki ve evlilik hayatlarını daha derinden etkilediğine inanılmaktadır (Glenn & Kramer, 1985). Çocukluğunda ebeveynlerinin boşanma sürecine maruz kalmış kadınlar, daha düşük iyi oluş düzeylerine sahiptir ve kuracağı aile bağlarının sağlıklı olma ihtimali yüksektir.

Duygusal ilişkilere katılım şekillerini ve tutumları etkileyen bir diğer faktör, bireylerin algıladıkları ebeveynler arası çatışmadır (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Bireylerin ebeveynler arası çatışma algısı, çatışmanın içeriğine, sıklığına ve yoğunluğuna bağlı olarak değişebilmektedir. Bireyler, kendi duygusal ilişkilerinde, ebeveynlerinin birbirlerine karşı kullandıkları çatışma davranışlarını kullanmayı tercih etmektedirler (Cui & Fincham, 2010). Bununla birlikte, duygusal ilişkilerde partner ile sürekli çatışma halinde olmak, ilişkideki mutluluğu olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Literatür incelendiğinde, bazı kuramlar içerisinde duygusal ilişkiler üzerine ebeveyn etkisinin incelendiği görülmüştür. Bu kuramlar, daha çok partner seçimi üzerine yoğunlaşmıştır ve partner seçiminin, duygusal ilişki ve duygusal ilişki biçimlerini etkilediği belirtilmiştir. Örneğin Freud'a göre partner seçimi, Oedipus kompleksi ile ilgili bir durumdur (Morehead, 1999). Oedipus kompleksi, çocuğun karşı cinsiyetteki ebeveynine cinsel yakınlık hissetmesi durumudur (Cüceloğlu, 2018). Bu duruma göre erkek çocuklar ilk cinsel yakınlığı annelerine karşı; kız çocuklar ise babalarına karşı hissederler. İleride kurulan duygusal ilişkilerde ve partner seçiminde bu ilk cinsel yakınlığın etkisi büyüktür ve bireyler kendi ebeveynlerine benzeyen bireyleri seçme eğiliminde olurlar. Ayrıca bireylerin duygusal ilişki kurarken kullandıkları biçimler, ebeveynleri ile geçmiş etkileşimleri doğrultusunda şekillenmektedir.

Sosyobiologlar, oedipus kompleksi ile bağlantılı olarak eş seçimi ve cinsel stratejiler hakkında üç farklı görüş ortaya koymuşlardır (Morehead, 1999). Bu görüşlerden ilki, bireylerin *genetik olarak kendisinden farklı en uygun kişi ile partner olma (Optimal Outbreeding)* isteğinde olduklarını iddia eder. Bu görüşe göre, bireyler kendi karşı cinsiyet ebeveynine benzer özellikler gösteren ancak kendisinden farklı genetik kodlara sahip olan yani akrabalık bağı olmayan bireylerle duygusal ilişki yaşamak isterler. İnsanlar, akrabalarıyla duygusal ve cinsel ilişkiler yaşamaktan

içgüdüsel olarak kaçınılmaktadırlar. Diğer bir görüşe göre bireyler bir *cinsel damgalanma (sexual imprinting)* süreci yaşamaktadırlar. Cinsel damgalanma, bireyin çok erken yaşlarda ebeveynlerinin eş tercihlerini model alarak kendi eş tercihlerini bu doğrultuda yapmasıdır. Ayrıca bireyler, karşı cinsiyetteki ebeveyninin fenotipi ile benzer fenotipteki bireylerle duygusal ilişkiler kurma eğilimindedirler. *Pozitif sınıflandırma eş seçimi (Positive Assortative Mating)* görüşüne göre ise bireyler, kendilerine benzeyen kişiler ile duygusal ilişkiler yaşamak isterler. Bireylerin özellikle fiziksel özellikleri kendisi ile benzer olan bireyleri seçme eğiliminde olduğu düşünülmektedir. Bu durum, bireyin bir üyesi olduğu grubun dışına çıkmak istememesi ve aynı gruptan kişiler ile yakın ilişkiler kurmak istemesi ile açıklanmaya çalışılmıştır.

Algılanan ebeveyn duygusal ilişkisinin, ebeveyn stilleri ile ilgili olabileceği düşünülmektedir. Çünkü burada ebeveynler arasında var olan ilişkidense, çocuğun bu ilişkiyi nasıl algıladığı önemlidir. Anne baba ile ilişkide çeşitli ebeveynlik stillerine maruz kalan çocuğun, ebeveynleri arasındaki ilişkiyi bu stiller aracılığı ile gözlemlemesi, olası bir durumdur.

#### 2. 4. 1. Ebeveynlik Stilleri

Bu başlık altında otoriter tutum, ilgisiz tutum, aşırı koruyucu tutum, demokratik tutum ve bağımlı tutum olmak üzere beş farklı ebeveynlik stiline değinilecektir.

Otoriter olarak nitelendirilen ebeveynlerin, çocuklarına yüksek düzeyde yönlendirici davranışlarda bulundukları ve çocuklarını yüksek düzeyde kısıtladıkları ifade edilmektedir (Turner, Chandler, & Heffer, 2009). Bu stili benimseyen ebeveynler, çocuklarına karşı yoğun reddetme davranışları sergilemektedirler. Ayrıca, genellikle çocukları üzerinde bir güç despotluğu kurmaya çalıştıkları görülmektedir. Çocuklar çok sıkı kurallar altında yetiştirilmektedir, kendi kararlarını uygulamalarına izin verilmez ve ebeveynlerin minik bir versiyonu gibi davranmaları beklenir.

İlgisiz tutuma sahip ebeveynler, çocuklarının maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılamada duyarsız davranmaktadırlar (Kaya, 1997). Ebeveynler, çocuklarına karşı yönlendirici ve kısıtlayıcı davranışlarda bulunmazlar. Bu her ne kadar olumlu bir özellik olsa da bu ebeveynler çocuklarının ihtiyaçları karşılanmaz, çocuklarını ilgi ve sevgiden yoksun bir şekilde büyütürler. Çocuklar adeta kendi hallerine bırakılmaktadırlar. Bireylerin anne ve babalarıyla sağlıklı ilişkiler kurmaları ve ebeveynlere ilk bağlanmaların oldukça önemli olduğu gerçeği göz önüne alındığında, problemli bir ebeveynlik stili olarak değerlendirilmektedir. Çocuklar, ebeveynleri ile yakın duygusal ilişkiler kuramazlar ve yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde dahi bu durumun etkileri hissedilmektedir. Bu tarz bir tutum, çocuğun dışlandığını ve kabul edilmediğini hissetmesine sebep olabilmektedir ve bu açıdan, çocuk için en zararlı tutum olarak değerlendirmek mümkündür (Kaya, 1997).

Aşırı koruyucu tutum, çocuğa karşı büyük bir sevgi ve ilginin gösterildiği, çocuğun her dediğinin yerine getirildiği bir tutum olarak betimlenmektedir (Kaya, 1997). Ancak, aşırı koruyucu anne ve baba, çocuklarının hayatını ve davranışlarını sürekli kontrol etmek isterler. Buradaki kontrol

isteği, otoriter tutumdaki gibi güç kurma amacıyla ortaya çıkmamaktadır. Bu kontrol isteğinin ana nedeni, çocuğun güvende olduğundan emin olmaktır. Çocukların kendi karar ve istekleri doğrultusunda davranmalarına izin verilmez çünkü çocuğun zarar göreceğine inanılmaktadır. Bunu engellemek için çocuk adeta hayali bir kafes içerisinde büyütölmeye çalışılır. Bu tutum, çocuğun kendi kararlarını vermesini ve kendi ayaklarının üzerinde durmasını engellemektedir.

Demokratik tutuma sahip ebeveynler, çocuklarına yeterli ilgi ve sevgiyi gösterirken belirli sınırlar dahilinde kendi seçimlerini yapmalarına izin verirler (Kaya, 1997). Demokratik anne ve babalar, çocuklarının duygu ve düşüncelerine saygı duyar, kararlarını desteklerler. Çocuklarının bağımsızlık kazanmaları ve kendi ayakları üzerinde durmaları için gerekli çabayı gösterirler. Bu tarz ailelerde büyüyen bireylerin, özgüvenli, problemler ile başa çıkmakta başarılı ve mutlu olma ihtimalleri oldukça yüksektir. Bilişsel, psikolojik ve duygusal açıdan sağlıklı bireylerin yetiştirilebilmesi için kullanılması gereken ebeveynlik stili budur.

Aile içi etkileşimler, bireyi birçok noktada etkilemektedir. Aile içi etkileşim ve iletişimlerden etkilenen faktörlerden biri de bireyin öz yeterlik algısıdır. Öz yeterliğin gelişiminde en önemli kaynaklardan biri, ailedir (Schunk & Pajares, 2009).

## 2. 5. Öz Yeterlik

Bandura ve Schunk'a (1981) göre öz yeterlik kişinin, öngörölemeyen ve genellikle stresli unsurlar içeren olası durumlarla başa çıkmak için gereken eylem planlarını ne kadar iyi organize edip uygulayabileceğine ilişkin inançlarıyla ilgilidir. Ryan ve Dzewaltowski'ye (2002) göre öz yeterlik, bireyin istenen sonuçlara ulaşma yolunda gerekli davranışları sergileme yeteneğine sahip olduğuna dair inançlar bütünüdür. Luszczynska, Scholz ve Schwarzer'a (2005) göre ise öz yeterlik, genel ve özel olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Genel öz yeterlik, bir kişinin birçok stresli ve zorlu olayla başa çıkma yeterliliğine olan inancıdır, oysa özel öz yeterlik, belirli bir görev ile sınırlıdır. Armum ve Chellaphan (2016) ise öz yeterliğı bireyin çevresini kontrol etme becerisi olarak tanımlamıştır.

Schunk ve Pajares'e (2009) göre öz yeterlik gelişimi, bebeklik döneminde başlamaktadır ve öz yeterlik, birçok kaynaktan etkilenmektedir. Bu kaynaklardan ilki, ailedir. Öz yeterlik üzerindeki ilk etkiler, aile içinde ortaya çıkar. Ailede çocukların merakını uyandıracak etkinliklere yoğun olarak yer verilmesi ve bu etkinliklerde çocuğun hayatında karşılaşılabileceğı zorlukların adeta birer örneklerini deneyimlemeleri, öz yeterlik gelişimleri açısından önemlidir. Öte yandan aile bireyleri, zorluklarla mücadele ve başa çıkma becerileri kazanma konusunda çocuklara model olmakta ve çocukların öz yeterlikleri bu doğrultuda etkilenmektedir. Öz yeterlik gelişimini etkileyen bir diğerk faktör, akranlardır (Schunk & Pajares, 2009). Akranlar, birey için bir rol model olabilir. Akranlarının başarılı olduğunu gören bireyin, kendisinin de başarılı olabileceğine dair inancı artar. Bu durum, öz yeterliğı de etkileyecektir. Öte yandan, akranların yaşantılarını gözlem yoluyla deneyimleyen birey, bu dolaylı yaşantılardan çıkarımlar yapabilir. Bu çıkarımlar, öz yeterlik inançlarını yönlendirmekte

ve değiştirmektedir. Bununla birlikte bireyler, akranlarından aldıkları geri dönütler doğrultusunda kendi yeterlikleri hakkında birtakım fikirler geliştirebilirler. Bu durum da onların öz yeterliklerini doğrudan etkilemektedir. Öz yeterlik gelişimini destekleyen bir başka faktör, bireyin eğitim hayatıdır. Bireyler, karşılaştıkları akademik zorluklar karşısında çeşitli başa çıkma stratejileri geliştirirler ve kendi yeteneklerini test ederler. Zorluklarla etkin bir şekilde başa çıktığını gören bireyin yeteneklerine güvenme düzeyi artacak ve bu da öz yeterlik inançlarını pekiştirecektir. Bireyin elde ettiği her akademik başarı ile beraber yeterliklerine yönelik inançları olumlu bir şekilde artacaktır. Öz yeterlik düzeyindeki bu değışimler, uzun vadede bireylerin yaşantılarına ve ilişkilerine etki etmektedir. Örneğin, Pajares'e (1996) göre düşük öz yeterliliğe sahip insanlar, işlerin gerçekte olduğundan daha zor olduğuna dair bir inanişa sahip olabilirler. Bu inaniş, onların stres ve depresyonunu beslemekle beraber başarısızlığa uğramalarına neden olabilmektedir. Düşük öz yeterlik düzeylerine sahip bireyler karşılaştıkları zorlukları, sahip oldukları yeteneklerle çözemeyeceklerine yönelik bir algı barındırabilirler. Karşı karşıya oldukları bu zorluğu zaten çözemeyeceklerini düşündükleri için, çaba sarf etmekten kaçınabilirler. Bu durum, onların çoğunlukla başarısızlığa uğramasına sebep olmaktadır. Uğranılan başarısızlıklar ise düşük öz yeterliklerini pekiştirerek içinden çıkılmaz bir döngü yaratmaktadır. Yüksek öz yeterlik ise zor görevlere ve etkinliklere yaklaşırken dinginlik duygusu yaratmaya yardımcı olur (Pajares, 1996).

Bireyler, sahip oldukları yeteneklerle bir zorluğun üstesinden gelebileceklerine dair bir inanç barındırdıkları için bütün kapasitelerini kullanarak bu zorluğu çözmek için uğraşır ve çaba harcarlar.

Bandura ve Adams'a (1977) göre algılanan öz yeterlik ne kadar yüksekse başa çıkma becerileri de o kadar aktif olmaktadır. Bireyin yeterliliğe dair sahip olduğu inançlar, bireyin hayatını hemen hemen her noktada etkilemektedir. Bandura'ya (1995) göre yeterlik inançları, insanların nasıl düşündüklerini, hissettiklerini, kendilerini motive ettiklerini ve davranış biçimlerini etkiler. Öte yandan, hayatta elde edilen başarılar, algılanan öz yeterlik düzeyinin yükselmesini sağlarken; yaşanılan başarısızlıklar ise bu düzeyin düşmesine sebep olmaktadır.

Bandura (1995), başarılı, cüretkâr, girişken, kaygısız, depresif olmayan ve yenilikçi bireylerin yeterliklerine daha iyimser bir bakış açısıyla baktıklarını ve öz yeterlik düzeylerinin yüksek olduğunu ifade etmiştir. Ancak yeterliklerine güvenen bireylerin, yeteneklerini gerçekçi olmayacak bir biçimde abartmış olma ihtimali de göz önünde bulundurulmalıdır. Bu bireyler, abarttıkları yetenekleri yüzünden başarısızlığa uğradıklarında öz yeterlikleri de bu başarısızlıktan olumsuz yönde etkilenecektir.

Bireylerin yeteneklerine yönelik sahip oldukları öz yeterlik inançları, çeşitli kaynaklardan etkilenecek ve çeşitli şekillerde oluşturulmaktadır. Pajares'e (2002) göre öz yeterlik inançları sezgisel bir biçimde oluşturulur; birey, sergilediği davranışların sonuçlarını değerlendirerek öz yeterlik inançlarını oluşturmaktadır. Bir davranış sonucunda başarı elde edildiyse, bu davranışı sergilerken kullanılan becerilerin yeterli ve yerinde olduğu düşünülecek, zorluklarla başarılı bir

şekilde başa çıkılabileceğine yönelik inançlar pekişecektir. Öte yandan, davranışın sonucunda bir başarısızlık elde edilmesi ise, bireyin yeterli ve becerikli olmadığına karar vermesine neden olabilecektir.

Bandura'ya (1995) göre öz yeterlik inançlarını oluşturan ve yönlendiren dört çeşit kaynak vardır. Bu kaynaklardan en etkili olanı Bandura'nın *ustalık deneyimleri (mastery experiences)* adını verdiği deneyimlerdir. Ustalık deneyimleri, kişinin bir başarıyı elde etmeyi doğrudan deneyimlemesi durumudur. Birey, günlük hayatında sergilediği bir davranış sonucunda bir başarı elde etmiştir ve bu başarı, onun yeterli olduğu hakkındaki inançlarını pekiştirmiştir. Yeterlik inançlarını yaratmanın ve güçlendirmenin ikinci etkili yolu, dolaylı deneyimlerdir. Kendilerine benzer insanların başarılı olduklarını görmek, bireylerin yeterli olduklarına dair inançlarını yükseltir. Bu başarıyı doğrudan doğruya yaşamaları da, başkalarının davranışlarından çıkarımlar yaparak kendi yeterlik inançlarını değerlendirebilirler. Sosyal ikna, insanların öz yeterlik inançlarını güçlendirmenin üçüncü yoludur. Belirli faaliyetlerde ustalaşma potansiyeline sahip olduklarına sözel olarak ikna edilen bireylerin öz yeterlik düzeylerinin, diğerlerine oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bireyler, başkalarının kendi yetenek ve yeterlikleri hakkındaki fikirlerini önemsemekte ve bu fikirlerden büyük oranda etkilenmektedirler. Öz yeterlik inançlarına kaynaklık eden yollardan dördüncüsü, fiziksel durumu iyileştirmek, stresi ve olumsuz duygusal eğilimleri azaltmak ve bedensel durumların yanlış yorumlarını düzeltmektir. İnsanların olumsuz ruh halleri, öz yeterlik inançlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Olumsuz duygularla meşgul olan bireyler, becerilerini verimli bir şekilde kullanamayabilirler ve bu durum, bireylerin yetersiz olduklarını düşünmelerine yol açabilir. Bunun yanında,örneğin kalp atış hızının artması gibi heyecan anında ortaya çıkan somatik birtakım belirtilerin birey tarafından yanlış yorumlanarak, bu belirtilerin nedeninin yetersizlik olduğuna inanılması durumu da söz konusu olabilir. Kavanagh ve Bower'a (1985) göre, bireylerin olumlu ruh halleri öz yeterlik inançlarını olumlu yönde etkilerken olumsuz ruh halleri ise bu inançlar üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Bandura'ya (1995) göre öz yeterlik inançları, bireylerin; bilişsel, motivasyonel, duygusal ve seçim süreçlerini etkilemektedir.

### **2. 5. 1. Öz Yeterlik İnançlarının Bilişsel Süreçler Üzerine Etkileri**

Öz yeterlik inançları, hedefleri ve bu hedeflere yönelik niyetleri etkilemekte ve bu durum, davranışları dolaylı olarak etkilemektedir (Luszczynska, Scholz, & Schwarzer, 2005). Lantham ve Locke'a (1991) göre, olumlu öz yeterlik inançlarına ve yüksek öz yeterlik düzeylerine sahip bireyler, düşük öz yeterlik düzeyine sahip bireylere oranla daha yüksek hedefler belirlerler. Daha yüksek hedef belirlemeleri, onların bu hedefe ulaşmak için daha çok çabalamasını ve bu hedefe ulaşabileceklerine dair yüksek düzeydeki inançlarını göstermektedir (Luszczynska, Scholz, & Schwarzer, 2005). Bandura'ya (1995) göre ise pek çok eylem planı, başlangıçta düşüncede düzenlenir. Öz yeterlik inançları yüksek olan bireyler, başarılı oldukları senaryoları gözlerinde

canlandırırılar. Bu senaryolar, onları başarıya ulaşma yolunda motive etmekte ve hedeflerinden sapmamalarına aracı olmaktadır. Yeterliliklerinden şüphe duyanlar ise, başarısızlık senaryolarını görselleştirir ve yanlış gidebilecek birçok şey üzerinde dururlar. Henüz gerçekleşmemiş başarısızlıklar ve olası zorluklar, bu bireyleri umutsuzluğa itmekte ve hedeflerine ulaşmak için hiçbir uğraş göstermeden vazgeçmelerine sebep olmaktadır. Hayatta karşımıza çıkan birçok zorluk karşısında hedefe odaklanabilmek için güçlü bir yeterlik duygusuna sahip olmak, oldukça önemlidir. Yeterlikten şüphe duyulduğu takdirde başarısızlık senaryolarıyla uğraşmak, kişilerin düşük öz yeterlik inançlarını daha da düşürmesine neden olmaktadır.

### **2. 5. 2. Öz Yeterlik İnançlarının Motivasyonel Süreçler Üzerine Etkileri**

Bireyler, motivasyonu bilişsel olarak üretmektedirler ve hedeflerine ulaşabilmek için birtakım aracı eylemleri kullanmaktadırlar. Hedeflerine ulaşabileceklerine dair inanç oluştururlar. Bandura'ya (1995) göre nedensel yüklemeler, sonuç beklentileri ve bilinen hedefler olmak üzere üç farklı bilişsel motivasyon türü vardır ve yeterlik inançları, bu motivasyon türlerinin her birini etkilemektedir. Kendilerini yeterli gören kişiler, başarısızlıklarını yetersiz çabaya veya olumsuz durumsal koşullara bağlarken, kendilerini yetersiz olarak görenler ise başarısızlıklarını düşük yeteneklerine atfetme eğiliminde olurlar. Öte yandan bireylerin sonuç beklentisi de yeterlik inançlarından etkilenmektedir. Bireylerin, yetenekten yoksun olduğuna karar verdiği ve çabalarının başarısızlıkla sonuçlanacağından emin olduğu için uğraşmaktan vazgeçtiği sayısız yaşantı vardır. Motivasyonun devamlılığını sağlayan faktörlerden biri de hedeflerdir. Yeterliklerine güvenen bireylerin belirledikleri hedefler ve bu hedeflere ulaşmak için gösterdikleri çaba, yetersiz olduğunu düşünen kişilere göre daha fazla olacaktır.

### **2. 5. 3. Öz Yeterlik İnançlarının Duygusal Süreçler Üzerine Etkileri**

Bandura'ya (1995) göre insanların baş etme yeteneklerine dair inançları, tehdit edici veya zor durumlarda ne kadar stres ve depresyon yaşadıklarını ve ayrıca motivasyon düzeylerini etkiler. Kendi yeterliklerine güvenmeyen ve olası tehditlerin çözülemeyeceğini düşünen bireylerin, işlevsellik düzeyleri de bu durumdan etkilenmektedir. Öte yandan, öz yeterliği daha güçlü olan bireylerin sağlıklı davranışlarda bulunma, bunları sürdürme ve yaşanan zorluklardan sonra iyileşme olasılıkları daha yüksektir (Luszczynska, Scholz, & Schwarzer, 2005). Bunun nedeni, öz yeterliği yüksek olan bireylerin olumsuz duygulanım durumları yaratmak yerine olumlu duygulanım durumları yaratmasından ileri gelir. Bandura'ya (1988) göre, yüksek öz yeterlik, kaygıyı düzenlemede etkin rol oynamaktadır. Öz yeterlik düzeyi düşük olan bireylerin, zorluklar karşısında çaresiz kalacaklarını düşündükleri için kaygı düzeyleri artmaktadır. Bununla birlikte, düşük öz

yeterlik düzeyine sahip bu bireylerin, yaşadıkları süreçler sonrasında algıladıkları yetersizlik ile beraber hissettikleri çaresizliğin, depresyona sebep olması muhtemeldir (Bandura, 1995).

#### **2. 5. 4. Öz Yeterlik İnançlarının Seçim Süreçleri Üzerine Etkileri**

Bireyler, girecekleri ortamları, yapacakları faaliyetleri ve iletişim kuracakları kişileri seçerken çeşitli kaynaklardan yararlanır ve bu kaynaklardan etkilenir. Bandura'ya (1995) göre bireylerin seçim süreçleri, öz yeterliklerinden büyük oranda etkilenir. Ona göre insanlar, başa çıkma yeteneklerini aştığını düşündükleri etkinliklerden ve ortamlardan kaçınırlar. Bireyler, yeterli olacaklarını düşündükleri faaliyetleri gerçekleştirmeye; ortamlara girmeye ve insanlarla ilişki kurmaya yönelirler. Bireyler yeterli olmadıkları bir ortama girdiklerini ya da yeterliklerini aştığını düşündükleri bireylerle iletişime girdiklerini hissettiklerinde stres altında hissedebilmektedirler. Stres düzeylerinin yüksek oluşu onların daha fazla hata yapmasına neden olabilmektedir. Bu döngü, bireyin doğru ve yerinde öz yeterlik inançlarına sahip olduğunu düşünmesine yol açabilir. Bu şekilde çoğu ortam ve kişilerden kaçınılması, onların hayattaki birçok fırsatı ellerinden kaçırmasına neden olabilmektedir.

#### **2. 5. 5. Duygusal Öz Yeterlik**

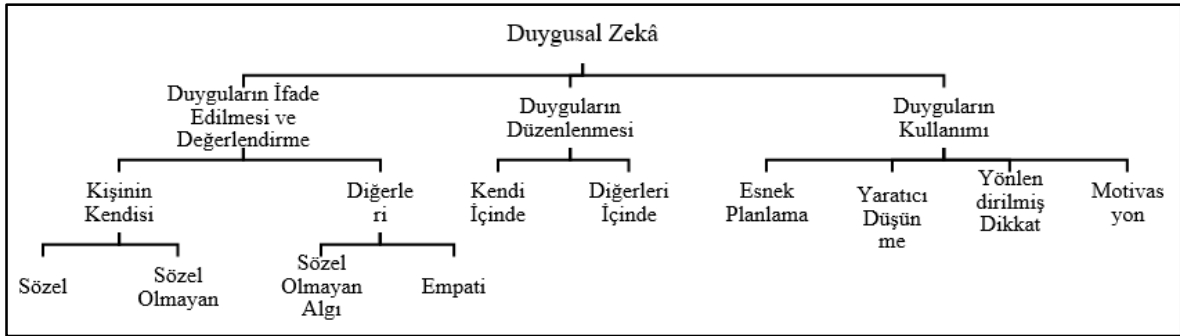
Mayer, Caruso ve Salovey'e (1999) göre duygular; fizyolojik tepkiler, bilişler ve bilinçli farkındalık dahil olmak üzere birçok psikolojik alt sistemi kontrol eden içsel olaylardır. Bireyler, duygularının yönlendirici etkisiyle içsel olayları kontrol eder ve bu etkiyi davranışlarına da yansıtırlar. Öte yandan, bireylerin diğer bireylerle ilişkileri değiştikçe duyguları da bu değişime ayak uydurmaktadır. Literatürde, duyguların ve duyguları tanımlamanın kültürden kültüre değişebileceğini kabul eden bir anlayış vardır. Bu anlayışa göre örneğin batı geleneklerine göre duygular, zihinsel aktivitenin düzensiz kesintileri gibidir ve bu nedenle potansiyel olarak yıkıcıdır ve kontrol edilmeleri gerekir (Salovey & Mayer, 1990). Duygular, birey için olumlu veya olumsuz bir anlamı olan iç veya dış bir olaya yanıt olarak ortaya çıkmaktadır (Salovey & Mayer, 1990).

Bandura'ya (1982) göre öz yeterlilik algıları, duygusal süreçleri de etkilemektedir. Öz yeterlik kavramı, bireylerin yeterlikleri ve becerilerine yönelik genel inançlarıyla ilgiliyken, duygusal öz yeterlik kavramı, bireylerin duygularıyla ilgili becerileriyle ilgilidir. Goroshit ve Hen'e (2014) göre duygusal öz yeterlik, insanların duygusal bilgileri doğru ve etkili bir şekilde işleme kapasitelerine ilişkin yargılarını ifade eder. Duygusal öz yeterlik düzeyleri yüksek olan bireyler, iletişim kurdukları insanlardan aldıkları bilgileri doğru ve yeterli bir şekilde işleyip kullanmaktadırlar. Muris (2002) ise duygusal öz yeterliği negatif duygularla başa çıkma becerisi olarak tanımlamıştır. Bireylerin negatif duygularla başa çıkabilmek için çeşitli becerilere sahip olmaları ve bu becerilerine güvenmeleri gerekmektedir. Choi, Kluemper ve Saluer'e (2013) göre duygusal öz yeterlik, bir kişinin duygusal

yeteneklerine ilişkin kendi algılarını içeren belirli bir öz yeterlik biçimidir. Öte yandan duygusal öz-yeterlik, altı farklı özellik barındırmaktadır:

1. Kendi içindeki duyguları algılama,
2. Başkalarındaki duyguları algılama,
3. Duyguları bilişsel süreçleri kolaylaştırmak için kullanabilme,
4. Duygusal karmaşıklığı anlama,
5. Kendi içindeki duyguları yönetmek ve
6. Başkalarındaki duyguları yönetmek.

Petrides ve Furnham (2000) ise, iki farklı duygusal zekâ türünün varlığından bahsederek bu zekâ türlerinden birinin, duygusal öz yeterlik tanımına karşılık geldiğini ve bu kavramların iç içe geçtiğini belirtmişlerdir. Bu türlerden ilki olan özellik olarak duygusal zekâ (*Trait EI*) kişilik ile ilgiliyken, bilgi işleme süreci olan duygusal zekâ (*Information- Processing EI*), insanın zihinsel yeteneği alanında yeni bir kazanım oluşturmaya yönelik girişimlerini ifade etmektedir. Salovey ve Mayer'e (1990) göre duygusal zekâ, sosyal zekanın bir alt yapısıdır ve kişinin kendisinin ve başkalarının duygu ve duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve bu bilgiyi kişinin düşüncesine rehberlik etmek için kullanma gibi becerileri barındırmaktadır. Duygusal zekâ, duyguların anlamlarını ve aralarındaki ilişkileri tanır ve bunlara dayanarak akıl yürütme ve problem çözme yeteneklerini kullanır (Mayer, Caruso, & Salovey, 1999). Salovey ve Mayer'e (1990) göre duygusal bilgiyi içeren, kavramsal olarak ilişkili bir dizi zihinsel süreç vardır. Bu süreçler, aşağıdaki şekilde ifade edilmiştir:



Şekil 2. Duygusal zekanın kavramsallaştırılması (Salovey & Mayer, 1990)

Salovey ve Mayer'e (1990) göre duygusal zekanın altında yatan süreçler, duygu yüklü bilgi, algısal sisteme ilk girdiğinde başlatılır. Duygu yüklü bilginin işlenmesinde birtakım araçlar kullanılmaktadır. Kişinin kendi duygularını değerlendirdiği ve ifade ettiği araçlardan biri dildir. Duygular hakkında bilgi edinmek, onlar hakkında konuşmayı gerektirir. Bu; sosyal öğrenme, iç gözlem yapma ve bu iç gözleme dayalı tutarlı önermeler oluşturma yeteneği ile de etkileşim halinde olmayı içerir. Bununla birlikte, duygu yüklü bilgi sadece sözel olarak algılanmaz. Bu bilgiler çoğu

zaman sözsüz bir düzeyde algılanmaktadır. İnsanlar, duygu yüklü bilgiyi sadece kendi benliklerinden değil, iletişim kurdukları diğer insanlardan da alabilmektedir. Başkalarının duygularını anlamayı sağlayan bu tür algısal yetenekler, daha sağlıklı kişiler arası ilişkilere yol açmaktadır. Diğer bireylerden gelen duygu yüklü bilgi, çoğu zaman sözel olmayan düzeyde algılanmaktadır. Örneğin, iletişim içerisinde bulunan bireyin yüz ifadelerinden bir duygu çıkarımı yapabilmektedir. İletişim kurulan bireyin sözel yolla aktarmak istemediği ya da aktaramadığı duygusal bilgilere ulaşılması bu yolla mümkün olabilmektedir. Öte yandan, Salovey ve Mayer'e (1990) göre yüz ifadelerinin algılanması ve yorumlanma şekli, belirli özelliklere sahip, genel geçer bir durum değildir. Beden dili ile ilgili bilgileri almak ve yorumlamak, kültürde kültüre değişebileceği gibi bireylerin algılarına göre de farklılıklar gösterebilmektedir. Bir kişinin yaptığı çıkarımı diğer bir kişi çok farklı şekilde anlayabilir ve mesajı yanlış alabilir.

Diğerlerinden gelen duygusal bilgiyi değerlendirme araçlarından bir diğeri, empatidir. Empati, başkasının duygularını anlama ve bunları kendi başına yeniden deneyimleme yeteneği olarak tanımlanabilir (Salovey & Mayer, 1990). Kişi duygusal bilgiyi, doğrudan kendi içinden deneyimleyip düzenleyebileceği gibi diğerlerinin yaşadığı duyguları gözlemleyerek dolaylı bir şekilde deneyimleme ve düzenleme imkânına da sahiptir. Böylece daha önce yaşamadıkları duyguları yaşayıp öğrenerek daha deneyimli bir hale ulaşırlar. Bireyler, kendileri hakkındaki olumlu bakış açısını sürdürmeye yardımcı olacak bilgileri arayarak bu olumlu ruh halini sürdürmeye ve olumsuz ruh hallerinden kaçınmaya çalışırlar (Salovey & Mayer, 1990). Örneğin, kişi dans ederken hoş bir ruh hali yaşarsa, o zaman bu ruh halinin sebebi gelecekte aranabilir ve böylece ruh hali yeniden ortaya çıkarılabilir (Salovey & Mayer, 1990). Duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireyler, yeteneklerini olumlu bir şekilde kullandıkları takdirde kendilerinin ve başkalarının ruh hallerini iyileştirebilir ve hatta diğer bireyleri karizmatik bir lider konumunda motive edebilirler. Bu bireyler, yeteneklerini olumsuz olarak kullanırlarsa, manipülatif olaylar yaratabilir veya başkalarının sosyopatik olarak kötü sonuçlara ulaşmalarına sebep olabilirler.

Salovey ve Mayer'in (1990) duygusal zekâ içerisinde yer verdiği bir diğer kavram, duyguların kullanılmasıdır. Bireyler, duyguları ve duygusal değişimleri kullanarak daha esnek planlar yaratabilmektedir. Ruh hali değişimlerini yoğun olarak yaşayan insanlar, geleceği düşünürken daha çeşitli olası sonuçları göz önünde bulundurarak daha fazla sayıda gelecek planı oluşturabilir ve böylece gelecekteki fırsatlardan faydalanmaya daha hazırlıklı olabilirler. Ruh hali, bellekteki bilgilerin organizasyonu ve kullanımı üzerindeki etkisinden dolayı yaratıcı düşünmeye de yardımcı olabilir. Duyguların diğer bir etkisi, kişilerin dikkatini önemli noktalara çekebilmesidir. Kişiler, yoğun duygular yaşadıkları sorunlara dikkatlerini yönlendirmeye ve onları çözümlemeyi bir öncelik haline getirmeye meyillidir (Salovey & Mayer, 1990). Yine aynı şekilde, motivasyonun sağlanmasında da duygular bir ivme olarak kullanılabilir. Kişiler, başarıya ulaşmak için duygularını kanallı edebilirler.

Özellik Olarak Duygusal Zekâ (*Trait EI*), duygusal öz yeterlik tanımını karşılamaktadır (Petrides & Furnham, 2000). Öte yandan, Kirk, Schutte ve Hine'a (2008) göre bu iki kavramı eşleştirmek, aşırı bir genelleme yapmak anlamına gelir ve doğru bir bakış açısı değildir. Ancak bu iki kavramın ilişkili olduğunun inkâr edilemeyeceğini de belirtmişlerdir. Onlara göre duygusal öz yeterlik, duygusal zekanın bir yönü ve özelliğidir. Petrides vd.'ye (2006) göre ise özellik olarak duygusal zekâ, kişiliğin duygusal ve duyuşsal yönlerini ve bunlara yönelik kendilik algıları ile eğilimlerini içeren bir çatı yapı formundadır ve iyi olma, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik dahil olmak üzere birkaç geniş alt alandan oluşmaktadır. Duygusal öz yeterlik düzeyinin yüksek olduğu kişiler, daha sosyal, liderlik niteliklerine sahip, işbirlikçi ve yıkıcılıktan uzak olarak betimlenmiştir (Petrides, Sangareau, Furnham, & Frederickson, 2006). Düşük duygusal öz yeterlik düzeyine sahip olan bireyler ise yüksek duygusal öz-yeterlik düzeyine sahip bireylere göre daha yıkıcı etkilere sahip ve daha agresif olabilmektedirler. Öte yandan, yüksek duygusal öz yeterlik düzeyi, düşük stres, yüksek yaşam doyumu ve başarılı başa çıkmayı yordamaktadır (Choi, Kluemper, & Saluer, 2013). Aşıcı ve Sarı'ya (2021) göre ise yüksek duygusal öz yeterlik, mutluluk düzeyini artırmaya katkıda bulunur. Duygusal öz yeterliği etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Örneğin, Türk-Kurtça ve Kocatürk'e (2020) göre destekleyici ilişkiler, yüksek öz yeterliği pekiştirmektedir. Duygusal öz yeterlik düzeyinin yüksek oluşu, yaşam doyumunu arttırmakta önemli bir rol oynamaktadır (Choi, Kluemper, & Saluer, 2013). Yüksek yaşam doyumu ise mutluluğu olumlu yönde etkilemektedir (Diener, 2000). Bu nedenle duygusal öz yeterlik incelenirken mutluluk düzeyi de incelenmiş ve mutluluğa değinilmiştir.

## 2. 6. Literatür Taramasının Sonucu

Yapılan literatür taramasında, birbirinden farklı duygusal ilişki biçimi sınıflandırmaları olduğu gözlenmiştir. Bu çeşitli sınıflandırmalar, araştırmacıların aşka bakış açıları doğrultusunda şekillenmiştir. Bununla birlikte, incelenen hemen hemen bütün duygusal ilişki biçimlerinde tutkulu aşk ve arkadaşça aşkın yer aldığı görülmektedir. Ayrıca bireylerin seçtikleri duygusal ilişki biçimleri ile kişilik yapıları arasında bir bağlantı bulunmadığı belirtilmiştir. Farklı kişiliklere sahip bireylerin aynı duygusal ilişki biçimlerini tercih etmesi söz konusu olabilir. Bireylerin duygusal ilişki biçimleri arasında tercih yaparken birçok faktörden etkilendiği bilinmektedir. Bu faktörlerden birinin algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi olabileceği düşünülmektedir.

Algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi hakkında yapılan çalışmalarda kavramın tanımının sadece bir çalışmada (Çelik & Öziş, 2016) yapıldığı gözlenmiştir. Ayrıca yapılan çalışmaların neredeyse hepsi, çocukların yetişkinlik dönemlerindeki partner seçimleri ile ilgilidir. Partner seçimi ve bu seçimden sonra kurulan duygusal ilişki sağlığının ebeveyn duygusal ilişkisi ile bağlantılı olabileceği belirtilmiştir. Ayrıca bu çalışmalarda aile içi etkileşimler üzerinde durularak bu etkileşimlerin,

bireyin kişiliği üzerinde etkili olduğu ve bu durumun, bireyin duygusal ilişkilerini etkileyebileceği söylenmektedir. Aile içi etkileşimlerden etkilenen bir diğer faktör, öz yeterlidir.

Öz yeterlik ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, bu kavramın özellikle yaşam deneyimlerinden etkilendiği görülmektedir. Bireylerin öz yeterlik düzeylerinin, yaşam kalitelerini etkilediği ve öz yeterlik düzeyinin düşük olmasının bireyin çeşitli fırsatları kaçırmaya sebep olacağına inanılmaktadır. Öte yandan öz yeterliğin alt boyutlarının olduğu vurgulanmaktadır. Bu alt boyutlardan biri, duygusal öz yeterlidir. Bu kavramın, duygusal zekanın bir parçası olduğunu belirten araştırmacılar olduğu gibi; kavramın duygusal zekadan bağımsız olarak tanımlanması gerektiğini düşünen araştırmacılar da mevcuttur. Öz yeterlik kavramının yaşam doyumu ve mutluluk ile ilişkili olduğu birçok çalışmada belirtilmiştir.

Mutluluk ile ilgili yapılan birçok çalışmada, hedonik ve eudaimonik ayırmadan ilham alınarak, mutluluğun bu ayırım doğrultusunda tanımlandığı gözlenmiştir. Mutluluğun birçok faktöre bağlı olduğu ve bu faktörlerin kişiden kişiye değişim gösterebileceği bildirilmiştir. Bu faktörleri belirleme amacıyla yapılan birçok çalışma olsa da bütün faktörleri belirlemenin pek de mümkün olmadığına inanılmaktadır. Mutluluk, oldukça öznel bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte, duygusal ilişkilerin kişilere mutluluk verebileceği bulgusuna ulaşan çalışmalar mevcuttur.

### **3. YÖNTEM**

Bu bölümde, araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizi başlıkları incelenmektedir.

#### **3. 1. Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri, ilişkideki mutluluk, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlik arasındaki ilişkiyi belirlemeyi ve ayrıca bunları çeşitli değişkenler açısından yordamayı amaçlamaktadır. Bu nedenle, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. İlişkisel çalışma, değişkenlerin ölçülmesi ve aralarındaki ilişkinin yordanması olarak tanımlanabilir ve ilişkisel çalışmada araştırmacı, değişkenleri doğal durumlarında yani değişkenleri manipüle etmeden ölçer (Christensen, Johnson, & Turner, 2015).

#### **3. 2. Araştırma Grubu**

Bu çalışmanın araştırma grubunu 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Trabzon Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Deniz Bilimleri Fakültesi, Artvin Çoruh Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programı ve Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nde öğrenimlerine devam eden ve daha önce en az bir kere romantik ilişkisi olmuş ya da veri toplama anında romantik ilişkisi bulunan 485 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmaya toplam 555 gönüllü katılmış ancak ölçme araçlarını eksik dolduran 70 katılımcı, değerlendirmeye alınmamıştır. Araştırmaya katılan katılımcılar uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, zaman, para ve işgücü yönünden oluşan sınırlılıkları engellemek amacıyla örnekleme kolay ulaşılarak uygulama yapılabilecek şekilde oluşturulmasıdır (Büyüköztürk vd., 2016). Ölçme araçları, online bir formun katılımcılarla paylaşılması ve fiziksel formların gönüllü katılımcılara dağıtılması şeklinde iki farklı yolla katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Özellikler

| Değişkenler                  | Gruplar               | f   | %    |
|------------------------------|-----------------------|-----|------|
| Cinsiyet                     | Kadın                 | 293 | 60,7 |
|                              | Erkek                 | 190 | 39,3 |
| Anne-Baba Birliktelik Durumu | Birlikte              | 439 | 90,5 |
|                              | Ayrılık-Vefat         | 46  | 9,5  |
| Anne Eğitim Düzeyi           | Okula gitmemiş        | 46  | 9,5  |
|                              | İlkokul               | 181 | 37,3 |
|                              | Ortaokul              | 87  | 17,9 |
|                              | Lise                  | 110 | 22,7 |
|                              | Üniversite ve sonrası | 61  | 12,6 |
| Baba Eğitim Düzeyi           | İlkokul ve öncesi     | 136 | 28,2 |
|                              | Ortaokul              | 81  | 16,8 |
|                              | Lise                  | 139 | 28,8 |
|                              | Üniversite ve sonrası | 126 | 26,1 |

### 3. 3. Verilerin Toplanması

Bu bölümde, araştırmada kullanılan ölçme araçları tanıtılarak verilerin toplanmasına yönelik bilgilere ayrıntılı bir şekilde yer verilmiştir.

#### 3. 3. 1. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, katılımcıların çeşitli sosyodemografik özelliklerini ölçmek için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu; katılımcıların duygusal ilişki biçimlerini belirleyebilmek için Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS); algılanan ebeveyn ilişkisini ölçebilmek için Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği; duygusal öz yeterliği ölçebilmek için Duygusal Öz yeterlik Ölçeği ve ilişkideki mutluluğu ölçebilmek için İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ) kullanılmıştır.

##### 3. 3. 1. 1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların çeşitli sosyodemografik özellikleri hakkında bilgi sahibi olabilmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Formda katılımcıların cinsiyeti, ebeveynlerin birliktelik durumu ve ebeveynlerin eğitim durumu hakkında bilgi edinmeye yönelik sorular kullanılmıştır.

##### 3. 3. 1. 2. Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS)

Bu formun uzun hali, Lee'nin aşk ile ilgili sınıflandırması göz önünde bulundurularak, bu sınıflandırmadaki 6 genel aşk stilini ölçecek şekilde Hendrick, Hendrick ve Dicke (1986) tarafından hazırlanmıştır. Daha sonra ise yine aynı araştırmacılar tarafından 1998'de yayınlanan çalışma ile kısaltılmış ve 24 maddeye indirgenmiştir. Bu revize işleminde üç farklı çalışma yapılmış ve ilk

çalışmanın veri toplama sürecine üç yıl boyunca devam edilmiştir (Hendrick, Hendrick, & Dicke, 1998). Katılımcı grubu, psikoloji lisans öğrencileri arasından rastgele seçilen 1090 öğrenciden oluşturulmuştur. İkinci çalışmada ise çalışma grubunu 1995 yılının sonbahar döneminde bir üniversitede Psikolojiye Giriş dersini alan psikoloji lisans öğrencileri arasından rastgele seçilen 834 katılımcı oluşturmuştur. Son çalışmaya ise 1996 yılının sonbahar döneminde bir üniversitede Psikolojiye Giriş dersini alan psikoloji lisans öğrencileri arasından rastgele seçilen 847 katılımcı katılmıştır. Bu üç çalışmanın sonucunda da ölçme aracının kısa formunun, uzun formuna göre daha sistematik bir varyansa sahip olduğu belirlenmiştir. Ölçme aracı, 5'li likert tipidir ve tutkulu aşk, oyun gibi aşk, özgeci aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk şeklinde 6 ayrı alt grup hakkında puan elde edilmesini sağlamaktadır. Kişiler bu gruplardan ayrı ayrı en fazla 20 en az 4 puan alabilirler. Ölçme aracının Türkçe'ye uyarlama ve geçerlik-güvenirlilik çalışmaları Hovardaoğlu ve Büyüksahin tarafından 2004 yılında yapılmıştır. Yapılan çalışmaya 867 üniversite öğrencisi katılmıştır. Yapılan analizler sonucunda Cronbach Alfa katsayısı ,70 olarak belirlenmiştir. Ayrıca tüm alt ölçeklerin iç tutarlık değerleri ,61 ile ,77 arasında değişmektedir. Ölçme aracının araştırmalarda kullanmak için yeterli geçerlik- güvenirliliğe sahip olduğu söylenebilir.

### 3. 3. 1. 3. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği

Bu ölçme aracı, Çelik ve Öziş'in 2016'daki çalışmaları sonucu hazırlanmıştır. Çalışma grubunu 209 çift oluşturmuştur. Ölçme aracının oluşturulması sonucunda alan yazı taranarak ve evli bireylere açık uçlu sorular sorularak 68 maddelik bir soru havuzu oluşturulmuştur. Daha sonra bu 68 maddenin ebeveyn ilişki tutumu algısını ne kadar ölçtüğünü konusunda uzman görüşlerini almak için, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanından 2 ve evlilik ve aile danışmanlığı alanından 3 uzmanın görüşleri alınmıştır. Bu doğrultuda gerekli değişiklikler yapılarak ölçme aracının ön deneme formu oluşturularak uygulanmıştır. Ölçme aracı 37 maddeden oluşmakta ve hem anne için hem de baba için aynı sorular 4'lü likert tip şeklinde cevaplanmaktadır. Ölçme aracı; otoriter, ilgisiz, bağımlı, koruyucu ve demokratik olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçme aracında yer alan 1-3. maddeler otoriter, 4-12. maddeler ilgisiz, 13-18. maddeler koruyucu, 19-30. maddeler demokratik ve 31-37. maddeler bağımlı tutuma ilişkin puan vermektedir (Çelik & Öziş, 2016). Yapılan analizler sonucunda ölçme aracındaki maddelerin faktör yüklerinin anne formunda ,56 ile ,89 arasında olduğu ve baba formunda ,53 ile ,82 arasında olduğu görülmektedir. Ölçme aracının araştırmalarda kullanmak için yeterli geçerlik- güvenirliliğe sahip olduğu söylenebilir.

### 3. 3. 1. 4. Duygusal Öz Yeterlik Ölçeği

Ölçme aracı, ilk olarak Kirk, Schutte ve Hine tarafından 2008 yılında hazırlanmıştır. Çalışma gruplarını Avustralya'nın çeşitli bölgelerinden 207 gönüllü katılımcı oluşturmuştur (Kirk, Schutte,

& Hine, 2008). Ölçme aracının madde havuzu, Mayer ve Salovey (1997) ile Mayer, Salovey ve Caruso'nun (2004) çalışmalarına dayanarak belirlenmiştir. İlk basamaktaki maddeler, bireyin kendisi ve diğerlerinin duygularını algılaması, düşünceleri destekleyici faktör olarak duyguları kullanması, kendisinin ve diğerlerinin duygularını anlaması ve kendilerinin ve diğerlerinin duygularını düzenlemesi olmak üzere dört ana başlıkta toplanmıştır. Maddeler, 6 uzman tarafından incelenmiştir. Daha sonra oluşturulan form, 207 katılımcıya uygulanmış ve analizler sonucunda kullanıma uygun olduğu belirtilmiştir. Türkçeye uyarlama, geçerlik- güvenirlik çalışmaları ise Totan, İkiz ve Karaca tarafından 2010 yılında yapılmıştır. Ölçme aracı 32 madden oluşan 4'lü likert tipi bir ölçme aracıdır. Maddeler; duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama, duyguları algılama şeklinde dört alt boyutu ölçer ve bunlardan elde edilen puanların toplamı, duygusal öz yeterlik değerini vermektedir. Yüksek puan, yüksek duygusal öz yeterliği, düşük puan ise düşük duygusal öz yeterliği işaret etmektedir. Yapılan analizler sonucunda ölçme aracının Cronbach alfa katsayısı ,93 olarak belirlenmiştir. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları, ,70 ile ,83 arasında değişmektedir. Ölçme aracının araştırmalarda kullanmak için yeterli geçerlik- güvenirliğe sahip olduğu söylenebilir.

### 3. 3. 1. 5. İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ)

Ölçme aracı, ilk olarak Fletcher, Fitness ve Blampied (1990) tarafından hazırlanmış ve romantik ilişkisi olan 568 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçme aracı, sevgi, mutluluk, genel memnuniyet, ilişki istikrarı, sorunların ciddiyeti ve bağlılık düzeyi algılarını ölçmektedir. Denekler ayrıca cinsiyetlerini ve flört sürelerini de belirttiler. Tutarel Kışlak tarafından Türkçe'ye uyarlaması ve geçerlik- güvenirlik çalışması yapılmıştır. Çalışmaya toplam 83 çift katılmıştır. Ölçme aracı 6 maddeden oluşan 7'li likert tipidir. Ölçme aracından alınabilecek en yüksek puan 42, en düşük puan ise 6'dır. Ölçme aracı maddeleri; mutluluk, sevgi, gene doyum, ilişkinin devamlılığı, sorunların ciddiyeti ve ilişkiye bağlılık/yükümlülük düzeyleri ile ilgili ölçüm yapmaktadır (Tutarel Kışlak, 2002). Tutarel Kışlak, her ne kadar bu çalışmayı evli çiftler açısından geçerlik- güvenirlik araştırması olarak yapsa da çiftler için kullanılabilecek bir ölçme aracı olduğunu belirtmiştir. Yapılan analizler sonucunda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ,80 olarak belirlenmiştir. Ölçme aracının test-tekrar test tekniği ile elde edilen güvenirlik değeri ,86 ve iki yarım test güvenirlik değeri ,80'dir. Ölçeğin geçerlilik katsayısı ,69 olarak bildirilmiştir.

### 3. 3. 2. Veri Toplama Süreci

Araştırmada kullanılacak olan ölçme araçlarının kullanım izinleri, ölçme aracını geliştiren veya uyarlayan yazarlardan e-posta yolu ile alınmıştır. Veriler toplama sürecine başlamadan önce Trabzon Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan gerekli izinler

alınmıştır. Mayıs 2021 tarihinde uzaktan eğitim sürecinin devam etmesi nedeniyle Kişisel Bilgi Formu, Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS), Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği, Duygusal Öz yeterlik Ölçeği ve İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ)’nden oluşan online bir form hazırlanarak bu form Trabzon Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programında öğrenim gören öğrenciler ve Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Hukuk Fakültesi lisans programında öğrenim gören öğrenciler ile paylaşılmıştır. Eylül 2021 tarihi itibarıyla yüz yüze eğitime geçilmesiyle, oluşturulan form çoğaltılarak Trabzon Üniversitesi Eğitim Fakültesi lisans programlarında öğrenim gören öğrenciler, Karadeniz Teknik Üniversitesi Deniz Bilimleri Fakültesi lisans programlarında öğrenim gören öğrenciler ve Artvin Çoruh Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programında öğrenim gören öğrenciler ile paylaşılmıştır. Hem online olarak paylaşılan hem de yüz yüze dağıtılan formlarda katılımcılara araştırmanın amacını bildiren bir metne yer verilmiştir.

### **3. 4. Verilerin Analizi**

Toplanan veriler önce Microsoft Excel ile tablo haline getirildikten sonra analizler SPSS 26 paket programı ile yapılmıştır. Cinsiyet ve anne-baba birliktelik durumu ile ilgili analizler için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Anne ve baba eğitim düzeyi ile ilgili analizler için tek faktörlü varyans analizi kullanılmıştır. Duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişkileri incelemek için ise Pearson momentler çarpım korelasyon testi kullanılmıştır. Duygusal ilişki biçimleri, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyinin, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini ne kadar yordadığını belirlemek için ise çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

#### 4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacı çerçevesinde toplanan verilerin istatistik analizi yapılarak elde edilen veriler değerlendirilmiştir.

##### 4. 1. Değişkenlerin Normalliklerine İlişkin Bulgular

Duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterlik değişkenlerine yapılan betimsel analiz sonucunda elde edilen değerler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Değişkenlerin Normallik Dağılımı

| Değişkenler             | N   | Ortalama | Ss.   | Çarpıklık | Basıklık |
|-------------------------|-----|----------|-------|-----------|----------|
| Tutkulu Aşk             | 485 | 14,58    | 3,44  | -,527     | ,186     |
| Oyun Gibi Aşk           | 485 | 9,7      | 2,76  | ,392      | -,023    |
| Arkadaşça Aşk           | 485 | 12,44    | 4,23  | -,148     | ,728     |
| Mantıklı Aşk            | 485 | 11,80    | 3,4   | ,023      | -,354    |
| Sahiplenici Aşk         | 485 | 12,21    | 3,1   | ,182      | -,372    |
| Özgeci Aşk              | 485 | 11,56    | 3,9   | ,137      | -,491    |
| İlişkideki Mutluluk     | 485 | 31,02    | 7,65  | -,559     | -,392    |
| Otoriter Tutum (Anne)   | 485 | 4,38     | 2,85  | -,017     | -1,05    |
| İlgisiz Tutum (Anne)    | 485 | 4,72     | 5,92  | 1,50      | 1,88     |
| Koruyucu Tutum (Anne)   | 485 | 11,15    | 4,08  | -,334     | -,330    |
| Demokratik Tutum (Anne) | 485 | 27,08    | 8,45  | -,871     | ,067     |
| Bağımlı Tutum (Anne)    | 485 | 7,14     | 5,07  | ,730      | ,235     |
| Otoriter Tutum (Baba)   | 485 | 5,15     | 2,83  | -,319     | -,944    |
| İlgisiz Tutum (Baba)    | 485 | 6,94     | 7     | 1,03      | ,226     |
| Koruyucu Tutum (Baba)   | 485 | 10,82    | 4,43  | -,358     | -,402    |
| Demokratik Tutum (Baba) | 485 | 25,09    | 9,71  | -,783     | ,178     |
| Bağımlı Tutum (Baba)    | 485 | 6,66     | 5,16  | 1,02      | 1,43     |
| Duygusal öz yeterlik    | 485 | 111,84   | 21,11 | -,344     | 1,9      |

\*p<,05

Tablo 2’de gösterildiği üzere değişkenlerin normal dağılıma sahip olup olmadıkları çarpıklık ve basıklık değerleri ile test edilmiş ve bu değerlerin  $\pm 2$  arasında kalarak normal dağılıma uygun olduğu saptanmıştır (George & Mallery, 2010).

#### **4. 2. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi**

Bu kısımda üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal ilişkideki mutlulukları, algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterliklerinin cinsiyet, anne-baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi ve tek faktörlü varyans analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

##### **4. 2. 1. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi**

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal ilişkideki mutlulukları, algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Cinsiyete Göre Farklılıkları

| Değişkenler          | Cinsiyet | N   | Ortalama | Ss    | t     | p    |
|----------------------|----------|-----|----------|-------|-------|------|
| Tutkulu Aşk          | Kadın    | 293 | 14,73    | 3,27  | 1,28  | ,201 |
|                      | Erkek    | 190 | 14,31    | 3,72  |       |      |
| Oyun gibi Aşk        | Kadın    | 293 | 9,32     | 2,63  | -3,67 | ,000 |
|                      | Erkek    | 190 | 10,27    | 2,88  |       |      |
| Arkadaşça Aşk        | Kadın    | 293 | 12,1     | 4,23  | -2,03 | ,043 |
|                      | Erkek    | 190 | 12,89    | 4,25  |       |      |
| Mantıklı Aşk         | Kadın    | 293 | 11,88    | 3,42  | ,731  | ,465 |
|                      | Erkek    | 190 | 11,65    | 3,40  |       |      |
| Sahiplenici Aşk      | Kadın    | 293 | 12,26    | 3,02  | ,443  | ,658 |
|                      | Erkek    | 190 | 12,12    | 3,22  |       |      |
| Özgeci Aşk           | Kadın    | 293 | 10,24    | 3,52  | -9,86 | ,000 |
|                      | Erkek    | 190 | 13,57    | 3,78  |       |      |
| İlişkideki Mutluluk  | Kadın    | 293 | 31,48    | 7,33  | 1,84  | ,066 |
|                      | Erkek    | 190 | 30,12    | 8,22  |       |      |
| Otoriter T. (Anne)   | Kadın    | 293 | 4,75     | 2,9   | 3,47  | ,001 |
|                      | Erkek    | 190 | 3,83     | 2,70  |       |      |
| İlgisiz T. (Anne)    | Kadın    | 293 | 4,58     | 5,7   | -,670 | ,503 |
|                      | Erkek    | 190 | 4,96     | 6,27  |       |      |
| Koruyucu T. (Anne)   | Kadın    | 293 | 11,24    | 3,9   | ,583  | ,560 |
|                      | Erkek    | 190 | 11,02    | 4,3   |       |      |
| Demokratik T. (Anne) | Kadın    | 293 | 26,91    | 8,3   | -,461 | ,645 |
|                      | Erkek    | 190 | 27,28    | 8,69  |       |      |
| Bağımlı T. (Anne)    | Kadın    | 293 | 6,44     | 4,9   | -4,02 | ,000 |
|                      | Erkek    | 190 | 8,32     | 5,17  |       |      |
| Otoriter T. (Baba)   | Kadın    | 293 | 5,48     | 2,74  | 3,30. | ,001 |
|                      | Erkek    | 190 | 4,61     | 2,91  |       |      |
| İlgisiz T. (Baba)    | Kadın    | 293 | 7,29     | 7,13  | 1,23  | ,216 |
|                      | Erkek    | 190 | 6,48     | 6,82  |       |      |
| Koruyucu T. (Baba)   | Kadın    | 293 | 10,6     | 4,35  | -1,48 | ,139 |
|                      | Erkek    | 190 | 11,21    | 4,5   |       |      |
| Demokratik T. (Baba) | Kadın    | 293 | 24,64    | 9,73  | -1,33 | ,183 |
|                      | Erkek    | 190 | 25,84    | 9,61  |       |      |
| Bağımlı T. (Baba)    | Kadın    | 293 | 5,85     | 5,01  | -4,53 | ,000 |
|                      | Erkek    | 190 | 7,99     | 5,16  |       |      |
| Duygusal Öz Yeterlik | Kadın    | 293 | 117,92   | 19,08 | 2,55  | ,011 |
|                      | Erkek    | 190 | 112,69   | 23,70 |       |      |

\*p<,05

Tablo 3 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin; oyun gibi aşk ( $t = -3,67$ ,  $p < ,01$ ), arkadaşça aşk ( $t = -2,03$ ,  $p < ,05$ ) ve özgeci aşk ( $t = -9,86$ ,  $p < ,01$ ) alt boyutları, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Buna göre, erkeklerin oyun gibi aşk alt

boyutu ( $\bar{x}$  = 10,27) kadınlara ( $\bar{x}$  = 9,32) göre; erkeklerin arkadaşça aşk alt boyutu ( $\bar{x}$  = 12,89) kadınlara ( $\bar{x}$  = 12,1) göre ve erkeklerin özgeci aşk alt boyutu ( $\bar{x}$  = 13,57) kadınlara ( $\bar{x}$  = 10,24) göre daha yüksektir. Tutkulu aşk ( $t$  = 1,28,  $p$  > ,05), mantıklı aşk ( $t$  = ,731,  $p$  > ,05) ve sahiplenici aşk ( $t$  = ,443,  $p$  > ,05) alt boyutlarında ise kadın ve erkek arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Duygusal ilişkideki mutluluğun ( $t$  = 1,84,  $p$  > ,05) cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmektedir.

Algılanan ebeveyn ilişkisinin; anne otoriter tutumu ( $t$  = 3,47,  $p$  < ,01) , anne bağımlı tutumu (-4,02,  $p$  < ,01), baba otoriter tutumu ( $t$  = 3,30,  $p$  < ,01) , ve baba bağımlı tutumunun (-4,33,  $p$  < ,01) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Buna göre kadınların algıladığı anne otoriter tutumu ( $\bar{x}$  = 4,75), erkeklere ( $\bar{x}$  = 3,83) göre; erkeklerin algıladığı anne bağımlı tutumu ( $\bar{x}$  = 8,32), kadınlara ( $\bar{x}$  = 6,44) göre; kadınların algıladığı baba otoriter tutumu ( $\bar{x}$  = 5,48), erkeklere ( $\bar{x}$  = 4,61) göre ve erkeklerin algıladığı baba bağımlı tutumu ( $\bar{x}$  = 7,99), kadınlara ( $\bar{x}$  = 5,85) göre daha yüksek bulunmuştur. Anne ilgisiz ( $t$  = -,670,  $p$  > ,05), koruyucu ( $t$  = ,583,  $p$  > ,05) ve demokratik ( $t$  = -,461,  $p$  > ,05) tutum ile baba ilgisiz ( $t$  = 1,23,  $p$  > ,05), koruyucu ( $t$  = -1,48,  $p$  > ,05) ve demokratik ( $t$  = -1,33,  $p$  > ,05) tutum alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Duygusal öz yeterliğin ( $t$  = 2,55,  $p$  < ,05) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Kadınların duygusal öz yeterliğinin ( $\bar{x}$  = 117,92) erkeklerin duygusal öz yeterliğinden ( $\bar{x}$  = 112,69) daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### **4. 2. 2. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerde Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne- Baba Birliktelik Durumuna Göre Farklaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi**

Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterlik düzeyinin anne-baba birliktelik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin test edilmesi amacıyla yapılan bağımsız örneklem t Testi sonuçları Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne-baba Birliktelik Durumuna Göre Farklılıkları

| Değişkenler          | Durum      | N   | Ortalama | Ss    | t      | p    |
|----------------------|------------|-----|----------|-------|--------|------|
| Tutkulu Aşk          | Birlikte   | 439 | 14,6301  | 3,43  | 1,221  | ,223 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 13,9783  | 3,63  |        |      |
| Oyun gibi Aşk        | Birlikte   | 439 | 9,7243   | 2,74  | ,856   | ,392 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 9,3577   | 2,98  |        |      |
| Arkadaşça Aşk        | Birlikte   | 439 | 12,5087  | 4,26  | 1,801  | ,072 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 11,3261  | 4,06  |        |      |
| Mantıklı Aşk         | Birlikte   | 439 | 11,8103  | 3,43  | ,340   | ,734 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 11,6304  | 3,23  |        |      |
| Sahiplenici Aşk      | Birlikte   | 439 | 12,2596  | 3,13  | 1,404  | ,161 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 11,5870  | 2,63  |        |      |
| Özgeci Aşk           | Birlikte   | 439 | 11,6323  | 3,98  | 1,599  | ,110 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 10,6522  | 3,75  |        |      |
| İlişkide Mutluluk    | Birlikte   | 439 | 31,0822  | 7,66  | 1,199  | ,231 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 29,6522  | 8,04  |        |      |
| Otoriter T. (Anne)   | Birlikte   | 439 | 4,3163   | 2,83  | -1,367 | ,172 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 4,9214   | 3,06  |        |      |
| İlgisiz T. (Anne)    | Birlikte   | 439 | 4,4836   | 5,55  | -2,054 | ,045 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 6,9463   | 7,93  |        |      |
| Koruyucu T. (Anne)   | Birlikte   | 439 | 11,1353  | 4,03  | -,110  | ,913 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 11,2044  | 4,46  |        |      |
| Demokratik T. (Anne) | Birlikte   | 439 | 27,2554  | 8,29  | 1,533  | ,126 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 25,2520  | 9,74  |        |      |
| Bağımlı T. (Anne)    | Birlikte   | 439 | 7,1287   | 5,02  | -,574  | ,566 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 7,5815   | 5,74  |        |      |
| Otoriter T. (Baba)   | Birlikte   | 439 | 5,1084   | 2,84  | -,430  | ,668 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 5,2978   | 2,92  |        |      |
| İlgisiz T. (Baba)    | Birlikte   | 439 | 6,5588   | 6,61  | -3,078 | ,003 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 10,9051  | 9,33  |        |      |
| Koruyucu T. (Baba)   | Birlikte   | 439 | 10,9921  | 4,26  | 1,991  | ,052 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 9,3304   | 5,49  |        |      |
| Demokratik T. (Baba) | Birlikte   | 439 | 25,5814  | 9,19  | 2,540  | ,014 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 20,6124  | 12,93 |        |      |
| Bağımlı T. (Baba)    | Birlikte   | 439 | 6,6900   | 5,16  | -,064  | ,949 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 6,7413   | 5,36  |        |      |
| Duygusal Öz Yeterlik | Birlikte   | 439 | 116,6178 | 20,67 | 2,510  | ,012 |
|                      | Ayrı-vefat | 46  | 108,4498 | 23,92 |        |      |

\*p<,05

Tablo 4 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin ebeveynlerin birliktelik durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek üzere yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre duygusal ilişki biçimlerinin tutkulu aşk (t=1,22, p>,05) oyun gibi aşk (t=,856,

$p>,05$ ), arkadaşça aşk ( $t= 1,8, p>,05$ ), mantıklı aşk ( $t=,34, p>,05$ ), sahiplenici aşk ( $t=1,4, p>,05$ ) ve özgeci aşk ( $t= 1,6, p>,05$ ) alt boyutlarında ebeveynleri birlikte olan bireyler ve ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinde ilişkideki mutluluk düzeyi ( $t=1,19, p>,05$ ), ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı bir farka sahip değildir.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne otoriter tutumu ( $t= -1,37, p>,05$ ) , anne koruyucu tutumu ( $t=-,110, p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $t= 1,53, p>,05$ ) ve anne bağımlı tutumu ( $t=-,574, p>,05$ ) ile baba otoriter tutumu ( $t= -,430, p>,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $t=1,99, p>,05$ ), ve baba bağımlı tutumu ( $t=-,064, p>,05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Algılanan anne ilgisiz tutumu ( $t=-2,05, p<,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $t=-3,08, p<,05$ ) ve baba demokratik tutumu ( $t=2,54, p<,05$ ) alt boyutlarında ise ebeveynleri birlikte olan bireyler ile ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireylerin ( $\bar{x}=6,95$ ) algıladıkları anne ilgisiz tutumu oranları, ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladıkları baba ilgisiz tutumu oranlarına ( $\bar{x}=4,48$ ) göre daha yüksektir. Ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireylerin ( $\bar{x}=10,91$ ) algıladıkları baba ilgisiz tutumu oranları ise, ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladıkları baba ilgisiz tutumu oranlarına ( $\bar{x}=6,56$ ) göre daha yüksektir. Son olarak, ebeveynleri birlikte olan bireylerin ( $\bar{x}=25,58$ ) algıladıkları baba demokratik tutum oranlarının, ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireylerin ( $\bar{x}=20,61$ ) algıladıkları baba demokratik tutumu oranına göre daha yüksek bulunmuştur.

Duygusal öz yeterlik düzeyinin ( $t=2,51, p<,05$ ) ebeveynleri birlikte olan bireyler ve ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Buna göre ebeveynleri birlikte olan bireylerin ( $\bar{x}=116,62$ ) duygusal öz yeterlik düzeyleri, ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş olan bireylere ( $\bar{x}=108,45$ ) göre daha yüksektir.

#### **4. 2. 3. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi**

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri, algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterlik düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan Tek Faktörlü Varyans analizi sonuçları Tablo 7.'de gösterilmiştir.

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılıkları

| Değişkenler             |                  | Kareler<br>Toplamı | Sd  | Kareler<br>Ortalaması | F     | p    |
|-------------------------|------------------|--------------------|-----|-----------------------|-------|------|
| Tutkulu Aşk             | Gruplar Arasında | 104,483            | 4   | 26,12                 | 2,221 | ,066 |
|                         | Gruplar İçinde   | 5645,630           | 480 | 11,76                 |       |      |
|                         | Toplam           | 5750,113           | 484 |                       |       |      |
| Oyun Gibi Aşk           | Gruplar Arasında | 27,494             | 4   | 6,87                  | ,900  | ,464 |
|                         | Gruplar İçinde   | 3665,974           | 480 | 7,64                  |       |      |
|                         | Toplam           | 3693,467           | 484 |                       |       |      |
| Arkadaşça Aşk           | Gruplar Arasında | 48,881             | 4   | 12,22                 | ,675  | ,609 |
|                         | Gruplar İçinde   | 8685,419           | 480 | 18,09                 |       |      |
|                         | Toplam           | 8734,300           | 484 |                       |       |      |
| Mantıklı Aşk            | Gruplar Arasında | 9,482              | 4   | 2,37                  | ,203  | ,937 |
|                         | Gruplar İçinde   | 5603,207           | 480 | 11,67                 |       |      |
|                         | Toplam           | 5612,689           | 484 |                       |       |      |
| Sahiplenici Aşk         | Gruplar Arasında | 31,268             | 4   | 7,82                  | ,815  | ,516 |
|                         | Gruplar İçinde   | 4601,469           | 480 | 9,59                  |       |      |
|                         | Toplam           | 4632,737           | 484 |                       |       |      |
| Özgeci Aşk              | Gruplar Arasında | 87,741             | 4   | 21,93                 | 1,402 | ,232 |
|                         | Gruplar İçinde   | 7508,680           | 480 | 15,64                 |       |      |
|                         | Toplam           | 7596,421           | 484 |                       |       |      |
| İlişkide<br>Mutluluk    | Gruplar Arasında | 261,280            | 4   | 65,32                 | 1,103 | ,354 |
|                         | Gruplar İçinde   | 28422,273          | 480 | 59,21                 |       |      |
|                         | Toplam           | 28683,554          | 484 |                       |       |      |
| Otoriter T.<br>(Anne)   | Gruplar Arasında | 30,617             | 4   | 7,65                  | ,936  | ,443 |
|                         | Gruplar İçinde   | 3925,840           | 480 | 8,18                  |       |      |
|                         | Toplam           | 3956,458           | 484 |                       |       |      |
| İlgisiz T. (Anne)       | Gruplar Arasında | 93,713             | 4   | 23,43                 | ,681  | ,605 |
|                         | Gruplar İçinde   | 16501,573          | 480 | 34,38                 |       |      |
|                         | Toplam           | 16595,286          | 484 |                       |       |      |
| Koruyucu T.<br>(Anne)   | Gruplar Arasında | 55,011             | 4   | 13,75                 | ,830  | ,506 |
|                         | Gruplar İçinde   | 7949,363           | 480 | 16,56                 |       |      |
|                         | Toplam           | 8004,374           | 484 |                       |       |      |
| Demokratik T.<br>(Anne) | Gruplar Arasında | 56,805             | 4   | 14,20                 | ,198  | ,940 |
|                         | Gruplar İçinde   | 34471,088          | 480 | 71,81                 |       |      |
|                         | Toplam           | 34527,893          | 484 |                       |       |      |
| Bağımlı T.<br>(Anne)    | Gruplar Arasında | 131,932            | 4   | 32,98                 | 1,278 | ,278 |
|                         | Gruplar İçinde   | 12390,141          | 480 | 25,81                 |       |      |
|                         | Toplam           | 12522,072          | 484 |                       |       |      |
| Otoriter T.<br>(Baba)   | Gruplar Arasında | 24,056             | 4   | 6,01                  | ,743  | ,563 |
|                         | Gruplar İçinde   | 3887,230           | 480 | 8,1                   |       |      |
|                         | Toplam           | 3911,286           | 484 |                       |       |      |

Tablo 5'in devamı

| Değişkenler          |                  | Kareler<br>Toplamı | Sd  | Kareler<br>Ortalaması | F     | p    |
|----------------------|------------------|--------------------|-----|-----------------------|-------|------|
| İlgisiz T. (Baba)    | Gruplar Arasında | 144,388            | 4   | 36,1                  | ,731  | ,571 |
|                      | Gruplar İçinde   | 23695,597          | 480 | 49,36                 |       |      |
|                      | Toplam           | 23839,985          | 484 |                       |       |      |
| Koruyucu T. (Baba)   | Gruplar Arasında | 26,560             | 4   | 6,64                  | ,339  | ,852 |
|                      | Gruplar İçinde   | 9396,619           | 480 | 19,58                 |       |      |
|                      | Toplam           | 9423,179           | 484 |                       |       |      |
| Demokratik T. (Baba) | Gruplar Arasında | 67,761             | 4   | 16,94                 | ,179  | ,949 |
|                      | Gruplar İçinde   | 45435,869          | 480 | 94,66                 |       |      |
|                      | Toplam           | 45503,630          | 484 |                       |       |      |
| Bağımlı T. (Baba)    | Gruplar Arasında | 25,266             | 4   | 6,32                  | ,235  | ,919 |
|                      | Gruplar İçinde   | 12922,104          | 480 | 26,91                 |       |      |
|                      | Toplam           | 12947,370          | 484 |                       |       |      |
| Duygusal Öz Yeterlik | Gruplar Arasında | 2534,242           | 4   | 633,56                | 1,427 | ,224 |
|                      | Gruplar İçinde   | 213182,293         | 480 | 444,13                |       |      |
|                      | Toplam           | 215716,534         | 484 |                       |       |      |

\*p&lt;,05

Tablo 5 incelendiğinde üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutları olan tutkulu aşk, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk tercihlerinin, anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=2,22$ ,  $F_{484}=,900$ ,  $F_{484}=,675$ ,  $F_{484}=,203$ ,  $F_{484}=,815$ ,  $F_{484}=1,4$ ;  $p>,05$ ). Buna göre anne eğitim düzeyinin, duygusal ilişki biçimi tercihleri üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyinin, anne eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=1,1$ ,  $p>,05$ ). Buna göre anne eğitim düzeyinin, duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisinin alt boyutları olan anne otoriter tutumu, anne ilgisiz tutumu, anne koruyucu tutumu, anne demokratik tutumu ve anne bağımlı tutumu ile baba otoriter tutumu, baba ilgisiz tutumu, baba koruyucu tutumu, baba demokratik tutumu ve baba bağımlı tutumu algılarının, anne eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı gözlemlenmiştir ( $F_{484}=,936$ ,  $F_{484}=,681$ ,  $F_{484}=,830$ ,  $F_{484}=,198$ ,  $F_{484}=1,28$ ,  $F_{484}=,743$ ,  $F_{484}=,731$ ,  $F_{484}=,339$ ,  $F_{484}=,179$ ,  $F_{484}=,235$ ;  $p>,05$ ). Buna göre anne eğitim düzeyinin, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=1,43$ ,  $p>,05$ ). Buna göre üniversite öğrencilerinin anne eğitim düzeyi, bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip değildir.

#### 4. 2. 4. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri, algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları ve duygusal öz yeterlik düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan Tek Faktörlü Varyans analizi sonuçları Tablo 8.'de gösterilmiştir.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılıkları

| Değişkenler        |                  | Kareler Toplamı | Sd  | Kareler Ortalaması | F     | p    |
|--------------------|------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|------|
| Tutkulu Aşk        | Gruplar Arasında | 20,837          | 3   | 6,95               | ,585  | ,625 |
|                    | Gruplar İçinde   | 5673,531        | 478 | 11,87              |       |      |
|                    | Toplam           | 5694,368        | 481 |                    |       |      |
| Oyun Gibi Aşk      | Gruplar Arasında | 27,214          | 3   | 9,07               | 1,194 | ,312 |
|                    | Gruplar İçinde   | 3632,035        | 478 | 7,60               |       |      |
|                    | Toplam           | 3659,249        | 481 |                    |       |      |
| Arkadaşça Aşk      | Gruplar Arasında | 58,438          | 3   | 19,48              | 1,091 | ,352 |
|                    | Gruplar İçinde   | 8534,088        | 478 | 17,85              |       |      |
|                    | Toplam           | 8592,526        | 481 |                    |       |      |
| Mantıklı Aşk       | Gruplar Arasında | 10,247          | 3   | 3,42               | ,294  | ,830 |
|                    | Gruplar İçinde   | 5558,543        | 478 | 11,63              |       |      |
|                    | Toplam           | 5568,790        | 481 |                    |       |      |
| Sahiplenici Aşk    | Gruplar Arasında | 41,999          | 3   | 14                 | 1,460 | ,225 |
|                    | Gruplar İçinde   | 4583,012        | 478 | 9,59               |       |      |
|                    | Toplam           | 4625,012        | 481 |                    |       |      |
| Özgeci Aşk         | Gruplar Arasında | 18,100          | 3   | 6,03               | ,383  | ,766 |
|                    | Gruplar İçinde   | 7536,744        | 478 | 15,77              |       |      |
|                    | Toplam           | 7554,844        | 481 |                    |       |      |
| İlişkide Mutluluk  | Gruplar Arasında | 142,364         | 3   | 47,45              | ,811  | ,488 |
|                    | Gruplar İçinde   | 27981,318       | 478 | 58,54              |       |      |
|                    | Toplam           | 28123,681       | 481 |                    |       |      |
| Otoriter T. (Anne) | Gruplar Arasında | 35,714          | 3   | 11,9               | 1,468 | ,222 |
|                    | Gruplar İçinde   | 3875,297        | 478 | 8,11               |       |      |
|                    | Toplam           | 3911,011        | 481 |                    |       |      |
| İlgisiz T. (Anne)  | Gruplar Arasında | 40,738          | 3   | 13,58              | ,399  | ,754 |
|                    | Gruplar İçinde   | 16279,456       | 478 | 34,06              |       |      |
|                    | Toplam           | 16320,195       | 481 |                    |       |      |
| Koruyucu T. (Anne) | Gruplar Arasında | 19,668          | 3   | 6,56               | ,394  | ,757 |
|                    | Gruplar İçinde   | 7956,770        | 478 | 16,65              |       |      |
|                    | Toplam           | 7976,438        | 481 |                    |       |      |

Tablo 6'nın devamı

| Değişkenler             |                  | Kareler<br>Toplamı | Sd  | Kareler<br>Ortalaması | F     | p    |
|-------------------------|------------------|--------------------|-----|-----------------------|-------|------|
| Demokratik T.<br>(Anne) | Gruplar Arasında | 72,828             | 3   | 24,28                 | ,338  | ,798 |
|                         | Gruplar İçinde   | 34299,613          | 478 | 71,76                 |       |      |
|                         | Toplam           | 34372,441          | 481 |                       |       |      |
| Bağımlı T. (Anne)       | Gruplar Arasında | 33,951             | 3   | 11,32                 | ,438  | ,726 |
|                         | Gruplar İçinde   | 12360,110          | 478 | 25,86                 |       |      |
|                         | Toplam           | 12394,061          | 481 |                       |       |      |
| Otoriter T. (Baba)      | Gruplar Arasında | 10,000             | 3   | 3,33                  | ,411  | ,745 |
|                         | Gruplar İçinde   | 3874,188           | 478 | 8,1                   |       |      |
|                         | Toplam           | 3884,188           | 481 |                       |       |      |
| İlgisiz T. (Baba)       | Gruplar Arasında | 221,174            | 3   | 73,72                 | 1,505 | ,212 |
|                         | Gruplar İçinde   | 23410,522          | 478 | 48,98                 |       |      |
|                         | Toplam           | 23631,696          | 481 |                       |       |      |
| Koruyucu T. (Baba)      | Gruplar Arasında | 64,367             | 3   | 21,46                 | 1,097 | ,350 |
|                         | Gruplar İçinde   | 9347,365           | 478 | 19,55                 |       |      |
|                         | Toplam           | 9411,732           | 481 |                       |       |      |
| Demokratik T.<br>(Baba) | Gruplar Arasında | 261,360            | 3   | 87,12                 | ,923  | ,430 |
|                         | Gruplar İçinde   | 45127,781          | 478 | 94,41                 |       |      |
|                         | Toplam           | 45389,142          | 481 |                       |       |      |
| Bağımlı T. (Baba)       | Gruplar Arasında | 7,302              | 3   | 2,43                  | ,091  | ,965 |
|                         | Gruplar İçinde   | 12792,676          | 478 | 26,76                 |       |      |
|                         | Toplam           | 12799,978          | 481 |                       |       |      |
| Duygusal Öz<br>Yeterlik | Gruplar Arasında | 1419,600           | 3   | 473,2                 | 1,064 | ,364 |
|                         | Gruplar İçinde   | 212519,796         | 478 | 444,6                 |       |      |
|                         | Toplam           | 213939,396         | 481 |                       |       |      |

\*p&lt;,05

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutları olan tutkulu aşk, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk tercihlerinin, anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=,585$ ,  $F_{484}=1,19$ ,  $F_{484}=1,1$ ,  $F_{484}=,294$ ,  $F_{484}=1,5$ ,  $F_{484}=,383$ ;  $p>,05$ ). Buna göre baba eğitim düzeyinin, duygusal ilişki biçimi tercihleri üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=,811$ ,  $p>,05$ ). Buna göre baba eğitim düzeyininin, duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisinin alt boyutları olan anne otoriter tutumu, anne ilgisiz tutumu, anne koruyucu tutumu, anne demokratik tutumu ve anne bağımlı tutumu ile baba otoriter tutumu, baba ilgisiz tutumu, baba koruyucu tutumu, baba demokratik tutumu ve baba bağımlı tutumu algılarının, baba eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı gözlemlenmiştir ( $F_{484}=1,5$ ,  $F_{484}=,399$ ,  $F_{484}=,394$ ,  $F_{484}=,338$ ,  $F_{484}=,438$ ,  $F_{484}=,411$ ,

$F_{484}=1,5$ ,  $F_{484}=1,1$ ,  $F_{484}=,923$ ,  $F_{484}=,091$ ;  $p>,05$ ). Buna göre baba eğitim düzeyinin, algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ( $F_{484}=1,1$ ,  $p>,05$ ). Buna göre üniversite öğrencilerinin baba eğitim düzeyinin, bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur.

#### **4. 3. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**

Tablo 7’de Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkileri ölçmek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyi, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

|                         | 1      | 2      | 3      | 4      | 5     | 6      | 7      | 8     | 9      | 10    | 11     | 12    | 13    | 14     | 15    | 16     | 17    | 18 |
|-------------------------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|--------|-------|----|
| 1.Tutkulu               | 1      |        |        |        |       |        |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 2.Oyun Gibi             | -,076  | 1      |        |        |       |        |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 3.Arkadaşça             | ,345   | ,063   | 1      |        |       |        |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 4.Mantıklı              | ,100   | ,225   | ,122   | 1      |       |        |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 5.Sahiplenic            | ,155   | ,279   | ,071   | ,190   | 1     |        |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 6.Özgeci                | ,383   | ,139   | ,245   | ,145   | ,393  | 1      |        |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 7.İlişkide Mutluluk     | ,571** | -,220* | ,262** | -,049  | ,005  | ,254** | 1      |       |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 8.Otoriter T.(A)        | ,012   | -,028  | -,022  | ,033   | ,083  | ,005   | ,063   | 1     |        |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 9.İlgisiz T.(A)         | -,141* | ,031   | ,003   | -,046  | ,021  | -,034  | -,079  | ,337  | 1      |       |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 10.Koruyucu T.(A)       | ,061   | ,064   | ,000   | ,026   | ,064  | ,066   | ,062   | -,021 | -,241  | 1     |        |       |       |        |       |        |       |    |
| 11.Demokratik T.(A)     | ,140** | ,048   | ,070   | ,071   | ,006  | ,089   | ,128** | -,134 | -,445  | ,593  | 1      |       |       |        |       |        |       |    |
| 12.Bağımlı T.(A)        | -,040  | ,106*  | ,052   | ,173** | ,107* | ,127** | -,147* | -,061 | ,138   | ,087  | ,186   | 1     |       |        |       |        |       |    |
| 13.Otoriter T.(B)       | ,009   | -,089* | -,011  | ,003   | ,107* | ,032   | ,014   | ,479  | ,256   | -,068 | -,200  | -,044 | 1     |        |       |        |       |    |
| 14.İlgisiz T.(B)        | -,138* | -,043  | -,020  | -,046  | ,001  | -,053  | -,076  | ,279  | ,682   | -,231 | -,446  | ,021  | ,412  | 1      |       |        |       |    |
| 15.Koruyucu T.(B)       | ,083   | ,092*  | ,054   | ,068   | ,060  | ,087   | ,037   | -,059 | -,228  | ,786  | ,547   | ,083  | -,134 | ,408   | 1     |        |       |    |
| 16.Demokratik T.(B)     | ,154** | ,056   | ,052   | ,071   | ,026  | ,087   | ,137** | -,124 | -,380  | ,468  | ,793   | ,121  | -,308 | ,604   | ,651  | 1      |       |    |
| 17.Bağımlı T.(B)        | -,031  | ,120** | ,033   | ,124** | ,084  | ,136** | -,111* | -,061 | ,123   | ,053  | ,169   | ,707  | -,098 | ,064   | ,189  | ,297   | 11    |    |
| 18.Duygusal Öz Yeterlik | ,253** | -,083  | ,126** | ,045   | -,042 | ,039   | ,268** | ,009  | -,143* | ,090* | ,160** | -,087 | -,018 | -,122* | ,093* | ,147** | ,099* | 11 |

Tablo 7 incelendiğinde üniversite öğrencilerindeki duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi ile duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutlarından biri olan tutkulu aşk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur ( $r=,571$ ,  $p<,01$ ). Buna göre duygusal ilişkilerinde tutkulu aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeyleri artmaktadır. Ayrıca duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve oyun gibi aşk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur ( $r=-,220$ ,  $p<,01$ ). Buna göre duygusal ilişkilerinde oyun gibi aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkideki mutluluk düzeyi düşecektir. Duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi ile arkadaşça aşk arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,262$ ,  $p<,01$ ). Buna göre duygusal ilişkilerinde arkadaşça aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeyi artmaktadır. Bununla birlikte, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve özgeci aşk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur ( $r=,254$ ,  $p<,01$ ). Buna göre duygusal ilişkilerinde özgeci aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeyi de artmaktadır. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve mantıklı aşk ( $r=-,049$ ,  $p>,05$ ) ile sahiplenici aşk ( $r=,005$ ,  $p>,05$ ) arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi alt boyutlarından baba demokratik tutumu ( $r=,154$ ,  $p<,01$ ) ve anne demokratik tutumu ( $r=,140$ ,  $p<,01$ ) ile duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutlarından tutkulu aşk biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde demokratik bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde tutkulu aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Ayrıca anne ilgisiz tutumu ( $r=-,141$ ,  $p<,01$ ) ve baba ilgisiz tutumu ( $r=-,138$ ,  $p<,01$ ) ile tutkulu aşk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde ilgisiz bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde tutkulu aşk biçimini seçme oranı azalmaktadır. Anne otoriter tutumu ( $r=,012$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,061$ ,  $p>,05$ ), anne bağımlı tutumu ( $r=,040$ ,  $p>,05$ ), baba otoriter tutumu ( $r=,009$ ,  $p>,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $r=,083$ ,  $p>,05$ ) ve baba bağımlı tutumu ( $r=-,031$ ,  $p>,05$ ), ile tutkulu aşk arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Anne bağımlı tutumu ( $r=,106$ ,  $p<,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $r=,092$ ,  $p<,05$ ) ve baba bağımlı tutumu ( $r=,120$ ,  $p<,01$ ) ile oyun gibi aşk ilişki biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde koruyucu bir tutum ya da bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde oyun gibi aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Bununla birlikte, baba koruyucu tutumu ile oyun gibi aşk arasında daha güçlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca baba otoriter tutumu ile oyun gibi aşk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-,089$ ,  $p<,05$ ). Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde

otoriter bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça duygusal ilişkilerde oyun gibi aşk biçimini seçme oranı azalmaktadır. Anne otoriter tutumu ( $r=-,028$ ,  $p>,05$ ), anne ilgisiz tutumu ( $r=,025$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,064$ ,  $p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $r=,048$ ,  $p>,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $r=-,043$ ,  $p>,05$ ) ve baba demokratik tutumu ( $r=,056$ ,  $p>,05$ ) ile oyun gibi aşk arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Anne otoriter tutumu ( $r=-,022$ ,  $p>,05$ ), anne ilgisiz tutumu ( $r=,000$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,000$ ,  $p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $r=,070$ ,  $p>,05$ ) ve anne bağımlı tutumu ( $r=,052$ ,  $p>,05$ ) ile baba otoriter tutumu ( $r=-,011$ ,  $p>,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $r=-,020$ ,  $p>,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $r=,054$ ,  $p>,05$ ), baba demokratik tutumu ( $r=,052$ ,  $p>,05$ ), ve baba bağımlı tutumu ( $r=,033$ ,  $p>,05$ ) ile arkadaşça aşk arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Anne bağımlı tutumu ( $r=,173$ ,  $p<,01$ ) ve baba bağımlı tutumu ( $r=,124$ ,  $p<,01$ ) ile mantıklı aşk ilişki biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde mantıklı aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Anne otoriter tutumu ( $r=,033$ ,  $p>,05$ ), anne ilgisiz tutumu ( $r=-,043$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,026$ ,  $p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $r=,071$ ,  $p>,05$ ), baba otoriter tutumu ( $r=,003$ ,  $p>,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $r=-,046$ ,  $p>,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $r=,068$ ,  $p>,05$ ) ve baba demokratik tutumu ( $r=,071$ ,  $p>,05$ ) ile mantıklı aşk arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Anne bağımlı tutumu ( $r=,107$ ,  $p<,05$ ) ve baba otoriter tutumu ( $r=,107$ ,  $p<,05$ ) ile sahiplenici aşk arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde otoriter bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde sahiplenici aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Anne otoriter tutumu ( $r=,083$ ,  $p>,05$ ), anne ilgisiz tutumu ( $r=,017$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,064$ ,  $p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $r=,006$ ,  $p>,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $r=,001$ ,  $p>,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $r=,060$ ,  $p>,05$ ), baba demokratik tutumu ( $r=,026$ ,  $p>,05$ ) ve baba bağımlı tutumu ( $r=,084$ ,  $p>,05$ ) ile mantıklı aşk arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Anne bağımlı tutumu ( $r=,127$ ,  $p<,01$ ) ve baba bağımlı tutumu ( $r=,136$ ,  $p<,01$ ) ile özgeci aşk ilişki biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde özgeci aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Anne otoriter tutumu ( $r=,005$ ,  $p>,05$ ), anne ilgisiz tutumu ( $r=-,034$ ,  $p>,05$ ), anne koruyucu tutumu ( $r=,066$ ,  $p>,05$ ), anne demokratik tutumu ( $r=,089$ ,  $p>,05$ ), baba otoriter tutumu ( $r=,032$ ,  $p>,05$ ), baba ilgisiz tutumu ( $r=-,053$ ,  $p>,05$ ),

baba koruyucu tutumu ( $r=,087$ ,  $p>,05$ ) ve baba demokratik tutumu ( $r=,087$ ,  $p>,05$ ) ile özgeci aşk arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerindeki duygusal öz yeterlik düzeyi ile duygusal ilişki biçimlerinin alt boyutlarından biri olan tutkulu aşk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur ( $r=,253$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça tutkulu aşk biçimini tercih etme düzeyi artmaktadır. Ayrıca duygusal öz yeterlik düzeyi ve arkadaşça aşk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur ( $r=,126$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça arkadaşça aşk biçimini tercih etme düzeyi artmaktadır. Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeyi ve oyun gibi aşk ( $r=-,083$ ,  $p>,05$ ), mantıklı aşk ( $r=,045$ ,  $p>,05$ ), sahiplenici aşk ( $r=-,042$ ,  $p>,05$ ) ile özgeci aşk ( $r=,039$ ,  $p>,05$ ) arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne demokratik tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,128$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi artmaktadır.

Anne bağımlı tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,147$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi azalmaktadır.

Baba demokratik tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,137$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi artmaktadır.

Baba bağımlı tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,111$ ,  $p<,05$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeyi ve duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,268$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne ilgisiz tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,140$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir.

Anne koruyucu tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,09$ ,  $p<,05$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide

annelerinin koruyucu bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır.

Anne demokratik tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,160$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır.

Baba ilgisiz tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,122$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir.

Baba koruyucu tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,093$ ,  $p<,05$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının koruyucu bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır.

Baba demokratik tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=,147$ ,  $p<,01$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır.

Baba bağımlı tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-,099$ ,  $p<,05$ ). Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir.

Anne otoriter tutumu ( $r=,009$ ,  $p>,05$ ), anne bağımlı tutumu ( $r=-,087$ ,  $p>,05$ ) ve baba otoriter tutumu ( $r=-,018$ ,  $p>,05$ ) ile duygusal öz yeterlik arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmamıştır.

#### **4. 4. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri Alt Boyutları, Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi ile Algılanan Ebeveyn İlişkisi Alt Boyutlarının Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyini Yordama Düzeyinin İncelenmesi**

Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal öz yeterlik düzeyi ile algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutlarının duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini yordama düzeyinin belirlenmesi için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinin sonuçları Tablo 15.'de paylaşılmıştır.

Tablo 8. Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal Öz Yeterlik Düzeyi ile Algılanan Ebeveyn İlişkisinin Duygusal İlişkideki Mutluluk Düzeyini Yordama Düzeyi

| Değişken             | B     | Standart Hata | $\beta$ | t     | p    | R    | R <sup>2</sup> | $\Delta R^2$ |
|----------------------|-------|---------------|---------|-------|------|------|----------------|--------------|
| Sabit                | 12,87 | 2,51          |         | 5,12  | ,000 | ,646 | ,418           | ,397         |
| Duygusal Öz Yeterlik | ,037  | ,014          | ,102    | 2,73  | ,007 |      |                |              |
| Otoriter T.(A)       | ,134  | ,114          | ,050    | 1,17  | ,244 |      |                |              |
| İlgisiz T.(A)        | ,078  | ,075          | ,059    | 1,03  | ,303 |      |                |              |
| Koruyucu T.(A)       | ,223  | ,132          | ,118    | 1,69  | ,091 |      |                |              |
| Demokratik T. (A)    | ,003  | ,069          | ,004    | ,049  | ,961 |      |                |              |
| Bağımlı T.(A)        | -,171 | ,083          | -,113   | -2,07 | ,039 |      |                |              |
| Otoriter T.(B)       | -,039 | ,120          | -,014   | -,324 | ,746 |      |                |              |
| İlgisiz T.(B)        | -,002 | ,069          | -,001   | -,023 | ,982 |      |                |              |
| Koruyucu T.(B)       | -,289 | ,130          | -,166   | -2,22 | ,026 |      |                |              |
| Demokratik T.(B)     | ,114  | ,067          | ,144    | 1,7   | ,090 |      |                |              |
| Bağımlı T.(B)        | -,028 | ,084          | -,019   | -,329 | ,742 |      |                |              |
| Tutkulu Aşk          | 1,02  | ,094          | ,457    | 10,84 | ,000 |      |                |              |
| Oyun Gibi Aşk        | -,443 | ,107          | -,159   | -4,12 | ,000 |      |                |              |
| Arkadaşça Aşk        | ,169  | ,070          | ,093    | 2,42  | ,016 |      |                |              |
| Mantıklı Aşk         | -,139 | ,085          | -,062   | -1,64 | ,102 |      |                |              |
| Sahiplenici Aşk      | -,122 | ,101          | -,049   | -1,21 | ,228 |      |                |              |
| Özgeci Aşk           | ,223  | ,082          | ,115    | 2,74  | ,006 |      |                |              |

\*p<,05

Çoklu doğrusal regresyon analizi yapabilmek için gerekli olan korelasyon değerleri, Durbin-Watson, tolerance ve VIF değerleri istenilen düzeydedir. Analiz sonucunda duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal öz yeterlik düzeyi ile algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutlarının duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur ( $R=,65$ ,  $R^2=,42$ ,  $p<,01$ ). Buna göre duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal öz yeterlik düzeyi ve algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyindeki toplam varyansın %40'ını açıklamaktadır. Standardize edilmiş ( $\beta$ ) katsayılarına göre, yordayıcı değişkenlerin duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi üzerindeki göreceli önem sırası, tutkulu aşk ( $\beta=,457$ ), baba koruyucu tutumu ( $\beta=-,166$ ), oyun gibi aşk ( $\beta=-,159$ ), baba demokratik tutumu ( $\beta=,144$ ), anne koruyucu tutumu ( $\beta=,118$ ), özgeci aşk ( $\beta=,115$ ), anne bağımlı tutumu ( $\beta=-,113$ ), duygusal öz yeterlik ( $\beta=,102$ ), arkadaşça aşk ( $\beta=,093$ ), mantıklı aşk ( $\beta=-,062$ ), anne ilgisiz tutumu ( $\beta=,059$ ), anne otoriter tutumu ( $\beta=,050$ ), sahiplenici aşk ( $\beta=-,049$ ), baba bağımlı tutumu ( $\beta=-,019$ ), baba otoriter tutumu ( $\beta=-,014$ ), anne demokratik tutumu ( $\beta=,004$ ) ve baba ilgisiz tutumu ( $\beta=-,001$ ) şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri göz önüne alındığında duygusal öz yeterlik ( $p<,01$ ), anne bağımlı tutumu ( $p<,05$ ), baba koruyucu tutumu ( $p<,05$ ), tutkulu aşk ( $p<,01$ ), oyun gibi aşk ( $p<,01$ ), arkadaşça aşk ( $p<,05$ ) ve özgeci aşk ( $p<,01$ ) değişkenlerinin duygusal ilişkideki mutluluk üzerinde anlamlı yordayıcı oldukları görülmektedir.

## 5. TARTIŞMA

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlikleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bunun yanında üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisinin ve duygusal öz yeterliklerinin, cinsiyet, anne ve baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği yapılan analizlerle incelenmiştir. Bu bölümde, elde edilen istatistiksel bulgular, literatürde yer alan çalışma sonuçlarından yararlanılarak tartışılmıştır.

### **5. 1. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Araştırmanın amaçları doğrultusunda üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisinin ve duygusal öz yeterliklerinin, cinsiyet, anne ve baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği t-testi ve Tek Faktörlü Varyans Analizi ile tespit edilmiştir. Sonuçlar, konu hakkındaki literatür ışığında aşağıda tartışılmıştır.

#### **5. 1. 1. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin; tutkulu aşk, mantıklı aşk ve sahiplenici aşk alt boyutlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk alt boyutlarının, cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, erkeklerin oyun gibi aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk biçimlerini tercih etme oranları, kadınlara göre daha yüksektir. Literatürde erkeklerin oyun gibi aşk biçimini sergileme oranlarının, kadınların oyun gibi aşk biçimini sergileme oranından daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmış çalışmalar bulunmaktadır (Açıkel, 2013; Akturan, 2021; Bolcal, 2018; Davies, 2001; Dion & Dion, 1993; Durmaz & Ercan, 2019; Ercan, 2008; Ercan, 2013; Hendrick & Hendrick, 1986; 1995; Hendrick, Hendrick, & Dicke, 1998; Jonason & Kavanagh, 2010; Kaya & Karahasanoğlu, 2019; Lin & Huddleston Casas, 2005; Neto, 1994; Neto vd., 2000; Neto & Pinto, 2003; Yıldırım & Parlar, 2020). Oyun gibi aşk biçimini sergileme oranının cinsiyete göre farklılaşmasını, toplumsal beklenti ve kabuller ile açıklamak mümkün olabilir. Oyun gibi aşk, bireylerin sıklıkla partner

değiştirdiği ya da birden fazla partnere sahip olduğu bir biçim olarak karşımıza çıkmaktadır. Türk toplumunda diğer birçok toplumda olduğu gibi, erkeklerin sıklıkla partner değiştirmesi ve farklı ilişkiler içinde olmaları, kadınların sıklıkla partner değiştirmesine göre kısmen daha kabul edilebilir olarak görülmektedir. Bununla birlikte, erkeklerin oyun gibi aşk puanlarının kadınlardan yüksek oluşu, erkeklerin duygusal ilişkilere kadınlardan daha az bağlılık gösterdiklerine yönelik görüşe bir kanıt olarak değerlendirilebilir (Hendrick vd., 1984; Kaya & Karahasanoğlu, 2019). Bu sonuca göre erkekler, uzun ve ciddi ilişkiler yerine kısa, geçici ve bağlayıcı olmayan ilişkiler yaşamaya kadınlardan daha isteklidirler. Schmitt (2005), çalışmasında bu durumu erkeklerin daha yüksek sosyoseksüellik düzeylerine sahip olmasıyla açıklamaktadır. Erkekler evrimsel olarak kadınlara oranla daha sosyoseksüeldirler, birden çok kişiyle bağlılık olmadan cinsel ilişkiler yaşamak isterler. Davies'e (2001) göre ise erkekler duygusal ve cinsel ilişkileri bir araç olarak görürler ve bu ilişkilere kadınlar kadar değer vermezler. Erkeklerin bu tutumunun, onları sosyal açıdan daha istenir kıldığı ifade edilmiştir. Bununla birlikte, erkeklerin duygusal ve cinsel ilişkileri bir araç olarak değerlendirmesinin ve farklı kişilerle birçok birliktelik yaşamaktan keyif almalarının, nesil devamlılığını sağlama olasılığını artırdığı düşünülmektedir.

Erkeklerin özgeci aşk biçimini sergileme oranlarının kadınların özgeci aşk biçimini sergileme oranlarından yüksek olduğu bulgusu, bazı çalışmalarda elde edilen bulgular ile uyusmaktadır (Açıkel, 2013; Akturan, 2021; Bolcal, 2018; Davies, 2001; Durmaz & Ercan, 2019; Ercan, 2013; Hendrick, Hendrick, & Dicke, 1998; Jonason & Kavanagh, 2010; Kaya & Karahasanoğlu, 2019; Neto, 1994; Neto, 2007; Neto vd., 2000; Neto & Pinto, 2003; Yıldırım & Parlar, 2020;). Birçok araştırmada da elde edilen bu bulguya göre erkekler, duygusal ilişkilerinde daha şefkatli, daha çok fedakârlık yapan taraf olarak görülmektedir. Bu bulgu, erkeklerin oyun gibi aşk puanlarının yüksek olması da göz önüne alındığında oldukça şaşırtıcıdır. Birçok kültürde, kadınların daha şefkatli ve fedakâr olduğu kabul edilmektedir. Öte yandan, özgeci aşk puanının erkeklerde daha yüksek olması, toplum beklentileriyle bağlantılı olarak açıklanabilir. Türk toplumu ve diğer benzer toplumlarda, erkeklerin duygusal ilişkilerinde partnerlerini koruyan ve gözeten, partnerlerinin temel ihtiyaçlarını sağlayan taraf olması gerektiği kabul edilmektedir. Ayrıca duygusal ilişkilerin başlayabilmesi için erkeklerin daha fazla çaba harcaması beklenmektedir. Bu nedenlerin erkeklerin özgeci aşk puanlarının daha yüksek olması sonucu ortaya çıkardığı ifade edilebilir.

Erkeklerin arkadaşça aşk puanlarının kadınların arkadaşça aşk puanlarından yüksek olması, literatürdeki bazı çalışmalarda elde edilen bulgular ile örtüşmemektedir (Davies, 2001; Dion & Dion, 1993; Hendrick vd., 1984; Hendrick & Hendrick, 1986; 1995; Neto, 1994) Literatür incelendiğinde genel görüşün, kadınların arkadaşça aşk puanlarının daha yüksek olduğuna yönelik olduğu görülmektedir. Kadınlar, duygusal ilişkiler kurarken kültürel açıdan başarılı, maddi kaynakları fazla olan ve hem ilerideki çocuğu ile hem de kendisi ile iyi anlaşabileceklerinden emin oldukları erkekleri seçmeyi tercih etmektedirler (Geary, Vigil, & Byrd-Craven, 2004). Bu durumda kadınların,

seçecekleri partnerlerin bu yeterliklere sahip olup olmadıklarından emin olabilmeleri için onları oldukça iyi tanımaları gerektiği düşünülmektedir. Duygusal ilişki yaşamadan önce bir birey ile arkadaş olmak, kadının bu yeterlikleri gözlemleyebilmesi için uygun bir yol olarak görülebilir. Bu yeterliklere sahip olduğundan emin olunan bir arkadaş ile duygusal bir ilişkiye başlamak, kadın için uygun görünebilmektedir. Bununla birlikte, literatürde erkeklerin arkadaşça aşk puanlarının yüksek bulunduğu araştırmalar da bulunmaktadır (Durmaz & Ercan, 2019; Neto, 2003; Smith & Klases, 2016;). Ancak literatürde, kadınların arkadaşça aşk sergileme ihtimalinin daha yüksek olduğuna yönelik bir bakış açısının varlığı söz konusu olduğundan, bu çalışmadaki bulguya araştırma grubunun hangi özelliğinin neden olduğu daha derin bir şekilde incelenerek ortaya çıkarılabilir.

Çalışmada duygusal ilişkilerdeki mutluluğun cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiş ve anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulguya göre, bireylerin ilişki içindeki mutluluk düzeyleri, cinsiyetlerinden etkilenmemektedir. Literatür incelendiğinde bu bulguyu destekleyen araştırmaların var olduğu görülmektedir (Koyuncu, 2019; Turan, 2013). Bireylerin partnerlerinden ve duygusal ilişkilerinden beklentileri, birbirinden oldukça farklı olabilmektedir. Beklentilerin bu kadar farklı olması, duygusal ilişkideki mutluluğun hangi faktörlerden etkilendiğini belirlemeyi zorlaştırmaktadır. Bu çalışmada, duygusal ilişkilerdeki mutluluğun cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiş olsa da başka faktörler bu sonucu etkilemiş ve değiştirmiş olabilir. Duygusal ilişkideki mutluluk düzeyinin hangi faktörlere göre farklılaştığını belirleyebilmek için, çok daha kontrollü bir araştırma grubu seçim süreci yürütülebilir.

Çalışmada algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre kadınlar, anne ve babalarının duygusal ilişkilerinde otoriter tutum sergilediklerini erkeklere oranla daha çok belirtmişlerdir. Günümüzde birçok toplumun hala ataerkil bir düzen ile işlemekte olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Böyle toplumlarda kadınların, erkeklere oranla daha otoriter bir tutumla yetiştirildikleri bilinmektedir. Bu durumda kadınların, ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide ebeveynlerinin otoriter bir tutum sergilediklerini algılama oranının erkeklerden daha yüksek olması, beklenen bir durum olarak değerlendirilebilir. Erkekler ise anne ve babalarının duygusal ilişkilerinde bağımlı tutum sergilediklerini kadınlara oranla daha çok algılamaktadırlar. Bu bulgu, Tetik (2018) ve Gümüş'ün (2021) çalışmalarında elde ettikleri sonuçlar ile uyum göstermektedir. Ataerkil toplumlarda erkeklere küçük yaşlarda büyük sorumluluklar yüklenirken evdeki çeşitli işleri de yapmaları beklenmektedir. Bireyler, aile üyelerinin ve ebeveynlerinin kendilerine sürekli ihtiyaç duyduğunu ve kendilerine bağımlı bir tutum ile yaklaşıldığını düşünebilir. Bu durum, onların ebeveynleri arasında da böyle bir tutum sergilendiğini düşünmesine yol açabilir. Öte yandan, çoğu toplumda erkeklerin kadınlara göre duygusallıktan daha uzak olmaları beklenmektedir. Anne ve babası arasındaki duygusal ilişki ve davranışları gözlemleyen birey, yetiştiriliş tarzına ve kültürün etkilerine bağlı olarak bunu bağımlı bir tutum olarak değerlendirebilir.

Araştırmada duygusal öz yeterliğin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, kadınların duygusal öz yeterliği, erkeklere göre daha yüksektir. Bu bulgu, daha önce yapılan bazı çalışma sonuçları ile uyum göstermektedir (Berl & Jain, 2016; Bircan & Bacanlı, 2004; Ceylan, 2013; Demirdüzen, 2013; 2014; İkiz & Sakarya Çinkı, 2016; Mavroveli & Sanchez-Ruiz, 2011; Parker, Taylor, & Bagby, 2001; Schutte vd., 1998) Türk toplumu ve benzer toplumlarda, erkeklere atfedilen cinsiyet rollerinin kadınlara oranla duygusallıktan uzak ve daha katı olduğu görülmektedir. Bu durum, kadın ve erkeklerin yetiştiriliş tarzlarını da etkileyebilmekte ve erkeklerin duyguları algılama ve aktarmada kadınlara oranla daha başarısız olmasına neden olabilmektedir. Öte yandan kadınlar hem aile içerisinde hem de arkadaş gruplarında daha çok duygu paylaşımı yapmaktadır. Öz yeterlik, deneyimden oldukça etkilenen bir gelişim sürecine sahiptir (Bandura, 1995). Kadınların günlük hayatlarında daha çok duygu paylaşımı yapmaları, duygusal öz yeterlik gelişimlerini de etkileyebilmektedir. Bununla birlikte, Brody ve Hail'e (1993) göre kız çocuklarının dil gelişimi erkeklerden daha erken seyrettiği için kız çocukları duygularını erkeklerden daha önce paylaşmaya başlamaktadırlar (aktaran Ceylan, 2013, s. 124). Bu durumun, kadınların duyguları paylaşma konusunda erkeklerden daha fazla deneyim kazanmaları ve duygusal öz yeterliklerinin daha çok gelişmesine yol açtığı düşünülmektedir.

#### **5. 1. 2. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Anne Baba Birliktelik Durumuna Göre Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin hiçbir alt boyutunda anne baba birlikteliğine göre bir farklılığa rastlanılmamıştır.

Bireylerin gözlemledikleri ilk çift, ebeveynleridir ve bu gözlemler bireylerin kendi duygusal ilişkileri etkileyebilmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Bu durumda, ebeveynleri birlikte ve ayrı olan bireylerin arasında duygusal ilişki biçimleri bakımından bir fark olması beklenmektedir. Bununla birlikte, ebeveynlerin ne zaman ayrılmış oldukları, nasıl ayrılmış oldukları, ayrılma öncesi ilişki durumları, sorunlar yaşamadan önceki ilişkileri gibi birçok faktör, elde edilen bu bulgu ile ilişkili olabilir. Bu nedenle tüm bu farklı bilgiler ışığında bu durumu değerlendirmek daha uygun olacaktır. İleride yapılacak çalışmalarda bu durum dikkate alınabilir.

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyinin, anne baba birlikteliğine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde, anne ve babanın birlikteliğinin sona ermesi ile başa çıkmak zorunda kalmış bireyin kendi duygusal ilişkisinde de çeşitli olumsuzluklarla karşılaşabileceğine dair bulgular mevcuttur (Belsky & Isabella, 1985; Cui, Fincham, & Durtschi, 2011; Curran, Hazen, Jacobvitz, & Sasaki, 2006; Glenn & Kramer, 1985). Ancak, duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler, kişilerin ilişkiden ve partnerlerinden beklenti ve isteklerine göre değişiklik göstermektedir. Neto, 2001'deki

çalışmasında araştırma grubundaki ailelerde, üç jenerasyonun duygusal ilişkilerini incelemiş ve yapılan birçok çalışmanın aksine bireylerin ebeveynlerinin duygusal ilişkilerinden düşünüldüğü kadar etkilendiği sonucuna ulaşmıştır. Ebeveynlerin birlikte ya da ayrı olmaları, bireylerin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyinde bu nedenle bir fark yaratmamış olabilir. Bu noktada, ebeveynlerin birey ile ilişkisi, ebeveynlerin kendi aralarındaki ilişkinin ne kadar sağlıklı olduğu gibi birçok faktör, bu bulgunun elde edilmesinde rol oynamış olabilir.

Üniversite öğrencilerinin anne ve babalarının kendi aralarındaki ilişkilerinde ilgisiz tutum sergilemeleri ile babanın anne ile ilişkisinde demokratik tutum sergilemesinin, anne ve baba birliktelik durumuna göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, anne ve babası ayrı olan bireyler, birlikte olan bireylere göre anne ve babalarını ilişkilerinde daha ilgisiz olarak algılamaktadırlar. Birlikteliği sona eren bireylerin birbirlerine karşı ilgisiz bir tutum sergilemelerinin, oldukça beklenen bir durum olduğu düşünülmektedir. Ebeveynler, artık birbirleri için eskisi kadar önemli bir konumda olmayabilir ve bu nedenle eski partnerlerine daha az ilgi göstermeleri beklenebilir. Böyle bir durumda bireyin, ebeveynleri arasında ilgisiz tutum sergilendiğini algılaması beklenmektedir. Öte yandan analiz sonuçlarına göre anne ve babası birlikte olan bireyler ise babalarının anneleriyle ilişkilerindeki tutumlarını, anne ve babası ayrı olan bireylere göre daha demokratik olarak değerlendirmiştir. Kuru'nun (2018) çalışmasında bu bulguyu destekler nitelikte sonuçlar elde edilmiştir. Anne ve babası ayrılmış bireyler, babalarının daha kayıtsız olduklarını ve daha düşmanca davrandıklarını algılamaktadırlar (Kaya & Gündüz, 2019). Bu algıya sahip bireylerin, babalarının anneleriyle ve kendileriyle ilişkilerinde demokratik tutuma sahip olmadığını belirtmesinin normal olduğu düşünülmektedir. Bu durum, anne ve babaları ayrı ve birlikte olan bireyler arasındaki farklı yaratmış olabilir.

Üniversite öğrencilerinde anne ve babası birlikte olan bireylerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin, anne ve babası ayrı olan bireylere göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öz yeterliğin gelişimindeki en önemli faktörlerden biri ailedir (Schunk & Pajares, 2009). Sağlıklı iletişime sahip ailelerde bireyler öz yeterliklerini sağlıklı bir şekilde geliştirme imkânı bulurlar. Ancak ebeveynlerin birlikte olduğu ailelerin hepsinde sağlıklı iletişim stillerinin sergilendiğine yönelik bir genelleme yapmak, doğru olmayacaktır. Ebeveynleri ayrı olan ailelerde ise çocukların sıkıntılı bir gelişim sürecinden geçeceklerine yönelik bir genelleme yapmak doğru olmayacaktır (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Bununla birlikte, bireyler ayrılık sonrasında anneleri ya da babaları ile yaşamakta ve diğer ebeveynini daha az görmektedir. Duygusal öz yeterlik gelişimi için her iki ebeveynle de sağlıklı iletişimler kurmak ve duyguları paylaşmak önemlidir. Ebeveynlerinden birini yeteri kadar görmeyen bireyin, kendisi için oldukça önemli olan annesi ya da babasıyla duygularını yeteri kadar paylaşamaması da duygusal öz yeterlik gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir. Ancak Özkan Deniz'in 2015'teki çalışmasında bu bulguya tezat oluşturan bir sonuca ulaşılarak anne ve babası ayrı bireylerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu

belirtilmiştir. Bu durum, anne ve babaların ayrılışları bile çocukları ile ve birbirleriyle sağlıklı iletişim kurmaya devam ettikleri için böyle bir bulgu ulaşıldığı şeklinde açıklanmıştır.

### **5. 1. 3. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterliğin Anne ve Baba Eğitim Düzeyine Göre Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin hiçbir alt boyutunda anne ve baba eğitim düzeyine göre bir farklılığa rastlanılmamıştır. Tetik'in 2018'deki çalışmasında bu bulguyu destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Bu, elde edilmesi beklenmeyen bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Anne ve baba eğitim düzeyinin yüksek oluşunun, bireylere daha zengin fiziksel ve sosyal imkanlar sunulabildiğine inanılmaktadır (Alaattin & Çınar, 2014). Öte yandan anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça ailedeki bireylerin arasında çok daha demokratik ilişkiler olduğu belirtilmiştir (Üstün & Yılmaz, 2008). Aile içi etkileşimlerin ve yaşanan deneyimlerin, yaşamın ileri dönemlerini ve dolayısıyla duygusal ilişki biçimlerini etkilediği düşünülmektedir. Ancak, bireylerin duygusal ilişki biçimlerini etkileyebilecek birçok faktör, bu bulgunun elde edilmesine neden olmuş olabilir. Duygusal ilişki biçimlerini etkileyebilecek faktörlerin tümü kontrol altına alınarak daha detaylı bulguların elde edilebileceği bir çalışmaya yapılabilir.

Üniversite öğrencilerinin anne ve baba eğitim düzeylerine göre duygusal ilişkideki mutluluk düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan analiz sonucunda, duygusal ilişkideki mutluluk düzeylerinin, anne ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, birçok faktörden etkilenmektedir. Bu faktörler, oldukça değişkenlik gösterebilmektedir. Ancak daha önce yapılan bazı mutluluk tanımlarında eğitim düzeyinin, mutluluğu etkileyen faktörler içinde değerlendirildiği görülmektedir (Steptoe, 2019; Wilson, 1967). Bununla birlikte, literatürde eğitim düzeyi arttıkça mutluluk düzeyinin de arttığına yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Diener, Sandvik, Seidlitz, & Diener, 1993; Gaygısız, 2010; Keser, 2018; Zagorski, Kelley, & Evans, 2010). Bireyin anne ve babalarının duygusal ilişkilerinden elde ettiği çıkarımların, kendi duygusal ilişkisini etkilediği düşünülmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011). Literatür incelendiğinde anne ve baba eğitim düzeyinin duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi üzerine etkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bireyin mutluluk düzeyine anne baba eğitim düzeyinin katkısının tartışılabilmesi için farklı gruplar ve değişkenlerle yapılmış çalışmalara ihtiyaç duyulduğu belirtilebilir.

Üniversite öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim düzeyine göre algılanan ebeveyn ilişkisinin hiçbir alt boyutunda bir farklılık bulunmamıştır. Eğitim düzeyi arttıkça bireylerin duygusal ilişki ve evlilik içinde çatışma çözme becerilerinin de geliştiğine inanılmaktadır (Öz, 2019). Öte yandan, literatürde eğitim düzeyinin bireylerin evlilik uyum ve doyumlarını yordadığını belirten çalışmalar mevcuttur (Erdinç, 2018; Fırsıoğlu, 1992; Nehir vd., 2009; Şendil & Korkut, 2008;

Yıldırım, 1992). Buna göre eğitim düzeyi arttıkça daha tatmin edici evliliklerin ve dolayısıyla daha sağlıklı ebeveynler arası tutumların var olması beklenilebilmektedir. Bu çalışmada algılanan ebeveyn duygusal ilişkisinin anne baba eğitim düzeyine göre farklılaşmıyor olması, farklı bir faktörden kaynaklanıyor olabilir ve bu bulgunun tartışılması için daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulduğu gerçeğini ortaya çıkarmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin duygusal öz yeterlik düzeylerinin, anne ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde aynı bulguya sahip bazı çalışmalara rastlanılmıştır (Demirdüzen, 2013; Savaşlı, 2019; Sücüllü, 2022; Telef, 2011). Öte yandan Argyriou, Bakoyannis ve Tantaros'a (2016) göre anne ve baba eğitim düzeyi, bireyin duygusal öz yeterlik düzeyini etkilemektedir. Anne eğitim düzeyi (Sakarya, 2013; Vardarlı 2005) ve baba eğitim düzeyi (Ceylan, 2013; İşmen, 2004) yükseldikçe bireylerdeki duygusal öz yeterlik düzeyinin arttığına yönelik bulgular da mevcuttur. Anne ve baba eğitim düzeyinin yüksek olmasının, çocuklara öz yeterlik gelişimi için daha fazla etkinlik sunulmasını sağlama olasılığını arttırması beklenmektedir. Bu nedenle anne baba eğitim düzeyinin, duygusal öz yeterlik düzeyini etkilediği düşünülmüştür. Bu çalışmada elde edilen bulgu, araştırmaya katılan bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyini etkileyen diğer birçok faktör sonucunda ortaya çıkmış olabilir. Duygusal öz yeterlik düzeyini etkileyen birçok faktör vardır. Bu faktörlerin kontrol altına alındığı bir araştırma grubu üzerinde anne ve baba eğitim düzeyinin duygusal öz yeterlik düzeyine etkileri incelenebilir.

## **5. 2. Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri, Duygusal İlişkilerdeki Mutluluk, Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Öz Yeterlik Arasındaki İlişkilerin Tartışılması**

Bu bölümde, üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiler hakkında elde edilen bulgular, literatür ışığında tartışılmıştır.

Üniversite öğrencilerinde, duygusal ilişki biçimlerinin tutkulu aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk alt boyutları ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, tutkulu aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk biçimlerini sergilemenin duygusal ilişkideki mutluluğu belirleyici bir etken olduğu belirtilebilir. Literatürde duygusal ilişki biçimleri ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini bir arada inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamış olsa da ilişki memnuniyeti ve duygusal ilişki biçimlerinin birlikte irdelendiği çalışmalara rastlanılmıştır. İlişki memnuniyeti, literatürde genellikle ilişki mutluluğu ile aynı anlama gelecek şekilde kullanılmıştır (Keizer, 2014). Bu nedenle, ilişki memnuniyeti ile ilgili çalışmaların sonuçlarından yararlanmak uygun görülmüştür. Literatürde bazı çalışmalarda tutkulu aşkın ilişki memnuniyetini pozitif yönde etkilediğine yönelik sonuçlar elde edilmiştir (Fricker & Moore, 2002; Goodboy & Myers, 2010; Hendrick, 1988; Hendrick, Hendrick, & Adler, 1988; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998;

Richardson & Hammock, 1988; Rohmann, Fuhrer, & Bierhoff, 2016; Swami & Mammadova, 2012;). Tutkulu aşk biçimini tercih eden bireyler, partnerlerini gördükleri ilk andan itibaren onlarla bağ kurmaktadır. Bu bağ çok hızlı bir şekilde oluşur, cinsellik ile yakından ilişkilidir ancak yine aynı hızda sona ermektedir. Aşkın tutku bileşeninin etkisini oldukça fazla gösterdiği bu biçimi tercih eden bireylerin, daha önce hiçbir ilişkide yaşamadıkları kadar yakınlık ve tutku yaşadıkları için ilişkileri içinde mutlu oldukları kabul edilmektedir.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde arkadaşça aşk biçimini tercih eden bireylerin ilişkilerinden daha memnun ve mutlu olduklarına yönelik bulgular elde edildiği görülmektedir (Goodboy & Myers, 2010; Rohmann, Fuhrer, & Bierhoff, 2016; Swami & Mammadova, 2012). Arkadaşça aşk, diğer biçimlere göre aşkın çok daha yavaş geliştiği bir biçim olarak değerlendirilmektedir. Bireyler birbirleri ile önce arkadaşlık ilişkileri kurarlar, daha sonra bu ilişkiye tutku bileşeninin dahil olmasıyla arkadaşlar arasında duygusal ilişkiler gelişir. Bireyler birbirlerini arkadaşlık evresinde daha yakından tanımıştır ve aşkın yakınlık bileşeninin halihazırda var olduğu bir ilişki biçimi olduğundan, ilişki mutluluğu ile pozitif yönde bağlantılı olduğu söylenebilir.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde özgeci aşk biçimini tercih eden bireylerin ilişkilerinden daha memnun ve mutlu olduklarına yönelik bulgular elde edildiği görülmektedir (Goodboy & Myers, 2010; Hendrick, 1988; Hendrick, Hendrick, & Adler, 1988; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998; Mishra & Sharma, 2015; Richardson & Hammock, 1988; Rohmann, Fuhrer, & Bierhoff, 2016). Özgeci aşk, bireylerin partnerlerine hiçbir beklentiye girmeden aşk duymaları ve onlar için fedakâr davranışlarda bulunmaları şeklinde açıklanan bir ilişki biçimidir. Hem bu çalışmada hem de literatürde konu hakkında yapılan bazı çalışmalarda özgeci aşkın ilişkideki mutluluk düzeyi ve ilişki memnuniyeti ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır, şaşırtıcı bir durum olarak değerlendirilebilir. Duygusal ilişkilerde fedakâr taraf olmanın, bireyin ilişkiden duyduğu mutluluğu negatif yönde etkilediğine inanılmaktadır (Hatfield, Utne, & Traupmann, 1979; Selle & Duncan, 2018). Bu bakış açısına göre özgeci aşk biçimini sergileyen bireylerin ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin daha düşük olması beklenmektedir. Ancak bu çalışmada elde edilen bulgular, bu görüşün tersini destekler niteliktedir. Martin, Blair, Nevels ve Fitzpatrick'e (1990) göre özgeci aşkın ilişkideki mutluluk düzeyini artırmasının temel sebebi, partnerin bu durumdan memnun olmasıdır. Bireylerin ilişkilerinde özgeci aşk biçimini sergilemeleri partnerlerini mutlu etmektedir ve ilişkideki mutluluk düzeyi de bu doğrultuda artmaktadır.

Duygusal ilişki biçimleri ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizlerde, oyun gibi aşk biçimi ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin oyun gibi aşk biçimini sergileme oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi azalmaktadır. Literatürde bu bulguyu destekler sonuçlara sahip çalışmalara rastlanılmıştır (Fricker & Moore, 2002; Goodboy & Myers, 2010; Hendrick, 1988; Hendrick, Hendrick, & Adler, 1988; Meeks, Hendrick, & Hendrick,

1998; Richardson & Hammock, 1988; Rohmann, Fuhrer, & Bierhoff, 2016). Oyun gibi aşk, bireylerin duygusal ilişkilerine gerektiği kadar bağlı olmadıkları, çok sık partner değiştirdikleri ya da çok partnerli ilişkiler yaşadıkları bir ilişki biçimi olarak değerlendirilmektedir. Aşkın yakınlık bileşeninin varlığı söz konusu değildir ya da etkisi oldukça zayıftır. Oyun gibi aşk biçiminin ilişkideki mutluluk düzeyini olumsuz şekilde etkilemesi, bu biçimi tercih eden bireylerin yaşadıkları kısa süreli ilişkilerden aslında yeterince memnun olmadıkları fikrini ortaya çıkarmaktadır. Birey, partnerleriyle yakınlık kurmaktan ve uzun ilişkilerden kaçınmaktadır ancak bu durumdan mutlu değildir. Bunun nedeni, bireyin ilişkiyi ciddiye almadığını fark eden partnerin daha yakın ve ciddi bir ilişki istemesi ya da bireyi bu konuda zorlaması olabilir.

Duygusal ilişki biçimleri ile algılanan ebeveyn ilişkisi arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizlerde, bu iki değişken arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Tutkulu aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça anne ve babanın duygusal ilişkilerinde demokratik tutuma sahip olduklarını algılama oranı artmakta ve ilgisiz tutuma sahip olduklarını algılama oranı düşmektedir. Tutkulu aşk, daha önce de değinildiği üzere oldukça hızlı gelişen ancak aynı hızda sona eren bir ilişki biçimidir. Partnerler birbirlerine büyük bir tutku ile bağlıdırlar ve genellikle daha önce hissetmedikleri bir yakınlık yaşamaktadırlar. Bu tür ilişkilerde partner, birey için oldukça değerli ve önemlidir. Bu nedenle ilişkide her iki tarafın eşit olması ve bireylerin demokratik tutumlara sahip olmaları beklenmektedir. Öte yandan tutkulu aşk biçimini tercih eden bireylerin partnere oldukça fazla ilgi gösterdiği görülmektedir. İlişki içinde ilgisiz bir tutumunun görülmeyeceğine inanılmaktadır. Bireylerin kendi duygusal ilişkilerindeki tutum ve davranışları, anne ve babalarının duygusal ilişkilerindeki tutumlardan etkilenebilmektedir (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011).

Yapılan analizlerde elde edilen bir diğer bulgu, oyun gibi aşk biçimi ile ilgilidir. Buna göre oyun gibi aşk ile anne ve baba bağımlı tutumu ve baba koruyucu tutumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuşken oyun gibi aşk ile baba otoriter tutumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tetik'in 2018'deki çalışmasında da anne ve baba bağımlı tutumu ile oyun gibi aşk arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin duygusal ilişkilerindeki tutumlarının anne ve baba duygusal ilişki tutumlarından etkilendiği ve bunlara benzer tutumlar geliştirebildikleri (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011) göz önüne alındığında, oyun gibi aşk biçimi gibi bağıllık, yakınlık ve duygusallıktan uzak bir biçimi sergileyen bireylerin ebeveynlerinin bağımlı tutuma sahip olmaları, ilginç bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Öte yandan babalarının anneleriyle ilişkisinde koruyucu tutum sergilediklerini algılayan bireylerin, oyun gibi aşk biçimini daha çok tercih ettiklerine yönelik bir bulgu elde edilmiştir. Oyun gibi aşk biçimini tercih eden bireylerin ilişkilerinde her türlü yakınlık ve bağıllıktan uzak durdukları bilinmektedir. Bu nedenle ilişkilerinde koruyucu bir tutum sergileme oranlarının düşük olacağı düşünülmektedir. Ancak belirtilmesi gereken önemli nokta, bireylerin duygusal ilişki biçimlerinin birçok farklı faktörden etkilendiğidir. Bireylerin ilişki biçimlerini tek başına anne ve baba duygusal ilişkisi ile açıklamak,

doğru olmayacaktır. Babasının annesi ile ilişkisinde koruyucu ya da bağımlı bir tutuma sahip olduğunu gözlemleyen bireylerin, kendi ilişkilerinde de kesinlikle bu tutumu sergileyeceklerini söylemenin uygun bir bakış açısı olmadığına inanılmaktadır. Farklı birçok faktör, bireyi oyun gibi aşk biçimini sergilemeye yönlendirmiş olabilir. Örneğin yapılan bazı çalışmalarda, bireylerin, önceki jenerasyonlara oranla daha çok oyun gibi aşkı tercih ettiklerini bulgusuna ulaşılmıştır (Neto, 2001; Neto, 2021). Bu nedenle bireyler anne ve babalarının duygusal ilişkilerinde bağımlı veya koruyucu tutumlara sahip olduğunu algılasalar bile, içinde bulundukları jenerasyonun etkisiyle oyun gibi aşk biçimini tercih etmeye yönelebilmektedirler (Neto, 2001).

Babalarının otoriter bir tutuma sahip olduğunu algılayan bireylerin oyun gibi aşk biçimini daha az sergiledikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Bireyler, anne ve babaları arasındaki duygusal ilişkileri gözlemleyerek bu gözlemlerden kendi duygusal ilişkilerinde yararlandıklarından (Cui, Fincham, & Durtschi, 2011), ilişkilerinde oyun gibi aşk yerine daha bağlayıcı biçimleri tercih edebilirler. Çünkü ilişkide otoriter bir tutuma sahip olmak, partnerin yaptıklarıyla yakından ilgilenme ve partner üzerinde otorite kurmaya zaman ayırma anlamına gelmektedir.

Elde edilen bir diğer bulgu, üniversite öğrencilerinin mantıklı aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça, anne ve babanın duygusal ilişkilerinde bağımlı tutumlar sergilediklerini algılama oranının da artmasıdır. Mantıklı aşk biçimi, bireylerin partnerlerini belirledikleri demografik özelliklere göre seçerek, bu özellikleri taşımayan bireylerle duygusal ilişkiler yaşamaya ilgi göstermemeleri şeklinde nitelendirilmektedir. Bireyler, belirledikleri demografik özelliklerin tümüne sahip biri ile ilişki yaşamaya başladıklarında, bu birey gibi bir başkasını bulamayacaklarını düşünerek partnerlerinin vazgeçilmez olduğunu düşünebilirler. Heaven, Silva, Carey ve Holen'in (2004) çalışmasına göre duygusal ilişkilerinde mantıklı aşk biçimini sergileyen bireyler, ilişkilerine kaygılı bir şekilde bağlanırlar. Collins ve Read'e (1990) göre ise mantıklı aşk biçimini sergileyen bireylerin partnerleriyle yakın ve bağımlı bağlanmalar kurdukları görülmektedir. Öte yandan, anne ve babasının duygusal ilişkilerinde bağımlı tutumlar sergilediklerini gözlemleyen bireylerin bundan etkilenerek kendilerinin de bu şekilde bağımlı tutumlar sergileyeceği mükemmel bir partner arayışına girmeleri söz konusu olabilir. Literatürde ebeveyn duygusal ilişkisi ile bireylerin duygusal ilişki biçimlerini birlikte inceleyen yalnız bir çalışmaya rastlanılmış ancak bu çalışmada ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tetik, 2018).

Üniversite öğrencilerinin sahiplenici aşk biçimini sergileme oranı arttıkça, annelerinin babalarına bağımlı bir tutumla yaklaştıklarını ve babalarının annelerine otoriter bir tutumla yaklaştıklarını algılama oranları artmaktadır. Sahiplenici aşk, bireylerin partnerlerine oldukça bağımlı oldukları, kıskançlık ve takıntı gösterdikleri bir ilişki biçimi olarak nitelendirilmektedir. Literatürde sahiplenici aşk biçimini sergileyen bireylerin ilişkilerinde oldukça kıskanç davrandıklarına dair bulgular mevcuttur (Attridge, 2013; Costa vd., 2015; Stravogiannis vd., 2018) Birey, bu kıskançlık duygusunun yönlendirmesi ile partneri üzerinde bir otorite kurmaya çalışabilir.

Bu noktada babasının annesi ile ilişkisinde gözlemlediği otoriter tutumu kendi partnerine karşı sergileyebilir. Öte yandan partnerine böyle takıntılı bir şekilde bağlı olan bireyin bağımlı bir tutuma sahip olabileceği de düşünülmektedir. Birey, partnerine bağımlı olduğu için sahiplenici aşk biçimini sergiliyor olabilir. Elde edilen bulguda annenin bağımlı tutum ve babanın otoriter tutum sergilemesinin, sahiplenici aşk ile ilişkisinin olduğu görülmektedir. Burada annenin otoriter tutumu ve babanın bağımlı tutumlarının da sahiplenici aşk biçimi ile ilişkili olduğu bulgusunun elde edilmemesi, sonuçları etkileyebilecek diğer faktörler ile ilgili olabilir. Bu bulgu, yapılacak çalışmalar ile daha derinden araştırıldığı takdirde daha açıklayıcı sonuçlar elde edilebilir. Literatürde bu iki değişkeni inceleyen tek bir çalışmaya rastlanılmış ancak bu çalışmada ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tetik, 2018).

Üniversite öğrencilerinin özgeci aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça, anne ve babanın duygusal ilişkilerinde bağımlı tutumlar sergilediklerini algılama oranı da artmaktadır. Tetik'in (2018) çalışmasında da bu bulguyu destekler nitelikte bir sonuç elde edilmiştir. Özgeci aşk, bireylerin partnerlerine fedakâr davranışlarda bulunduğu ve partnerlerini karşılıksız sevdikleri bir ilişki biçimi olarak değerlendirilmektedir. Özgeci aşk biçimini tercih eden bireylerin, partnerlerine oldukça bağlı oldukları görülmektedir. Bireylerin kendi duygusal ilişkilerinde, anne ve babaları arasındaki duygusal ilişkiden elde ettikleri gözlemlerden yararlandıkları göz önüne alındığında görülmesi beklenen bir bulgu olarak değerlendirilebilir.

Üniversite öğrencilerinin arkadaşça aşk biçimi tercihleri ile algılanan ebeveyn ilişkisinin hiçbir alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu çalışmada, bu iki faktör arasında bir ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiş olsa da başka faktörler bu sonucu etkilemiş ve değiştirmiş olabilir. Aradaki ilişkiyi belirleyebilmek için, çok daha kontrollü bir araştırma grubu seçim süreci yürütülebilir.

Duygusal ilişki biçimleri ile duygusal öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizlerde tutkulu aşk ve arkadaşça aşk biçimi ile öz yeterlik arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Tutkulu aşk, bireylerin oldukça yoğun duygular yaşadıkları bir ilişki biçimidir. Partnerler birbirlerine karşı yoğun bir duygu, tutku ve yakınlık hissederek. Bu nedenle, tutkulu aşk biçimini tercih eden bireylerin, duygularını iyi bir şekilde aktarması ve anlamlandırması beklenmektedir. Bununla birlikte başkalarının duygularını algılamak ve işlemek de tutkulu aşk biçimi için oldukça önemli görülmektedir. Duygusal öz yeterlik, bireylerin duygu yüklü bilgiyi anlaması, aktarması, algılaması ve işlemesi ile alakalı olduğu için, elde edilen bu bulgu beklentileri karşılar niteliktedir. Öte yandan, yüksek öz yeterliğe sahip bireylerin duygusal ilişkilerdeki yoğun tutku ve yakınlığı daha kolay kabullendikleri; düşük öz yeterliğe sahip bireylerin ise yoğun tutku ve yakınlık ile başa çıkacak becerilere sahip olmadıklarını düşündükleri bu nedenle yakınlık ve tutkuya karşı anksiyete geliştirdikleri bilinmektedir (Riggio vd., 2013).

Arkadaşça aşk ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Arkadaşça aşk biçiminde bireylerin partner olmadan önceki arkadaşlık yıllarında bir yakınlık kurdukları ve bu yakınlığı, duygusal ilişkilerinde daha da derinleştirdikleri görülmektedir. Cassepp-Borges ve Ferrer'in (2019) yaptıkları çalışmada, duygusal ilişkilerinde arkadaşça aşk biçimini sergileyen bireylerin diğer ilişki biçimlerini sergileyen bireylere göre partnerlerine daha yakın oldukları bulgusunu elde etmişlerdir. Bireylerin partnerleriyle bu tür derin yakınlıklar kurabilmeleri için duygularını başarılı bir şekilde aktarmaları ve ilişki kurdukları kişilerin duygularını anlamakta problem yaşamamaları gerektiği düşünülmektedir. Bandura'ya (1982) göre öz yeterlik inançları duygusal süreçleri etkilemektedir. Goroshit ve Hen'e (2014) göre ise duygusal öz yeterlik düzeyleri yüksek olan bireyler, iletişim kurdukları insanlardan aldıkları duygu yüklü bilgileri doğru ve yeterli bir şekilde işleyip kullanmaktadırlar. Bu nedenle arkadaşça aşk biçimini sergileyen bireylerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin olumlu bir düzeyde bulunması gerektiği düşünülmektedir.

Oyun gibi aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk alt boyutları ile duygusal öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Oyun gibi aşk ve mantıklı aşk biçimlerinin duygusallıktan uzak, sahiplenici aşk ve özgeci aşk biçimlerinin ise tam aksine oldukça yoğun duyguların yaşandığı biçimler olduğu bilinmektedir. Bu nedenle, duygusal öz yeterlik düzeyinin bu ilişki biçimlerinin sergilenmesi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Daha kontrollü bir araştırma grubu ile yapılacak bir çalışma ile daha detaylı bulgulara ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi, anne ve baba demokratik tutumu ile pozitif yönde, anne ve baba bağımlı tutumu ile ise negatif yönde anlamlı ilişkilere sahiptir. Bireyler, anne ve babalarının duygusal ilişkilerini gözlemleyerek bu gözlemlerini kendi duygusal ilişkilerinde kullanmaktadırlar. Anne ve babanın demokratik bir tutuma sahip olduğunu gören bireyin aynı tutumu kendi duygusal ilişkisinde sergilemesi oldukça olasıdır. Partnerlerin duygusal ilişkilerinde eşit olması, ilişkinin mutluluğu ve devamlılığı için çok önemli bir faktör olarak görülmektedir (Hatfield, Utne, & Traupmann, 1979; Selle & Duncan, 2018). Bu nedenle ilişkilerde demokratik bir tutum sergilemek, ilişkideki mutluluğu da artıracaktır.

Anne ve babanın duygusal ilişkilerindeki tutumlarını bağımlı olarak algılama oranı arttıkça bireylerin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin düşmesi, elde edilen bir diğer bulgudur. Duygusal ilişkilerinde partnerlerine bağımlı bir tutum ile yaklaşan bireyler, genellikle partnerlerinin kendilerini bırakacağına yönelik bir korku taşıyabilmektedirler. Bu durum, onların ilişkilerinden mutluluk duymasını engelleyebilmektedir. Anne ve babası arasındaki duygusal ilişkide ebeveynlerinin bağımlı tutumlara sahip olduğunu algılayan bireyler, bu tutumları kendi duygusal ilişkilerine taşıyabilirler. Bu durum, onların ilişkilerini ve partnerlerini kaybetmemek için sürekli çabalamasına neden olabilir. Birey, bu tür korkular ile baş etmeye çalışırken ilişkisinden yeterli düzeyde memnun olamayabilir.

Üniversite öğrencilerinin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyinin de arttığı bulgusu elde edilmiştir. Literatürde öz yeterlik düzeyinin yüksek oluşunun duygusal ilişkileri olumlu yönde etkilediğine dair bulgulara rastlanılmıştır (Bradbury, Cohan & Karney, 1998; Cui, Fincham, & Pasley, 2008; Fincham, Harold, & Gano-Phillips, 2000; Lopez, Morúa, & Rice, 2007;). Duygu yüklü bilgiyi işleme becerileri arttıkça yani duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça diğer bireylerle daha sağlıklı ilişkiler kurulabilme olasılığının arttığı belirtilebilir. Duygusal ilişkilerde partner ile sağlıklı bir ilişki kurulabilmesi için duygular hem doğru bir şekilde algılanmalıdır hem de doğru bir şekilde aktarılmalıdır. Bu nedenle elde edilen bu bulgu, kuramsal çerçeve tarafından desteklenir niteliktedir.

Üniversite öğrencilerinin duygusal öz yeterlik düzeyleri ile koruyucu ve demokratik ebeveyn tutumu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. İlgisiz anne ve baba tutumu ve baba bağımlı tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Daha önce de bahsedildiği üzere öz yeterlik gelişimi için en önemli faktörlerden biri ailedir (Schunk & Pajares, 2009). Bireyler ilk bağlarını aile üyeleri ile kurar, ilk ilişkilerini yine aile üyeleriyle yaşarlar. Bununla birlikte anne ve babanın tutum ve davranışları birey için gözlemlenecek ve örnek alınacak modeller niteliğindedir. Birey, bu gözlemlerini yetişkinlik hayatına da taşımakta ve bunlardan etkilenmektedir. Anne ile baba arasındaki ilişkide demokratik tutumlar sergilendiğini düşünen birey, bu tutumları benimseyerek kendi duygusal ilişkilerinde kullanmaya yönelebilir. Demokratik tutum sergilenebilmesi için belirli duygusal becerilere sahip olmak gerekmektedir (Genç & Kalafat, 2007). Demokratik bir tutuma sahip olunabilmesi için, bireyler iletişim kurdukları kişilerin duygu ve düşüncelerini doğru şekilde algılamalı ve işlemelidir. Aradaki ilişki bulgusu bu nedene dayanıyor olabilir. Öte yandan, öz yeterlik inançlarının olumlu olmasının öz yeterlik gelişimi için önemli bir faktör olduğu bilinmektedir ve bireyin anne ve babası arasındaki koruyucu tutumu benimseyerek kendisinin de koruyucu tutumlar sergilemeye yönelmesi ve dolayısıyla bunun için çeşitli becerilere sahip olduğunu düşünmesi öz yeterliği olumlu yönde etkileyebilir.

Sung'a (2010) göre bireylerin duygusal öz yeterliği (özellik duygusal zekâsı), ebeveynlerle kurulan yakın ve sağlıklı iletişimlerden olumlu yönde etkilenmektedir. İlgisiz tutum, bireylerin iletişim kurdukları kişilerin duygu, düşünce ve iyi oluşlarına yeterli ilgiyi göstermemesi şeklinde değerlendirilebilir. Sağlıklı duygusal ilişkilerin var olmadığı ve duygu yüklü bilginin yeterince sağlıklı bir şekilde işlenmediği böyle bir durumda, öz yeterlik gelişimin görece daha zayıf olması beklenmektedir. Literatür incelendiğinde ilgisiz tutumun, bireylerin gelişiminde en olumsuz etkilere yol açan ebeveyn tutumu olduğuna yönelik çalışmalar mevcuttur (Arslan & Kabasakal, 2013; İkiz & Sakarya Çınk, 2016). Erol ve Temizer Avcı'nın 2016'daki çalışmalarında ebeveynlerinin kendilerine yönelik tutumları demokratik olan bireylerin, ilgisiz olan bireylere göre daha yüksek öz yeterlik düzeylerine sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aşıcı ve Sarı (2021), anne ve babanın çocuğun hayatına katılım oranı arttıkça çocuğun duygusal öz yeterlik düzeyinin arttığı bulgusuna

ulaşmışlardır. Alegre (2012) ise anneleriyle vakit geçirme oranları fazla olan bireylerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin (özellik duygusal zekâsı) daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Bağımlı tutumlar sergileyen bireyler, partnerlerini kaybedecekleri korkusu taşırlar. Riggio vd.'ye (2013) göre düşük öz yeterliğe sahip bireyler, ilişki içinde bu tür anksiyeteler yaşamaktadır. Babasının düşük öz yeterliğe sahip olduğunu gören birey de aile içi öğrenmeler dahilinde düşük öz yeterliğe sahip olabilir. Literatürde algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi ile duygusal öz yeterlik arasındaki ilişkileri inceleyen bir araştırma ile karşılaşılmamıştır. Bu nedenle araştırma sonuçlarının karşılaştırılabileceği herhangi bir bulguya ulaşılamamıştır.



## 6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonuçlarına ve bu sonuçlara yönelik önerilere yer verilmiştir.

### 6. 1. Sonuçlar

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimleri ve ilişkilerindeki mutluluk düzeylerinin, algıladıkları ebeveyn duygusal ilişkisi ve duygusal öz yeterlikleri ile arasındaki ilişkiler ve etkiler incelenmiştir. Bunun yanında, değişkenlerin çeşitli demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da değerlendirilmiştir.

1. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin; oyun gibi aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk alt boyutları, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Buna göre, erkeklerin oyun gibi aşk, arkadaşça aşk ve özgeci aşk biçimlerini seçme oranı kadınlara göre daha yüksektir. Tutkulu aşk, mantıklı aşk ve sahiplenici aşk biçimleri ise cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Duygusal ilişkideki mutluluk düzeyinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir. Algılanan ebeveyn ilişkisinin; anne otoriter tutumu, anne bağımlı tutumu, baba otoriter tutumu, ve baba bağımlı tutumunun cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Buna göre kadınların algıladığı anne otoriter tutumu, ve baba otoriter tutumu erkeklere göre; erkeklerin algıladığı anne bağımlı tutumu ve baba bağımlı tutumu ise kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Anne ilgisiz, koruyucu ve demokratik tutumu ile baba ilgisiz, koruyucu ve demokratik tutumu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Duygusal öz yeterliğin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre kadınların duygusal öz yeterlik düzeyleri, erkeklerin duygusal öz yeterlik düzeylerinden daha yüksektir.
2. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimlerinin tutkulu aşk, oyun gibi aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk alt boyutlarında ebeveynleri birlikte olan bireyler ve ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi, ebeveynlerin birliktelik durumuna göre anlamlı bir farka sahip değildir. Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn duygusal ilişkisinin anne otoriter tutumu, anne koruyucu tutumu, anne demokratik tutumu ve anne bağımlı tutumu ile baba otoriter tutumu, baba koruyucu tutumu ve baba bağımlı tutumu alt boyutlarında anne ve baba birliktelik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Algılanan anne ilgisiz tutumu, baba ilgisiz tutumu ve baba demokratik tutumu alt boyutlarında ise ebeveynleri birlikte olan bireyler ile ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında

anlamli farklılık bulunmuştur. Ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireylerin algıladıkları anne ve baba ilgisiz tutumu oranları, ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladıkları anne ilgisiz tutumu oranlarına göre daha yüksektir. Ebeveynleri birlikte olan bireylerin algıladıkları baba demokratik tutum oranlarının, ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireylerin algıladıkları baba demokratik tutumu oranına göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Duygusal öz yeterlik düzeyi açısından ebeveynleri birlikte olan bireyler ve ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş bireyler arasında anlamli bir fark bulunmuştur. Buna göre ebeveynleri birlikte olan bireylerin duygusal öz yeterliklerinin, ebeveynleri ayrı ya da vefat etmiş olan bireylere göre daha yüksektir.

3. Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin bütün alt boyutları, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi, algıladıkları ebeveyn ilişkisinin bütün alt boyutları ve duygusal öz yeterlik düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki biçimlerinin bütün alt boyutları, duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi, algıladıkları ebeveyn ilişkisinin bütün alt boyutları ve duygusal öz yeterlik düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı gözlemlenmiştir.
4. Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişkilerindeki mutluluk düzeyi ve tutkulu aşk arasında pozitif yönde anlamli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre duygusal ilişkilerinde tutkulu aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeylerinin artmaktadır. Ayrıca duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve oyun gibi aşk arasında negatif yönde anlamli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre duygusal ilişkilerinde oyun gibi aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkideki mutluluk düzeyi düşecektir. Duygusal ilişkilerdeki mutluluk düzeyi ile arkadaşça aşk arasında da anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre duygusal ilişkilerinde arkadaşça aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeylerinin artmaktadır. Bununla birlikte, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve özgeci aşk arasında pozitif yönde anlamli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre duygusal ilişkilerinde özgeci aşk biçimini tercih etme oranı arttıkça ilişkilerdeki mutluluk düzeyi de artmaktadır. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ve mantıklı aşk ile sahiplenici aşk arasında anlamli bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide algıladığı anne demokratik tutumu ile tutkulu aşk biçimi arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde demokratik bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde tutkulu aşk biçimini seçme oranının arttığı söylenebilir. Ayrıca anne ilgisiz tutumu ve baba ilgisiz tutumu ile tutkulu aşk arasında negatif yönde anlamli bir ilişki

bulunmaktadır. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde ilgisiz bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde tutkulu aşk biçimini seçme oranının azaldığı söylenebilir. Anne otoriter tutumu, anne koruyucu tutumu, anne bağımlı tutumu, baba otoriter tutumu, baba koruyucu tutumu ve baba bağımlı tutumu ile tutkulu aşk arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Anne ve baba bağımlı tutumu ve baba koruyucu tutumu ile oyun gibi aşk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde koruyucu bir tutum ya da bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde oyun gibi aşk biçimini seçme oranı artmaktadır. Bununla birlikte, baba koruyucu tutumu ile oyun gibi aşk arasında daha güçlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca baba otoriter tutumu ile oyun gibi aşk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde otoriter bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça duygusal ilişkilerde oyun gibi aşk biçimini seçme oranının azalmaktadır. Anne otoriter tutumu, anne ilgisiz tutumu, anne koruyucu tutumu, anne demokratik tutumu, baba ilgisiz tutumu ve baba demokratik tutumu ile oyun gibi aşk arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn duygusal ilişkisi alt boyutları ile arkadaşça aşk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

5. Anne ve baba bağımlı tutumu ile mantıklı aşk ilişki biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde mantıklı aşk biçimini seçme oranının arttığı söylenebilir. Algılanan ebeveyn ilişkisinin diğer alt boyutları ile mantıklı aşk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Anne bağımlı tutumu ve baba otoriter tutumu ile sahiplenici aşk arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde otoriter bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde sahiplenici aşk biçimini seçme oranının arttığı söylenebilir. Algılanan ebeveyn ilişkisinin diğer alt boyutları ile sahiplenici aşk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Anne ve baba bağımlı tutumu ile özgeci aşk ilişki biçimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre babanın anne ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutum sergilediğini algılama oranı arttıkça ve yine aynı şekilde annenin baba ile duygusal ilişkisinde bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranı arttıkça, duygusal ilişkilerde özgeci aşk biçimini seçme oranının arttığı söylenebilir. Algılanan ebeveyn ilişkisinin diğer alt boyutları ile özgeci aşk arasında

anlamli bir iliski bulunmamistir. Üniversite öğrencilerindeki duygusal öz yeterlik düzeyi ile tutkulu aşk ve arkadaşça aşk arasında pozitif yönde anlamli bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça tutkulu aşk ve arkadaşça aşk biçimlerini tercih etme düzeyi artmaktadır. Duygusal öz yeterlik düzeyi ile duygusal ilişki biçimlerinin diğer alt boyutları arasında anlamli ilişkiler bulunmamıştır.

6. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi ile anne demokratik tutumu arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi artmaktadır. Anne bağımlı tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında negatif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi azalmaktadır. Baba demokratik tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi artmaktadır. Baba bağımlı tutumu ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında negatif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi azalmaktadır. Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeyi ile duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyi arttıkça duygusal ilişkideki mutluluk düzeyleri artmaktadır.
7. Üniversite öğrencilerinde duygusal öz yeterlik düzeyi ile anne ilgisiz tutumu arasında negatif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir. Anne koruyucu tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin koruyucu bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır. Anne demokratik tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide annelerinin demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır. Baba ilgisiz tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında negatif yönde anlamli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının ilgisiz bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir. Baba koruyucu tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamli bir ilişki

bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının koruyucu bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır. Baba demokratik tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının demokratik bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi artmaktadır. Baba bağımlı tutumu ile duygusal öz yeterlik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre bireylerin ebeveynleri arasındaki duygusal ilişkide babalarının bağımlı bir tutuma sahip olduğunu algılama oranları arttıkça duygusal öz yeterlik düzeyi düşmektedir.

8. Üniversite öğrencilerinde duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal öz yeterlik düzeyi ile algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutlarının duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre duygusal ilişki biçimleri alt boyutları, duygusal öz yeterlik düzeyi ve algılanan ebeveyn ilişkisi alt boyutları, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyindeki toplam varyansın %40'ını açıklamaktadır.

## **6. 2. Öneriler**

### **6. 2. 1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler**

1. Bireylerin duygusal öz yeterlik gelişimi, anne ve baba birliktelik durumunun önemli olması nedeniyle ebeveyn ilişkilerinin önemi konusunda gerek eğitim kurumlarında gerekse medyada farkındalığı arttırmaya dönük çalışmaların yapılması önemli görülmektedir.
2. Bireylerin seçtikleri duygusal ilişki biçimleri, ebeveynlerinin duygusal ilişki tutumlarından çeşitli şekillerde etkilenmektedir. Anne ve baba arasındaki sağlıklı ilişki tutumlarının değiştirilebilmesine ve daha sağlıklı ilişkiler kurabilmelerine yönelik, ebeveynler ruh sağlığı çalışanlarından destek almaya yönlendirilebilir. Bununla birlikte, anne baba arasındaki ilişkilerin çocuk üzerindeki kısa ve uzun vadeli etkilerine yönelik çeşitli eğitimler yolu ile farkındalığın artırılması sağlanabilir.
3. Bireylerin duygusal ilişki biçimi seçimlerinin duygusal öz yeterlik düzeylerine göre değiştiği sonucuna ulaşılmış ve bulgular bölümünde sunulmuştur. Bireylerin duygusal öz yeterlik düzeyleri iyileştirilerek kendileri için en uygun ve sağlıklı duygusal ilişki biçimini tercih etmeleri sağlanabilir.
4. Bireylerin tercih ettikleri duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini etkilemektedir. Bireylerin duygusal ilişki biçimi tercihlerinin nelerden etkilendiği belirlenerek ilişkilerinde mutlu hissedecekleri biçimler seçmeye yönlendirilebilirler.
5. Bireylerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyini etkilediği sonucuna ulaşılmış ve bulgulara sunulmuştur. Bireylerin daha mutlu ilişkiler

yaşayabilmeleri adına duygusal öz yeterlik düzeylerini iyileştirmeye yönelik ruh sağlığı çalışanlarının dahil olduğu çalışma, terapi ve eğitimler yapılabilir.

## 6. 2. 2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Literatür incelendiğinde algılanan ebeveyn ilişkisinin duygusal ilişkiler üzerine etkilerini inceleyen çalışmaların oldukça az ve yetersiz olduğu görülmektedir. Bu tez çalışmasında bu iki faktör arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılacak gelecek çalışmalarda bu iki faktör arasındaki ilişkiler daha derin ve ayrıntılı incelenebilir.
2. Çalışmada duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri, üniversite öğrencileri açısından incelenmiştir. Daha farklı bir araştırma grubu ile çalışılarak daha detaylı sonuçlar literatüre kazandırılabilir.
3. Çalışmada duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeylerinin, cinsiyet, anne ve baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyi sosyo-demografik değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Daha farklı sosyo-demografik değişkenler üzerine çalışılmasının literatüre katkı sağlayacağına inanılmaktadır.
4. Çalışmada anne ve baba eğitim düzeyi ile diğer hiçbir değişken arasında bir ilişki ya da farklılığa rastlanılmamıştır. Ancak literatür incelendiğinde birçok çalışmada anne ve baba eğitim düzeyinin önemli bir faktör olduğu göze çarpmaktadır. Bu nedenle araştırma sınırlılıklarından doğduğu düşünülen bu bulgu üzerinde bir araştırma yapılarak daha ayrıntılı sonuçlar elde edilebilir.
5. Çalışmada duygusal ilişki biçimleri, duygusal ilişkideki mutluluk düzeyi, algılanan ebeveyn ilişkisi ve duygusal öz yeterlik düzeyleri arasında çeşitli ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmış ancak bu ilişkilerin nedeni derinlemesine araştırılmamıştır. Bu nedenler üzerine yapılacak çalışmalar ile literatüre katkıda bulunulabilir.
6. Duygusal ilişki biçimleri ile duygusal öz yeterlik arasında yapılan çalışmalar oldukça az ve yetersizdir. Bu iki faktör arasındaki ilişkileri inceleyen çalışma sayısı artırılabilir.

## 7. KAYNAKLAR

- Açikel, M. (2013). *Üniversite öğrencilerinin aşk biçimleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akturan, T. (2021). *Aşk stilleri, benlik saygısı ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Alaattin, U., & Çınar, F. N. (2014). Anne ve babanın eğitim düzeyinin öğrencinin matematik başarısına etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(4), 42-57.
- Alegre, A. (2012). The relation between the time mothers and children spent together and the children's trait emotional intelligence. *Child & Youth Care Forum*, 41(3), 493-508.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (2. bs.). New York: Routledge.
- Argyriou, E., Bakoyannis, G., & Tantaros, S. (2016). Parenting styles and trait emotional intelligence in adolescence. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(1), 42-49.
- Armum, P., & Chellappan, K. (2016). Social and emotional self-efficacy of adolescents: measured and analysed interdependencies within and across academic achievement level. *International journal of Adolescence and Youth*, 21(3), 279-288.
- Arslan, G., Kabasakal, Z. (2013). Ergenlerin problem çözme becerileri ve ana-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Turkish Studies*, 8(6), 33-42.
- Aşıcı, E., & Sarı, H. I. (2021). A proposed model to explain happiness in college students: the roles of perceived parenting styles, emotional self-efficacy, and forgiveness. *Journal of Adult Development*, 28(4), 332-345.
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: Exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *SAGE Open*, 3(1), 1-16.
- Averill, J. R. (1985). The social construction of emotion: With special reference to love. In K. J. Gergen & K. E. Davis (Eds.), *The social construction of the person* (pp. 89- 111). New York: Springer-Verlag.
- Barker, C. J., & Martin, B. (2011). Participation: The happiness connection. *Journal of Public Deliberation*, 7(1), 1-16.
- Bandura, A. & Adams, N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive Therapy and Research*, 1(4), 287-310.
- Bandura, A. & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(3), 586-598.

- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147.
- Bandura, A. (1995). *Self-efficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Beri, N., & Jain, M. (2016). Personal growth initiative among undergraduate students: Influence of emotional self efficacy and general well being. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 43-56.
- Berridge, K. C. & Kringelbach, M. L. (2016). From pleasure to happiness. "Liking" and "wanting" in mind and brain. In L. F. Barrett, M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.) *The Handbook of Emotion* (pp. 133-145). New York: The Guilford Press.
- Bircan, S., & Bacanlı, F. (2004). Ergenlerin duygusal zekalarının çatışma eğilimlerine ve suç davranışlarına etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 61-82.
- Bolcal, D. (2018). *Üniversite öğrencilerinin aşk stilleri, bağlanma biçimleri ve eş tercihleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Bradbury, T. N., Cohan, C. L., & Karney, B. R. (1998). Optimizing longitudinal research for understanding and preventing marital dysfunction. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 279–311). New York, NY: Cambridge University Press.
- Burton, R. (1857). *The anatomy of melancholy*. Memphis: JW Moore.
- Camfield, L., Choudhury, K., & Devine, J. (2009). Well-being, happiness and why relationships matter: Evidence from Bangladesh. *Journal of Happiness Studies*, 10(1), 71-91.
- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C. & Schwarz, N. (2014). Happy marriage, happy life? Marital quality and subjective well-being in later life. *Journal of Marriage and Family*, 76(5), 930-948.
- Cassepp-Borges, V., & Ferrer, E. (2019). Are we missing the circumplexity? An examination of love styles. *Journal of Relationships Research*, 10(e21), 1-10.
- Ceylan, İ. (2013). *Ergenlerin benlik saygısı ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Choi, S., Kluemper, D. H., & Sauley, K. S. (2013). Assessing emotional self-efficacy: Evaluating validity and dimensionality with cross-cultural samples. *Applied Psychology*, 62(1), 97-123.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.

- Costa, A. L., Sophia, E. C., Sanches, C., Tavares, H., & Zilberman, M. L. (2015). Pathological jealousy: Romantic relationship characteristics, emotional and personality aspects, and social adjustment. *Journal of Affective Disorders*, 174(3), 38-44.
- Cui, M., Fincham, F. D., & Pasley, B. K. (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(2), 1226-1235.
- Cui, M. & Fincham, F. D. (2010). The differential effects of parental divorce and marital conflict on young adult romantic relationships. *Personal relationships*, 17(3), 331-343.
- Cui, M., Fincham, F. D. & Durtschi, J. A. (2011). The effect of parental divorce on young adults' romantic relationship dissolution: What makes a difference?. *Personal Relationships*, 18(3), 410-426.
- Curran, M. A., Hazen, N. L. & Mann, T. (2009). Representations of marriage and expectations of parenthood: Predictors of supportive coparenting for first-time parents. *Parenting: Science and Practice*, 9(1-2), 101-122.
- Çopuroğlu, K. (1998). *Yukarı Çukurova 'da aşıklık geleneği ve Âşık Eyyûbî* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Davies, M. F. (1996). EPQ correlates of love styles. *Personality and Individual Differences*, 20(2), 257-259.
- Davies, M. F. (2001) Socially desirable responding and impression management in the endorsement of love styles. *The Journal of Psychology*, 135 (5), 562-570.
- Demirdüzen, H. (2013). *Ergenlerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Demir, M. (2010). Close relationships and happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 11(3), 293-313.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L. & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: relative or absolute?. *Social Indicators Research*, 28(3), 195-223.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 67-100). Berlin: Springer Science + Business Media.
- Dion, K. K. & Dion, K. L. (1993). Gender and ethnocultural comparisons in style of love. *Psychology of Woman*, 17(4), 463-473.
- Durmaz, H. & Ercan, H. (2019). Beliren yetişkinlikte aşk stillerinin demografik değişkenler, ana babaya bağlanma ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Başkent University Journal of Education*, 6(1), 98-110.

- Ercan, H. (2013). Genç yetişkinlerin aşk stillerinin benlik tipleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 8(12), 479-493.
- Ercan, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin aşk stillerinin demografik değişkenler ve ana babaya bağlanma ile ilişkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 25-37.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erol, M., & Temizer Avcı, D. (2016). Eyleme geçiren bir katalizör" öz yeterlik algısı": Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(4), 711-723.
- Fışıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerin evlilik uyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16- 23.
- Fincham, F. D., Harold, G. T., & Gano-Phillips, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Direction of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14(3), 267-285.
- Fisher, C. D. (2010). Happiness at work. *International Journal of Management Reviews*, 12(4), 384-412.
- Fisher, H. E., Xu, X., Aron, A., & Brown, L. L. (2016). Intense, passionate, romantic love: a natural addiction? How the fields that investigate romance and substance abuse can inform each other. *Frontiers in Psychology*, 7(40), 687-697.
- Fisher, H., Sternberg, R. J., & Weis, K. (2006). *The new psychology of love*. New Haven: Yale University Press.
- Freud, S. (1962). *Civilization and Its Discontents*. (Çev. J. Strachey). London: Hogarth Press.
- Freud, S. (1955). Group psychology and the analysis of the ego. In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XVIII (1920-1922): Beyond the Pleasure Principle, Group Psychology and Other Works* (pp. 65-144). London: Hogarth Press.
- Fricker, J. & Moore, S. (2002). Relationship satisfaction: The role of love styles and attachment styles. *Current Research in Social Psychology*, 7(11), 182-204.
- Fromm, E. (1995). *Sevme sanatı* (Çev. Y. Salman). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gaygısız, E. (2010). Economic and cultural correlates of subjective well-being in countries using data from the organisation for economic co-operation and development (Oecd)", *Psychological Reports*, 106(3), 949-963.
- Geary, D. C., Vigil, J., Byrd-Craven, J. (2004). Evolution of human mate choice. *Journal of Sex Research*, 41(1), 27-42.
- Genç, S. Z., & Kalafat, T. (2007). Öğretmen adaylarının demokratik tutumları ile problem. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 10-22.

- George D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10a ed.) Boston: Pearson
- Goodboy, A. K. & Myers, S. A. (2010). Relational quality indicators and love styles as predictors of negative relational maintenance behaviors in romantic relationships. *Communication Reports*, 23(2), 65–78.
- Goroshit, M., & Hen, M. (2014). Does emotional self-efficacy predict teachers' self-efficacy and empathy?. *Journal of Education and Training Studies*, 2(3), 26-32.
- Gümüş, R. (2021). *Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin öz anlayış ve algılanan ebeveyn ilişkisinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Harvey, J. H. & Wenzel, A. (2001). *Close romantic relationships: Maintenance and enhancement*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hatfield, E., Greenberger, D., Traupmann, J., & Lambert, P. (1982). Equity and sexual satisfaction in recently married couples. *Journal of Sex Research*, 18(1), 18-32.
- Hatfield, E., & Rapson, R. (1993). Love and attachment processes. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 595–604). New York: The Guilford Press.
- Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. Boston: Allyn & Bacon.
- Hatfield, E. C., Pillemer, J. T., O'brien, M. U., & Le, Y. C. L. (2008). The endurance of love: Passionate and companionate love in newlywed and long-term marriages. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 2(1), 35-64.
- Heaven, P. C., Da Silva, T., Carey, C., & Holen, J. (2004). Loving styles: Relationships with personality and attachment styles. *European Journal of Personality*, 18(2), 103-113.
- Hendrick, C., Hendrick, S., Foote, F. H., & Slapion-Foote, M. J. (1984). Do men and women love differently?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(2), 177-195.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A Theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392-402.
- Hendrick, C., Hendrick, S. & Dicke, A. (1998). The love attitudes scale: short form. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15 (2), 147-159.
- Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (1987). Love and sex attitudes and religious beliefs. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5(3), 391-398.
- Hendrick, S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50(1), 93–98.
- Hendrick, S., Hendrick, C. & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 980–988.

- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1995). Gender differences and similarities in sex and love. *Personal Relationships*, 2(1995), 55-65.
- İkiz, F. E. & Sakarya Çınk, Ö. (2016). Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 11(14), 333-348.
- İşmen, A. E. (2004). Duygusal zeka ve aile işlevleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(11), 55-75.
- Jelić, M., & Kamenov, Ž. (2015). Age differences in effects of family structure and quality on attachment to family and romantic partners. *Psihologijske Teme*, 24(1), 155-172.
- Jonason, P. K., & Kavanagh, P. (2010). The dark side of love: Love styles and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 49(6), 606-610.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk üzerine kavramsal bir değerlendirme ve Türk hanehalkı için bazı sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 214-233.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116.
- Kavanagh, D. J., & Bower, G. H. (1985). Mood and self-efficacy: Impact of joy and sadness on perceived capabilities. *Cognitive Therapy and Research*, 9(5), 507-525.
- Kaya, F. Ş., & Gündüz, İ. (2019). Anne-babası evli veya boşanmış olan çocukların algıladıkları ebeveyn tutumu ile somatizasyon belirtileri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(1), 35-56.
- Kaya, F. Ş., Karahasanoğlu, G. (2019). Üniversite öğrencilerinde aşka ilişkin tutumlar, kişilik özellikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 51-62.
- Keizer, R. (2014). *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Berlin: Springer.
- Keser, A. (2018). İşte mutluluk araştırması. *Paradoks Ekonomi Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 14(1), 43-57.
- Kirk, B. A., Schutte, N. S., & Hine, D. W. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 432-436.
- Koenigsberg, R. A. (1967). Culture and unconscious fantasy: Observations on courtly love. *Psychoanalytic Review*, 54(1), 36-50.
- Koyuncu, A. B. (2019). *Evli bireylerde öznel mutluluk ve ilişkisel mutluluğun evlilik doyumuna etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kuru, D. (2018). *Anne-babası boşanmış ve boşanmamış çocukların depresyon belirtilerinin anne-baba tutumları açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kuzubaş, M. (2010). Muhibbî Divanı'nda aşk üzerine teşbihler. *Journal of International Social Research*, 3(10), 409-419.
- Latham, G. P. & Locke, E. A. (1991). Self-regulation through goal setting. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 212-247.
- Lee, J. A. (1973). *Colours of love: An exploration of the ways of loving*. New York: The New Press.
- Lee, J. A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3(2), 173-182.
- Lee, K. S., Ono, H. (2008). Specialization and happiness in marriage: A US–Japan comparison. *Social Science Research*, 37(4), 1216-1234.
- Lin, L. W. & Huddleston-Casas, C. A. (2005). Agape love in couple relationships. *Marriage & Family Review*, 37(4), 29-48.
- Loeb, C., Stempel, C., & Isaksson, K. (2016). Social and emotional self-efficacy at work. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(2), 152-161.
- Lopez, F. G., Morúa, W. & Rice, K. G. (2007). Factor structure, stability, and predictive validity of college students' relationship self-efficacy beliefs. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(2), 80–96.
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M. ve Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Margolin, G. (1981). Behavior exchange in happy and unhappy marriages: A family cycle perspective. *Behavior Therapy*, 12(3), 329-343.
- Martin, J. D., Blair, G. E., Nevels, R., & Fitzpatrick, J. H. (1990). A study of the relationship of styles of loving and marital happiness. *Psychological Reports*, 66(1), 123-128.
- Mavroveli, S., & Sánchez-Ruiz, M. J. (2011). Trait emotional intelligence influences on academic achievement and school behaviour. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1), 112-134.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298.
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 755–773.
- Metts, S. & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17(1), 170-185.

- Mishra, S., & Sharma, D. (2015). Do love styles predict relationship satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), 73-83.
- Montgomery, M. J., & Sorell, G. T. (1997). Differences in love attitudes across family life stages. *Family Relations*, 46(1), 55-61.
- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 337-348.
- Nehir, S., Çoban, A., Demirci, H., Özbaşaran, F., & İnceboz, Ü. (2009). Menopozal belirtilerin ve evlilik uyumunun yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Cumhuriyet Medical Journal*, 31(1), 15-21.
- Neto, F. (1994). Love styles among portuguese students. *The Journal of Psychology*, 128 (5), 613-616.
- Neto, F., Mullet, E., Deschamps, J. C., Barros, J., Benvindo, R., Camino, L., Falconi, A., Kagibanga, V. & Machada, M. (2000). Cross-cultural variations in attitudes toward love. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31 (5), 626-635.
- Neto, F. (2001). Love styles of three generations of women. *Marriage & Family Review*, 33(4), 19-30.
- Neto, F., & Pinto, M. D. C. (2003). The role of loneliness, gender and love status in adolescents' love styles. *International Journal of Adolescence and Youth*, 11(3), 181-191.
- Neto, F. (2007). Love styles: A cross-cultural study of British, Indian, and Portuguese college students. *Journal of Comparative Family Studies*, 38(2), 239-254.
- Neto, F. (2021). Gender differences in estimates of love styles for self and others. *Sexuality & Culture*, 25(5), 1871-1884.
- Orden, S. R. & Bradburn, N. M. (1968). Dimensions of marriage happiness. *American Journal of Sociology*, 73(6), 715-731.
- Öz, T. (2019). *Çiftlerde depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş ile evlilik doyumu arası ilişkilerde evlilik süresinin aracı rolünün incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Özkan Deniz, B. (2015). *Ergenlerde duygusal öz yeterlik ve sürekli kaygı ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543-578.
- Pajares, F. (2002). Gender and perceived self-efficacy in self-regulated learning. *Theory Into Practice*, 41(2), 116-125.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). The relationship between emotional intelligence and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 107-115.

- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 313-320.
- Petrides, K. V., Sangareau, Y., Furnham, A., & Frederickson, N. (2006). Trait emotional intelligence and children's peer relations at school. *Social Development*, 15(3), 537-547.
- Phillips, J., Nyholm, S. & Liao, S. Y. (2014). The good in happiness. In J. Knobe, T. Lombrozo & S. Nichols (Eds.), *Oxford Studies in Experimental Philosophy: Volume 1* (pp. 253-293). Oxford: Oxford University Press.
- Polat, H. H. (2012). Renk teorisi ve temel yanılgılar. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(28), 165-173.
- Raffagnino, R., & Puddu, L. (2018). Love styles in couple relationships: a literature review. *Open Journal of Social Sciences*, 6(12), 307-330.
- Reis, H. T. (2001). Relationship experiences and emotional well-being. In Carol D., Ryff, Burton H. Singer (Ed.), *Emotion, social relationships, and health* (pp. 57-85). Oxford: Oxford University Press.
- Richardson, D. R., Hammock, M. N. G. (1988). Love styles, relationship experience, and sensation seeking: A test of validity. *Personality and Individual Differences*, 9(3), 645-651.
- Riggio, H. R., Weiser, D. A., Valenzuela, A. M., Lui, P. P., Montes, R., & Heuer, J. (2013). Self-efficacy in romantic relationships: Prediction of relationship attitudes and outcomes. *The Journal of Social Psychology*, 153(6), 629-650.
- Rohmann, E., Fuhrer, A. & Bierhoff, H. W. (2016). Relationship satisfaction across european cultures: The role of love styles. *Cross-Cultural Research*, 50(2), 178-211.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), 265-280.
- Ryan, G. J., & Dzewaltowski, D. A. (2002). Comparing the relationships between different types of self-efficacy and physical activity in youth. *Health Education & Behavior*, 29(4), 491-504.
- Sakarya, Ö. (2013). *Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Sanger, M. (2013). *Happiness in marriage*. USA: Pergamon Press.
- Savaşlı, Y. (2019). *Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.

- Saygılı, G., Kesercioğlu, T. & Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerinde etkisinin incelenmesi. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance & Counselling*, 4(1), 1-8.
- Selle, A. & Duncan, S. F. (2018). Equal partnership in marriage. *Forever Families*, 10(1), 1-10.
- Schmitt, D. P. (2005). Sociosexuality from Argentina to Zimbabwe: a 48-nation study of sex, culture, and strategies of human mating. *Behavioral and Brain Sciences*, 28(2), 247-275.
- Schunk, D. H., Pajares, F. (2009). Self-efficacy theory. In Kathryn R. Wentzel, Allan Wigfield (Ed.), *Handbook of motivation at school* (pp.35-54). New York: Routledge.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177.
- Smith, R. & Klases, A. (2016). Predictors of love attitudes: The contribution of cultural orientation, gender attachment style, relationship length and age in participants from the UK and Hong Kong. *An International Journal on Personal Relationships*, 10(1), 90-108.
- Stravogiannis, A. L. D. C., Kim, H. S., Sophia, E. C., Sanches, C., Zilberman, M. L., & Tavares, H. (2018). Pathological jealousy and pathological love: Apples to apples or apples to oranges?. *Psychiatry research*, 259(1), 562-570.
- Stephens, A. (2019). Happiness and health. *Annual Review of Public Health*, 40(4), 339-359.
- Sternberg, R. J., & Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(2), 312-333.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Sung, H. Y. (2010). The influence of culture on parenting practices of East Asian families and emotional intelligence of older adolescents: A qualitative study. *School Psychology International*, 31(2), 199-214.
- Süçüllü, İ. (2022). *The relationship between undergraduates' cognitive flexibility, emotional self-efficacy and interpersonal problem solving skills* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Swami, V., & Mammadova, A. (2012). Associations between consideration of cosmetic surgery, perfectionism dimensions, appearance schemas, relationship satisfaction, excessive reassurance-seeking, and love styles. *Individual Differences Research*, 10(2), 81-94.
- Şendil, G. & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28(1), 15-34.
- Telef, B. B. (2011). *Öz-yeterlikleri farklı ergenlerin psikolojik semptomlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Tetik, S. (2018). *Yetişkinlerde algılanan ebeveyn ilişki tutumları ile aşka dair görüşler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Thomas, A. & Sawhill, I. (2005). For love and money? The impact of family structure on family income. *The Future of Children*, 15(2), 57-74.
- Turan, A. (2013). *Evli bireylerin cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri, ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ve cinsel doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Türk Dil Kurumu [TDK]. (2011a). *Türkçe sözlük*. Ankara: TDK.
- Türk Dil Kurumu [TDK]. (2011b). *Türkçe sözlük*. Ankara: TDK.
- Türk-Kurtça, T., Kocatürk, M. (2020). The role of childhood traumas, emotional self-efficacy and internal-external locus of control in predicting psychological resilience. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 8(3), 105-115.
- Utne, M. K., Hatfield, E., Traupmann, J. & Greenberger, D. (1984). Equity, marital satisfaction, and stability. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(3), 323-332.
- Üngüder, A. (2017). *Bireylerin romantik ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ile ilişkilerine yönelik inançları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Üstün, A. & Yılmaz, M. (2008). Üniversite öğrencilerinin aile içi demokrasi ile ilgili görüşlerinin cinsiyet ve anne-baba eğitim düzeyine göre değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 77-90.
- Vardarlı, G. (2005). İlköğretim 2. kademe öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeylerinin yordanması (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Veenhoven, R. (2003). Happiness. *The Psychologist*, 16(3), 128.
- Williams, D., & Schill, T. (1994). Adult attachment, love styles, and self-defeating personality characteristics. *Psychological Reports*, 75(1), 31-34.
- Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306.
- Woll, S. B. (1989). Personality and relationship correlates of loving styles. *Journal of Research in Personality*, 23(4), 480-505.
- Yıldırım, E., Parlar, H. (2020). Üniversite öğrencilerinin aşk stillerinin evlilik tutumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 9(3), 188-195.
- Yıldırım, İ. (1992). *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- Zagorski, K. Kelley, J. & Evans, D. R. M. (2010). Economic Development and Happiness: Evidence from 32 Nations. *Polish Sociological Review*, 169 (1), 3–19.



## **8. EKLER**

**Ek 1. Kişisel Bilgilendirme Formu****Değerli Katılımcı,**

Araştırmamız kapsamında aşağıda size sorulan sorulara yanıt vermeniz istenmektedir. Sorular tamamen bilimsel çalışma için kullanılacak olup sizlere yönelik bir değerlendirme yapılmayacaktır. Lütfen soruları boş bırakmayınız. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Arş. Gör. \*\*\*\* \* \* \* \* \*

**KBF**

**1.Cinsiyetiniz:** ☐KIZ ☐ERKEK

**2.Anne- babanız:** ☐Birlikte ☐Ayrı- İkisinden biri veya her ikisi de hayatta değil

**3.Annenizin Öğrenim Durumu:** ☐Okuma yazma bilmiyor ☐Okur yazar ☐İlkokul  
☐Orta ☐Lise ☐Üniversite ☐Lisans Üstü

**4.Babanızın Öğrenim Durumu:** ☐Okuma yazma bilmiyor ☐Okur yazar ☐İlkokul  
☐Orta ☐Lise ☐Üniversite ☐Lisans Üstü

## Ek 2. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği

| Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Kesinlikle katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Katılıyorum ve (4) Tamamen Katılıyorum anlamına gelmektedir. | Annem                   |              |                   |                     | Babam                   |              |                   |                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|-------------------|---------------------|-------------------------|--------------|-------------------|---------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kesinlikle Katılmıyorum | Katılmıyorum | Biraz katılıyorum | Tamamen Katılıyorum | Kesinlikle Katılmıyorum | Katılmıyorum | Biraz katılıyorum | Tamamen Katılıyorum |
| Annem/Babam eşiyle ilişkisinde.....                                                                                                                                                                                                                                                 |                         |              |                   |                     |                         |              |                   |                     |
| 1. Her şeyin doğrusunu bildiğini iddia eder.                                                                                                                                                                                                                                        | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 2. Dediklerinin olması konusunda ısrarcıdır.                                                                                                                                                                                                                                        | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 3. Dedikinden ve bildiğinden şaşmaz.                                                                                                                                                                                                                                                | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 4. Eşiyle arasında yaşadığı sorunları önemsemez                                                                                                                                                                                                                                     | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 5. Eşinin sıkıntılarına duyarsız kalır.                                                                                                                                                                                                                                             | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 6. Eşinin fikirlerini önemsemez.                                                                                                                                                                                                                                                    | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 7. Eşi yeni kıyafet aldığında fark etmez.                                                                                                                                                                                                                                           | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 8. Eşi hastalandığında ilgilenmez.                                                                                                                                                                                                                                                  | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 9. Eşinin ihtiyaç ve isteklerini anlamaz                                                                                                                                                                                                                                            | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 10. Gün içinde eşinin zamanının nasıl geçtiğini hiç sormaz.                                                                                                                                                                                                                         | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 11. Eşinin başardığı hiçbir işi takdir etmez.                                                                                                                                                                                                                                       | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 12. Eşini ilgili bir şekilde dinlemez.                                                                                                                                                                                                                                              | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 13. Sorunlardan dolayı eşinin incinmesinden aşırı kaygılanır.                                                                                                                                                                                                                       | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 14. Eşinin zor şeyler yapmasına izin vermez.                                                                                                                                                                                                                                        | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 15. Eşinin hep zararsız insanlarla ilişki kurmasını ister.                                                                                                                                                                                                                          | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 16. Eşine yardımcı olamadığında kendini huzursuz hisseder.                                                                                                                                                                                                                          | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 17. Eşi mutsuz olduğunda çok endişelenir.                                                                                                                                                                                                                                           | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 18. Eşi sorun yaşadığında hemen müdahale etmeye çalışır.                                                                                                                                                                                                                            | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 19. Onun için eşi ilişkinin önemli bir parçasıdır.                                                                                                                                                                                                                                  | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 20. Eşine saygı gösterir.                                                                                                                                                                                                                                                           | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 21. Eşiyle birlikte zaman geçirebilir.                                                                                                                                                                                                                                              | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 22. Eşine özen gösterir.                                                                                                                                                                                                                                                            | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 23. Eşiyle olan ilişkisini ilgilendiren konulara duyarlıdır.                                                                                                                                                                                                                        | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 24. Eşinin değerli olduğunu hissettirir.                                                                                                                                                                                                                                            | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 25. Evliliğin devamı için gereken çabayı gösterir.                                                                                                                                                                                                                                  | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 26. Eşini arkadaşlarına tanıtırken gururlanır.                                                                                                                                                                                                                                      | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 27. Eşinin tercihlerine saygı duyar.                                                                                                                                                                                                                                                | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 28. Eşinin haklarına ve değerlerine önem verir.                                                                                                                                                                                                                                     | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |
| 29. Eşinin siyasal ve sosyal tercihlerine saygı duyar.                                                                                                                                                                                                                              | 0                       | 1            | 2                 | 3                   | 0                       | 1            | 2                 | 3                   |

## Ek 2'nin devamı

|                                                                   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 30. Eşinin fikirlerini söylemesine müsaade eder.                  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31. Eşi olmadan bir şey yapamaz.                                  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32. Kendiyle ilgilenmek yerine eşiyle ilgilenmeyi tercih eder.    | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33. Eşiyle ilgilenmekten arkadaşlarına vakit ayıramaz.            | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34. Eşiyle çok fazla ilgilendiği için diğer işlerini hep aksatır. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35. Eşinin kendisini terk edeceğinden çok kaygılanır              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36. İş dışında eşi olmadan hiçbir yere gitmek istemez.            | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37. Eşinin onayı olmadan bir şey yapmak istemez.                  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 0 | 1 | 2 | 3 |

### Ek 3. Duygusal Öz Yeterlik Ölçeği

| Açıklama: Aşağıda verilen her bir ifadeyi okuduktan sonra, o ifade ile ilgili olarak “ şu anda kendinizden ne kadar emin olduğunuzu” değerlendiriniz. Tepkinizi, sizi yansıttığını düşündüğünüz boşluğa (X) işareti koyarak belirtiniz. | Hiç emin değilim | Çok az eminim | Biraz eminim | Çoğunlukla eminim | Kesinlikle eminim |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|--------------|-------------------|-------------------|
| 1.Kendi olumsuz duygularımı doğru olarak tanımlarım                                                                                                                                                                                     |                  |               |              |                   |                   |
| 2.Başkalarına olumsuz duygularını olumlu duygularla değiştirmesi için yardım ederim                                                                                                                                                     |                  |               |              |                   |                   |
| 3.Olumsuz bir duygu hissederken olumlu bir duygu yaratırım.                                                                                                                                                                             |                  |               |              |                   |                   |
| 4.Olumlu bir duyguyu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim                                                                                                                                                                            |                  |               |              |                   |                   |
| 5.Başka biri olumsuz bir duygu hissederken o duyguyu doğru bir şekilde tanımlarım                                                                                                                                                       |                  |               |              |                   |                   |
| 6.Eski problemlere yeni çözümler getirirken olumlu duygularımı kullanırım                                                                                                                                                               |                  |               |              |                   |                   |
| 7.Başka birinin olumlu duygu yaşamasına neyin neden olduğunu kavrarım                                                                                                                                                                   |                  |               |              |                   |                   |
| 8.Olumsuz duygumu olumlu duyguya çeviririm                                                                                                                                                                                              |                  |               |              |                   |                   |
| 9.Kendi olumlu duygularımı doğru olarak tanımlarım                                                                                                                                                                                      |                  |               |              |                   |                   |
| 10.Başkasının hissettiği duyguları kendimde oluşturabilirim                                                                                                                                                                             |                  |               |              |                   |                   |
| 11. Olumsuz bir duygu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim                                                                                                                                                                           |                  |               |              |                   |                   |
| 12.Baskı altındayken kendi duygularımı düzenlerim                                                                                                                                                                                       |                  |               |              |                   |                   |
| 13.Başkasının ne zaman olumlu bir duygu yaşadığını doğru olarak tanımlarım                                                                                                                                                              |                  |               |              |                   |                   |
| 14. İçinde bulunduğum ortama en uygun ruh haline girerim                                                                                                                                                                                |                  |               |              |                   |                   |
| 15.Başkasının olumsuz duygu yaşamasına neyin sebep olduğunu kavrarım                                                                                                                                                                    |                  |               |              |                   |                   |
| 16.Diğer kişilerin baskı altındayken duygularını düzenlemesine yardımcı olurum                                                                                                                                                          |                  |               |              |                   |                   |
| 17.Beden dilimin ortaya koyduğu duygunun farkında olurum                                                                                                                                                                                |                  |               |              |                   |                   |
| 18.İyi düşünceler oluşturmak için olumlu duyguları kullanırım                                                                                                                                                                           |                  |               |              |                   |                   |
| 19.Duygularımın değişmesine neyin sebep olduğunu anlarım                                                                                                                                                                                |                  |               |              |                   |                   |
| 20.Sinirli iken sakinleşirim                                                                                                                                                                                                            |                  |               |              |                   |                   |
| 21.Başkasının beden dilinin ortaya koyduğu duygunun farkında olurum                                                                                                                                                                     |                  |               |              |                   |                   |

## Ek 3'ün devamı

|                                                                                        |  |  |  |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 22.Bilişsel performansımı arttırmak için duygu yaratırım                               |  |  |  |  |  |  |
| 23.Başkasının duygularının değişmesine neyin sebep olduğunu anlarım                    |  |  |  |  |  |  |
| 24. Başkasına sinirlendiği bir zamanda sakinleşmesi için yardımcı olurum               |  |  |  |  |  |  |
| 25. Yüz ifadem yoluyla hangi duygumu ifade ettiğimin farkında olurum                   |  |  |  |  |  |  |
| 26. Fiziksel performansımı arttırmak için duygu yaratırım                              |  |  |  |  |  |  |
| 27.Duygularımdaki farklılaşmaya neyin neden olduğunu belirlerim                        |  |  |  |  |  |  |
| 28. Bir hedefe ulaşmaya çok yakinken duygularımı düzenlerim                            |  |  |  |  |  |  |
| 29. Başkasının yüz ifadesi ile hangi duyguyu ifade ettiğinin farkında olurum           |  |  |  |  |  |  |
| 30. Yaratıcı düşüncelerimin ortaya çıkabilmesi için doğru duyguyu oluştururum          |  |  |  |  |  |  |
| 31. Başkasının duygularındaki farklılaşmasına neyin neden olduğunu belirlerim          |  |  |  |  |  |  |
| 32.Başkasının bir kayıp yaşamasının ardından duygularını düzenlemesine yardımcı olurum |  |  |  |  |  |  |

#### Ek 4. Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği Kısa Formu (LAS)

Açıklama: Sizden genel olarak, şuanda veya daha önce birlikte olduğunuz kişiyi düşünerek her ifadeyi değerlendirmeniz istenmektedir. Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne derece yansıttığını, her ifadenin karşısında bulunan ve sizin için en uygun olan boşluğu işaretleyin.

|                                                                                                                                 | Kesinlikle yanlış | Yanlış | Kararsızım | Doğru | Kesinlikle doğru |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|------------|-------|------------------|
| 1. Birlikte olduğum kişi bana ilgi göstermediğinde, kendimi baştan aşağıya hasta hissederim.                                    |                   |        |            |       |                  |
| 2. Birlikte olduğum kişi diğer insanlarla yaptığım bazı şeyleri bilseydi, bozulurdu.                                            |                   |        |            |       |                  |
| 3. Onun benimle ilgili bilmediği şeylerin onu incitmeyeceğine inanıyorum.                                                       |                   |        |            |       |                  |
| 4. Birlikte olduğum kişi için her şeye katlanırım.                                                                              |                   |        |            |       |                  |
| 5. Birlikte olduğum kişiyi seçerken göz önünde bulundurduğum temel şey, ailem üzerinde nasıl bir etki bırakacağıdır.            |                   |        |            |       |                  |
| 6. Birlikte olduğum kişinin başka biriyle de birlikte olduğundan kuşkulanırsam, rahat edemem.                                   |                   |        |            |       |                  |
| 7. Arkadaşlığımız zamanla aşka dönüştü.                                                                                         |                   |        |            |       |                  |
| 8. Birlikte olduğum kişi ve ben fiziksel olarak tam bir uyum içerisindeyiz.                                                     |                   |        |            |       |                  |
| 9. Birlikte olduğum kişinin mutluluğunu kendi mutluluğumun önüne koymadıkça mutlu olamam.                                       |                   |        |            |       |                  |
| 10. Ona aşık olduğumdan beri başka herhangi bir şey üzerinde yoğunlaşmakta güçlük çekiyorum.                                    |                   |        |            |       |                  |
| 11. Birlikte olduğum kişiyi seçerken dikkate aldığım faktörlerden biri, mesleki yaşantım üzerinde nasıl bir etkisi olacağı idi. |                   |        |            |       |                  |
| 12. Birlikte olduğum kişi ideal fiziksel güzellik/ yakışıklılık standartlarıma uygun.                                           |                   |        |            |       |                  |
| 13. Birlikte olduğum kişinin isteklerini yerine getirebilmesi için genellikle kendi isteklerimden özveride bulanmaya hazırım.   |                   |        |            |       |                  |
| 14. Aşk ilişkimiz iyi bir arkadaşlıktan doğduğu için çok doyum vericidir.                                                       |                   |        |            |       |                  |
| 15. Birlikte olduğum kişi bir süre bana ilgi göstermezse bazen ilgisini tekrar çekmek için aptalca şeyler yaparım.              |                   |        |            |       |                  |
| 16. Birbirimizi gerçekten anlıyoruz.                                                                                            |                   |        |            |       |                  |
| 17. Birlikte olduğum kişi ve çok sayıda başkalarıyla 'aşk oyunu' oynamaktan hoşlanırım.                                         |                   |        |            |       |                  |

## Ek 4'ün devamı

|                                                                                                                                                                                   |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 18. Birlikte olduğum kişiyle yoğun bir ilişkiye girmeden önce çocuk sahibi olmamız durumunda onun kalıtsal özellikleri ile benimkinin ne kadar uyumlu olduğunu bulmaya çalışırım. |  |  |  |  |  |
| 19. Bazen onun öteki sevgililerim hakkında bilgi edinmesini engellemek zorunda kalırım.                                                                                           |  |  |  |  |  |
| 20. Birlikte olduğum kişiyi seçerken en önemli faktör, onun iyi bir anababa olup olamayacağı idi.                                                                                 |  |  |  |  |  |
| 21. Birlikte olduğum kişiye acı çektirmektense kendim acı çekmeyi tercih ederim.                                                                                                  |  |  |  |  |  |
| 22. Uzun süreli bir arkadaşlıktan doğduğu için aşkımız aşkların en iyisidir.                                                                                                      |  |  |  |  |  |
| 23. Birbirimiz için yaratıldığımızı düşünüyorum.                                                                                                                                  |  |  |  |  |  |
| 24. Aşkımız gizemli, mistik bir duygu değil, gerçek bir arkadaşlıktır.                                                                                                            |  |  |  |  |  |

### Ek 5. İlişkide Mutluluk Ölçeği

| Şuanda veya daha önce birlikte olduğunuz kişiyi düşünerek her ifadeyi değerlendirmeniz istenmektedir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.Eşinizi ne kadar seviyorsunuz?                                                                      |   |   |   |   |   |   |   |
| 2.İlişkinizde ne kadar mutlusunuz ?                                                                   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3. Genelde,ne sıklıkta eşinizle aranızdaki ilişkinin iyi gittiğini düşünürsünüz?                      |   |   |   |   |   |   |   |
| 4. İlişkinizdeki sorunlar ne kadar ciddidir?                                                          |   |   |   |   |   |   |   |
| 5. Tüm yönleriyle düşündüğünüzde, ilişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?                            |   |   |   |   |   |   |   |
| 6. Genelde, ilişkinize ne kadar bağlısınız?                                                           |   |   |   |   |   |   |   |



## Ek 6. Ölçek İzinleri

02.03.2021

Trabzon Üniversitesi Posta - Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği Kullanım İzni

**TRABZON  
ÜNİVERSİTESİ**

\*\*\*\*\*

### Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği Kullanım İzni

2 ileti

\*\*\*\*\*

22 Şubat 2021 13:03

Sayın hocam,  
Trabzon Üniversitesi PDR anabilim dalında araştırma görevlisiyim, aynı zamanda yine aynı üniversitede yüksek lisans yapmaktayım. Tez çalışmam kapsamında Doç. Dr. Vesile OKTAN danışmanlığında 'Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri ve İlişkide Mutluluk: Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Özyeterliğin Etkisi' konusunu çalışıyorum. Bu çalışmamda Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği'ni ve bu ölçeği kullanma iznini sizden talep ediyorum. Saygılar sunar, iyi çalışmalar dilerim.

\*\*\*\*\*

22 Şubat 2021 17:11

Merhaba, Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. başarılar dilerim.

\*\*\*\*\*

Sakarya Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi  
Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık

\*\*\*\*\*

, 22 Şub 2021 Pzt, 13:26 tarihinde şunu yazdı:

[Alıntılanan metin gizlendi]



Algılanan Ebeveyn İlişkisi ölçeği uygulama formu.docx  
17K

02.03.2021

Trabzon Üniversitesi Posta - Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu(LAS) Kullanım İzni

**TRABZON  
ÜNİVERSİTESİ**

\*\*\*\*\*

### Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu(LAS) Kullanım İzni

2 ileti

\*\*\*\*\*

22 Şubat 2021 13:00

Sayın hocam,  
Trabzon Üniversitesi PDR anabilim dalında araştırma görevlisiyim, aynı zamanda burada yüksek lisans yapmaktayım. Tez çalışmam kapsamında Doç. Dr. Vesile OKTAN danışmanlığında 'Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri ve İlişkide Mutluluk: Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Özyeterliğin Etkisi' konusunu çalışıyorum. Bu çalışmamda Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği'ni ve bu ölçeği kullanma iznini sizden talep ediyorum. Saygılar sunar, iyi çalışmalar dilerim.

\*\*\*\*\*

22 Şubat 2021 21:41

Merhaba,  
Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeğini ekte gönderiyorum. Çalışmalarında kullanabilirsin.  
Sevgilerle  
Ayda

\*\*\*\*\* , 22 Şub 2021 Pzt, 13:23 tarihinde şunu yazdı:

[Alıntılanan metin gizlendi]

\*\*\*\*\*

A.Ü. D.T.C.F. Psikoloji Bölümü



Love Attitudes Scale.doc  
79K

Ek 6'nın devamı

25.04.2021

Trabzon Üniversitesi Posta - İlişkilerde mutluluk ölçeği

**TRABZON  
ÜNİVERSİTESİ**

\*\*\*\*\*

## İlişkilerde mutluluk ölçeği

1 mesaj

10 Mart 2021 13:05

\*\*\*\*\*

Merhaba,

İstedığınız İMÖ ektedir. Makaleyi research gate'den indirebilirsiniz.

Kolay gelsin.

\*\*\*\*\*

25.04.2021

**TRABZON  
ÜNİVERSİTESİ**

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

size yeni bir mesaj gönderdi

1 mesaj

9 Mart 2021 22:52

\*\*\*\*\*

Yeni bir mesajınız var

Merhaba \*\*\*\*\* Tez çalışmanız kapsamında Duygusal Özyeterlik Ölçeğini kullanabilirsiniz, TOAD da sanırım mevcut, ölçeğin makalesini, ölçeğin kullanıldığı makale ve tezlerden atıf yaparak tezinizde yararlanmanız uygun olur. İyi çalışmalar dilerim. \*\*\*\*\* hocamıza da sevgiler ve selamlarımla.

\*\*\*\*\*

Dokuz Eylül Üniversitesi  
Buca Eğitim Fakültesi  
Eğitim Bilimleri Bölümü  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

\*\*\*\*\*

Dokuz Eylül University  
Buca Faculty of Education  
The Department of Psychological Counseling and Guidance  
35160 İzmir/TURKEY  
Phone: +90 232 301 22 59

## Ek 7. Etik Kurul İzni



**T.C.**  
**TRABZON ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**  
**Genel Sekreterlik**

**Sayı** : E-81614018-000-501  
**Konu** : Etik Kurul Belgesi

25.05.2021

**Sayın \*\*\*\*\***  
**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Öğrencisi**

"Üniversite Öğrencilerinde Duygusal İlişki Biçimleri ve İlişkide Mutluluk: Algılanan Ebeveyn Duygusal İlişkisi ve Duygusal Özyeterliğin Etkisi" adlı yüksek lisans tezi çalışmamız için gerekli olan Etik Kurul incelemesi Üniversitemiz Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından yapılmış olup, çalışmanıza onay verilmiştir.

Bilgilerinize sunulur.

\*\*\*\*\*

**Rektör a.**  
**Rektör Yardımcısı**

**Ek** : Tutanak(3 sayfa)

*Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.*  
**Belge Doğrulama Kodu : 1c25d756c916** **Belge Takip Adresi: <http://ebys.trabzon.edu.tr/EBYS/eimzadogrulama>**

Trabzon Üniversitesi Rektörlüğü, Söğütli Mah. Adnan Kahveci Bulvarı,  
61335 – Akçaabat-Trabzon / TÜRKİYE  
Telefon No :0 (462) 455 10 19 Faks No :0 (462) 455 24 72  
e-Posta : [Internet Adresi:http://www.trabzon.edu.tr/](http://www.trabzon.edu.tr/)  
Kep Adresi:trabzonuniversitesi@hs01.kep.tr

\*\*\*\*\*



## 9. ÖZ GEÇMİŞ VE İLETİŞİM BİLGİLERİ

\*\*\*\* yılında \*\*\*\*\* ilçesinde doğdu. Sırasıyla Isparta Yalvaç İMKB İlköğretim Okulu, Isparta Hafız İbrahim Demiralay İlköğretim Okulu, Elazığ Koç İlköğretim Okulu, Isparta Yalvaç Kaymakam Abdurrahman Bey İlköğretim Okulu, Afyonkarahisar Süleyman Demirel Fen Lisesi'nde okudu. 2015 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programına yerleşti. 2019 yılında mezun oldu ve aynı yıl Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programında ve Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Hukuk Fakültesi lisans programında eğitimine başladı. Bu programlardaki eğitimleri halen devam etmektedir. 2021 yılında Trabzon Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim dalında araştırma görevlisi olarak çalışmaya başladı. Halen bu kurumda çalışmaya devam etmekte olup iyi derecede İngilizce bilmektedir.

### İLETİŞİM BİLGİLERİ

**Adres** : \*\*\*\*\*

**E-Posta** : \*\*\*\*\*