

**T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ROMANTİK İLİŞKİ YAŞAYAN BİREYLERDE YAKINLIK,
TUTKU VE BAĞLILIK İLE DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Şule Öncü ÖZTAYLAN

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN

İSTANBUL – 2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ROMANTİK İLİŞKİ YAŞAYAN BİREYLERDE YAKINLIK,
TUTKU VE BAĞLILIK İLE DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Şule Öncü ÖZTAYLAN

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez ___/___/2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Şule Öncü ÖZTAYLAN

16.06.2022



ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, bütün süreçleri dikkat ve özenle takip eden sayın danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN'a değerli katkı ve emeği için, sayın Dr. Öğr. Üyesi Burcu Sevim'e Sternberg Üçgen Aşk ölçeğini Türkçeye uyarlayarak bizlere kazandırdığı için, sayın Klinik Psikolog Emre Konuk'a DBE Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanterinin tasarımı ve geliştirilmesini sağladığı için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Ayrıca yüksek lisans sürecimde değerli bilgilerini bizlerle en iyi şekilde paylaşan sayın hocalarım Prof. Dr. Mehmet Zihni Sungur, Dr. Anıl Gündüz ve Dr. Öğr. Üyesi Burcu Sevim'e de ayrıca saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Şule Öncü ÖZTAYLAN

16.06.2022

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
TABLO LİSTESİ	i
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	7
1.1. Romantik İlişkilerde Temel Duygular	7
1.1.1. Romantik İlişki.....	7
1.1.2. Aşk Kuramları.....	10
1.1.3. Sternberg'in Üçgen Aşk Kuramı.....	11
1.1.4. Yakınlık.....	16
1.1.5. Tutku	19
1.1.6. Bağlılık.....	23
1.1.7. Yakınlık, Tutku, Bağlılık İlişkisi	26
1.1.8. Yakınlık, Tutku, Bağlılık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	29
1.2. Duygusal Zekâ	35
1.2.1. Zekâ Kavramı ve Duygusal Zekâ.....	35
1.2.2. Duygusal Zekâ Kuramları.....	39
1.2.3. Duygusal Zekâ ile İlgili Araştırma Bulguları.....	49
1.3. Duygusal Zekâ, Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Arasındaki İlişkiler	58
BÖLÜM 2: YÖNTEM	65
2.1. Araştırma Modeli	65
2.2. Evren ve Örneklem	65
2.3. Veri Toplama Araçları	65
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	65
2.3.2. Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri.....	66
2.3.3. Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği.....	69
2.4. İşlem.....	70
2.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması	71

BÖLÜM 3: BULGULAR.....	72
3.1. Betimsel İstatistikler.....	72
3.2. Korelasyon Analizi Bulguları	78
3.2.1. Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Yakınlık, Tutku ve Bağlılık ile Duygusal Zekâ Arasındaki İlişki	78
3.2.2. Ele Alınan Sosyo-Demografik Değişkenler ile Bağımlı Değişkenler ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	80
3.3 Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları	86
3.3.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları.....	86
3.3.2. Yaş Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları.....	87
3.3.3. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları	91
3.3.4. Aylık Gelir Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları	92
3.3.5. Medeni Hal Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları.....	93
3.3.6. Çalışma Durumu Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları	94
3.3.7. Yerleşim Birimi Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları.....	96
3.3.8. Kendini Dışa Dönük veya İçe Dönük Algılama Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları	99
3.4. Regresyon Analizi Sonuçları.....	100
3.4.1. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Ölçeği Toplamını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi.....	100
3.4.2. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Yakınlık Puanını Yordanması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	101
3.4.3. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Ölçeği Tutku Alt Boyutu Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	102
3.4.4. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Ölçeği Bağlılık Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi.....	103
3.4.5. Aşk Ölçeği Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Puanlarının Duygusal Zekâ Ölçeği Toplam Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi	105
BÖLÜM 4: TARTIŞMA.....	106
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	117
KAYNAKÇA	122

EKLER.....	136
ÖZGEÇMİŞ.....	167



TABLO LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1.1. Bar-on'un duygusal ve sosyal yetkinlik, beceri ve kolaylaştırıcıları.....	42
Tablo 1.2. Mayer, Caruso, Salovey'in dört yetenek düzeyi ve akıl yürütme şekilleri.....	45
Tablo 1.3. Goleman'ın dört ana duygusal zekâ alanı ve ilgili yetkinlikleri.....	46
Tablo 1.4. Duygusal Zekâ Özelliği Alanı	49
Tablo 2.1. Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanterinin Güvenilirlik Katsayıları	68
Tablo 2.2. Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği Güvenilirlik Katsayıları	70
Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-1	72
Tablo 3.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-2	73
Tablo 3.3. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-3	74
Tablo 3.4. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-4	75
Tablo 3.5. Ankette Yer Alan Sürekli Değişkenlerin Betimleyici İstatistik Sonuçları	76
Tablo 3.6. Araştırma Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanları İçin Betimleyici İstatistik Değerleri	76
Tablo 3.7. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Toplam ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	78
Tablo 3.8. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-1	81
Tablo 3.9. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-2.....	82
Tablo 3.10. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-3.....	84
Tablo 3.11. Cinsiyet Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” testi Sonuçları.....	86
Tablo 3.12. Yaş Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	88
Tablo 3.13. Yaş Değişkenine Göre Araştırmanın Sürekli Değişkenleri İçin Scheffe Testi Sonuçları	89
Tablo 3.14. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	91
Tablo 3.15. Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	92

Tablo 3.16. Araştırma Grubunun Medeni Durum Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları	93
Tablo 3.17. Araştırma Grubunun Çalışma Durumuna Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları	94
Tablo 3.18. İş Hayatından Memnuniyet Değişkenine Göre Gruplararası Karşılaştırma Sonuçları	95
Tablo 3.19. İş Hayatından Memnuniyet Değişkenine Göre Scheffe Testi Sonuçları	97
Tablo 3.20. Araştırma Grubunun Yerleşim Birimi Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları	98
Tablo 3.21. Araştırma Grubunun Kendini Dışa Dönük veya İçe Dönük Algılama Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları.....	99
Tablo 3.22. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamının, Aşk Ölçeği Toplamını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	100
Tablo 3.23. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının, Aşk Toplamını Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	100
Tablo 3.24. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamın, Aşk Ölçeği Yakınlık Puanını Yordanması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	101
Tablo 3.25. Duygusal Zekâ Ölçeği Alt Boyutlar Toplamının, Aşk Ölçeği Yakınlık Toplamını Yordanması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	101
Tablo 3.26. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamın, Aşk Ölçeği Tutku Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	102
Tablo 3.27. Duygusal Zekâ Ölçeği Alt Boyutlar Toplamın, Aşk Ölçeği Tutku Puanını Yordanması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	102
Tablo 3.28. Duygusal Zekâ Ölçeği Toplamının, Aşk Ölçeği Bağlılık Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	103
Tablo 3.29. Duygusal Zekâ Ölçeği Alt Boyutlarının, Aşk Ölçeği Bağlılık Puanını Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	104
Tablo 3.30. Aşk Ölçeği Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Puanlarının Duygusal Zekâ Ölçeği Toplam Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları	105

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü - Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Yakınlık, Tutku ve Bağlılık ile Duygusal Zekâ Arasındaki İlişkiler	
Tezin Yazarı: Şule Öncü ÖZTAYLAN	Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN
Kabul Tarihi: 26.04.2022	Sayfa Sayısı: iv (ön kısım) + 135 (tez) + 31(ek)
Anabilim Dalı: Psikoloji	Bilim Dalı: Klinik Psikoloji
Bu araştırmanın amacı, romantik ilişki yaşayan yetişkin bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile, öz-bildirim anketleri kullanarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın yapıldığı dönemde Covid-19 pandemisi nedeniyle veriler elektronik ortamda toplanmıştır. Araştırmanın örneklemini 2021 yılında İstanbul ilinde ikâmet eden evli çiftler ile romantik ilişki yaşayan bekârlar arasından kartopu yöntemiyle seçilmiş 300 yetişkin (150 kadın ve 150 erkek) oluşturmaktadır. Kullanılan veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri ve Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği'dir. Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların toplam aşk puanları ve toplam duygusal zekâ puanları arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı korelasyon bulunmuştur. Aşk alt boyutlarından bağlılık ve yakınlık ile toplam duygusal zekâ arasında da düşük düzeyli ve pozitif korelasyon saptanmıştır. Regresyon analizleri incelendiğinde, duygusal zekâ toplam puanlarının aşk toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Ayrıca duygusal zekâ toplam puanlarının yakınlık ve bağlılığı da yordadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ilgili yazın temelinde tartışılmıştır.	
Anahtar Kelimeler: Romantik ilişki, Yakınlık, Tutku, Bağlılık, Duygusal Zekâ	

ABSTRACT

İstanbul Kent University Institute of Graduate Education-Abstract of Master's Thesis

Title of Thesis: The Relationships Between Intimacy, Passion, Commitment and Emotional Intelligence in Individuals in Romantic Relationships

Author: Şule Öncü ÖZTAYLAN **Supervisor:** Dr. Lecturer Selçuk ASLAN

Date: 26.04.2022

No. of Pages: iv (pre text) + 135 (main body)+31(App)

Department: Psychology

Subfield: Clinical Psychology

The aim of this research is to examine the relationships between intimacy, passion and commitment and emotional intelligence in adult individuals who are romantically involved. The research was carried out with the relational screening model, using self-report questionnaires. During the study period, data were collected electronically due to the Covid-19 pandemic.

The sample of the research consists of 300 adults (150 women and 150 men) selected by snowball method among married couples residing in Istanbul in 2021 and singles who are romantically involved. Data collection tools used; Personal Information Form, Managerial Emotional Intelligence Inventory, and Sternberg Triangle Love Scale.

As a result of the analyzes, a low level, positive and significant correlation was found between the total love scores and the total emotional intelligence scores of the participants. A low-level and positive correlation was also found between the sub-dimensions of love, commitment and intimacy, and total emotional intelligence. When the regression analyzes were examined, it was seen that emotional intelligence total scores were a significant predictor of love total scores. In addition, emotional intelligence total scores were found to predict closeness and commitment.

Keywords: Romantic Relationship, Intimacy, Passion, Commitment, Emotional Intelligence

GİRİŞ

Aşk, insan deneyimine içkin olup, yakın ilişkilerin en önemli unsurudur. (Sorokowski ve diğerleri, 2021: 2). Aşk, haz veren yalın duygulardan, insanı kapsayan ve bütünüyle etkisi altına alan, tarifsiz yoğun duygulara kadar çok geniş bir menzili kapsayan soyut bir kavramdır (Ahmetoğlu, Swami, Chamorro-Premuzic, 2010: 1181). Bütün çağlarda sanat ve edebiyatta seçkin bir yer kaplamış ve muhtemelen insanların büyük çoğunluğu tarafından nadiren de olsa deneyimlenmiştir (Rubin, 1970: 265).

Romantik aşk, şairlerin, müzisyenlerin, romancıların ve psikologların anlamayı ve ifade etmeyi arzu ettikleri oldukça dikkat çekici bir duygudur. Tutkulu aşkın unsurları, yakın ilişkilerin oluşumu, sürdürülmesi ve çözülmesi üzerinde önemli etkenlerdir (Troy, 2005: 655). Romantik ilişkilerin fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde güçlü ve kalıcı etkileri olduğuna dair kapsamlı kanıtlar bulunmaktadır. (Fagundes ve Diamond, 2013: 371).

20. yüzyılın ikinci yarısında, romantik aşkın doğası ve deneyimlenmesine ilişkin yapılan çok sayıda araştırma sayesinde ortaya çıkan geniş kapsamlı literatüre bakıldığında karşımıza merkezi olarak üç kavram çıkar: yakınlık, tutku ve bağlılık. Sternberg (1986), Üçgen Aşk Teorisi'nde, bu üç kavramı romantik aşkı kapsayacak şekilde bir araya getiren ilk teorisyendir (Marston ve diğerleri, 1998: 15). Sternberg Üçgen Aşk Teorisinde yakınlık, tutku ve bağlılığı bir üçgenin köşelerini teşkil edecek şekilde aşkı oluşturan unsurlar olarak kavramsallaştırır. (Sternberg, 1986: 119).

Yakınlık; sevgi ilişkisindeki yakın olma duygusu, birbiriyle ilişkide ve bağlanmış olma hali ile tanımlanmaktadır. İlişkide sıcaklığın deneyimlenmesine yol açmaktadır. Tutku, romantizme yol açan itkiyi, fiziksel çekiciliği, cinsel bütünleşmeyi ve bunlarla ilgili olguları ifade etmektedir. Tutku, sevgi ilişkisinde tutku deneyimine yol açan motivasyonel kaynakları ve diğer uyarım biçimlerini içermektedir. Bağlılık ise kısa dönemde birinin ötekini sevmesini, uzun dönemde ise bu sevgiyi sürdürme vaadini/taahhüdünü içerir (Sternberg, 1986: 119).

Romantik ilişkilerin fiziksel sağlık ve ruh sağlığı üzerine etkilerini inceleyen Goleman (2006), bireyi besleyen ve tatmin eden ilişkilerin sağlık ve refah için büyük bir iyilik kaynağı olduğunu, stresli ve çekişmeli ilişkilerin ise sistemimiz için toksik etkili olduğunu savunmaktadır (Farooqi, 2014:2).

Duyguların ve duygulanımın kişilik üzerindeki genel katkıları kapsamında mevcut psikolojik literatürü bir araya getiren Salovey ve Mayer (1990), iki ayrı psikolojik kavram olan zekâ ve duygunun nasıl sentezleneceğine dair yeni bir kavram önermişlerdir; “duygusal zekâ” (Neubauer ve Freudenthaler, 2005: 32). Mayer ve Salovey’e göre (1997) duygusal zekâ; duyguyu algılama ve ifade etme, duyguyu düşüncede özümseme, duyguyu anlama ve akıl yürütme, kendinde ve diğerlerinde duyguyu düzenleme yeteneğidir (Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 397).

Duygusal zekâ ile daha iyi akıl sağlığı, psiko-somatik sağlık ve fiziksel sağlık arasında anlamlı pozitif ilişkiler saptanmıştır (Martins, Ramalho ve Morin, 2010: 554; Schutte ve diğerleri, 2007: 921). Duygusal zekâ öznel esenlik algısıyla da pozitif ilişkili bulunmuştur (Sánchez-Álvarez, Extremera ve Fernández-Berrocal, 2015: 1).

Acker ve Davis (1992), Sternberg’in (1986) aşkın üç bileşeni olarak tanımladığı yakınlık, tutku ve bağlılığın birbirinden ayırt edilebilir olup olmadığını araştırmış; kavramların bir dereceye kadar ayrı yapılar olarak ele alınabileceği yönünde bulgulara ulaşmışlardır (Acker, Davis, 1992). Alan literatüründe “romantik ilişki” kavramı ile, aşk ilişkileri kast edilmektedir (Overbeek ve diğerleri, 2007). Bu çalışmada da, “romantik ilişki” kavramı, “aşk duygusuyla belirlenmiş ilişki” anlamında kullanılmaktadır.

Çağlar boyunca insan yaşamında bu kadar etkili olan iki kavramın; yani aşk ve duygusal zekânın birbiri üzerindeki muhtemel etkisi, bu araştırmanın konusunu teşkil etmektedir. Söz konusu çalışmalar ışığında, bu çalışmada tutku, yakınlık ve bağlılığın; duygusal zekâ ile ilişkisi ayrı ayrı da incelenecektir.

Amaç

Çalışmanın amacı, romantik ilişki yaşayan yetişkin bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkileri araştırmaktır. Bu amaç doğrultusunda; yakınlık, tutku, bağlılık ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiler incelenecek, sosyo demografik bilgiler temelinde oluşturulan gruplar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı fark olup olmadığı araştırılacaktır. Ek olarak, yakınlık, tutku, bağlılık düzeyleri ile duygusal zekâ arasındaki yordayıcı ilişkiler incelenecektir.

Araştırmanın Temel Sorusu

Romantik ilişki yaşayan bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Alt Soruları

1. Romantik ilişki yaşayan bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ele alınan sosyo-demografik değişkenlerle (yaş, eğitim düzeyi, aylık gelir, romantik ilişki sayısı, iş hayatından memnuniyet, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, yakın arkadaş sayısı, aşk ilişkileri, yaşamdan memnuniyet, aile ilişkileri) araştırmanın bağımlı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Kadın ve erkek katılımcılarda bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı fark var mıdır?
4. Yaş temelinde oluşturulan gruplar (20-29 yaşındakiler, 30-39 yaşındakiler, 40-49 yaşındakiler) arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı fark var mıdır?
5. Eğitim düzeyi değişkenine göre oluşturulan gruplar (lise, yüksek okul, üniversite,) arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?
6. Aylık gelir değişkenine göre oluşturulan gruplar (5000 TL ve altı, 5001-10000 TL arası ve 10001 TL ve üstü geliri olanlar) arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?
7. Medeni hal değişkenine göre bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

8. Çalışma durumu değişkenine göre bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?
9. Kendini içe dönük algılayanlarla dışa dönük algılayanlar arasında bağımlı değişken düzeyleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?
10. Duygusal zekâ ve alt boyutları romantik ilişki yaşayan bireylerin toplam aşk düzeyini yordamakta mıdır?
11. Duygusal zekâ, romantik ilişki yaşayan bireylerin yakınlık duygusunu yordamakta mıdır?
12. Duygusal zekâ, romantik ilişki yaşayan bireylerin tutku duygusunu yordamakta mıdır?
13. Duygusal zekâ, romantik ilişki yaşayan bireylerin bağlılık duygusunu yordamakta mıdır?
14. Yakınlık, tutku ve bağlılık duygusu, duygusal zekâyı yordamakta mıdır?

Önem

Alan yazınındaki çalışmalar göstermektedir ki; fiziksel ve psikolojik sağlığımızı etkileyen etmenler olarak romantik aşk ve duygusal zekâ, birbirleri üzerinde de önemli etkileri olan kavramlardır. Duygusal zekâ arttıkça aşk ilişkilerinde yaşanan tatmin ve uyum da artmaktadır. Bu iki etmendeki artış, fiziksel ve ruhsal sağlığımızda olumlu yönde değişime neden olmaktadır. “Duygusal beceriler, sözel ve matematiksel yetenekler gibi yaş, deneyim ve öğrenmeler aracılığıyla gelişebilmektedir” (Mavruk, 2018: 273). Duygusal zekânın özellikle öğrenme ile geliştirilebilir olması, duygusal zekâ ile aşk ilişkisindeki kalite ve doyum arasındaki bağlantıyı daha da önemli kılmaktadır. Çünkü duygusal zekâ geliştirilebilirse, aşk ilişkilerimiz ve dolayısıyla genel sağlığımız da olumlu yönde gelişme kaydedebilecektir.

Ülkemizde duygusal zekâ ve romantik ilişki ile ilgili az sayıda çalışma yapılmıştır. Bu çalışmanın önemi, Sternberg, (1986: 119)’in tanımladığı ve aşk ilişkilerinin başlıca bileşenleri olarak ele aldığı yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiye dair bulgular elde ederek alan yazınına katkı sağlamaktır. Çalışma özellikle, duygusal zekâyı olumlu yönde etkileyebilecek ve geliştirebilecek olan tekniklere, terapötik yaklaşımlara, eğitim programlarına kaynak oluşturan çalışmalara destek sunması açısından

da önemli görülmektedir. Bu minvalde, alandaki uygulayıcılara yol gösterici bilgiler sunabilmesi, fiziksel ve psikolojik anlamda daha sağlıklı bireylere ve dolayısıyla daha sağlıklı ailelere ve topluma doğru evrilmeye ve gelişime katkıda bulunulması, başka araştırmalara fikir vermesi ve yol göstermesi bakımından katkı sağlayacağı değerlendirilmektedir.

Sayıtlar

Bu çalışmanın yapıldığı dönemde Covid-19 pandemisi nedeniyle veriler elektronik ortamda toplanmıştır. Katılımcıların elektronik ortamda kendilerine iletilen sorulara kendi gerçekliklerini ve deneyimlerini yansıtan doğru yanıtlar verdikleri; araştırma sonuçlarının, pandeminin yüz yüze görüşmeyi engelleyen kısıtlayıcı koşullarından önemli ölçüde etkilenmediği varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

1. Bu araştırma, İstanbul ili sınırları içerisinde ikâmet eden, romantik ilişki yaşayan bekâr ve evli yetişkinlerin görüşleri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada incelenen duygusal zekâ düzeyi, Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Araştırmada incelenen tutku, yakınlık ve bağlılık düzeyleri, Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Kavramlar

Romantik İlişki: Romantik ilişkiler, olağan dışı yoğun yaşanan ve bu yoğunluğun fiziksel ifadeleri de içeren şefkat ifadeleriyle iletildiği, şimdi olmasa bile eninde sonunda yaşanacak olan cinsel ilişkinin beklentisiyle de karakterize olan, çiftin yalnızca bir üyesi tarafından değil, karşılıklı olarak kabul edilen ve devam eden gönüllü etkileşimlerdir (Furman, Brown ve Feiring, 1999; Reis ve Shaver, 1988; akt. Collins, 2003: 2).

Yakınlık: Yakınlık bileşeni; sevgi ilişkisindeki yakın olma duygusu, birbiriyle ilişkide ve bağlanmış olma hali ile tanımlanmaktadır. İlişkide sıcaklığın deneyimlenmesine yol açmaktadır (Sternberg, 1986: 119).

Tutku: Tutku bileşeni, romantizme yol açan itkiyi, fiziksel çekiciliği, cinsel bütünleşmeyi ve bunlarla ilgili olguları ifade etmektedir. Bu bileşen, aşk ilişkisinde tutku deneyimine yol açan motivasyonel kaynakları ve diğer uyarım biçimlerini içermektedir (Sternberg, 1986: 119).

Bağlılık: Bağlılık bileşeni, kısa dönemde birinin ötekini sevmesini, uzun dönemde ise bu sevgiyi sürdürme vaadini/taahhüdünü içerir (Sternberg, 1986: 119).

Duygu: Duygular; fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneyimsel de dahil olmak üzere pek çok psikolojik alt sistemin sınırlarını aşan organize tepkilerdir. Tipik olarak içsel ya da dışsal bir olaya karşı bir tepki olarak ortaya çıkar ve birey için pozitif ya da negatif anlam taşır. (Salovey, Mayer, 1990: 186)

Zekâ: Zekâ, herhangi bir çevresel bağlama uyum sağlamak, onu şekillendirmek ve seçmek için gerekli olan zihinsel yetenekleri içerir. Hayatın her noktasında zekâ en az iki ana işleve hizmet eder; dış dünyaya uyum ve iç tutarlılık (Sternberg, 1997: 1030).

Duygusal Zekâ: Duygusal zekâ, bireyin kendisinin ve başkalarının duygularını doğru bir şekilde değerlendirmesine ve ifade edilmesine, kendinde ve başkalarında duyguların etkili bir şekilde düzenlenmesine ve kişinin yaşamını motive etmek, planlamak ve başarmak için duyguları kullanmasına katkıda bulunduğu varsayılan bir dizi yetenektir (Salovey, Mayer, 1990: 185).

BÖLÜM 1: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Romantik İlişkilerde Temel Duygular

1.1.1. Romantik İlişki

Temel metabolik gereksinimlerimiz dışında, psikolojik ve fiziksel esenliğimiz için en önemli gereksinimlerden biri, bizi tanıyan ve bizimle samimi olarak ilgilenen yakın sosyal partnerlerle düzenli iletişim ihtiyacıdır. İnsanlar kendi başlarına oldukları zamana kıyasla, başkalarının yanında olduklarında neredeyse evrensel olarak daha mutludurlar. Sosyal ilişkiler içinde özellikle romantik ilişkiler yetişkinlerin en yakın ve önemli kişiler arası ilişkileridir (Fagundes ve Diamond, 2013: 371)

Önemli ve olumlu kişiler arası ilişkiler geliştirme ve ait hissetme ihtiyacı temel motivasyonlarımız olarak romantik ilişkilerimizi de belirler. İlişkiler birbirinin yerine geçebilir olgular olmadığından, romantik ilişkiler, romantik olmayan ve cinsellik içermeyen arkadaşlık ilişkileri yoluyla kolayca elde edilemeyen bir tatmin sağlayabilmektedir (Baumeister ve Leary, 1995: 497).

Romantik ilişkiler, olağan dışı yoğun yaşanan ve bu yoğunluğun fiziksel ifadeleri de içeren şefkat ifadeleriyle iletildiği, şimdi olmasa bile eninde sonunda yaşanacak olan cinsel ilişkinin beklentisiyle de karakterize olan, çiftin yalnızca bir üyesi tarafından değil, karşılıklı olarak kabul edilen ve devam eden gönüllü etkileşimlerdir (Furman, Brown ve Feiring, 1999; Reis ve Shaver, 1988; akt. Collins, 2003: 2).

Romantik aşk ise; kendini kaptırma, özgecilik, bağlanma, çekicilik, önemseme, bağlılık, bağımlılık, oyun oynama, idealleştirme, yakınlık, ilgi, hoşlanma, tutku, heyecan arama, cinsellik, uyarılma ve güven gibi kavramlarla tanımlanmıştır (Marston ve diğerleri, 1998: 15).

Günümüzün stresli yaşamında, sağlıklı romantik ilişkiler, birey için stresi azaltan etkileşimlerdir. Bu sebeplerle kaliteli ve sürdürülebilir bir ilişki, her çiftin ihtiyacı haline gelmiştir (Sidhu, Bhalla, Inaas, 2019: 1777). Romantik ilişkiler, yakınlık ve duygusal

katılım içermekte ve bu yüzden de duygusal yeteneklerin etkin rol oynadığı önemli bir sosyal adaptasyon alanını temsil etmektedir (Bracket, Warner ve Bosco, 2005: 200).

1950’li yıllardan bu yana, romantik aşkın doğası ve deneyimine ilişkin sosyal bilimsel araştırmalar çoğalmış ve bunun sonucunda kavramsal zenginlikle karakterize geniş bir literatür ortaya çıkmıştır (Marston ve diğerleri, 1998: 15). Alan literatüründe sıklıkla “romantik ilişkiler” olarak geçen aşk ilişkilerini oluşturan farklı bileşenleri değerlendirmek için çeşitli ölçekler de geliştirilmiştir (Overbeek ve diğerleri, 2007: 529).

Hortaçsu’ya göre 1970’li yıllardan sonra ortaya konulmuş hoşlanma ve sevgi ile ilgili kuramların çoğu tüm insan ilişkilerini içeren bütüncül çerçevede çalışmalar değildir ve her kuram, kuramı ortaya koyan bilim insanının tercih ettiği temalar doğrultusunda şekillenmiştir. Sternberg’in üçgen aşk kuramı, hem farklı ilişkileri hem de ilişkilerin zaman geçtikçe nasıl ve ne yönde değişip geliştiklerini açıklayabilen, ilişki konusuna bireysel bakış açısıyla yaklaşmasına rağmen sosyal çevrenin, beklenti ve ideallerin de ilişki üzerindeki etkilerine değinen, geniş kapsamlı bir kuramdır (Hortaçsu, 1997: 35-36).

İnsanların romantik ilişkilerde aşkı neden ve nasıl deneyimlediklerini açıklamak için çeşitli aşk tipolojileri ve teoriler ortaya konulmuştur. Bu kapsamda Rubin (1973), öncelikle hoşlanma ile sevmeye arasındaki ayrımı gözetmek gerektiğini iddia etmiş; Hatfield (1988), tutkulu ve şefkatli aşk arasındaki tezatlığı önemli bulmuş; Lee (1977) ve sonra Hendrick ve Hendrick (1986), eros, ludus, storge, mania, agape ve pragma olmak üzere altı ana aşk stili olduğunu öne sürmüşlerdir (Troy, 2005: 656).

Romantik ilişkilerin fiziksel sağlık ve ruh sağlığı üzerine etkilerini inceleyen Goleman (2006), bireyi besleyen ve tatmin eden ilişkilerin sağlık ve refah için büyük bir iyilik kaynağı olduğunu, stresli ve çekişmeli ilişkilerin ise sistemimiz için toksik etkili olduğunu savunmaktadır (Farooqi, 2014:2). Benzer şekilde, sağlıklı romantik ilişkiler fiziksel sağlık ve mutlulukla ilişkili bulunurken (Baumeister ve Leary, 1995), sağlıksız romantik ilişkiler ise cinsel işlev bozukluğu (Metz ve Epstein, 2002) ve yeme bozuklukları gibi fiziksel sağlık sorunlarıyla ilişkili bulunmuştur (Hill, 2009: 7).

Romantik ilişkilerin gelişimini daha iyi anlamak için, erkek ve kadınların ilk romantik ilişkilerinde aşkı nasıl algıladıklarını ve bu algılarının yaşamın sonraki aşamalarındaki aşk algılarıyla nasıl karşılaştırıldığını araştırmak çok önemlidir (Sumter, 2013: 417). Kesitsel araştırma sonuçları göstermiştir ki; yapıcı iletişim kalıpları ilişki tatmini ile ilişkiliyken, talep etme-esirgeme (demand-withdraw) davranışları, karşılıklı kaçınma ve kendini sakınma gibi daha işlevsiz kalıplar, ilişki memnuniyetsizliği ile ilişkilidir (Smith, Ciarrochi ve Heaven, 2008: 739).

Erken çocukluk ilişkilerinin bireyin bugünkü yaşamında ve özellikle de romantik ilişkilerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Bağlanma boyutları kişilik özelliklerini etkilerken, kişilik özellikleri ise bir baş etme mekanizması olarak mizahın kullanılmasında, psikolojik sağlıkta ve romantik ilişkilerde hissedilen yakınlık üzerinde önemli etkenler olarak görülmektedir. Güvenli bağlanma ve düşük negatif değerlik, romantik ilişkilerde daha fazla yakınlık hissedilmesine neden olmaktadır. Romantik ilişkiler söz konusu olduğunda yeterince önem verilmemiş bir unsur olarak mizahın önemi göze çarpmaktadır. Bireyin mizah stili öfkenin ifade edilmesini ve buna bağlı olarak da yakınlığı ve ilişki tatminini etkilemekte; saldırgan mizah, düşmanlık ve öfkenin olumsuz ifadesi, ilişki ve yaşam tatminini azaltmaktadır. İlişkide yüksek yakınlık düzeyi daha az öfke hissedilmesine, bu da daha fazla tatmine neden olmaktadır (Sevim, 2011: 212-213).

Romantik ilişki içindeki bireylerin kişilik özellikleri, ilişki tatmini düzeyleri üzerinde etkili olabilmektedir. Kişilik özellikleri; bireyin ilişkiyi nasıl gördüğünü, nasıl partner seçtiğini, ilişki içinde nasıl davranışlar sergilediğini belirleyebilmektedir (Malouff, Schutte ve Thorsteinsson, 2014: 3). İlave olarak, romantik ilişkilerin fiziksel yanı da oldukça önemlidir ve konuyu incelerken dışarıda bırakılamamalıdır. Örneğin fiziksel şefkat, romantik ilişki tatminini etkileyen önemli bir etkindir. Fiziksel şefkat ifadesinin yüksekliği ilişki tatminin yüksekliğini gösterirken, fiziksel şefkatin eksikliği düşük ilişki tatminine işaret etmektedir (Hill, 2009: 70).

Romantik ilişkinin niteliğini belirleyen tüm sonuç ve unsurlar, bir kısır döngüde olduğu gibi birbirleriyle bağlantılıdır ve duygusal zekâ, bütün bu sonuç ve unsurları birleştiren bir bağ gibi işlev görmektedir (Sidhu, Bhalla, Inaas, 2019: 1777).

1.1.2. Aşk Kuramları

Psikolojide romantik ilişkileri ele alan ilk kuramsal açıklamalar incelendiğinde; aşkı Freud'un (1922, 1955) cinselliğin yüceltilmesi, Harlow'un (1958) bağlanma davranışı, Fromm'un (1956) ise ilgi, sorumluluk, saygı ve ötekine dair bilgi açısından ele aldığı görülmektedir. Öte yandan Maslow (1962) biri kişinin güvensizliklerinden ve daha düşük düzeydeki duygusal ihtiyaçlarından kaynaklanan yetersizlik aşkı (D love) ve kişinin üst düzey duygusal ihtiyaçlarından kaynaklanan, özellikle kendini gerçekleştirme ve sevilenin kendini gerçekleştirmesi arzusundan kaynaklanan aşk yani aşık olmak (B love) şeklinde iki tür aşk tanımlamıştır (aktaran Sternberg ve Grajek, 1984: 312).

Bilimsel olarak aşkı kavramsallaştırmaya yönelik ilk girişimlerden biri Berscheid ve Walster (1978) tarafından yapılmıştır. Aşkı tutkulu ve şefkatli aşk olmak üzere ikiye ayıran Hatfield'a (1988) göre romantik ilişkilerin ilk zamanlarında, tutkulu aşk mevcuttur. Tutkulu aşk, romantizm, fiziksel çekim ve kara sevdıyla (infatuation) ilişkilendirilmiştir. İlişki olgunlaştıkça, tutkulu aşkın yerini zamanla şefkatli aşk (companionate love) alır. Şefkatli aşk, bağlanma ve duygusal yakınlık ile ilişkilendirilmiştir. Tutkulu aşkın, şefkatli aşka dönüşümü için belirli bir oran yoktur ve sürdürülemeyen ilişkilerin şefkatli aşka dönüşmesi söz konusu olmayabilir (Hill, 2009:16).

Aşk hakkında çok fazla teori bulunmakla birlikte Lee (1977) ve Sternberg (1986, 1998) başlıca aşk teorilerinden ikisini formüle etmişlerdir (Engel, Olson ve Patrick, 2002: 839). Aşk teorileri arasında Sternberg'in Üçgensel Aşk Teorisi en basit, esnek ve kapsayıcı teori olarak kabul edilmektedir (Hill, 2009:1).

Lee (1977), yetişkinler arası yakın ilişkiler bağlamında aşkın tanımından ziyade birbirinden farklı şahsi ve sosyal ifadelerinin kavramsallaştırılmasıyla ilgilenmiş ve bunu yaparken de Latin ve Yunan terminolojisinden yararlanmıştır. Lee'ye (1977) göre bir aşık farklı zamanlarda ya da bazı durumlarda eş zamanlı olarak farklı aşk stilleri sergileyebilir ya da bir ilişki zamanla bir aşk stilinden diğerine evrilebilir (Lee, 1977: 173).

Lee'nin (1977) sınıflandırması şu aşk türlerini içermektedir: (a) eros, benliğinin fiziksel tezahürü sevenin zihninde halihazırda mevcut olan bir sevilen arayışıyla

karakterizedir; (b) indus, Ovid'in oyunbaz ya da oyun benzeri aşk için kullandığı terimdir; (c) storge, yavaş gelişen şefkat ve dostluğa dayanan bir tarz olan doğal sevgidir; (d) mania, takıntı, kıskançlık ve aşırı duygusal yoğunluğa karşılık gelen bir aşk tarzıdır; (e) agape, sevenin karşılık beklemeden sevmeyi görevi olarak gördüğü özgeci aşk anlamındadır; (f) pragma ise sevenin, sevdiği kişinin demografik özelliklerini bile isteye dikkate alıp değerlendirdiği kullanışlı bir aşk stilidir (Lee, 1977: 173).

Hatfield ve Rapson (1995), Hill'in (2009:1) aktardığı gibi, insanların aşk deneyimini dört kategoride tanımlayarak aşkın anlamını netleştirmeye çalışmıştır: güvenli (yakınlık ve bağımsızlıkta rahat eden), utangaç/ürkek (yakınlıkta rahatsız, bağımsızlıkta rahat eden), yapışkan (yakınlıkta rahat, bağımsızlıkta rahatsız eden) ve kararsız (ne yakınlık ne de bağımsızlıkta rahat eden) (Hill, 2009: 1).

Süreç odaklı aşk modelleri, romantik aşkı; çocuk ve bakım veren arasında meydana gelen bağlanma sürecinin bir uzantısı, bağlanma sistemi, bakım verme ve cinsellikten oluşan aşkın ayrılmaz bileşenleri olarak gören, bağlanmaya odaklanmışlardır (Hazan ve Tıraşçı, 1987; Shaver ve Hazan, 1988; aktaran, Troy, 2005: 656). Alternatif olarak, birçok araştırmacı tutkulu aşkın, fizyolojik uyarılmanın yanlışlıkla belirli bir bireye yüklenmesi anlamına geldiği fikrini teorileştirmiştir (Dutton ve Aron, 1974; Walster ve Berscheid, 1974; White, Fishbein, ve Rutstein, 1981; aktaran Troy, 2005:656).

Kuramsal yaklaşımlarda romantik aşk, genel olarak zihinsel meşguliyet, fedakarlık, bağlanma, çekicilik, önemseme, bağlılık, bağımlılık, oyun oynama, idealleştirme, yakınlık, katılım, beğenme, tutku, heyecan arayışı, cinsel uyarılma, güven ve benzeri kavramlarla tanımlanmıştır. Bununla birlikte, bu geniş yelpazeden Üçgen Aşk Kuramında da temel alınan üç kavram merkezi olarak ortaya çıkmaktadır: yakınlık, tutku ve bağlılık (Marston ve diğerleri, 1998:15).

1.1.3. Sternberg'in Üçgen Aşk Kuramı

Sternberg ve Grajek (1984), sevginin üç alternatif modelini (Spearmanian, Thomsonian, Thurstonian) karşılaştırdıkları çalışmalarında, bu karşılaştırmayı çeşitli yakın ilişkiler üzerinde (anne, baba, kardeş, yakın arkadaş, eş, sevgili) söz konusu üç modelin

geçerliliğini test ederek yapmışlardır. Spearmanian modelde sevgi, tek faktörlü, bölünmez ve alt bileşenlere ayrılamaz bir yapıdır. Thomsonian modelde sevgi, çok sayıda duygusal, bilişsel ve motivasyonel bağın birbirine eklenerek bir araya getirdiği bir yapıdır. Thurstonian modelde ise sevgi, aşağı yukarı eşit önemde ve dikkat çekicilikte olan az sayıda ve birbiriyle ilişkili ana unsurun kesişim kümesinden mütevellit bir yapıdır. Aşk ölçeklerinin faktör analizinde, Thomsonian “bağlar” modelinin sevgiyi en iyi şekilde karakterize ettiği bulunmuştur (Sternberg ve Grajek,1984: 312). Bu sonuçlar, sevginin öncelikle olası alt unsurları olan tek faktörlü bir yapı olduğunu öne süren Rubin (1970) gibi teorisyenlerin sonuçlarıyla da tutarlı olup, Swenson'un (1972) da daha önce tespit ettiği gibi, birbirinden farklı yakın ilişkiler için sevginin yapısal kompozisyonunun şaşırtıcı derecede benzer olduğunu göstermiştir (Sternberg ve Grajek,1984: 327).

Aynı çalışmada Sternberg ve Grajek (1984) sevginin genel unsurlarını şöyle sıralamışlardır: (a) ötekine karşı derinlemesine anlayış, (b) bilgi ve fikir paylaşımı, (c) son derece kişisel fikir ve duyguların paylaşımı, (d) ötekinden duygusal destek alınması ve ötekine duygusal destek sağlanması, (e) ilişki aracılığıyla kişisel gelişim ve ötekinin kişisel gelişimine yardım, (f) ötekine yardım etmek, (g) ötekine ihtiyacı olduğunu hissettirmek ve ihtiyaç duymak, (h) şefkat almak ve vermek (Sternberg ve Grajek,1984: 327).

Sternberg (1986), daha sonra Üçgen Aşk Teorisini geliştirmiştir. Teori, hem aşkın doğasını hem de çeşitli ilişkilerdeki aşkı ele almaktadır (İngilizce “love” sözcüğü, hem “aşk”, hem de “sevgi” anlamında kullanılmaktadır. Bu çalışmada romantik ilişkilerdeki “aşk” anlamıyla kullanılmıştır). Sternberg (1986), aşkın, hipotetik bir üçgenin köşelerini teşkil edecek şekilde düşünebileceğimiz üç bileşenden oluştuğunu öne sürmüştür; tutku, yakınlık, bağlılık (Sternberg, 1986: 119). Aşkın yakınlık bileşeni sevgi ilişkilerinde ortak bir öz oluşturmaktadır. Diğer bir deyişle; tutku ve bağlılık bileşenleri belirli kişilerle olan özel sevgi ilişkilerine özgü görünürken, yakınlık bileşeni daha genel olup, belirli sevgi ilişkileriyle sınırlı görünmemektedir (Sternberg, 1986: 122).

Yakınlık bileşeni; sevgi ilişkisindeki yakın olma duygusu, birbiriyle ilişkide ve bağlanmış olma hali ile tanımlanmaktadır. İlişkide sıcaklığın deneyimlenmesine yol açmaktadır.

Tutku bileşeni, romantizme yol açan itkiyi, fiziksel çekiciliği, cinsel bütünleşmeyi ve bunlarla ilgili olguları ifade etmektedir. Bu bileşen, aşk ilişkisinde tutku deneyimine yol açan motivasyonel kaynakları ve diğer uyarım biçimlerini içermektedir. Bağlılık bileşeni, kısa dönemde birinin ötekini sevmesini, uzun dönemde ise bu sevgiyi sürdürme vaadini/taahhüdünü içerir (Sternberg, 1986: 119).

Kurama göre bireyin deneyimlediği aşkın miktarı yakınlık, tutku ve bağlılığın mutlak gücüne bağlıdır ve bireyin deneyimlediği aşkın türü, bunların birbirlerine göre olan şiddetlerine bağlıdır. Üç bileşen birbirleriyle, ürettikleri ve onları üreten eylemlerle etkileşime girerek bir dizi farklı türde aşk deneyimlerine neden olur. Üçgen aşk teorisi, başka bazı teorileri de içermekte ve araştırma literatüründe birçok ampirik bulguyu açıklamaktadır (Sternberg, 1986: 119).

Sternberg'e (1986) göre aşkın bileşenleri ve aralarındaki ilişkiler, farklı kombinasyonlarda ortaya çıkabilecek aşk türleri göz önüne alındığında daha iyi anlaşılabilir. Bu değişik aşk türleri şöyle sıralanmaktadır:

1. Boş aşk/aşksızlık (non-love); yakınlık, tutku, bağlılığın üçünün de olmadığı durumdur. Aşktan hiç payını almayan gündelik etkileşimlerden oluşan kişisel ilişkilerimizin çoğuna karşılık gelir.
2. Hoşlanma (liking); sadece yakınlığın olduğu, diğer iki bileşenin olmadığı durumdur. İlişkilerde arkadaşlık olarak nitelendirilebilecek bir dizi duyguya karşılık gelir. Yoğun tutku duyguları ya da uzun vadeli bağlanma olmadan, ötekine karşı hissedilen yakınlık, bağlılık ve sıcaklıktır.
3. Delicesine aşk/karasevda (infatuated love); "ilk görüşte aşk" tır. Sadece tutkunun belirlediği, yakınlık ile bağlılığın olmadığı durumdur. Dışarıdan bakan için daha gözle görünür bir durum olup, neredeyse birdenbire ortaya çıkar ve doğru koşullar altında olabildiğince hızlı bir şekilde etkisini yitirir. Yüksek derecede psikofizyolojik uyarılma ile kendini gösterir.
4. Boş aşk; hem yakınlık hem de tutku bileşenlerinin yokluğunda birinin diğerini sevmeye ve bu sevgiye bağlılık kararı ile tanımlanır. Uzun süreli ilişkilerin son aşamalarında görülebilir.

ya da yakınlık ve tutkunun zamanla gelişebildiği görücü usulü evliliklerde olduğu gibi, ilişkinin başlangıcında belirleyici olabilir.

5. Romantik aşk (romantic love); tutku ve yakınlığın olduğu fakat karar/bağlılık içermeyen durumdur. Fiziksel çekim ve beraberinde gelenlerin tetiklediği uyarılmanın eşlik ettiği hoşlanma duygusudur. Karar/bağlılık içermese de sadece fiziksel değil, aynı zamanda duygusal bir bağ içermektedir.

6. Sevecen aşk (compassionate love); tutkunun olmadığı, yakınlık ve karar/bağlılıkla tanımlı aşktır. Özellikle uzun süreli evliliklerde olduğu gibi, fiziksel çekimin sönümlendiği, bağlılık ve arkadaşlık duygusuyla tanımlı ilişkilerde görülür.

7. Budalaca/aptalca aşk (fatuous love); tutku ve bağlılığın olduğu ama ilişkiyi stabilize eden yakınlığın oluşmadığı durumdur. Tutku bileşeni neredeyse anında gelişebilse de yakınlık bileşeni gelişemez ve bu nedenle budalaca aşka dayalı ilişkiler, gelişigüzel evliliklerin boşanma tehlikesi altında olduğu gibi, sona erme tehlikesiyle karşı karşıyadır.

8. Mükemmel/bütünleşmiş/kusursuz aşk (consummate/complete love); hem tutku, hem yakınlık, hem de bağlılığın olduğu, bütünlüklü aşk anlamına gelir. Özellikle romantik ilişkilerde çoğumuzun elde etmek ve sürdürmek için çabaladığı bir tür aşktır. Bütünleşmiş aşka ulaşmak, onu sürdürmekten genellikle daha kolaydır (Sternberg, 1986: 123-124).

Sternberg'e (1986) göre Maslow'un (1962) yetersizlik aşkı (D love) ile aşık olmak (B love) kategorileri, aşk deneyimini kapsamakta ve açıklamakta yetersiz kalmaktadır. D love Üçgen Aşk Teorisindeki delicesine aşk/karasevda olarak adlandırılan duyguya en yakın olup, B love ise mükemmel/bütünleşmiş aşka en yakın aşk stilidir (Sternberg, 1986: 122).

Kuramdan yola çıkılarak geliştirilen Üçgen Aşk Ölçeğinin faktör analizini yapan Lemieux ve Hale (1999), 123 kadın ve 110 erkek ile gerçekleştirdiği çalışmada üç farklı faktörün (yakınlık, tutku ve bağlılık) varlığını destekleyen bulgular elde etmiş ve Sternberg teorisinin temel varsayımlarını en iyi şekilde doğrulamışlardır. Ayrıca, sağlanan korelasyonlar ve regresyon analizleri bileşenlerin öngörülen şekilde davrandığı iddiasını desteklemiştir (Lemieux ve Hale, 1999: 497-502).

Lemieux ve Hale'in (1999) alışmasından önceki Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği'ni (1986) test etme girişimlerinden bazıları (ör. Hendrick ve Hendrick, 1989; Chojnaclu ve Walsh, 1990; Acker ve Davis, 1992) üç farklı bileşene ilişkin kanıt sağlayamamıştır. Neredeyse her çalışmada, ölçeğin faktör analizi, maddelerin önemli ölçüde örtüştüğünü ve beklenmeyen faktörlere yüklendiğini göstermiştir. Whitley (1993), teorinin kavramsal olarak sağlam fakat üç bileşenin geçerli ölçümlerinden yoksun olduğunu belirtmiştir (aktaran Lemieux ve Hale 2000: 941).

Lemieux ve Hale'in (1999) araştırmasından elde edilen sonuçlar ise, teorinin temel varsayımları için o güne kadar ulaşılmış en iyi desteği sunmuştur (Lemieux ve Hale 2000: 942). Özellikle, faktör analizleri, hiçbir maddenin çakışmadığı istikrarlı üç faktörlü bir çözüm üretmiştir. Dahası, elde ettikleri sonuçlar, önceki üçgen teori araştırmalarıyla ilgili sorunların teorik eksikliklerden değil ölçümsel eksikliklerden kaynaklandığını da göstermiştir (Lemieux ve Hale 2000: 942).

Geçmişteki Üçgen Aşk Teorisi ve genel anlamda sosyal bilimlerle ilgili araştırmaların handikaplarından biri genel olarak üniversite öğrencilerinin test edilmesidir. Lemieux ve Hale'in (1999) belirttiği gibi, bu örneklemeler uzun vadeli ilişkilerle karşılaştırma olanağı sunmayan bekâr bireylerden oluşmuştur. Ayrıca, Hendrick ve Hendrick (1989) üniversite öğrencilerinin, üniversiteli olmayan öğrencilerden farklı bir aşk algısına sahip olabileceğini de göstermiştir (Lemieux ve Hale 2000: 942). Lemieux ve Hale (2000) bu handikapları aşabilmek için, evli bireylerden oluşan bir örneklem ile Üçgen Aşk Teorisi'nin varsayımlarını test etmişlerdir (Lemieux ve Hale, 2000: 942). Çalışmanın faktör analizi, istikrarlı ve güvenilir bir üç faktörlü yapıya işaret etmektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin flört eden bireylerden evli bireylere kadar, romantik ilişkilerin farklı süreçlerinde aşkı değerlendirebildiğini göstermektedir (Lemieux ve Hale 2000: 946).

İzleyen bölümlerde araştırmanın amacına uygun olarak kuramın ortaya koyduğu üç temel bileşen (yakınlık, tutku ve bağlılık) ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

1.1.4. Yakınlık

Yakınlık kavramı, araştırmacılar tarafından psikolojinin alt alanları olan klinik psikoloji, sosyal psikoloji ve iletişim psikolojisi de dahil olmak üzere çeşitli disiplin alanlarında incelenmektedir (Marston ve diğerleri, 1998: 15). Sosyal psikologlar yakınlığın tanımını üzerinde anlaşılmaya varmak için çabalamaktadırlar. Yakınlık tanımları arasında küçük farklılıklar olsa da hemen hemen her biri, yakınlığın üç ana bileşenini vurgulamaktadır: öz paylaşım/kendini açma, partnere karşı olumlu hisler taşıma, şefkatin ve duygusal yakınlığın ifadesi (Aykutoğlu, 2015:1). Bir başka ortaya koyuluş şekliyle; ilişki içindeki tarafların özel meselelerini birbirlerine ifade ederek kendilerini açma şekilleri, birbirine bağlı davranış kalıpları geliştirme şekilleri ve şefkatli bir iletişimi inşa etme yolları, yakınlığı oluşturmaktadır (Marston ve diğerleri, 1998: 15).

Sullivan'a (1953) göre yakınlık, kişisel değerin tüm bileşenlerinin geçerli kılınmasına izin veren, iki kişinin dahil olduğu türden bir durumdur (Sullivan, 1953: 246). Yakınlık, her iki tarafın da kendini açığa vurduğu ve birbirlerinin niteliklerini ve dünya görüşlerini doğrulamaya çalıştığı ve ifade ettiği bir işbirliğidir. Sullivan için yakınlık ve şehvet, karmaşık şekillerde birleşebilen veya karşıt olabilen bağımsız faktörlerdir (Reis, 1988: 369).

Erikson'a (1963) göre ise yakınlık kişinin kendisini yakın ilişkiye adanma kapasitesidir (Timmerman, 1991:22). Erikson (1950, 1968), yaşam boyu psikososyal gelişimi kavramsallaştırma çabasıyla, yakınlık terimini öncelikle olgun yetişkin heteroseksüel ilişkilerin kalitesini açıklamak için kullanmıştır. Yakınlığı, kimliklerin karşılaştırılması ve kaynaştırılması olarak tanımlamakta ve bunun yetişkinliğin erken dönemlerinde, güvenli bir kimliğin kurulmasından sonra ve “üretkenlik” elde edilmeden önce önemli bir gelişimsel mesele haline geldiğini savunmaktadır. Hem Sullivan'a hem de Erikson'a göre cinsellik ile güven ve bağlılığın birleşimi nihayetinde en tatmin edici ilişki biçimine yol açtığından ve ebeveynlik gelişimin sonraki aşamalarının önemli bir parçası olduğundan, Erikson gerçek yakınlığın en iyi şekilde kararlı heteroseksüel ilişkilerle örneklendirildiğini ileri sürmüştür (Reis, 1988: 374). Yakınlık ve izolasyon arasındaki mücadelenin başarılı bir şekilde çözülmesi Erikson'un aşk olarak tanımladığı psikososyal gücün ortaya çıkmasıyla sonuçlanmaktadır (Timmerman, 1991: 20).

Yakınlıktaki kendini açma konusundaki ilk çalışmalar öncelikle yakın ilişkilerde paylaşılan bilgilerin içeriğini incelemesine rağmen, sonraki çalışmalar ilişkiyi sürdürme ve geliştirmede duygusal paylaşımın önemi yönünde kanıtlar sunmuştur (Morton, 1978; Wegscheider-Cruse, 1988; akt. Marston ve diğerleri, 1998:16). Bu nedenle, genel olarak romantik ve yakın ilişkide bilgi paylaşımından ziyade duygusal açıklık, yakınlığın bir bileşeni olarak görülmektedir (Fitzpatrick, 1987; Pennebaker ve Beall, 1986; akt. Marston ve diğerleri, 1998:16).

Baumeister ve Bratslavsky'ye (1999) göre yakınlık şu üç ana unsurdan oluşmaktadır: Her bireyin karşısındakini anlayabilmesini sağlayan empati, sempati ve karşılıklı anlaşmaya neden olan kişisel bilgilerin paylaşımı. Bu paylaşım kişinin kendini anlatmasının ötesine geçer; gözlem ve deneyimin ortaklığı ile birbirini tanımayı içerir. Yakınlık, tarafların birbirinden yararlanma motivasyonu dışında, kendini pozitif ve sıcak duygularla gösteren birbirine karşı güçlü olumlu davranışlar sergilemeyi içerir. Yakınlık sözlü veya tensel dokunma ve dikkat yoluyla ilgiyi ifade eden eylemler aracılığıyla şefkatin ifade edilmesini de içerir. Bu tutum ve davranışlar, kişinin partnerinin kendisini olumlu bir şekilde önemseydiğine inanmasına yardımcı olmaktadır (Baumeister ve Bratslavsky, 1999: 50).

Cordova ve Scott (2001) yakınlığın, kişinin kişilerarası kırılğan davranışlarının, ötekinin olumlu ya da olumsuz tepkisi ile pekiştirilmesi sonucu ortaya çıkan bir süreç olduğunu belirtmişlerdir (Cordova, Gee ve Warren, 2005:220). Bu dizilim, “yakın durum” (intimate event) olarak adlandırılır. Kişilerarası arası kırılğan davranışlar, bir dereceye kadar, geçmişte başkaları tarafından karşılaşılan bir cezayla dolaylı ya da dolaysız olarak bağdaştırılırlar. Bu yüzden, bütün sosyal davranışlar “kırılğan olmayan” (ceza geçmişi olmayan) ve “son derece kırılğan” (sürekli olarak ya da aşırı derecede cezalandırılmış ya da ceza ile tehdit edilmiş olan) arasındaki spektrumun içinde değerlendirilebilir. Bu aralık boyunca çeşitli noktalarda, her bireyin farklı kırılğanlıkları olacaktır. Örneğin, bir kişi sürekli olarak sevgi ya da üzgünlüğünü ifade ettiği için cezalandırılırsa ya da bir başkası cezalandırılmazsa, sonrasında bu tarz duygu ifadeleri, cezalandırılmayana nazaran cezalandırılarda daha fazla kırılğanlığa sebebiyet verecektir. Teorik olarak, hem olumlu davranışlar (örneğin sevginin ifadesi) hem de olumsuz davranışlar (örneğin kızgınlığın

ifadesi) kişinin geçmişine bağlı olarak kişilerarası kırılgan nitelik taşıyabilirler (Cordova, Gee ve Warren, 2005:220).

Sternberg ve Grajek (1984) yakınlığın üç ana bileşenini genişletmiş ve yakınlığın on yönünü şu şekilde ifade etmişlerdir: sevilen kişinin iyiliğini artırma arzusu, sevilen kişiyle yaşanan mutluluk, sevilen kişiye yüksek saygı, yetenekli olma, sevilene ihtiyaç duyma, sevilenle karşılıklı anlayış, kendini ve kendi sahip olduklarını sevilene paylaşma, sevilenin duygusal desteğini alma, sevilene yakın bir iletişim kurma ve sevilene kendi hayatı içinde değer verme (Aykutoğlu, 2015:1).

Yakınlık teriminin sadece hipotetik bir kavramsallaştırmaya değil aynı zamanda davranışsal bir fenomene işaret ettiği, yani gözlemlenebilen, yordanabilen ve etkilenebilen olayları ifade ettiği varsayılmaktadır. Yakınlıktaki öz-paylaşım, çoğunlukla üzümlük, incinme ya da korku, endişe, kaygı, utanç, başarısızlık, hayal kırıklığı ve kafa karışıklığı gibi düşüncelerin paylaşılmasıdır. Aslında, özel olan ve acı veren durumların paylaşımı olarak kendini gösterir. Bunlara ek olarak; ümit, sevinç, başarı ve gurur yanında; sevgi dolu hisleri, şefkati, cazibeyi ve yakın hissedışı paylaşma olarak düşünülür. Değerli anıları ve sırları paylaşmak da yakınlık göstergesi olarak kabul edilmektedir. Ayrıca, yakınlık sadece kendini açma eylemi değil, kendini açmanın karşılıklı olduğu ve kabul edildiği bir etkileşimdir. Sözel olmayan yakınlık davranışları arasında; cinsel ilişki, el tutmak, sarılmak, teselli için yaklaşmak ve birinin omzunda ağlamak vardır (Cordova ve Scott 2001: 76).

Yakınlık süreci, bir kişinin sözlü veya sözsüz iletişimle, kişisel duygularını veya bilgileri başka bir kişiye açmasıyla başlamaktadır. Dinleyici, destekleyici veya empatik olarak yanıt verdiğinde devam etmektedir. Bir etkileşimin yakın olabilmesi için, kendini açanın dinleyici tarafından anlaşıldığını, onaylandığını ve ilgilenildiğini hissetmesi gerekir. Her iki katılımcının da davranışı, diğerinin davranışına ve tepkisine ve ayrıca kendinde önceden var olan veya durumsal olarak belirlenmiş güdülerine, ihtiyaçlarına ve hedeflerine bağlıdır. Dolayısıyla yakınlık, öznel bakış açısına bağlı olmakla birlikte, temelde sosyal etkileşimli etkinliğe işaret eder (Reis, 1990: 16, 17).

İlginç bir şekilde, yakınlık süreçleri, "olumsuz destek" olarak adlandırılabilir, yani yakın ilişkiler bağlamında meydana gelen zararda (Rook, 1984) veya alıcıyı

beklenmedik bir şekilde üzen amaçlanan yardımda (Dakof ve Taylor, 1990) da rol oynamaktadır. Yakınlık, insanları birbirlerine fayda sağlama konusunda güçlendirmekte, ancak aynı zamanda iki yüzlülük, manipölasyon ve zalimlik için elverişli bir ortam da sağlamaktadır. Yakın ilişkilerde, taraflar birbirlerinin en derindeki ihtiyaçlarının ve korkularının farkındadır; ayrıca, yakın bağlantıları nedeniyle, zorunlu olarak diğerinin girdisinden veya geri bildiriminden etkilenirler ve onlara bağımlıdırlar. Bu nedenle, yakın partnerler sadece birbirlerini en iyi nasıl sömüreceklerini veya birbirlerini nasıl yaralayacaklarını tam olarak bilecekleri benzersiz bir konumda değil, aynı zamanda bu eylemlere daha açık ve dolayısıyla savunmasız durumda olabilirler (Reis, 1990:26).

Yakınlık psikiyatrik bakım verme teorisinde (psychiatric nursing theory) de büyük bir önem taşımaktadır, çünkü; a) yetişkinlerin psikososyal gelişimi açısından önemlidir, b) yakınlık, anlaşılabilirlik ve kabul edilmişlik hissi oluşturarak bireysel değerin fikir birliği yoluyla geçerliliğini sağlar ve kimlik oluşumunda önemli bir rol oynar, c) araştırmalara göre, yakınlığın eksikliği ya da yokluğu durumunda yüksek oranda evli çiftler psikotik olmayan duygu durumu hastalıklarından muzdarip olurlar, d) ilişkilerde yakınlık geliştirmede başarısız olmak, ayakta psikoterapi görmeyen en yaygın faktörlerinden biridir, e) bireylerin sosyal desteklerinin tatmininde en önemli bileşen olarak görülmektedir (Timmerman, 1991: 19).

1.1.5. Tutku

Tutkulu aşk, ötekine karşı duyulan güçlü çekim duygularını kapsamaktadır. Bu duygular, tipik olarak fizyolojik uyarılma ve ötekiyle birden çok anlamda birleşme arzusuyla karakterizedir. Öteki, uygun bir cinsel partner ise, o zaman tutkulu aşk cinsel çekimi ve arzuyu da içerecektir. Ancak insanlar cinsel bir çekim hissetmeden ve cinsel arzu barındırmayacak şekilde başkalarına karşı da tutku hatta aşk hissedebilir (ebeveynler veya çocuklar gibi). Ayrıca, aşık olmadan cinsel çekim ve tutku hissedilebileceği doğrudur ve cinsel tutku pek çok şeye bağlı olabilmektedir (Baumeister ve Bratslavsky, 1999:51).

İkili cinsel tutku modeli (The dualistic model of sexual passion) cinsel tutkuyu, çeşitli partnerlerle ve partnersiz cinsel aktivitelere dahil olmaya yönelik güçlü bir

motivasyonel dürtü olarak tanımlar ve obsesif cinsel tutku ve uyumlu cinsel tutku olmak üzere ikiye ayırmaktadır (Beaudoin ve diğerleri, 2020:725).

İkili cinsel tutku modeli, romantik ilişkilerdeki tutkuyu inceleyen iki önemli yaklaşımın karşılaştırılmasından yola çıkılarak anlaşılabilir: Hatfield ve arkadaşlarının tutkulu aşk kavramsallaştırması (Hatfield, Rapson 1990, 1993; Hatfield ve Walster 1978) ve Sternberg'in Üçgen Aşk Teorisi (1986, 1988). Bu iki model ve ikili tutku modelinin ortak yanları; tutkunun romantik ilişkilerde önemli sonuçlar doğurduğu konusunda hemfikir olmalarıdır, çünkü bu tür ilişkilerde tutkunun ele alınışı önemli bir deneyimi oluşturmaktadır. Bununla birlikte bu yaklaşımlar iki konuda farklılaşırlar. İlki; Hatfield ve diğerleri, tutkuyu bir duygu olarak kabul ederken Sternberg daha ziyade cinsel tutku üzerinde durur. İkili tutku modelinde ise tutku ilişkiye yüksek katılım şekli olarak ele alınmaktadır. Bu yaklaşım romantik ilişkinin motivasyonel boyutuna odaklanmaktadır.

Modellerin farklılaştığı ikinci konu ise diğer iki model tutkuyu tek boyutlu olarak ele alırken, ikili tutku modeli iki boyutludur; iki farklı şekilde ilişkiye katılımı simgeleyen iki farklı romantik tutkunun varlığını (yani uyumlu ve obsesif tutkular) esas alır. Böylece, ikili tutku modeli, tutkunun hem yoğunluk açısından (diğer tutku modellerinde olduğu gibi yüksek veya düşük tutku olarak) hem de nitelik açısından (obsesif tutkuya göre ilişkiye katılımda daha yüksek bir niteliği temsil eden uyumlu tutku) farklılaştığını öne sürer. Çeşitli aktiviteler üzerinden yapılmış başka araştırmalar da (Ratelle ve diğerleri 2013; Vallerand 2010) bu iki tür tutkunun varlığını destekler niteliktedir (Carbonneau, Vallerand, 2013: 745).

Tutku, insanların sevdikleri, önemli buldukları, zaman ve enerji yatırımı yaptıkları bir etkinliğe olan güçlü eğilimdir. Obsesif tutku ve uyumlu tutku olmak üzere iki tür tutkudan söz edilmektedir. Obsesif tutku, kişinin kimliğinde, sevdiği etkinliğe dahil olması için içsel bir baskı yaratan aktivitenin kontrollü bir şekilde içselleştirilmesini ifade eder. Uyumlu tutku ise bireylerin sevdikleri aktiviteye dahil olması için öncülük eden özerk içselleştirmeyi ifade eder. Uyumlu tutku sağlıklı uyumu teşvik ederken, obsesif tutku olumsuz duygu ve sıkı bir ısrarcılığa neden olarak bunu engellemektedir. Farklı

popülasyonlardan 900'den fazla katılımcıyı içeren dört çalışmanın sonuçları, bu kavramsallaştırmayı destekler nitelikte sonuçlar ortaya koymuştur (Vallerand, 2003: 756).

Sevilen ve tekrarlanan etkinliğin nasıl içselleştirildiği noktasında çok önemli bir ayrım vardır. Uyumlu tutkuda bireyin aktiviteyi kimliğe özerk olarak içselleştirmesi; aktiviteyi özgürce, herhangi bir dışsal zorunluluk olmadan önemli kabul etmesi söz konusudur. Birey aktiviteyi yapmaya zorunlu hissetmez, özgürce, seçerek yapar. Bu etkinlik bireyin benliğinde büyük fakat zorlayıcı ve bunaltıcı olmayan bir yer kaplar, bireyin yaşamının diğer alanlarıyla da uyum içindedir. Obsesif tutku ise, uyumlu tutkunun aksine, bireyin aktiviteyi kimliğe içsel ve/veya kişilerarası bir baskıyla, zorla içselleştirmesi (örneğin sosyal kabul ya da öz güven için) ve aktiviteyi gerçekleştirmekten aldığı heyecanı kontrol edemez hale gelmesi ile karakterizedir (Vallerand, 2003: 757).

Obsesif tutkuda kişi aktiviteden hoşlansa bile bu içsel zorlantılar yüzünden aktiviteyi gerçekleştirmeye mecbur hisseder ve karşı koyamaz hale gelir. Bu yüzden de tutku benliğinde orantısız bir yer kaplamaya başlar ve bireyin hayatının diğer alanlarıyla çatışır hale gelir. Vallerand uyumlu ve obsesif tutku ayrımını bu şekilde yaptıktan sonra, tutkunun hayatı yaşamaya değer kılıp kılmadığının, hangi tür tutku olduğuna bağlı bulunduğunu belirtir (Vallerand, 2003 :757).

Beaudoin ve diğerleri (2020) uyumlu ve obsesif cinsel tutkuyu ve romantik ilişki içindeki partnerler arasında ilişki işlevselliğinin üç göstergesi olan ilişki kalitesi, cinsel tatmin ve çatışma derecesini ölçmeyi hedefleyen bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırmada değişkenler, çevrimiçi bir anket ile 132 çift (264 heteroseksüel birey) üzerinden incelenmiştir. Yapılan aktör-partner karşılıklı bağımlılık modeli analizinde (An actor-partner interdependence model analysis), hem erkekler hem de kadınlar için uyumlu cinsel tutku ilişki işlevselliğiyle pozitif olarak, obsesif cinsel tutku ise negatif olarak ilişkili bulunmuştur. Ayrıca hem kadınlar hem de erkeklerde partnerin ilişki işlevselliğine yönelik algısının uyumlu cinsel tutkuyla ilişkili olduğu anlamına gelen, belirgin partner etkisi tespit edilmiştir ki bu durum obsesif cinsel tutku için geçerli bulunmamıştır. Erkeklerin uyumlu cinsel tutkusunun, kadınların obsesif cinsel tutkusunun kadınların ilişki işlevselliği üzerindeki etkisine yönelik moderasyon etkisi saptanmıştır ki bu durum, erkeğin uyumlu

cinsel tutkusunun kadının obsesif cinsel tutkusunun negatif etkisini azaltabildiği anlamına gelmektedir (Beaudoin ve diğerleri, 2020:725).

Bağlılık ilişkisi içindeki cinsel tutku üzerine önemli teorik çalışmalara odaklanan Schnarch (1991, 1997, 2009) aile sistemleri teorisine dayandırdığı çalışmalarında çiftlerin farklılaşmayı öğrendikçe ve buna bağlı olarak cinsel yakınlık, repertuvar ve tutkularını genişletebildikçe cinsel tutkunun ilişkilerde zaman içinde nasıl geliştiğini ve arttığını açıklamıştır. Yaklaşımı bu bağlamda, cinsel tutkuyu ilişkilerin başlarında oluşan ve sonra aşk geliştikçe sönümlenen bir boyut olarak ele alan diğer ilişkiyel odaklı teorisyenlerden çok farklıdır (Sternberg, 1986; Vohs ve Baumeister, 2004). Schnarch, yüksek düzeyde farklılaşmış bireylerin, cinsel tutkularını daha iyi anlayabildiğini, geliştirebildiğini ve ifade edebildiğini belirtmektedir (Schnarch, 1991). Yoğun paylaşım ve yakınlık derecesi nedeniyle cinsellik alanını, bağlılık içeren ilişkilerde büyüme için pota olarak düşünmektedir. (Schnarch, 1997). Bireyler başkalarına karşı daha az tepkili ve kendi benlikleriyle daha uyumlu oldukça arzu ve tutkularını çok daha iyi ifade edip zevk alabilirler. Cinsel tutku ve arzu terimlerini eşanlamlı olarak kullanan Schnarch (2009) benlik ve cinsel arzu arasındaki yakın ilişkiyi şöyle ifade eder: “Kendinizi nasıl gördüğünüz, partnerinizin size nasıl davrandığı ve partnerinizin sizi nasıl gördüğüne ilişkin düşünceleriniz cinsel arzunuzu derinden şekillendirir. Cinsel arzu ve benlik mücadeleleri aşta ve ilişkilerde iç içe geçmiştir. Benlik duygunuz cinsel arzunuzu nüfuz eder” (Schnarch, 2009: 25; akt. Busby ve diğerleri, 2018: 736).

Busby (2019); Vallerand’ın (2015) genel tutku çalışmalarıyla, çift terapisi literatüründeki Schnarch’ın (1991) çift ilişkilerindeki teorik tutku çalışmaları ve Bancroft ve diğerlerinin (2009) cinsel kısıtlanma ve heyecanlama çalışmaları arasında bağlantı kurarak çift ilişkisinde cinsellik çalışmalarını geliştirme girişiminde bulunmuştur. Cinsel dürtü ve arzu arasındaki ayrımı gösteren ölçümlerin geçerliliğini ve ayrıca bunların cinsel tatmin ve ilişki memnuniyeti için yordayıcı geçerliliğini incelemiştir. Yeni geliştirdiği uyumlu, obsesif ve kısıtlanmış cinsel tutku ölçümleri yoluyla, Cinsel Tutkunun Üçlü Modelini geliştirmiş ve tutku literatürünü, engellenmiş/ketlenmiş (inhibited) cinsel tutkunun geleneksel uyumlu ve obsesif tutku kavramlaştırmasına eklenmesinin önemini ortaya koyan cinsellik literatürüyle birleştirmiştir (Busby ve diğerleri, 2018:734).

1.1.6. Bağıllık

Modern bağıllık teorilerinin kökleri Kelley ve Thibaut'un (1978, 1959) karşılıklı bağımlılık (interdependence) teorisi ile Cook ve Emerson'ın (1978) ve Homans'ın (1958) sosyal değiş tokuş teorisine (social exchange) dayanmaktadır. Karşılıklı bağımlılık teorisi, ilişkilerin gelişme ve sürme eğiliminin yalnızca tarafların kişisel özelliklerine değil, aynı zamanda aralarında gelişen karşılıklı bağımlılığa da bağlı olduğunu öne sürmektedir. Thibaut ve Kelley'ye (1959) göre tarafların ilişkideki tatmin düzeyi ve alternatiflerin kalitesine ilişkin algıları, aralarındaki karşılıklı bağımlılık düzeyini belirlemektedir (Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010: 243).

Karşılıklı bağımlılık teorisi aynı zamanda tarafların bir çift olarak nasıl bir kimlik geliştirmiş olduklarını da ele alır. Bir ilişki içindeki bireyler zamanla kendi istek ve ihtiyaçlarına ek olarak, ilişkinin uzun dönem hedeflerini de dikkate almaya başlarlar. Kelley ve Thibaut (1978), tarafların kendi çıkarlarına göre davranmaktan ortak çıkarlara göre davranmaya geçmelerine, “motivasyonun dönüşümü” adını vermiştir (Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010: 244).

Bağıllık teorisyenleri olan Rusbult, Johnson, Levinger, Stanley ve çalışma arkadaşları bağıllık ve bağıllık dinamiklerinin çeşitli yönlerine ışık tutan farklı bağıllık modelleri geliştirmişlerdir. Stanley ve Markman'ın (1992) bağıllık modeli adanmışlık (istemek) ve kendini tutma (mecbur hissetmek) dinamiklerine ışık tutar ve sosyolog Michael Johnson'ın (Johnson, Caughlin ve Huston, 1999) modelinden esinlenir. Johnson'ın bağıllık modeli üç unsur içerir; kişisel (gelecekte partnerle birlikte olma isteği), ahlaki (ilişkiyi sürdürmeyi teşvik eden değer ve inançlar), yapısal (yatırım miktarı, alternatiflerin kalitesi, ilişkiyi bitirmek için gerekli adımların zorluğu gibi ilişkinin kalitesinden bağımsız olarak kalmayı etkileyen unsurlar) (Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010: 244).

Bağıllığın yatırım modeli Kelley ve Thibaut'un (1978) karşılıklı bağımlılık (interdependence) teorisinin bazı prensiplerine dayanmaktadır ve bireylerin genellikle ödülleri maksimize, bedelleri ise minimize etme eğiliminde olduklarını öne sürmektedir. Karşılıklı bağımlılık teorisinde olduğu gibi, yatırım modeline göre bir ilişkinin çekiciliği ve verdiği tatmin, bedeller ve ödüller çıktısı ile bireyin beklentileri veya karşılaştırma

düzeyinin bir fonksiyonudur. Buna ek olarak, ilişkiye bağlılık, sadece çıktı değere değil, uygun olan en iyi alternatifin kalitesine ve bireyin ilişkiye yaptığı yatırımın miktarına da bağlıdır. İçsel veya dışsal kaynakların ilişkiye yatırımı, ilişkiyi bırakmanın bedelini arttırmak suretiyle bağlılığı artırır. Sürmekte olan bir ilişkide, yatırım büyüklüğündeki artışlar alternatif değeri azaltırken, ilişki değerindeki artış bağlılık düzeyini arttırmalıdır. Bireyin beklentisi ise ilişkinin genel kalitesine ya da karşılaştırma düzeyine bağlıdır (Rusbult, 1980: 172-173).

Rusbult'un çalışmasında (1980), yatırım modeline güçlü kanıtlar sağlanmış, çekici bir alternatifin algılanan bağlılığı azalttığı ve hem içsel hem de dışsal yatırımlardaki artışın algılanan bağlılığı artırdığı yönünde bulgular elde edilmiştir. Bireyin ilişkiye yaptığı yatırımın miktarı, ilişkinin çıktı değeri ve alternatiflerin çıktı değeri, ilişkinin istikrarı üzerinde önemli belirleyici unsurlardır (Rusbult, 1980: 183-185).

Adams ve Jones (1997), 1787 katılımcıyla yürütülen altı çalışmada çeşitli empirik yöntemlerle evlilikte bağlılığın kavramsal yapısını incelemişlerdir. Sonuçlar evlilikte bağlılık için çekim bileşeni (adanma, tatmin ve sevgiye dayalı), ahlaki normatif bileşen (evliliği sürdürme yönündeki bireysel sorumluluk duygusuna ve evliliğin önemli bir sosyal ve ahlâki kurum olduğu yönündeki inanca dayalı) ve kendini tutma bileşeni (ilişkiyi bitirmenin getireceği sosyal, finansal duygusal bedellerle ilişkili korkuya dayalı) olmak üzere üç ana boyuta işaret etmektedir (Adams ve Jones, 1997: 1177).

Aşk, bağlılığı iki şekilde teşvik eder görünmektedir. İlk olarak, aşk deneyimi, partnere yaklaşmayı motive etmektedir. Bu durumun rakip alternatiflere yaklaşımı azalttığı gibi, partnerin yokluğunda alternatiflere olan arzuyu bertaraf etmesi muhtemeldir. İkincisi; aşkın sözel, eylemsel ve jestle dayalı ifadesi, aradaki bağı (yani; güven, karşılıklı bağlılık, şefkat, sevecenlik) koruyan ve güçlendiren süreci geliştirmektedir. Karşılıklı bağlılık ve güven arttıkça, partnerler diğer partner alternatiflerini daha az dikkate almaya, ilişkileri için fedakarlık yapmaya ve ilişki lehine daha fazla davranış sergilemeye (örneğin partnerleri sıkıntı altındayken uyumlu davranışlar göstermek) başlamaktadırlar (Rusbult, Drigotas ve Verette, 1994; Wieselquist ve diğerleri, 1999; akt. Gonzaga ve diğerleri, 2001: 248).

Hazan ve Shaver (1987), çocuklukta başlayan bağlanma dinamiklerinin yetişkin ilişkileri üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermişlerdir (Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010: 247). Benzer şekilde, bağlanma sisteminin aşık olma ve eş seçme süreçleri üzerindeki etkisini anlamadan bağlılığı anlamak pek de mümkün görünmemektedir (Morgan ve Shaver, 1999: 109).

Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) güvenli, kaçınan ve kaygılı olmak üzere üç ana bağlanma tarzı tanımlamışlardır. Bağlanma teorisyenleri genellikle bağlanmanın kuvvetinden ziyade bağlanma ilişkilerinin kalitesine odaklanırlar. Bağlanma az ya da çok diye nitelenemez, ya vardır ya yoktur. Bazı bebekler daha güvenli bazıları kaçınan bazıları ise kaygılı bağlanır (Morgan ve Shaver, 1999: 113).

Romantik ilişkideki partnerler genellikle birbirlerinin bakım verenleri ve birincil bağlanma figürleri olarak işlev görürler ve koşullar gerektirdiğinde bu tamamlayıcı rolleri değiştirirler. Yetişkinlikteki bağlanma, bebeklikteki bağlanma özelliklerinin çoğunu sergiler. En önemli benzerliklerden biri bağlanmaya yönelik hislerin rasyonel kontrol altında olmayışıdır. Bebeklerin bakıcılarının yetkinliğinden bağımsız olarak bakıcılarına bağlandıkları gibi, yetişkinler de genellikle potansiyel partnerlerin artılarını ve eksilerini tartmadan aşık olurlar (Morgan ve Shaver, 1999: 111-112).

Bağlanma stili, insanların bağlılığa yaklaşımıyla yakından ilgilidir. Kaygılı bağlananlar hızlı ve kolay bağlılık geliştirme eğiliminde iken kaçınan bağlananlar bir ilişkiye tümüyle yatırım yapmaktan imtina ederler. Kaygılı bağlananların çatışmalı ilişkilerde bağlılık geliştirme eğiliminin kaygılı olmayanlara göre daha fazla olduğu yönünde bulgular vardır (Morgan ve Shaver, 1999: 122).

Aşkın bileşeni olan bağlılıkta sevmeye karar ve bağlılığın birlikte bulunması şart değildir. Sevmeye karar aşka mutlak bağlılığı göstermemekte ve bağlılık mutlak karar anlamına gelmemektedir. Pek çok insan, ötekini sevdiğini ya da aşık olduğunu itiraf etmeden de öteki ile arasındaki sevgiye bağlıdır. Ancak çoğu zaman karar, hem zamansal hem de mantıksal olarak bağlılıktan önce gelmektedir. Karar unsuru ilişkinin diğer unsurlarını da kontrol edebilir. Bununla birlikte, karar unsurunu bağlılık unsurundan ayırmak önemlidir. Bir başkasıyla tanışan ve aşık olan evli birey örneğinde, bu ilişkiyi

sürdürme kararı mutlaka ilişkiye bağlılık anlamına gelmemektedir. Eşlerinin bir ilişkisi olduğunun farkına varan erkekler ve kadınlar, sıklıkla eşinin bir ilişki içinde olma kararına dayanarak hızlı hüküm vermektedirler. Ancak daha önemli olan, eşin bu ilişkiye ve ona mahal veren ortamı hazırlayan ilişkiye olan bağlılığı olabilmektedir (Sternberg, 1986: 123).

1.1.7. Yakınlık, Tutku, Bağlılık İlişkisi

Sternberg'e göre (1986) aşkın yakınlık ve tutku bileşenleri kişilere ve durumlara göre değişiklik gösterse de yakın ilişkilerde neredeyse kesinlikle etkileşime girmektedir. Örneğin kişi, ilişkinin tutku ihtiyacını ne ölçüde karşıladığına bağlı olarak bir ilişkide yakınlık hisseder ya da tutku yakınlık etkisiyle canlandırılabilir. Romantik ilişkilerde tutku bileşeni neredeyse birdenbire gelişmekte ve kısa bir süre sonra yakınlık başlamaktadır. Tutku bileşeni, kişiyi ilk etapta ilişkiye çekebilen şeydir, ancak yakınlık bileşeni ilişkideki tarafların yakın ilişkiyi sürdürmelerine yardımcı olmaktadır. Ancak bazı yakın ilişkilerde tutku bileşeni, özellikle fiziksel çekim, ancak yakınlıktan sonra gelişebilmektedir. Karşı cinsten iki yakın arkadaş, kendilerini, birbirlerine karşı belirli bir yakınlık seviyesine ulaşana kadar gelişmemiş olan fiziksel bir çekimin içerisinde bulabilirler (Sternberg, 1986: 122).

Sternberg (1986) başarılı bir ilişki içinde yakınlığın keskin bir şekilde artmasının ve zamanla kademeli olarak azalmasının beklendiğini ifade etmektedir. Tutku bileşeni de istikrarlı bir şekilde artmakta ve zirveye ulaştıktan sonra, uyarılmanın azalması ve dengeye gelmesi nedeniyle yavaş ve istikrarlı bir şekilde düşmektedir. Genel olarak, yeni tutku seviyesi ilişkisel gelişimin erken aşamalarında deneyimlenen zirvenin altındadır. Yakınlık ve tutku gibi bağlılık bileşeni de ilişkinin erken aşamalarında keskin ve istikrarlı bir şekilde artmakta; yine de bağlılığın sürekliliği, ilişkinin başarısına bağlı olmaktadır. Başarılı ilişkiler, bağlılığın kazanıldığıнын bir göstergesi olan denge seviyesine gelmeleri ile karakterizedir (Lemieux ve Hale, 1999: 503).

Baumeister ve Bratslavsky'ye göre bazı çalışmalar, özellikle de kesitsel karşılaştırmalar, tutku ve yakınlık arasında pozitif korelasyonlar gösterse de (örneğin, Patton ve Waring, 1985) çiftler hakkındaki boyutsal şemalar herhangi bir doğrudan ilişki hakkında şüphe uyandırmaktadır. Özellikle, yakınlığın daha yeni kurulmaya başladığı

dönemde, tutku romantik ilişkinin ilk aşamalarında genellikle yüksek olarak kabul edilmektedir. Bunun tersine, yıllarca süren yakın bir ilişkiyle tutku yatıştıkça, yakınlık en yüksek seviyesine ulaşabilmektedir. Bu nedenle aynı ilişki içinde tekrarlayan kriterler, tutku ile yakınlık arasındaki ilişkiyi göz ardı etmemize neden olabilir veya pozitif bir ilişki yerine negatif bir korelasyona bile neden olabilir. Bu bağlamda hem tutku ile yakınlık arasında bir ilişki olduğunu hem de olmadığını düşünmemizi sağlayan nedenler vardır. Dolayısıyla tutkunun yakınlığın kendisiyle değil, yakınlığın derecesindeki değişimle ilgili olup olmadığına bakılmalıdır. Tutkunun, artan yakınlığın algılanışıyla da bir ilgisi olduğu düşünülmektedir. Matematiksel bir terimle, tutku zamanla gelişen yakınlığın ilk türevinin bir fonksiyonudur. Buna bağlı olarak, yakınlığın hızla artması durumunda yüksek tutku oluşabilmektedir. Ne var ki, tutkunun yüksek ya da düşük olmasından bağımsız, yakınlık sabit kaldığında sıfıra doğru yaklaşır (Baumeister ve Bratslavsky, 1999: 49). Bu durumda uzun vadeli istikrarlı bir ilişki içinde tutku yaratmak, yakınlığın kısıtlı olarak artmakta olduğu bir biçim veya görünüm yaratılmasından geçmektedir (Baumeister ve Bratslavsky, 1999: 64).

Aykutoğlu (2015), yakınlık ve tutku arasındaki ilişkiyi Baumeister ve Bratslavsky, (1999) modeli bağlamında incelemek üzere 75 çiftten oluşan 150 katılımcı ile bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada katılımcıların fiziksel çekicilik, yakınlık ve tutkuyu ölçen maddelerden oluşan bir günlük ölçeğini 14 gün boyunca doldurmaları sağlanmıştır. Günlük analizler sonucunda, kadınlar ve erkekler için günlük yakınlık puanları günlük tutku puanlarıyla pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Bugünün yakınlık puanlarının ertesi günün tutku puanlarını yordamadığı, bugünün tutku puanlarının ise ertesi günün yakınlık puanlarını kadınlar için yordadığı saptanmıştır. Yapılan analizlere göre, partnerin fiziksel çekiciliği ve ilişki süresi kadınlarda yakınlık ve tutku arasındaki ilişkiyi etkilemektedir. Cinsiyet, yakınlık ve tutku arasındaki ilişkide belirleyici değildir. Aykutoğlu (2015), modelin bu haliyle yakınlık ve tutku arasındaki ilişkiyi açıklamakta yeterli olmadığını ve geliştirilmesi gerektiğini belirtmiştir (Aykutoğlu 2015:v).

Çalışmaların çoğu yakınlık ve tutku arasında yüksek pozitif bir korelasyon olduğunu bildirirken, bazı çalışmalar bu bağlantının farklı bir yönü olabileceğini öne sürmektedir. Ratelle ve diğerleri (2013) uyumlu tutkunun kadınlarda yakınlığı önemli ölçüde yordadığını belirtmiştir. Aron ve Aron'un (1986) öz-yayılm (self-expansion) modelinde, çiftler yeni etkinlikler ve deneyimler paylaştıklarında aralarında tutku

oluşabileceği belirtilmiştir. Ayrıca, bir çift romantik bir ilişkiye başladığında, kendiliğinden hızlı yayılma gösterdiğinden ve bunun tutku yaratmaya yardımcı olabileceğinden söz edilmiştir. Ancak ilişkinin ilerleyen aşamalarında partnerle ilgili tüm olası şeyleri bilmek bu etkinin kaybolmasına neden olabilmektedir. Tutkuyu yordayan yakınlık olarak kabul edilebilecek bu öneri hem saha hem de laboratuvar çalışmalarında daha fazla test edilmiş ve doğrulanmıştır (Aron ve diğerleri, 2001; Reissman, Aron ve Bergen, 1993; O'Leary ve diğerleri, 2011; aktaran Aykutoğlu, 2015:1).

Baumeister ve Bratslavsky'nin (1999) varsayımlarına göre, erkeklerin kadınlara göre daha fazla aşık hissetmeleri ve cinsel ilişkiye girmeyi daha hızlı istemeleri nedeniyle, yakınlık düzeyindeki aynı oranda artışla birlikte, erkeklerin kadınlara göre daha fazla tutku üretme olasılığı daha yüksektir. Ayrıca yakınlık ve tutku arasındaki ilişkide ilişki uzunluğunun moderatör etkisi olabileceği de öne sürülmüştür. Bir ilişkinin erken evrelerinde yakınlık düzeyindeki hızlı artış nedeniyle, ilişkideki her iki taraf da daha kolay tutku hissedebilir. Öte yandan, bir ilişkinin sonraki aşamalarında, daha yüksek düzeyde yakınlık nedeniyle, yakınlık düzeyindeki aynı miktarda artış, ilişkinin erken aşamalarında ortaya çıkan tutku kadar olmayabilir (Aykutoğlu, 2015:7-9).

Sternberg (1986), aşkın bağlılık bileşeninin hem yakınlık hem de tutku bileşenleri ile etkileşim halinde olduğunu öne sürmüştür. Çoğu insan için bağlılık, yakınlık bileşeninin duygusal ve diğer unsurlarından veya tutku bileşeninin motivasyonel ve diğer uyarımlarından kaynaklanmaktadır. Bununla birlikte, yakınlık veya tutku bazı görücü usulü evliliklerde ya da kişinin partner seçiminin olmadığı ilişkilerde olduğu gibi bağlılığı takiben oluşabilmektedir (Sternberg, 1986: 123).

Lemieux ve Hale'in (2000) çalışmalarında elde ettikleri bulgulara göre, her iki cinsiyet için yakınlık, tutku ve bağlılık ortalamalarının örüntüsü, Sternberg (1986) tarafından tanımlanan uzun vadeli ilişki varsayımlarını doğrular niteliktedir. Yani, bağlılığın ortalaması, yakınlık ve tutkudan daha yüksektir. Bu, Sternberg'in (1986) daha uzun vadeli ilişkilerin öncelikle bağlılıktan ibaret olduğu iddiasına karşılık gelmektedir. Ayrıca, ilişki tatmini ve üç bileşen arasındaki yüksek pozitif korelasyon da üçgen aşk teorisi için güçlü destek sağlamıştır (Lemieux ve Hale 2000: 946).

1.1.8. Yakınlık, Tutku, Bağlılık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Lemieux ve Hale'in (1999), Üçgen Aşk Ölçeğinin faktör analizini yaptıkları çalışmada kadınlar, yakınlık ve bağlılık konusunda erkeklerden önemli ölçüde daha yüksek puan almıştır. Ayrıca yakınlık, tutku ve bağlılık, ilişki tatmini ile önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur. Yakınlığın bileşenler arasında ilişki tatminine en yüksek katkıyı sağlayan unsur olduğu tespit edilmiştir (Lemieux ve Hale, 1999:497-502). Bir diğer çalışmada erkekler için bağlılık, üç bileşenin en zayıf olanı yakınlıkla beraber, ilişki tatmininin en temel yordayıcısıdır. Kadınlar için, en zayıf olan bağlılıkla beraber, yakınlık birincil belirleyicidir (Lemieux, 2000: 947).

Yakınlık üzerine yapılan araştırmalar kadınların, erkeklere göre daha yüksek düzeyde yakınlığa sahip olduğunu göstermiştir (Houle, 1984). Weiss (1983) bir araştırmasında, erkeklerin, liseden emekliğe kadar azalan bir şekilde yakınlık düzeylerinin yaşam süresi boyunca değişiklik gösterdiğini bulmuştur. Buna karşılık, kadınlar yeni evlilik dönemlerinde artan, ardından emekliliğe kadar azalan sonra ise tekrar artan bir şekilde yakınlık deneyimi yaşamaktadırlar (Weiss, 1983; akt. Timmerman, 1991:22).

Sumter, Valkenburg ve Peter (2013: 417) Sternberg'in Üçgen Aşk teorisini kullanarak, ergen ve yetişkinlerde (12 - 88 yaş arası 2791 birey ile) hayat boyunca aşk algısını araştırmıştır. Yakınlık, tutku ve bağlılık için yaş ve cinsiyet farklılıklarını araştırdıkları çalışmanın sonuçlarına göre; ergenler, (12-17 yaş) genç yetişkinlere kıyasla (18-30 yaş) daha az seviyede yakınlık, tutku ve bağlılık bildirmişlerdir. Geç yetişkinler (50 yaş), genç yetişkin (18-30 yaş) ve orta yaşlı yetişkinlere (30-50 yaş) kıyasla, daha az tutku ve yakınlık; benzer oranda bağlılık göstermişlerdir. Önceki çalışmaların sonuçlarına ve popüler inanışa kıyasla, aşkın üç bileşeni için cinsiyet farkı görülmekle birlikte çok da belirgin olmadığı belirtilmektedir (Sumter, Valkenburg ve Peter 2013: 417).

İlişkinin kısa ya da uzun süreli olmasına bağlı olarak aşkın üç bileşeni farklı öneme sahip görünmektedir. Kısa süreli ilişkilerde tutku bileşeni önemli rol oynarken, yakınlık bileşeninin etkisi orta düzeyde, bağlılık bileşeninin etkisi ise yok denecek kadar azdır. Uzun dönem ilişkilerde ise, tam tersine, yakınlık ve bağlılık bileşenleri büyük rol oynarken, tutku bileşeni orta düzey etkiye sahiptir ve zamanla da azalabilmektedir (Sternberg, 1986: 120).

Lemieux ve Hale (2002), önceki iki çalışmalarından (Lemieux ve Hale, 1999, 2000) elde edilen verilerden yola çıkarak, yakınlık, tutku ve bağlılığın zaman içindeki değişimine dair varsayımları da test etmişlerdir. Kesitsel bir tasarım kullandıkları çalışmalarında, günübirlik ilişkileri (casual dating) ya da sadakatle belirlenen flörtleri (exclusively dating) olan, nişanlı ya da evli 466 birey üzerinden üç bileşendeki farklılıkları incelemişlerdir. Analizler, Üçgen Aşk Teorisi'ndeki varsayımları, özellikle tutku ve yakınlık ile ilişki süresi arasındaki negatif korelasyon varsayımını destekler niteliktedir. Bağlılık ile ilişki süresi arasındaki korelasyon pozitif bulunmuştur. Yakınlık ve tutku puanları nişanlılarda en yüksek, evlilerde daha düşük, günübirlik ilişki yaşayanlarda ise en düşük olarak saptanmıştır. Bağlılık puanları günübirlik ilişkilerden evlilere gittikçe yükselmiştir (Lemieux ve Hale, 2002: 1009).

Sternberg'e (1986) göre, yakınlık bileşeninin duygusal ve diğer unsurları ile bağlılık bileşeninin bilişsel yanı, yakın ilişkilerde göreceli olarak sabit görünse de tutku bileşeninin içerdiği motivasyonel ve diğer uyarılma halleri yine göreceli olarak sabit değildir ve öngörülemez bir düzende gelip gitme eğilimindedir. Kişi, eğer yakınlık ve bağlılık durumunun farkındaysa, deneyimlemiş olduğu yakınlık bileşeninin duyguları üzerinde bir dereceye kadar, bağlılık üzerinde yüksek düzeyde bilinçli kontrole sahiptir. Ancak başka bir kişiyle birlikte olmanın, hatta ona bakmanın bir sonucu olarak deneyimlediği tutku bileşeninin motivasyonel ve diğer uyarımlarının miktarı üzerinde çok az kontrole sahiptir (Sternberg, 1986: 122).

Engel, Olson ve Patrick (2002) kişiliğin iki yönü, temel güdüler (fundamental motives), beş faktör kişilik özellikleri, yakınlık, tutku, bağlılık ve ilişki tatminini kapsayan çalışmalarında çarpıcı bulgular elde etmişlerdir. Sonuçlara göre, öz denetim hem erkekler hem de kadınlar için yakınlık ve tutkunun, erkekler için aynı zamanda bağlılığın önemli bir belirleyicisidir. Şaşırtıcı bir şekilde, uyumluluk ve onun güven, yumuşak huyluluk ve itaat gibi yönleri sevginin yordayıcıları değildir (Engel, Olson ve Patrick 2002: 847). Tedbirli olma özelliği (facet of deliberation), kadınlar için tutkunun önemli bir yordayıcısıdır. Bu özellik, harekete geçmeden önce dikkatlice düşünme ve temkinli, düşünceli ve müzakereci bir sürece girme eğilimini içermektedir (Costa ve McCrae, 1992; akt. Engel, Olson ve Patrick, 2002: 848). İlk çekim kendiliğinden gelişen bir fenomen olsa da sonuçlar, en

azından kadınlar için, mevcut bir ilişkideki tutku deneyiminin dikkatli ve müzakereci düşünmeyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca tedbirli olma özelliğinin kadınlar için tutkuyu yordadığı, ancak erkekler için yordamadığı gerçeği, Duck'ın (1991) kadınların erkeklerden daha yavaş aşık olduğu sonucuyla tutarlıdır ve bu tutkulu aşkın kadınlar için erkeklerden daha kasıtlı bir süreci içerebildiğini düşündürmektedir (Engel, Olson ve Patrick, 2002: 848).

O'Brien ve diğerleri (2008), beş büyük kişilik özelliği faktörünü kullanarak kişilik ile bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, kişiliğin bağlılıkla ilgili olduğunu göstermiş ve bağlılığın duygusal ve süregelen boyutlarının, romantik ilişkilerin anlaşılmasında özel bir yer kapladığını işaret etmiştir. Çalışmada, dışa dönüklük düzeyi yüksek olan katılımcılar romantik partnerlerine yüksek düzeyde duygusal bağlılık bildirme eğiliminde bulunmuştur. İlginç bir şekilde, uyumluluk/yumuşak başlılık ile herhangi bir bağlılık ölçütü arasında bağlantı bulunamazken, dışadönüklük ve uyumluluk/yumuşak başlılık (agreeableness) arasında anlamlı pozitif yönde bir korelasyon bulunmuştur. Uyumlulukta yüksek düzeyde olan katılımcıların evlilik ilişkisi içinde oldukları partnerlerine daha düşünceli davrandıkları tespit edilmiştir. Dışa dönüklükte daha yüksek puan alan katılımcılar ayrıca deneyime açıklık ve duygusal bağlılık konusunda da yüksek puan almışlardır. Kendilerini konuşkan, girişken, maceracı ve açık (gizliye karşın) olarak değerlendiren katılımcılar kendilerini sürekli olarak daha duygusal olarak bağlı, ilişkileriyle özdeşleşen ve dahil olan olarak değerlendirmişlerdir. Vicdanlılık/sorumluluk, süregelen bağlılık ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu bulgu için araştırmacıların açıklaması; daha sorumlu titiz, temkinli ve dikkatli bireylerin, kendilerini daha iyi desteklemeleri ve başkalarına daha az bağımlı oldukları yönündedir (O'Brien ve diğerleri, 2008: 110-115).

Soyer (2019) temel kişilik özelliklerinden olan sorumluluk, uyumluluk, dışadönüklük, gelişime açıklık, duygusal tutarsızlık, olumsuz değerlik ve benlik saygısı ile yakınlık, tutku ve bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği bir çalışma yapmış (511 kadın ve 384 erkek, toplam 895 üniversite öğrencisi ile) ve şu sonuçlara ulaşmıştır; romantik ilişkisi olan öğrencilerde benlik saygısı ile uyumluluk, olumsuz değerlik ve sorumluluk; romantik ilişkisi olmayan öğrencilerde ise uyumluluk ve sorumluluk, üçgen aşk düzeylerini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yaşanmakta olan romantik ilişkinin süresi

ile üçgen aşk düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı korelasyon saptanmıştır. Cinsiyet, üçgen aşk düzeyleri üzerinde belirleyici bir unsur değildir. Araştırmada romantik ilişki yaşamakta olan öğrencilerin üçgen aşk düzeyleri ile yakınlık, bağlılık ve tutku düzeylerinin romantik ilişki yaşamakta olmayan öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Soyer, 2019).

Rusbult (1983), yatırım modelini boylamsal bir çalışma ile heteroseksüel çiftler üzerinde test etmiş, ilişki tatmini ve bağlılığın zaman içinde nasıl değiştiğini incelemiştir. Ödüllerdeki artış tatmin düzeyini arttırmış, ancak bedellerdeki değişiklikler tatmini anlamlı derecede etkilememiştir. Bağlılık; ilişki tatmini ve yatırım miktarı arttıkça ve fakat mevcut alternatiflerin kalitesi düştükçe artmaktadır. Rusbult'un (1983) bu çalışması genel olarak yatırım modelini destekler niteliktedir. Çalışma sonuçlarına göre, ilişki tatmini ve bağlılık düzeyi, bireylerin ilişkiyi sürdürme ya da ayrılma kararları üzerinde belirleyici olmaktadır (Rusbult, 1983: 110-113).

Tran, Judge, ve Kashima (2019), Rusbult'un yatırım modelinin geniş ve sistematik bir meta-analizini yapmışlardır. Bu meta-analiz ile bağlılık ve onun belirleyenleri arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin olası aracılarını incelemişlerdir. Bu meta-analiz 202 bağımsız örneklemden gelen 50,427 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Bağımsız örneklem, ilişki tatmini, yatırımın miktarı, alternatiflerin niteliği ile bağlılık arasında korelasyonlar içermektedir. İlişki tatmini ve yatırım miktarı, bağlılıkla yüksek düzeyde pozitif ilişkili, alternatiflerin niteliği ise bağlılıkla orta düzeyde negatif ilişkili bulunmuştur (Tran, Judge ve Kashima, 2019: 158).

Whitton, Stanley ve Markman (2007), ilişkideki bağlılığın, günden güne yapılan özverilerin bireyin benliğine zarar verip vermediğiyle (özellikle erkekler için) yakından ilgili olduğunu göstermiştir (Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010: 246).

Simpson (1990), bağlanma stili, bağlılık ve diğer ilişki değişkenlerini üniversite çağındaki çiftler üzerinde boylamsal olarak incelemiş ve şu sonuçlara ulaşmıştır: Güvenli bağlanma stili, partnere daha fazla bağlılık, karşılıklı bağımlılık, güven ve tatminle ilişkili; kaçınan stil ise tam tersi bir seyir izlemiş, yüksek oranda kaçınanlık, düşük bağlılık, düşük karşılıklı bağımlılık, düşük güven ve tatminle ilişkili bulunmuştur. Kaygılı bağlanma

stilinin, ilişki değişkenlerinin o kadar güçlü bir yordayıcısı olmamakla birlikte, mevcut partnere daha az bağlılık ve daha az güven ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Morgan ve Shaver, 1999: 114).

Shaver and Brennan (1992)'a göre bağlanma stilleri söz konusu olduğunda kaçınan stil bağlılığın en iyi yordayıcısıdır; kaçınanlık arttıkça bağlılık azalır. Pistole, Clark, and Tubbs (1995) bağlanma stilleri ve Rusbult'un (1983) yatırım modeli arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmalarından çıkan bulgulara göre güvenli bağlanma yüksek bağlılık, yüksek tatmin ve düşük bedelle ilişkilidir. Kaygılı stilde bağlananlar yüksek bedel, kaçınan yetişkinler ise düşük yatırım bildirilmişlerdir. Genel olarak güvenli bağlanma, romantik ilişkilerde daha fazla bağlılık duygusuna yol açmakta, güvensiz bağlanma, özellikle kaçınan stil ise daha az bağlılıkla ilişkili görünmektedir. Kaygılı ve kaçınan stil, daha az bağlılıkla ilişkili bulunsa da kaçınan ve kaygılı stilde bağlananlar yönelimlerinde önemli ölçüde farklılık göstermişlerdir. Kaygılı bağlananlar, romantik bağlanma oluşturmak ve bağlılık konusunda düşük bir eşiğe sahiptir ve kaygılı bağlananlarda ilk görüşte aşık olma, çok kolay aşık olma ve ilişki tümüyle yapılanmadan hızlıca duygusal bağ kurma eğilimi çok daha fazladır. Senchak ve Leonard (1992) evlilik bürosunda yürüttükleri bir çalışmada, kaygılı bağlanan erkeklerin en erken evlenenler olduğunu bildirmiştir (19 ay). Kaçınan bağlanan erkekler ikinci sırada (46 ay), güvenli bağlananlar ise en geç evlenenler olmuştur (49 ay) (Morgan ve Shaver, 1999: 114).

Partnerlerin birbirine bağlı olduğu ilişkilerde, güvenli bağlanmış katılımcıların oranı, bu çalışmalar çok farklı yerlerde yürütülmüş olsa da oldukça yüksek ve şaşırtıcı derecede sabittir. Ortalama olarak, partnerine bağlı katılımcıların yüzde 75 ila yüzde 82'si güvenli bağlanma stiline sahipken, şu anda bir ilişkide olmayan katılımcıların yüzde 55'inden azı kendilerini güvenli bağlanan olarak nitelemişlerdir (Morgan ve Shaver, 1999: 116).

Simpson (1990), güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin romantik ilişkideki etkisini, 144 çift ile yürüttüğü boylamsal bir çalışma üzerinde araştırmıştır. Çalışmada hem erkekler hem de kadınlar için güvenli bağlanma, kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerine kıyasla daha çok kişilerarası bağımlılık, bağlılık, güven ve memnuniyetle ilişkili bulunmuştur. Kaygılı ve kaçınan stiller, ilişkide daha seyrek pozitif

duygu ve daha sık negatif duygu ile ilişkiliyken, tam tersi güvenli ilişki için geçerlidir (Simpson, 1990: 971).

Gao (2001) Üçgen Aşk Teorisini Amerika ve Çin’de incelemiştir. 90 Çinli ve 77 Amerikalı çiftten toplanan veriler göstermiştir ki; bağlılık, tutku ve yakınlık romantik bir ilişki daha ciddi hale geldikçe artmaktadır. Tutku Amerikalı çiftlerde Çinli çiftlerden önemli ölçüde daha yüksekken, yakınlık ve bağlılık, kültürler arası farklılık göstermemiştir (Gao, 2001: 329).

Araştırmalar, yakınlığın eksikliğini veya yokluğunu bildiren evli çiftlerin, yüksek düzeyde yakınlık içeren evlilik ilişkisinde bulunan çiftlere göre, anlamlı derecede daha çok psikotik olmayan duygusal hastalıklara sahip olduklarını göstermiştir (Warin ve diğerleri 1986; akt. Timmerman, 1991:20).

Busby ve diğerleri (2019), 1421 kişiden oluşan bir örneklem üzerinde yaptıkları çalışmada, uyumlu, obsesif ve engellenmiş/ketlenmiş tutkunun özel yapısını kanıtlayarak cinsel tatminden ayırmıştır. Çalışmada cinsel tutku, ilişki uzunluğunun ve partnere karşı cinsel arzunun ötesinde yordayıcı geçerlilik göstermiştir. Uyumlu cinsel tutku, güçlü bir şekilde cinsel tatmini ve ilişki memnuniyetini yordamış, kısıtlanmış cinsel tutku ise kısmen daha düşük cinsel tatmin ve ilişki memnuniyetini yordamıştır. Obsesif cinsel tutku herhangi bir sonuçla çok az ilişkili bulunmuştur (Busby ve diğerleri, 2018:734).

Busby, Leonhardt ve James (2020), romantik bir ilişki içinde olan 1776 birey, 1813 çiftten oluşan yeni evli bireyler ve yine 244 çiftten oluşan geniş bir örneklem ile tutku konusunda geniş kapsamlı bir çalışma yapmıştır. Çalışmada; ilişkilerde cinsel tutku cinsel doyum ve ilişki memnuniyeti ile güçlü bir şekilde ilişkili ve genel tutku, romantik tutku ve genel cinsel tutku gibi diğer yapılardan farklı bulunmuştur. Çift veri setlerinden elde edilen sonuçlar, uyumlu tutku stilinin üç stilden en yaygın ve ilişki sonuçlarını en çok yordayan stil olduğunu göstermiştir. Engellenmiş/ketlenmiş cinsel tutku, ilişki sonuçlarıyla önemli ölçüde negatif ilişkilere sahiptir. Bir partnerin obsesif cinsel tutku konusunda daha yüksek puanlara sahip olduğu ve diğer partnerin engellenmiş/ketlenmiş cinsel tutku konusunda daha yüksek puanlara sahip olduğu çiftler, ilişki sonuçlarında daha düşük puanlara sahip bulunmuştur (Busby, Leonhardt ve James, 2019: 2940).

Carbonneau ve Vallerand (2013), Vallerand'ın (2003) ikili tutku modelini kullanarak uyumlu ve obsesif romantik tutkunun, bireylerin partnerleriyle çatışma durumundaki yıkıcı davranışlar ve çatışma sonrası onarıcı davranışlar üzerindeki rolünü incelemişlerdir. Sonuçlara göre; uyumlu tutku yıkıcı faaliyetlere girişme davranışlarıyla negatif ve obsesif tutku yıkıcı faaliyetlere girişme davranışlarıyla pozitif olarak ilişkilidir. Ayrıca, uyumlu tutku, çatışma sonrası onarıcı davranışlarla pozitif ilişkilirken, obsesif tutku bu sonuçla ilişkisiz bulunmuştur. Sonuçlar, uyumlu tutkunun obsesif tutkudan ayırt edilmesinin önemini vurgulamaktadır (Carbonneau, Vallerand, 2013: 743).

1.2. Duygusal Zekâ

1.2.1. Zekâ Kavramı ve Duygusal Zekâ

Zekâ alanında çalışan bilim insanlarının 1921'de, zekâyı tanımlamak için önerdikleri en yaygın unsurlar şunlardı: (a) soyut muhakeme, zihinsel temsil, problem çözme ve karar verme gibi üst düzey yetenekler (b) öğrenme yeteneği (c) çevrenin taleplerini etkili bir şekilde karşılamaya uyum. 1986'da ise, en yaygın unsurlar (a) üst düzey yetenekler, (b) kültür tarafından değer verilen yetenekler ve (c) yürütme süreçleri (Sternberg, 1997: 1030).

Zekâ kavramı genellikle soyut akıl yürütme, analiz ve problem çözme için entelektüel ve akademik kapasitelere atıfta bulunur. Bir yüzyıldan uzun bir süredir psikologlar, bu tür niteliklere dair her zamankinden daha gelişmiş testler tasarlamak için çaba göstermişler ve standart zekâ katsayısı (Intelligence Quotient "IQ") testlerinin bireyin gelecekteki akademik ve mesleki başarısını öngördüğü ölçüde bu çabalar meyve vermiştir. Genel varsayım, üniter bir genel zekâ olduğu yönünde olmuştur (Zeidner, Matthews, Roberts, 2012: 166).

Binet (1911, 1916) özel eğitim müdahalelerine gereksinim duyan Fransız okul çocuklarını belirlemek için modern zekâ testinin öncülünü tasarlamıştır. Binet'nin ölçeği, Spearman'ın (1904, 1927) genel zekâ üzerine çağdaş çalışmasıyla birlikte, bütünsel ya da genel bir problem çözme yeteneğinden kaynaklanan her tür entelektüel etkinliği kavramak için başlıca araçlar olarak hizmet etmiştir. Akademik psikolojide, Spearman'ın genel zekâ

(ya da “g”) teorisi, zekânın baskın anlayışı olmaya devam etmekte ve dolaşımdaki 70'den fazla zekâ katsayısı IQ testinin temelini teşkil etmektedir (Perkins ve Tishman, 2001; akt. Davis ve diğerleri, 2015; 485).

20. yüzyılın başından itibaren yapılan zekâ tanımlarında, zekâ testinin yaratıcıları olan Binet ve Simon (1905/1916) ve Wechsler (1939, 1958) de dahil olmak üzere araştırmacıların kullandıkları en önemli tema adaptasyon olmuştur. Çevreye uyum, evrimsel bağlamda anlaşılabilir olsa da Sternberg'e (1997) göre yeterli değildir. Çünkü insan sadece çevreye uyum sağlamaz; çevresini şekillendirir ve bazen yeni bir çevre seçer. Sternberg (1997) bu bakış açısından hareketle yeni bir tanım önerir: zekâ, herhangi bir çevresel bağlama uyum sağlamak, onu şekillendirmek ve seçmek için gerekli olan zihinsel yetenekleri içerir. Hayatın her noktasında zekâ en az iki ana işleve hizmet eder; dış dünyaya uyum ve iç tutarlılık (Sternberg, 1997: 1030).

Özellikle 1980'lerden önce, akılcı bir zihne göre “duygu”, genellikle mantıksız davranışa yol açabilmesinden korkulan bir olgu idi. Dolayısıyla duygu ve zekâ birbiriyle çelişen kavramlar olarak kabul edilmekteydi. Mesleki yaşamda bu akılcı görüş, profesyonel karar vermenin bilişsel özelliklerine orantısız bir şekilde odaklanmış, duyguların potansiyel etkisini görmezden gelmekteydi. Duygunun irrasyonel kararlar üreteceğine dair rasyonalist inanç, iş ve eğitim alanlarında duyguyu bilişten daha aşağı bir konuma yerleştirmişti (Humphrey ve diğerleri, 2007: 235).

Bununla beraber bazı bilim insanları yirminci yüzyılın büyük bir bölümünde zekânın geniş kapsamlı yapısını başka bakış açılarıyla incelemekteydiler. Thorndike'in (1920) sosyal zekâ üzerine yaptığı çalışmalardan sonra geliştirilen ilk sosyal zekâ tanımları, duygusal zekânın kavramsallaştırılmasında etkili olmuştur. (Bar-On, 2006:13).

1970'lerin sonlarında ve 1980'lerin başında Gardner tarafından geliştirilen çoklu zekâ teorisi, bireylerin sekiz veya daha fazla görece özerk zekâyâ sahip olduğunu varsaymıştır. Tanımlanan sekiz zekâ, sözel zekâ, mantıksal-matematiksel zekâ, uzamsal zekâ, müziksel zekâ, bedensel-kinestetik zekâ, doğal zekâ, kişiler arası zekâ ve içsel zekâdır (Gardner,1999; akt. Davis ve diğerleri, 2015; 485)

1980'lerden bu yana ikinci sınıf ve kafa karıştırıcı bir insan özelliği olarak, biliş tarafından bastırılmış ve geçersiz kılınmış olan duygunun rolü, profesyonel yaşam ve eğitim alanlarındaki literatürde sıkça sorgulanmaktadır. Organizasyonel çalışmalar, ekonomik psikoloji ve liderlik gibi güçlü bir şekilde rasyonalist olan alanlarda, artan sayıda yazar, artık, çalışmaların duygusal içeriğinin önemini ve kabul edilmesini, duygu ve aklın birbirine bağlı yapılar olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurgulayan söylemleri benimsemiştir (Humphrey ve diğerleri, 2007: 235).

Salovey ve Mayer (1990) duyguyu şöyle tanımlamaktadır: “Duygular, fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneyimsel sistemler dahil olmak üzere birçok psikolojik alt sistemin sınırlarını aşan organize tepkilerdir. Duygular tipik olarak, birey için olumlu ya da olumsuz değerli bir anlamı olan içsel ya da dışsal bir olaya tepki olarak ortaya çıkar. Duygular, yakın ilişkili olan “duygu durum” kavramından, duygu duruma göre daha kısa ve genellikle daha yoğun olmalarıyla ayırt edilebilir” (Salovey ve Mayer, 2004: 2, 3; akt. Humphrey ve diğerleri, 2007: 235)

Salovey ve Mayer (1990), duyguların ve duygulanımın kişilik üzerindeki genel katkıları kapsamında mevcut psikolojik literatürü bir araya getirerek, iki ayrı psikolojik kavram olan zekâ ve duygunun nasıl sentezleneceğine dair yeni bir kavram önermişlerdir; “duygusal zekâ”. Bu kavram; duygusal bilgiyi işleme ve adapte etme kapasitesindeki bireysel farklılıklar üzerine heyecan verici fakat dağınık bir araştırmalar bütününe entegrasyonu için, o güne kadar yayınlanan ilk resmi kılavuz çerçeve olmuştur (Neubauer ve Freudenthaler, 2005: 32).

O günden bu yana, özellikle Goleman'ın (1995) aynı adlı popüler kitabının yayınlanmasından sonra duygusal zekâ kavramının akademik camia ve popüler kültür üzerindeki etkisi hızlı ve yaygın olmuştur. Bu da bilimin bütün alanlarında olduğu gibi konu hakkında bilinenlerle bilinmesi gerekenler arasındaki mesafeyi açmıştır (Emerling ve Goleman, 2003: 3). Zekâ ve duygu arasındaki ilişki, bilimsel düzeyde olduğu kadar toplumsal düzeyde de uzun soluklu tartışmalara sebep olmuştur (Neubauer ve Freudenthaler, 2005: 32).

Salovey ve Mayer'in (1990) kavramı ortaya koymasından sonraki yıllarda duygusal zekâyla ilgili yapılan birçok tanım ve kavramsallaştırma çabasını yorumlayan Caruso (2004), duygusal zekâyı bir mürekkep lekesine benzetmiş, henüz tam anlamıyla yapılanmamış muğlak bir kavram olarak çok geniş bir yorum yelpazesine açık bulunduğunu ve tanımının kime sorduğumuza bağlı olarak değiştiğini iddia etmiştir (Caruso, 2004: 1).

Ackley'e (2016) göre ise, bilişsel zekânın tanımının geçtiğimiz yüzyılda sürekli değişen ve yakalanması güç bir hedef olması gibi, duygusal zekânın tanımı da onu kimin tanımladığına bağlı olarak değişiklik göstermiştir ve fakat aslında her tanımın bir değeri vardır. Geldiğimiz nokta, evrensel olarak kabul edilen tek bir tanım üzerinde anlaşmak için erkendir ve bunu yapmak muhtemelen gereksizdir. Duygusal zekâ alanındaki farklı düşünme biçimleri, tümü öğrenmeyi teşvik eden farklı araştırma ve uygulama alanlarına yol açacaktır (Ackley, 2016: 271).

Salovey ve Mayer'in (1990) duygusal zekâ tanımı şöyledir: "Duygusal zekâ, bireyin kendisinin ve başkalarının duygularını doğru bir şekilde değerlendirmesine ve ifade edilmesine, kendinde ve başkalarında duyguların etkili bir şekilde düzenlenmesine ve kişinin yaşamını motive etmek, planlamak ve başarmak için duyguları kullanmasına katkıda bulunduğu varsayılan bir dizi yetenek (Salovey, Mayer, 1990: 185).

Wolff'un (2005: 2) özetlediği şekliyle Goleman'ın duygusal zekâ tanımı ise şöyledir:

Duygusal zekâ, kendimizin ve başkalarının duygularını tanıma, kendimizi motive etme ve kendimizdeki ve başkalarındaki duyguları etkin bir şekilde yönetme kapasitesidir.

Duygusal yetkinlik, işte etkili performansla katkıda bulunan duygusal zekâyı dayalı öğrenilmiş bir kapasitedir (akt. Ackley, 2016: 271).

Öte yandan Bar-On (1997) ise duygusal zekâyı şöyle tanımlar: Duygusal zekâ, kişinin çevresel talepler ve baskılarla başa çıkmada başarılı olma yeteneğini etkileyen bir dizi bilişsel olmayan yetenekler, yeterlilikler ve becerilerdir (akt. Ackley, 2016: 271).

Duyguların ilişkiler hakkında bilgi aktardığına dair çağdaş görüş, duygular ve zekânın el ele çalışabileceğini öne sürmektedir. Duygular, birey ile bir arkadaş, bir aile, bir durum, bir toplum arasındaki veya daha içsel olarak birey ile bir yansıma veya anı arasındaki ilişkileri yansıtır. Örneğin neşe, bireyin bir arkadaşının başarısıyla özdeşleşmesini gösterebilir; ya da üzüntü bireyin kendisiyle ilgili hayal kırıklığına işaret edebilir. Duygusal zekâ, kısmen bu tür duygusal kalıpların anlamlarını tanıma ve bunlara dayanarak sorunları akıl yürütme ve çözme becerisine karşılık gelmektedir. (Mayer ve Salovey, 1997; Salovey ve Mayer, 1990; akt. Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 400).

Bugün duygusal zekânın etki alanı çok geniştir. Duygusal zekâ üzerine çok sayıda kurumsal eğitim tasarlanmış, konuyla ilgili yüzlerce ticari kitap yayınlanmıştır. Üniversiteler, personel için duygusal zekâ eğitimi sunmakta ve hatta bazıları duygusal zekâ eğitimini birinci sınıf öğrencileri için zorunlu kılmaktadır (Rivers ve diğerleri, 2019: 709).

1.2.2. Duygusal Zekâ Kuramları

Duygusal zekâ paradigmasında birden fazla yaklaşım bulunmaktadır. Başlıca duygusal zekâ kuramları; Goleman (1995, 1998), Mayer ve Salovey (1997) ve Bar-On'un (2000) duygusal zekâ kuramlarıdır. Her kuram sosyal ve duygusal zekâ ile ilişkili becerileri, özellikleri ve yetenekleri daha iyi anlamak ve açıklamak amacıyla ortaya konulmuştur. Bir bakış açısı, tek ve doğru bir kuram çerçeve çizilmesi gerektiği yönünde; bir diğer bakış açısı ise birden fazla kuramın, çoğunlukla karmaşık psikolojik yapıların çoğul yanlarını aydınlatmaya hizmet edebileceği yönünde olabilir. Bu durumda duygusal zekâ ölçütü olarak öne sürülen ölçeklerin, kavramın farklı yönlerini ölçtüğüne dair bulgular mevcuttur (Emerling ve Goleman, 2003: 9-10).

Emerling ve Goleman'a göre; Bar-On, duygusal sağlık ve uyumu öngören genel bir sosyal ve duygusal zekâ ölçüsü geliştirmeye çalışırken, Mayer ve Salovey, yeni bir zekâ biçiminin geçerliliğini ve faydasını belirlemeye çalışmış, Goleman ise sosyal ve duygusal yetkinliklere dayalı bir iş performansı kuramı geliştirmeyi amaçlamışlardır (Emerling ve Goleman, 2003: 17).

Duygusal zekâ modelleri genellikle yetenek modeli ve karma modeller olmak üzere iki ana grupta toplanmaktadır. Salovey ve Mayer'in yetenek modeli hariç diğer mevcut modeller, çok çeşitli kişilik özelliklerini açıkça dahil ederek bu yapının anlamını genişletmişlerdir. Karma duygusal zekâ modellerine karşı yetenek modeli, yalnızca kavramsallaştırma ya da kapsam açısından değil, aynı zamanda duygusal zekâyı ölçmek için kullanılan araçlar açısından da önemli ölçüde farklılık gösterir. Karma modeller duygusal zekâyı ölçmek için öz-bildirim yöntemini kullanırken, yetenek modeli, duygusal yeteneklerin performansa dayalı ölçümlerine odaklanır (Neubauer ve Freudenthaler, 2005: 32).

Yetenek modeli, duygusal zekâyı diğer zekâlarla ilişkili ve bir dizi zihinsel yetenekten oluşan bir yapı olarak görmekteyken; karma modeller, duygusal zekâyı standart kişilik özellikleri ve çeşitli yeteneklerin bir karışımı olarak görmektedirler (Rivers ve diğerleri, 2019: 709).

Caruso (2004), duygusal zekâ için farklı bir taksonomi ve yeni bir terminoloji önermiştir. Ona göre duygusal zekâ kuramlarını üçe ayırmak gerekir: kişisel özellik (trait) yaklaşımı, yetkinlik yaklaşımı ve duygusal zekâ. Girişkenlik gibi uyum ve baş etme ile ilgili kişilik ve mizaç özellikleriyle ilgilenen modeller, kişisel özellik yaklaşımı içinde düşünülmelidir. İkna edicilik gibi etkili liderliğe temel oluşturan edinilmiş beceri, yetkinlik ve performans ile ilgili modeller, yetkinlik yaklaşımı altında ele alınmalıdır. Duyguyu tanımlama gibi duygusal veriyi kullanan, entelektüel yetileri temel alan modeller ise duygusal zekâ olarak kabul edilmelidir. (Caruso, 2004: 3)

İlk duygusal zekâ kuramını, Bar-On (1988) doktora tezinde “Emotional Quotient” (EQ) terimini türeterek (Intelligence Quotient “IQ”ya karşılık olarak) ortaya koymuştur. Bu çalışmanın zamanlaması 1980'lerin sonunda duyguların sosyal işlevsellik ve genel iyilik hali (well-being) üzerindeki etkilerine olan ilginin yoğunlaştığı zamanla örtüşmektedir (Emerling ve Goleman, 2003: 13). Bar-On'un erken ilgi alanları, öznel iyilik hali adı verilen bir kavram ve performansın entelektüel olmayan yönleri üzerinedir (Caruso, 2004: 1)

Bar-On (1988), duygusal-sosyal zekânın etkin insan davranışını belirleyen birkaç kişisel ve kişiler arası yeterlilik, beceri ve kolaylaştırıcıdan oluştuğunu savunur. Bar-On

(2000), bu yapıyı “duygusal-sosyal zekâ” olarak adlandırmanın “duygusal zekâ” ya da “sosyal zekâ” olarak adlandırmaktan daha doğru olduğunu öne sürmüş ve “ESI” olarak kısaltmıştır (Emotional-Social Intelligence) (Bar-On 2006: 14).

Bar-on (2006), Darwin’in (1872, 1965) duygusal ifadenin hayatta kalma ve adaptasyon üzerindeki önemli etkilerine değindiği erken dönem çalışmalarından bu yana, duygusal-sosyal zekânın tanım ve kavramsallaştırmalarında en çok karşımıza çıkan ortak noktaları şöyle sıralar: (a) duyguları tanıma, anlama ve ifade etme yeteneği; (b) başkalarının nasıl hissettiğini anlama ve onlarla ilişkiye geçme; (c) duyguları kontrol etme ve yönetme becerisi; (d) kişisel ve kişiler arası düzlemdeki sorunları yönetme, değiştirme ve çözme; (e) olumlu duygu üretme ve öz motivasyon sağlama becerisi (Bar-On 2006: 14).

Bar-On modeline göre duygusal-sosyal zekâ, kendimizi ne kadar etkili anladığımızı ve ifade ettiğimizi, başkalarını nasıl anladığımızı ve onlarla nasıl ilişki kurduğumuzu ve günlük taleplerle nasıl başa çıktığımızı belirleyen, birbiriyle ilişkili duygusal ve sosyal yetkinlik, beceri ve kolaylaştırıcılardan (facilitators) oluşan bir kesittir (Bar-On 2006: 14). Söz konusu duygusal ve sosyal yetkinlik, beceri ve kolaylaştırıcılar, Bar-on’un (2006) duygusal-sosyal zekâ tanımlarında ortak olduğunu öne sürdüğü beş ana boyut çerçevesinde Tablo 1.1’de ele alınmıştır. (Bar-On 2006: 14).

Tablo 1.1. Bar-on'un duygusal ve sosyal yetkinlik, beceri ve kolaylaştırıcıları

EQ-i boyutları	Her ölçek tarafından değerlendirilen duygusal zekâ yetkinlikleri ve becerileri
Kişisel	Kişisel farkındalık ve kendini ifade:
Kendine saygı	Kendini doğru şekilde algılama, anlama ve kabul etme
Duygusal öz farkındalık	Kendi duygularının farkında olma ve duygularını anlama
Girişkenlik	Kendini ve duygularını etkin ve yapıcı bir şekilde ifade etme
Bağımsızlık	Kendine güvenme ve başkalarına duygusal açıdan bağımlı olmama
Kendini gerçekleştirme	Kişisel hedeflerine ulaşmak ve potansiyelini gerçekleştirmek için çaba gösterme
Kişiler arası	Sosyal farkındalık ve kişiler arası ilişkiler
Empati	Başkalarının nasıl hissettiğini fark etme ve anlama
Sosyal sorumluluk	Bağlı bulunduğu sosyal grupla özdeşleşme ve başkalarıyla işbirliği yapma
Kişiler arası ilişkiler	Karşılıklı olarak tatmin edici ilişkiler kurmak ve başkalarıyla iyi iletişim kurmak
Stres yönetimi	Duygusal yönetim ve düzenleme
Stres toleransı	Duyguları etkin ve yapıcı bir şekilde yönetme
Dürtü kontrolü	Duyguları etkin ve yapıcı bir şekilde kontrol etme
Uyum yeteneği	Değişim yönetimi
Gerçeklik testi	Kendi duygularını ve düşüncelerini dış gerçeklikle nesnel olarak doğrulama
Esneklik	Kendi duygularını ve düşüncelerini yeni durumlara göre ayarlama ve uyarlama
Problem çözümü	Kişisel ve kişiler arası problemleri etkin bir şekilde çözme
Genel duygu durumu	Öz motivasyon
İyimserlik	Olumlu oluş ve hayatın aydınlık yanına bakma
Mutluluk	Kendinden, başkalarından ve hayatın genelinden hoşnut olma

Kaynak: (Bar-On, 2006: 23)

Duygusal-sosyal zekâ öncelikle ve en önemlisi, kişinin içsel bir yetenek olarak kendinin farkında olması, güçlü ve zayıf yanlarını bilmesi, duygu ve düşüncelerini yıkıcı olmayan bir tarzda ifade edebilmesine bağlıdır (Bar-On 2006: 14).

Bar-On (2000a) modelini çevresel taleplerle etkili bir şekilde başa çıkma konusundaki genel yeteneğimizi etkileyen duygusal ve sosyal bilgiyle ilgili bir dizi özellik ve yetenek açısından tanımlar. Bu bakımdan Bar-On'un modeli psikolojik sağlık ve uyum modeli olarak görülebilir ve şu özellikleri içerir: (1) farkında olma, anlama ve kendini ifade

etme yeteneği; (2) farkında olma, anlama ve diğerleriyle ilişkiye geşebilme yeteneği; (3) yoğun duygularla baş edebilme ve dđrtđlerini kontrol edebilme yeteneği; (4) değişime uyum sağlama ve kişisel veya sosyal nitelikteki sorunları cözme yeteneği. Bar-On'un duygusal zekâ modelindeki 5 ana alan; kişisel yetenekler, kişiler arası yetenekler, uyumluluk, stres yönetimi ve genel ruh halidir (Bar-On 1997b, akt. Emerling ve Goleman, 2003: 13).

Bar-On duygusal zekâ kuramına dayanan duygusal zekâ ölçeği (Emotional Quotient Inventory “EQ-i”), literatürde en yaygın kullanılan ölçütlerinden biridir. Bar-On'un duygusal zekâ ölçütü EQ-i, geleneksel kişilik özellikleri veya bilişsel kapasitenin aksine, bireyin duygusal ve sosyal zekâsını tahmin eden duygusal ve sosyal anlamda yetkin davranışı özel olarak ölçen bir öz-bildirim ölçeğidir (Bar-On, 2000; akt. Emerling ve Goleman, 2003: 14). EQ-i, Bar-On'un (2000a) kavramsallaştırıldığı şekliyle, bireyin günlük yaşamın baskıları ve talepleriyle etkin olarak bařa çıkma yeteneğinin gečerli ve güvenilir bir tahminini sağlıyor görünmektedir (Emerling ve Goleman, 2003: 13).

Salovey ve Mayer (1990) tarafından önerilen bir diğer modelde duygusal zekâ, hem benlik hem de başkaları hakkında toplanan duygusal bilgileri etkili bir şekilde işleme ve bunlara göre hareket etme yeteneği olarak kavramsallaştırmıştır. Modelde duyguları algılama ve ifade etme, duyguları düzenleme, duygu durumlarını düşünme ve motivasyonu geliştirmek için kullanma, kişinin duygusal zekâsını oluşturan belirli zihinsel süreçler olarak kabul edilmiştir. Bugün duygusal zekânın en yaygın yetenek modeli olup, orijinal modelde yapılan bir güncelleme ile duygusal zekâyı dört yetenek kategorisinde inceler: (1) duyguları algılama, (2) duyguları düşünceyi kolaylaştırmakta kullanma, (3) duyguları anlama, ve (4) duygu düzenleme (Rivers ve diğerleri, 2019: 710).

Mayer ve Salovey'e göre (2012) duygusal zekâ alanında karmaşıklık ve gelişmişlik düzeyine göre dört farklı kategoride yetenek söz konusudur. En temel yetenekler, duyguların algılanması ve değerlendirilmesini içerir. Örneğin bir bebek ilk önce duyguların yüz ifadelerine yansıyan hallerini öğrenir. Bebek kendi sıkıntısını, ağlamasını ya da neşesini ebeveyninin empatik olarak bu duyguları ona yansıtan yüzünde görerek öğrenir. Çocuk büyüdükçe duyguları algılamak ve değerlendirmek konusunda içten gülüşle kibar

gölüş arasındaki nüansı dahi anlayabilecek kadar gelişir ve olgunlaşır (Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 400).

İkinci yetenek düzeyi, duygusal deneyimleri özümseyerek zihinsel yaşama aktarmayı kapsar. Bu aşamada duyguları birbirlerine ve diğer duyum ve düşüncelere karşı tartmak ve duyguların dikkati yönlendirmesini sağlamak gibi daha karmaşık yetenekler devrededir. Örneğin belirli bir duygusal durumu akılda tutup; ses, renk veya tat bakımından benzer bir duyumla karşılaştırabiliriz (Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 400).

Üçüncü yetenek düzeyi, duyguları anlamak ve duygular hakkında akıl yürütmektir. Bu düzeyde mutluluk, öfke, korku ve benzeri duyguların deneyimi yönetilir. Haksızlığa uğranıldığında öfke yükselir; korku genellikle rahatlamaya dönüşür; karamsarlık bizi diğerlerinden ayırabilir. Üzüntü ve öfke satranç tahtasındaki figürler gibi kendi karakteristik kurallarına göre hareket eder. Dolayısıyla birinin duygusundan yola çıkıp zaman çizgisinde geriye doğru akıl yürüterek başına ne gelmiş olabileceği tahmin edilebilir. Duygusal zekâ bu düzeyde; duyguları tanıma, nasıl ortaya çıktıklarını anlama ve duygular hakkında buna göre akıl yürütme yeteneğini içerir (Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 400).

Duygusal zekânın dördüncü ve en yüksek düzeyi, yoğun öfke hissettikten sonra nasıl sakinleşeceğini bilmek veya başka bir kişinin kaygısını hafifletebilmek gibi, bireyin kendisinde ve başkalarında açığa çıkan duyguların yönetimini ve düzenlenmesini kapsar. (Mayer, Salovey, Caruso, 2012: 400).

Dört kategorinin her biri, insan gelişim süreci boyunca kazanılan temelden ileri düzeye kadar birbiriyle ilişkili çeşitli becerilerden oluşur. Kategorilerin kendileri de karmaşıklık derecesine göre yükselir. Duyguları algılamamanın, duyguların daha kasıtlı olarak düzenlenmesinden daha basit bir dizi yetenek içerdiği düşünülmektedir. (Rivers ve diğerleri, 2019: 710).

Mayer, Caruso, Salovey'in (2016) dört yetenek düzeyi ve onlarla ilgili akıl yürütme şekilleri Tablo 1.2'de sunulmuştur.

Tablo 1.2. Mayer, Caruso, Salovey’in dört yetenek düzeyi ve akıl yürütme şekilleri

Dört Yetenek Düzeyi	Akl yürütme şekilleri
1.Duyguları yönetme	Arzu edilen sonuca ulaşmak için başkalarının duygularını etkili bir şekilde yönetebilme Arzu edilen sonuca ulaşmak için kendi duygularını etkili bir şekilde yönetebilme Duygusal bir tepkiyi sürdürmek, azaltmak veya yoğunlaştırmak için stratejileri değerlendirmek Rasyonel olup olmadıklarını saptamak için duygusal tepkileri izleme Yardımcı oluyorsa duygunun içinde kalma; değilse duygudan çıkma Gerektiğinde hoş ve hoş olmayan duygulara ve bu duyguların aktardığı bilgiye açık olma
2.Duyguları anlama	Duyguları değerlendirirken kültürel farklılıkları tanıma Kişinin gelecekte veya belirli koşullar altında nasıl hissedebileceğini anlama (duygusal tahmin) Öfkeden tatmine geçiş gibi, duygular arası olası geçişleri tanıyabilme Kompleks ve karışık duyguları anlama Duyguyu ve duygu durumunu ayırt edebilme Duyguları ortaya çıkarması muhtemel durumları değerlendirme Duyguların öncüllerini, anlamlarını ve sonuçlarını saptama Duyguları isimlendirme ve aralarındaki ilişkileri tanıma
3.Duyguları kullanarak düşüncüyü kolaylaştırma	Kişinin devam eden duygusal durumunun bilişi nasıl kolaylaştırabileceğine dayalı sorunları seçin. Farklı bilişsel bakış açıları oluşturmak için ruh hali değişimlerinden yararlanma Dikkatini mevcut duyguya göre yönlendirerek düşünmeye öncelik verme Bashkalarının deneyimleriyle ilişki kurmanın bir yolu olarak duygu üretme Yargıya varmaya ve belleğe yardım için duygu üretme
4.Duyguyu algılama	Yanılıcı ya da içtenliksiz duygusal ifadeyi tanıyabilme Doğru olan ve doğru olmayan duygusal ifadeyi ayırt edebilme Bağlama ve kültüre bağlı olarak duyguların nasıl sergilendiğini anlama İstendiğinde duyguları doğru ifade etme Çevredeki, görsel sanatlardaki ve müzikteki duygusal içeriği algılama Sesli işaretler, yüz ifadeleri, dil ve davranışlarından yola çıkarak başkalarının duyguları algılama Kendi fiziksel durum, his ve düşüncelerindeki duyguları tanımlama

Kaynak: (Mayer, Caruso, Salovey, 2016: 294)

Mayer ve Salovey’in (1997) duygusal zekâ kuramı ve onu ölçmek için araçlar geliştirme motivasyonu, geleneksel zekâ ölçümlerinin duyguları ve duygusal bilgiyi algılama, işleme ve etkin bir şekilde yönetme yeteneğindeki kişisel farklılıkları ölçmekte başarısız olmasından yola çıkarak ortaya konulmuştur (Emerling ve Goleman, 2003: 14).

Duygusal zekâ paradigması içinde başlıca yaklaşımlardan biri de Goleman’ın (1998) duygusal zekâ kuramıdır. Goleman’a (1998) göre duygusal zekâ, kendi duygularımızı ve başkalarının duygularını tanıma, kendimizi motive etme ve kendimizdeki ve ilişkilerimizdeki duyguları iyi yönetme kapasitesidir (Goleman, 1998: 317) (Freeland, 2007: 19).

Goleman’ın (1998) duygusal zekâ kuramı, bireyin; öz farkındalık, öz yönetim, sosyal farkındalık ve ilişki yönetimi alanlarındaki becerilerde ustalaşma potansiyelini

yansıtan bir duygusal zekâ çerçevesini temsil etmektedir (Goleman, 2001; akt. Emerling ve Goleman, 2003: 16). Goleman'ın bu dört ana alanı temel alan duygusal zekâ modelinde, bu alanların her biri, ilgili duygusal zekâ alanındaki öğrenilmiş yetenekler veya yetkinlikler için birer temel teşkil etmektedir. Goleman'ın (1998b), duygusal “yetkinlik” olarak öne sürdüğü kavram; “iş hayatında duygusal zekâyâ dayalı ve olağanüstü performansla sonuçlanan öğrenilmiş yetenek” olarak tanımlanmıştır (Emerling ve Goleman, 2003: 16).

Duygusal zekâmız, dört duygusal zekâ kategorisinde ele alınan pratik becerileri öğrenme potansiyelimizi belirler. Duygusal yetkinlik ise, bu becerileri öğrenerek ve onları uygulamada ustalaşarak, zekâyı iş başında yeteneklere çevirerek, duygusal zekânın belirlediği potansiyelin ne kadarını gerçekleştirdiğimizi gösterir (Goleman, 2001b: 28) (Freeland, 2007: 19). Goleman'ın (1998) dört ana duygusal zekâ alanı ve ilgili yetkinlikleri Tablo 1.3'te sunulmuştur.

Tablo 1.3. Goleman'ın dört ana duygusal zekâ alanı ve ilgili yetkinlikleri

Kişisel farkındalık
Duygusal öz farkındalık
Doğru öz değerlendirme
Öz güven
Öz yönetim
Duygusal öz kontrol
Güvenilirlik
Dürüstlük, vicdanlılık, işine bağlılık
Uyum yeteneği
Başarı yönelimi
İnisiyatif
Sosyal farkındalık
Empati
Yardım yönelimi
Organizasyonel farkındalık
İlişki yönetimi
Diğerlerini geliştirme
Etki edebilirlik
İletişim
Çatışma yönetimi
Vizyoner liderlik
Değişimi hızlandırma
Bağ kurma
Takım çalışması ve iş birliği

Kaynak: (Goleman, 1998; akt. Freeland, 2007: 20)

Goleman'ın duygusal yetkinlik alanlarından kişisel farkındalıkta; kendini tanıyan bireyler, kendi duygularını tanıyabilir, anlayabilirler ve güçlü empati becerilerine katkıda bulunan temel yeteneklere sahiptirler. Diğer yetkinlik alanı öz yönetimde, dürtülerin kontrolü ve esneklik, kendi duygularını yönetebilenler için kilit unsurlardır. Sosyal farkındalık yetkinlik alanında; sosyal olarak bilinçli bireyler, diğerlerinin duygularıyla uyum içindedir ve onlara uygun şekilde tepki verebilirler. İlişki yönetimi yetkinlik alanında ise; güçlü ilişki yöneticileri problem çözebilir, iknayı etkili bir şekilde kullanabilir ve ilişkilerinin sosyal yanlarıyla baş edebilirler. (Freeland, 2007: 21)

Mayer ve Salovey'in duygusal zekâ modelindeki hiyerarşik yapıya benzer şekilde, Goleman'ın modelinde de bazı alanlar daha karmaşık yetkinlikler için zemin hazırlar. Özellikle iki ana yol vardır. Biri; etkin öz yönetim için gerekli bir yetkinlik olarak öz farkındalıktır, ki bu da daha fazla sosyal beceri ile sonuçlanır. Bir diğeri; sosyal farkındalık için bir ön koşul olarak hizmet eden öz farkındalık veya daha özel olarak empati ile formüle edilir ve bu da daha sonra etkin öz yönetime zemin hazırlar (Freeland, 2007: 21).

Bu kapsamda geliştirilen bir diğer kuram Duygusal Zekâ Özelliği Kuramıdır. Petrides, Pita ve Kokkinaki'ye göre (2007), duygusal zekâ kişilik özelliği, kişilik hiyerarşilerinin alt seviyelerinde yer alan ve duygusal zekâ özelliği ölçeği aracılığıyla ölçülen, duygusal benlik algılarının bir konstelasyonu olarak tanımlanmaktadır (Petrides, Pita, ve Kokkinaki, 2007; akt. Petrides, 2010:137).

Duygusal zekâ kişilik özelliği, duygusal deneyime içkin öznelliği tanıyan, alandaki tek operasyonel tanımdır. Duygusal zekâ kişilik özelliği unsurları, yetkinlikler ya da zihinsel yetenek veya kolaylaştırıcıların aksine kişilik özellikleridir. Ayrıca, beş büyük kişilik özelliğinde bireysel farklılıkların gelişiminde rol oynayan genlerin aynılarının duygusal zekâ kişilik özelliğinin gelişiminde de rol oynadığı, araştırmalarla doğrulanmıştır (Vernon ve diğerleri, 2008; akt. Petrides, 2010:137).

Duygusal zekâ özelliği kuramı, duygusal zekâ yapısını diferansiyel psikolojinin ana akım araştırmalarına bağlamakta ve ilişkiler, davranışsal genetik, iş dünyası, hemşirelik,

psikonöroendokrinoloji ve daha pek çok alanda ana referans çerçevesi olarak kullanılmaktadır (Petrides, 2010:137).

Petrides (2010) duygusal zekâ özelliği kuramının diğer duygusal zekâ kuramlarına olan üstünlüklerini şöyle sıralamıştır: Duygusal deneyimin öznel doğasını kabul eder, böylece diğer modellerin ayağına takılan bir dizi engeli aşmış olur. Duygusal zekâ yapısını bilimsel bilgi birikiminden kopuk yeni bir olgu olarak ele almak yerine, diferansiyel psikolojinin ana akım kuramlarıyla bütünleştirir. Belirli tescilli ölçeklere bağlı değildir, daha ziyade herhangi bir duygusal zekâ anketinden veya ilgili yapılardan elde edilen verilerin yorumlanması için genel bir platform sağlar. Tek bir özgün modelle sınırlandırılmak yerine, örneğin sosyal zekâ gibi ortak alanlara kolayca genişletilebilir (Petrides, 2010: 138).

Duygusal zekâ kişilik özelliği kuramına dayanan duygusal zekâ özelliği ölçeği (Trait Emotional Intelligence Questionnaire “TEIQue”) uzun formu Petrides (2001), Petrides, Pérez ve Furnham (2003) tarafından geliştirilmiş olup; 15 alt ölçek, 4 faktör ve totalde sonuçlar veren 153 maddeden oluşmaktadır. Analizler, esenlik, öz denetim becerileri, duygusal beceriler ve sosyal becerilerden oluşan dört faktörlü yapıyı desteklemektedir. Tahmin geçerliliği olan alanlar; akıl sağlığı (depresyon, kişilik bozuklukları, disfonksiyonel tutumlar), uyumlu baş etme stilleri, iş stresi, iş performansı, organizasyonel bağlılık, okulda sapkın davranış, duygu durumu harekete geçirmeye duyarlılıktır (Pérez, Petrides, Furnham, 2005: 131-135).

Petrides’in (2010) duygusal zekâ kişilik özelliği unsurları ve TEIQue’den yüksek puan alanların kendilerini nasıl tanımladıkları Tablo 1.4’te sunulmuştur.

Tablo 1.4. Duygusal Zekâ Özelliği Alanı

Unsurlar	Yüksek puan alanlar kendilerini şöyle tanımlamaktadır:
Uyum	Esnek ve yeni durumlara uyum sağlamaya istekli
Girişkenlik	İçten, açık sözlü ve haklarını savunmaya istekli
Duygu ifadesi	Duygularını başkalarına ifade edebilen
Duyguları yönetme (başkalarında)	Başkalarının duygularını etkileyebilen
Duyguları algılama (kendi ve başkalarının)	Kendi ve başkalarının duyguları hakkında net olabilen
Duyguları düzenleme	Kendi duygularını denetleyebilen
Dürtüsellik (düşük)	Düşünceli, dürtülerine teslim olma olasılığı daha düşük
İlişkiler	Tatmin edici kişisel ilişkileri sürdürebilen
Benlik saygısı	Başarılı ve öz güvenli
Öz motivasyon	Azimli ve zorluklar karşısında pes etme olasılığı düşük
Sosyal farkındalık	Üstün sosyal becerilerle başarılı sosyal ağ oluşturabilen
Stres yönetimi	Baskıya dayanabilen ve stresi düzenleyebilen
Empati özelliği	Başkasının gözünden bakabilen
Mutluluk özelliği	Neşeli ve hayatından memnun
İyimserlik özelliği	Kendine güvenen ve hayatın iyi yönlerine bakabilen

Kaynak: (Petrides, 2010: 137)

1.2.3. Duygusal Zekâ ile İlgili Araştırma Bulguları

Bazı yazarlar, duygusal zekânın işte, okulda ve ilişkilerdeki başarıyı IQ'dan daha iyi öngördüğünü iddia etseler de bu iddiaları desteklemek veya çürütmek için az sayıda araştırma bulunmaktadır (Barchard, 2003: 840).

Cabello ve diğerleri (2016), yaşları 17-76 arasında değişen, 12.198 bireyi kapsayan çok geniş bir örneklem üzerinde MSCEIT kullanarak yaş ve cinsiyetin duygusal zekâ üzerindeki etkisini incelemiş, kadınların duygusal zekâlarının hem total puanlarda hem de 4 farklı faktörde erkeklere oranla daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Duyguları anlama faktörü hariç, diğer alanlarda genç ve yaşlı yetişkinler, orta yaşlı yetişkinlere oranla daha düşük puanlar almışlardır. Duyguları anlama faktöründe duygusal zekâ puanları artan yaşla birlikte giderek azalmaktadır (Cabello ve diğerleri, 2016: 1490).

Meshkat ve Nejati (2017), 455 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdikleri araştırmada EQ-i puanlarını karşılaştırmış ve total puanlarda kadın ve erkek katılımcılar

arasında anlamlı bir farklılık saptamamışlardır. Duygusal öz farkındalık, kişiler arası ilişkiler, öz saygı ve empati alanlarında kadınlar daha yüksek puan almışlardır (Meshkat ve Nejati, 2017: 1).

Öte yandan, Ahmad, Bangash ve Khan (2009), 160 kişilik bir örneklem üzerinde EQ-i kullanarak yaptıkları çalışmada erkek katılımcıların kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek duygusal zekâ puanları aldıklarını tespit etmişlerdir (Ahmad, Bangash, Khan, 2009: 127).

Benzer şekilde; Ajmal, Javed ve Javed (2017), 500 tıp öğrencisinin katılımıyla, EQ-i kullanarak gerçekleştirdikleri çalışmada erkek katılımcıların kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek duygusal zekâ puanları aldıklarını tespit etmişlerdir (Ajmal, Javed ve Javed, 2017: 205).

424 servis çalışanı üzerinde TEIQue-SF kullanarak yaptıkları çalışmada kadın çalışanların duygusal zekâsı erkek çalışanlardan daha yüksek bulunmuştur. Sonuçlar aynı zamanda, yaş arttıkça duygusal zekâ puanlarının da yükseldiğini göstermiştir (Pooja ve Kumar, 2016: 21, 22)

Bar-On (2000), yaptığı kohort çalışmalarda daha yaşlı katılımcıların, duygusal zekâ ölçeğinde daha yüksek puan alma eğiliminde olduğunu saptamıştır. Bu durum duygusal zekânın bir dereceye kadar, yaşam deneyimi yoluyla öğrenilebileceğini düşündürmektedir (Emmerling, Goleman, 2003: 20, 21).

Duygusal zekânın işle ilgili görevlerdeki performansı ve başarılı kişilerarası etkileşimleri yordadığı iddialarına rağmen, bu iddiaları destekleyecek az sayıda araştırma vardır. Yetenek tabanlı duygusal zekâ ölçeği MSCEIT'in (Mayer, Salovey, ve Caruso, 2000b) yapı ve ölçütü ilgili geçerlilik çalışmasını yapan Day ve Carroll'a (2004) göre bu dört faktörlü yapı, datayla uyumludur. Öngörüldüğü gibi, bazı alt ölçeklerde cinsiyet ve deneyim farklılıkları mevcut olup kişilik özellikleriyle orta düzeyde ilişkilidir. Çalışmada sadece duyguları algılama alt ölçeği performans ve bilişsel karar verme ile ilişkili bulunmuştur (Day, Carroll, 2004: 1443).

Deneyim (yaş), duyguları anlama alt ölçeği dışında diğer MSCEIT alt boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Üniversitede daha fazla yılı tamamlamış olan öğrenciler duyguları daha iyi algılama, yönetme ve entegre etme konusunda daha iyilerdir. Öte yandan daha genç öğrenciler yüzlerdeki ve sanatsal yapıtlardaki duyguları algılama konusunda daha ileri yaştaki öğrencilerden daha iyi bulunmuştur. (Çalışmadaki üniversite öğrencilerinin yaşları 17-54 arasında değişmektedir). Kadınlar bütün MSCEIT ölçeklerinde erkeklerden anlamlı düzeyde daha iyi performans sergilemişlerdir (Day, Carroll, 2004: 1454).

Nasir ve Masrur (2010), duygusal zekâ ile cinsiyet, yaş ve akademik başarıyı karşılaştırdıkları araştırmada, yaşları 18-35 arasında değişen 132 üniversite öğrencisi ile çalışmış ve EQi kullanmışlardır. Üniversite öğrencilerinin genel not ortalamalarına (Cumulative Grade Point Average “CGPA”) bakıldığında, duygusal zekâ ile CGPA arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur. Yaş ile duygusal zekâ arasında bir ilişki bulunamamış, cinsiyet farkı ise sadece stres yönetimi alt ölçeğinde erkekler lehine tespit edilmiştir (Nasir ve Masrur, 2010: 37).

Fernandez-Berrocal (2012), cinsiyetin duygusal zekâ üzerindeki etkisini hem cinsiyet hem de duygusal zekâ ile etkileşimi bilinen yaşı kontrol etmek suretiyle incelemiştir. Başlangıçta duygusal zekâ için rapor edilen cinsiyet farklılıkları; MSCEIT ölçeğinin kolaylaştırma, anlama, stratejik alt boyut ve total puanlarında bütünüyle yaşın aracılık etkisiyle ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar cinsiyet farklılıklarından söz ederken, duygusal zekâyı etkileyebilecek olan yaş gibi diğer değişkenlere çok dikkatli yaklaşma gereğini işaret etmektedir (Fernandez-Berrocal, 2012: 77).

Chen, Peng ve Fang (2016) duygusal zekânın yaşla birlikte artarak öznel esenlik algısını da arttıracığı yönündeki varsayımları test ettikleri çalışmada, 20-79 yaş arasında 360 bireyle çalışmış ve duygusal zekânın yaş ile yaşam tatmini arasında kısmi, yaş ile duygusal esenlik arasında ise bütünüyle aracılık etkisi bulunduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yaşlı bireyler duygusal zekâlarını öznel esenliklerini arttırmada kullanabilmektedirler (Chen, Peng ve Fang, 2016: 91).

Karduz (2009), çiftlerin duygusal zekâları ile uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmış ve duygusal zekâ puanları açısından kadın katılımcılarla erkek katılımcılar arasında anlamlı düzeyde bir fark saptamamıştır. Ancak duygusal zekâ ile evlilik uyumu (pozitif korelasyon), eğitim durumu (üniversite mezunlarının duygusal zekâsı ilk ve orta öğrenim mezunlarından daha yüksektir), yaşamın geçtiği yer (büyük şehirlerde yaşayanlarda duygusal zekâ daha yüksektir) arasında ilişkiler saptanmıştır (Karduz, 2009: 91, 98).

MacCann ve çalışma arkadaşları (2020) yaptıkları geniş çaplı bir meta analizde duygusal zekâ ile akademik performans arasında düşük ve orta düzeyde pozitif korelasyon tespit etmişlerdir. Çalışmada yetenek tabanlı, öz-bildirim ve karma duygusal zekâ ölçütleri ve büyük beş kişilik özelliği testi kullanılmıştır. Etkenlerin göreceli önemlerine bakıldığında duygusal zekâ, zekâ ve sorumluluktan sonra akademik performans üzerinde üçüncü en önemli etken olarak tespit edilmiştir. Korelasyon, yetenek tabanlı duygusal zekâ ölçümlerinde MSCEIT, duyguları anlama ve duyguları yönetme alt ölçeklerinde en yüksek düzeyde bulunmuştur (MacCann ve diğerleri, 2020: 150).

MacCann ve çalışma arkadaşlarına göre duygusal zekânın farklı faktörleri, büyük olasılıkla farklı yollar aracılığıyla akademik performansı yordamaktadır. Duygusal kendine yeterlilik en düşük düzeyde etkisi olan faktörken; duyguların nedenleri ve sonuçlarıyla ilgili bilgi, duygusal kelime haznesi ve duygusal durumları yönetebilme becerisi, akademik başarı üzerinde potansiyel olarak en etkili faktörlerdir. Akademik başarı için sadece zeki olmak yeterli değil, öğrencilerin duyguları anlama ve yönetme becerilerinin de yüksek olması gerekmektedir (MacCann ve diğerleri, 2020: 174).

Barchard (2003) duygusal zekâ ile geleneksel bilişsel yeteneklerin ve büyük beş kişilik özelliğinin akademik başarı üzerindeki tahmin geçerliliğini karşılaştırdığı çalışmasında, duygusal zekânın sadece bazı faktörlerinin tahmin edici olduğunu ve bu faktörlerin hiçbirinin akademik başarıyı yordamakta bilişsel yetenekler ve kişilik özellikleri kadar etkili olmadığını saptamıştır. Barchard (2003), duygusal zekâ ölçümü ile geleneksel zekâ ve kişilik özelliği ölçümleri arasındaki örtüşmenin, bu bağlamda etkenlerin tekil tahmin geçerliliğini sınırlayabileceğini öne sürmektedir (Barchard, 2003: 840).

Parker ve çalışma arkadaşlarının (2004) EQ-i:Short (EQ-i kısa formu) kullanarak yaptığı çalışmada akademik başarı, duygusal zekânın kişisel, uyumluluk ve stres yönetimi alt boyutları ile güçlü bir şekilde ilişkili bulunmuştur ki çalışmada bu boyutların liseden üniversiteye başarılı geçişte önemli faktörler olarak vurgulanmaktadır (Parker ve diğerleri, 2004: 163).

Duygusal zekâ özelliği ile çocukların okuldaki sosyo-duygusal uyumu ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, 8 - 10 ve 11 - 13 yaşları arasındaki çocuklar, EQ-i: YV (EQ-i gençlik versiyonunu) ile değerlendirilmiştir. Duygusal zekâ özelliği yalnızca 11-13 yaşındaki çocuklarda uyumlu işlevsellik ve akademik başarı ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. 8-10 yaşındaki grupta anlamlı ilişki bulunmaması duygusal zekâ ile sosyo-duygusal uyumu karşılaştırırken yaşı öneme dikkatimizi çekmektedir (Brouzos, Misailidi ve Hadjimatheou, 2014: 83).

Öte yandan, Newsome, Day, Canato (2000), duygusal zekâ, bilişsel yetenekler ve kişilik özelliklerinin akademik başarıya olan etkisini araştırdıkları, 180 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada bilişsel yeteneklerin ve dışa dönüklük ve öz denetim boyutlarında kişilik özelliklerinin akademik başarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ancak duygusal zekânın hiçbir alt boyutta ve toplamda akademik başarıyla ilişkili olmadığını tespit etmişlerdir (Newsome, Day, Canato, 2000: 1005).

Tekin Acar (2001), 181 yönetici ile yürüttüğü çalışmada duygusal zekâ ile liderlik davranışlarını karşılaştırmış; duygusal zekânın tüm boyutlarının toplamı ile insana yönelik liderlik davranışları arasında ve duygusal zekânın uyumluluk ve genel ruh durumu boyutları ile göreve yönelik liderlik davranışları arasında pozitif korelasyon gözlemlemiştir (Tekin Acar, 2001: iii).

Evli çiftlerin duygusal zekâları ile evlilik uyumlarının EQ-i kullanarak karşılaştırıldığı bir araştırmada, duygusal zekâ puanları açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Duygusal zekânın stresle başa çıkma alt boyutunda üniversite mezunları lise mezunlarından daha yüksek puan almışlardır. Gelir seviyelerine bakıldığında, kişiler arası beceriler, genel ruh durumu, stresle başa çıkma ve toplam duygusal zekâ puanlarında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Gelir düzeyi düşük ve

yüksek olan çiftlerin evlilik uyumları, gelir düzeyi orta olan çiftlerden daha yüksektir. Duygusal zekânın genel ruh durumu boyutunda evlilik yılına göre anlamlı düzeyde değişiklikler gözlenmiş; 6 ila 10 yıldır evli olan çiftlerde genel ruh durumu düzeyleri, 1 ila 5 yıldır evli olan çiftlere göre düşüktür (Baba, 2010: 105).

Evlenmek için birbirlerini seçen nişanlı çiftlerin duygusal zekâ düzeylerinin demografik faktörler çerçevesinde incelediği çalışmalarında Cingisiz ve Murat (2010), eğitim düzeyi ile duygusal zekâ arasında pozitif korelasyon saptamışlardır. Aynı çalışmada, duygusal zekâ ile; yaş, cinsiyet, evlenme biçimi ve meslek arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Nişanlı çiftlerin (kadın ve erkeğin) zekâ düzeyleri arasında da yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur (Cingisiz ve Murat, 2010: 99).

Mavruk Özbiçer'in (2018) gerçekleştirdiği çalışmada kadın ve erkek katılımcıların duygusal zekâ ve romantik ilişki doyumu düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermemekte, her iki cinsiyetten bireyler için yaş arttıkça duygusal zekâ ve romantik ilişki doyumu artmaktadır. Çalışmada sevgilisi olanların duygusal zekâ puanları sevgilisi olmayanlara göre daha yüksektir (Mavruk Özbiçer ve Atıcı, 2018,: 273).

Üncü'nün (2007), 466 evli bireyle (EQ-NED) Duygusal Zekâ Ölçeği kullanarak gerçekleştirdiği araştırmada duygusal zekâ toplam puanı ve duyguları yönetme ve ötekinin duygularını anlama alt boyutlarında kadınların erkeklerden daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmiştir. İstanbul Kağıthane'de yaşayanlar, Yozgat Sarıkaya'da yaşayanlara oranla, duygusal zekâ toplamda ve duyguları yönetme alt boyutunda daha yüksek puanlar almışlardır. Eğitim ve evlilik süresi ile duygusal zekâ arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır (Üncü, 2007: iv).

Duygusal zekânın sosyal ve mesleki işleyişteki önemini destekleyen çok sayıda araştırma kanıt niteliği taşımakta ve fakat bu kapasitenin sinirsel temelleri üzerine nispeten az sayıda çalışma bulunmaktadır. Pisner ve diğerleri (1017), yaşları 16-48 arasında 32 sağlıklı bireyden oluşan bir örneklem üzerinde Tract Based Spatial Statistics (TBSS) ve MSCEIT kullanarak beyaz madde ile duygusal zekâ arasındaki ilişkileri incelemişlerdir.

Çalışmada kilit bölümlerdeki beyaz madde bütünlüğü, MSCEIT'in stratejik alanı ile (duyguları anlama ve duyguları yönetme) pozitif olarak ilişkili, ancak deneyimsel alanı ile (duyguları algılama ve kolaylaştırma) ilişkili olmadığı bulunmuştur. Bu bulgular, duygusal zekânın belirli bileşenlerinin, ana aksonal yolların yapısal mikro mimarisi ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir (Pisner ve diğerleri, 2016: 255).

Barbey, Colom ve Grafman'ın (2012) fokal beyin hasarı olan 152 hasta üzerinde voksel tabanlı lezyon-semptom haritalama yöntemi kullanarak duygusal zekânın sinirsel temelini araştırdıkları çalışma; sosyal bilgi ağının bilişsel, sosyal ve duygusal süreçlerin koordinasyonundaki rolüne dair kanıtlar sunmaktadır. Bu ağın zarar görmesi, kişinin günlük taleplerle etkili bir şekilde başa çıkma yeteneğini olumsuz yönde etkileyebilecek duygusal zekâ bozukluklarına neden olabilmektedir. En önemli bozulmalar, kendinin farkında olma ve kendini ifade etme, kişiler arası ilişkiler, duyguları kontrol etme ve yönetme, kişisel hedefleri gerçekleştirmek için gerekli olumlu duygulanımı üretme, anlık durumlarla başa çıkma, karar verme, kişisel ve kişiler arası problemleri çözme alanlarında olmaktadır (Barbey, Colom, Grafman, 2012:265).

Operskalski ve diğerleri (2015), travmatik beyin hasarı olan 130 savaş gazisi üzerinde yaptıkları çalışmada duygusal zekânın bileşenlerinin sinirsel temellerini araştırmış; duygusal zekânın deneyimsel (duygusal bilgiyi algılama ve kullanma) ve stratejik (duyguları anlama ve yönetme) yanlarının altında yatan sinirsel mekanizmaları incelemişlerdir. Sonuçlar, duygusal zekânın iki alanının (duyguları algılama ve yönetme) ortak ve ayırt edici sinir sistemleriyle bağlantılı olduğunu göstermekte ve duygusal bilgi işlemenin stratejik yönleri için orbito frontal ve parietal korteksin seçici katılımı söz konusu olmaktadır. Gözlemlenen bulgular, deneyimsel ve stratejik duygusal zekânın alt yönlerinin; frontal, temporal ve parietal cortex içindeki beyin yapılarının çekirdek ağına bağlı olan ayrılabilir ancak ilişkili süreçler olabildiğini göstermiştir (Operskalski ve diğerleri, 2015:1, 6).

Martins, Ramalho ve Morin (2010) dünya çapında pek çok araştırmayı ve 19.815 kişilik toplam örnekleme içeren geniş kapsamlı meta analiz çalışmasında, duygusal zekâ ile genel sağlık arasındaki pozitif korelasyonu doğrulamışlardır. Duygusal zekâ sağlıklı, bir

özellik (trait) olarak ölçüldüğünde ($r = .34$), bir yetenek olarak ölçüldüğünden ($r = .17$) daha güçlü bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca duygusal zekâ akıl sağlığı ve psiko-somatik sağlıkla, fiziksel sağlıkla olduğundan daha yüksek oranda ilişkilidir. Ayrıca, meta-analiz göstermektedir ki, bu araştırma dizisi yeterliliğe ve kararlılığa ulaşmıştır ve genel olarak sonuçlar, duygusal zekânın sağlığı tahmin eden bir faktör olduğunu göstermektedir (Martins, Ramalho ve Morin, 2010: 554).

Bir başka geniş kapsamlı meta analizde, duygusal zekâ ile öznel esenlik algısı (Subjective Well Being “SWB”) karşılaştırılmış, 25 farklı çalışmayı ve toplam 8520 katılımcıyı içeren çalışmada iki kavram arasında pozitif yönde anlamlı korelasyon tespit edilmiştir. Çalışmada ayrıca, duygusal zekâ ile öznel esenlik algısının bilişsel bileşeni arasında, duygusal bileşenle olandan daha yüksek düzeyde ilişki saptanmıştır (Sánchez-Álvarez, Extremera ve Fernández-Berrocal, 2015: 276).

Schutte ve çalışma arkadaşları 7898 katılımcıyı kapsayan meta analizlerinde, duygusal zekâ ile daha iyi akıl sağlığı, psiko-somatik sağlık ve fiziksel sağlık arasında anlamlı ilişkiler saptamışlardır. Duygusal zekâyı ölçmede kullanılan ölçekler arasında EQ-i, akıl sağlığıyla duygusal zekâ arasında en yüksek ilişki tespit ettikleri ölçüt olmuştur (Schutte ve diğerleri, 2007: 921).

Farklı sektörlerde çalışan 300 kişi üzerinde Schutte duygusal zekâ ölçeği kullanarak yapılan bir başka çalışmada duygusal zekâ, psikolojik esenliği teşkil eden unsurlardan benlik saygısı, yaşam tatmini ve kendini kabul ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Carmeli, Yitzhak-Halevy ve Weisberg, 2009: 66).

Duygusal zekâ hayatımızın her alanında önemli bir rol oynamakta. Buna rağmen, duygusal becerilerin gelişimi genellikle şansa bırakılır ve pek azımız bu becerilerin geliştirilmesi için yapılandırılmış, sistematik ve kasıtlı fırsatlara kavuşabilmekteyiz. Kısmen de olsa, çocukların duygusal becerilerinin geliştirilmesine odaklanan sosyal duygusal eğitim (SEL) programlarının sayısı son birkaç on yılda istikrarlı bir şekilde artmıştır. Ancak, bilimsel duygusal zekâ eğitim programlarının geliştirilmesi ve bu programların değerlendirilmesinde bilimsel veriye dayalı yaklaşımların kullanılması adına daha yapılacak çok iş vardır (Torrente, Rivers ve Brackett, 2016: 342).

Emmerling ve Goleman (2003), sürekli çaba ve dikkat olmadan, bireylerin duygusal zekâlarının belirli bir yönünü büyük ölçüde geliştirmelerinin mümkün olmadığını öne sürmektedir. Sosyal ve duygusal zekâyı geliştirmenin, adanmışlık ve çaba gerektiren zamana yayılmış bir süreç olabileceği, bir süredir pek çok araştırmacının üzerinde çalıştığı bir konudur. Psikoterapi, eğitim programları ve yönetici eğitimleri alanlarından gelen birçok çalışma sonucu, insanların sosyal duygusal yetkinliklerini sürekli çaba ve sistematik programlar dahilinde arttırabilecekleri yönündedir (Emmerling, Goleman, 2003: 20, 21).

Duygusal zekâ yetkinliklerinin geliştirilebilirliğine dair pek çok araştırma yapılmakla birlikte en ikna edici çalışmalar Boyatzis, Cowan ve Kolb'un (1995) the Weatherhead School of Management at Case Western Reserve University'de yaptığı boylamsal çalışmalarıdır. Bu çalışmada öğrenciler, bilişsel yetilerine ek olarak duygusal yetkinliklerini de değerlendirmelerine olanak tanıyan zorunlu bir duygusal yetkinlik geliştirme dersine katıldılar. Duygusal gelişim için kendi hedeflerine uygun özel yetkinlikler seçebildiler ve bu yetkinlikleri güçlendirmek için bireyselleştirilmiş bir öğrenme planı geliştirme ve uygulama imkânı buldular. Programın başında, mezuniyette ve mezuniyeti takip eden yıllarda yapılan nesnel ölçümler, duygusal zekâ yetkinliklerinin anlamlı düzeyde geliştirilebilir olduğunu, üstelik gelişimin sürdürülebilir olduğunu göstermiştir (Emmerling, Goleman, 2003: 21, 22).

Duygusal zekâ; sağlık, esenlik ve özellikle işle ilgili sonuçların önemli bir yordayıcısı olduğunu savunan araştırmacılardan yoğun ilgi görmektedir. Pool ve Qualter (2012) yaptıkları çalışmada duygusal öz yeterliliği ve duygusal zekâ yeteneğinin bazı yönlerini artırmanın mümkün olduğunu saptamışlardır. Ayrıca bulgular göstermiştir ki kişinin duygusal öz-yeterliliği, duygusal işlevsellik yeteneklerine olan inançlarıyla ilgilidir ve mezun istihdam edilebilirliğini olumlu yönde etkilemektedir (Pool, Qualter, 2012: 306).

Herpertz, Schütz ve Nezlek (2016), yetenek tabanlı duygusal zekâ bileşenlerinden olan başkalarının duygularını anlama üzerine geliştirilmiş bir eğitim programını 105 üniversite öğrencisi üzerinde test ettikleri çalışmada, kontrol grubunda bir değişiklik gözlemezken, deney grubunda seçili alanda MSCEIT puanlarını arttırdığı ve bu değişimin 6 ay sonraki ölçümlerde de geçerliliğini koruduğunu tespit etmişlerdir. Sonuçlara göre

başkalarının duygularını anlama becerisi eğitim programı ile geliştirilebilmektedir (Herpertz, Schütz ve Nezelek, 2016: 11).

1.3. Duygusal Zekâ, Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Arasındaki İlişkiler

Teorisyenler duygusal zekânın ilişki kalitesiyle bağlantılı olması gerektiğini defalarca vurgulasa da, romantik ilişkilerde duygusal zekâyı uygun çift tasarımları ve analizler kullanarak sistematik olarak inceleyen çok az deneysel araştırma bulunmaktadır (Schroder- Abe' ve Schütz, 2011: 155).

Brackett, Warner ve Bosco (2005), duygusal zekânın çiftlerde algılanan ilişki kalitesi ile ilişkili olup olmadığını araştırdıkları çalışmada, üniversite ortamında 86 heteroseksüel çifte duygusal zekâ yetenek testi ve ilişki kalitesi ölçeği uyguladılar. Çalışmada kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre anlamlı derecede daha yüksek duygusal sahip olduğu ve çiftlerin (çift içi) puanları arasında bir bağlantı olmadığını gözledi. Her iki partner için duygusal zekâ düzeyi düşük olan çiftler derinlik, destek ve pozitif ilişki kalitesinde en düşük puanlara, çatışma ve olumsuz ilişkide ise en yüksek puanlara sahip olma eğilimindeydiler. Hipotezlere karşı olarak, her iki partneri de duygusal zekâ açısından yüksek puan alan çiftler, sadece bir partneri yüksek duygusal zekâyı sahip olan çiftlere göre tutarlı bir şekilde daha yüksek pozitif sonuçlar ve daha düşük negatif sonuçlar elde etmediler. Yani, olumlu ilişkisel sonuçların ortaya çıkması için en az bir partnerin yüksek duygusal zekâyı sahip olması yeterli görünmektedir (Brackett, Warner ve Bosco, 2005:197).

Çalışmada ayrıca, uzun süreli ilişkilerde tarafların partnerlerinin duygusal zekâ düzeylerini daha iyi değerlendirebileceği ve duygusal zekâ deneyimle ve öğrenmeyle gelişebiliyorsa eğer, partnerlerin zamanla birbirlerine duygusal zekâ düzeyi bakımından benzeyebilecekleri de vurgulanmıştır (Brackett, Warner ve Bosco, 2005:208).

Yeni evli çiftler arasındaki romantik aşıkta duygusal zekânın rolünün incelediği başka bir çalışma, duygusal zekânın hem yetenek hem de öz-bildirim ölçütleri kullanılarak, 100 genç heteroseksüel evli çift ile yürütüldü. Çalışmada partnerlerin (çift içi) duygusal zekâları arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Duygusal zekâ, evlilik aşkı üzerinde anlamlı aktör etkileri göstermiş ve fakat ancak ihmal edilebilir düzeyde partner etkileri

göstermiştir. Yani partnerler kendi duygusal zekâları yüksek ise daha aşık hissetmekte, partnerlerinin duygusal zekâlarının yüksek olması ise aşık hissetmede önemli bir etki yaratmamaktadır. Bu nedenle duygusal zekânın romantik aşkı öngördüğü hipotezi yalnızca kısmen desteklenmiştir (Zeidner ve Kaluda, 2008:1692).

Schutte ve diğerleri (2001) yürüttükleri yedi çalışmada, duygusal zekâyla kişiler arası ilişki arasında anlamlı ilişki tespit ettiler. Çalışma 1 ve 2’de, yüksek duygusal zekâyâ sahip katılımcılar, empatik bakış açısında ve sosyal ortamlarda kendilerini izlemede (öz-izleme) daha yüksek puan almışlardır. Çalışma 3’de, yüksek duygusal zekâyâ sahip katılımcılar sosyal yetenekler açısından daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Çalışma 4’de, yüksek duygusal zekâyâ sahip katılımcılar, partnerlerine karşı daha işbirlikçi tavırlar sergilemişlerdir. Çalışma 5’de, yüksek duygusal zekâyâ sahip katılımcıların puanlarının, yakın ve şefkat dolu bir ilişkiyi işaret edecek şekilde daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Çalışma 6’da, katılımcıların evlilik tatmini, partnerlerin yüksek duygusal zekâyâ sahip olduğu evlilikler için daha yüksektir. Çalışma 7’de, katılımcılar, yüksek duygusal zekâyâ sahip olarak tanımlanan partnerlerle olan ilişkilerinde daha fazla tatmin beklemişlerdir. Araştırma ekibi bu çalışmalar dahilinde duygusal zekâyı, operasyonel olarak kendinde ve başkalarında duyguları anlama, kontrol etme, kontrol altına alabilme becerisi olarak tanımlamış ve göreceli olarak devamlı ve tipik bir performans özelliği olarak değerlendirmiştir (Schutte ve diğerleri, 2001: 523-524).

Smith, Heaven ve Ciarrochi (2008) birlikte yaşayan 82 çift ile gerçekleştirdikleri, duygusal zekâ özelliği, çatışma iletişim kalıpları ve ilişki tatminini inceledikleri çalışmalarında; bireylerin duygusal zekâ puanlarının, partnerlerinin duygusal zekâ tahminlerinin ve çatışma iletişim örüntüsü algılanışının ilişki tatmininin tutarlı yordayıcıları olduğunu saptadılar. Çalışmada partnerlerinin duygusal zekâsını daha yüksek olarak puanlayan katılımcılar aynı zamanda daha yüksek ilişki tatmini deneyimlediklerini bildirmişlerdir. Çiftlerin ilişki tatminini tahmin etmede aktör ve partner etkilerine bakıldığında, yalnızca aktör değişkenlerinin yordayıcı olduğuna dair güçlü kanıtlar elde edilmiştir. Bulgular, kişinin tatmin düzeyinin partnerinin kişilik özelliklerinden ya da partneriyle kendisinin kişisel özelliklerinin kombinasyonundansa, temel olarak kendi kişisel özellikleri üzerinden şekillendiğini ortaya koymuştur. En memnun çiftler, ilişki sorunlarının

tartışılmasından kaçınmayan ve eşlerine duygusal zekâ açısından yüksek puan verenler olmuştur. İlişkilerinden memnun olan bireylerin, kendilerini partnerlerine benzer duygusal zekâ seviyelerine sahip olarak algılamaları, ilişkilerinden memnun olmayan çiftlere göre daha olası bulunmuştur (Smith, Heaven, ve Ciarrochi, 2008:1314, 1316, 1323).

Aynı yıl, Smith, Ciarrochi ve Heaven (2008), 12 aylık bir süre boyunca, birlikte yaşamakta olan heteroseksüel çiftlerde duygusal zekâ özelliğinin, çatışmalı iletişim kalıplarının ve ilişki tatminin değişimini ve tutarlılığını aktör ve partner etkileriyle incelemişlerdir. Çalışmada öz-bildirime dayalı duygusal zekânın, bireyin kendi ilişki tatmini üzerindeki etkisinin 12 aylık dönem boyunca istikrarlı kaldığını, zaman geçtikçe ilişki tatminindeki değişikliklerle ilişkili olmadığı saptanmıştır. Ayrıca, kadınların iletişimdeki kaçınma ve kendini esirgeme tutumlarının, zamanla hem erkeklerin hem de kadınların ilişki tatminindeki düşüşleri öngördüğü tespit edilmiştir. Partner etkisine dair kanıt bulunamamıştır, bu da bireyin ilişki tatminine kendi kişiliğinin katkısı olduğunu vurgulamaktadır (Smith, Ciarrochi ve Heaven, 2008: 738, 742).

Schroder- Abe' ve Schütz (2011) duygusal zekâ ile ilişki kalitesinin, tatmin, yakınlık ve bağlılık boyutları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. 191 çiftle online olarak gerçekleştirilen ilk çalışmada bireyin ilişki kalitesi algısının sadece o bireyin duygusal zekâsı tarafından değil, aynı zamanda partnerinin duygusal zekâsı tarafından da tahmin edilebildiği saptanmıştır. İkinci çalışmada, duygusal zekânın ilişki tatmini ve yakınlık üzerindeki bu olumlu aktör ve partner etkileri, laboratuvarında 80 çiftten oluşan bir örneklem ile tekrarlanmıştır. Bu çerçevede, bir anlaşmazlık yüzünden tartışmaya giren partnerlerin bakış açıları deneyci tarafından derecelendirilmiştir. Çatışmadaki bakış açısı, duygusal zekânın ilişki kalitesi üzerindeki etkisinde mediatör olmaktadır.

Bu çalışmada, yukarıda sözü edilen araştırmalardan (Brackett ve diğerleri, 2005; Schutte ve diğerleri, 2001; Smith ve diğerleri, 2008; Zeidner ve Kaluda, 2008) farklı olarak, sadece aktör etkileri değil, aynı zamanda duygusal zekânın ilişki kalitesi üzerindeki partner etkileri de ispatlanmıştır. Bu bulgu, duygusal zekânın yakın ilişkilerdeki önemini bir başka açıdan vurgulayan bir bulgudur. Duygusal zekâsı yüksek olan kişilerin sadece kendi ilişkilerinde daha mutlu oldukları değil, aynı zamanda partnerlerinin de daha yüksek ilişki

tatmini ve yakınlık bildirdiği saptanmıştır. Yani romantik ilişkilerde duygusal zekâ, sadece kişisel değil, kişiler arası alanda da etki etmektedir (Schroder- Abe' ve Schütz, 2011: 155, 165, 167).

Smith ve arkadaşları (2008) ve Schroder- Abe' ve Schütz (2011) aktör-partner bağımlı modellemesi (Actor-Partner Interdependence Modeling “APIM”) adını verdikleri bir yapısal denklem modeli kullanarak araştırma alanına yeni bir istatistiksel analiz türü getirmişlerdir. Bu yaklaşım, partnerlerin puanlarının bağımsız olmamasından kaynaklanan istatistiksel varsayım problemini ortadan kaldırır ve bu nedenle, partnerlerin puanları pozitif olarak ilişkili olduğunda daha büyük p değerlerine yol açma ihtimali oluşturur. Ancak Malouf, Schutte ve Thorsteinsson'a göre (2014), bağımsızlık varsayımını karşılayamamanın, partner duygusal zekâsı ve kişinin kendi ilişki tatmini gibi iki değişken arasındaki ilişkiyi gösteren değerler üzerinde etkisi yoktur. Dolayısıyla hem kendileri APIM sonuçlarını kullanmamış, hem de çalışmaların çoğunda kullanılmadığını belirtmişlerdir (Malouf, Schutte ve Thorsteinsson, 2014: 58).

Ancak, duygusal zekâ özelliği, ikili başa çıkma ve ilişki tatmini arasındaki ilişkilerin incelendiği daha yeni bir çalışmaya baktığımızda; 136 heteroseksüel çiftten toplanan verilere aktör-partner bağımlı modeli uygulandığında (APIM), duygusal zekâ özelliğinin, ilişki tatmini üzerinde pozitif aktör etkisi ve pozitif partner etkisi olduğu gözlenmiştir. Duygusal zekâ özelliğinin ilişki tatminine etki eden aktör etkisi ve partner etkisinin üzerinde, olumlu ikili başa çıkma ve ortak ikili başa çıkmanın mediatör etkisi gözlenmiştir. Wollny, Jacobs ve Pabel'e göre duygusal zekâ özelliği (Trait Emotional Intelligence “TEI”), romantik ilişkilerin kalitesi ile bağlantılı olan önemli bir bireysel farklılık değişkenidir. (Wollny, Jacobs ve Pabel, 2019: 75).

Kaur ve Junnarkar (2017) heteroseksüel romantik ilişki yaşamakta olan 108 genç yetişkinde duygusal zekâ ve yakınlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sternberg üçgen aşk ölçeği, Schutte duygusal zekâ ölçeği ve yakınlık tutumu ölçeği kullanılan araştırma Delhi'deki üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilmiş ve yakınlık tutumu ile duygusal zekâ arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca, duygusal zekânın kendi duygularını yönetme alt ölçeği ile bağlılık arasında ve duygusal zekânın başkasının

duygularını yönetme alt ölçeği ile yakınlık tutumu arasında da anlamlı pozitif korelasyon saptanmıştır (Kaur, Junnarkar, 2017: 27).

Malouf, Schutte ve Thorsteinsson (2014) 6 farklı çalışmanın sonuçlarını inceledikleri toplam 603 katılımcıyı kapsayan meta analizlerinde duygusal zekâ özelliği ile romantik ilişki tatmini arasında orta düzeyde anlamlı meta-analitik ilişki tespit etmişlerdir. Çalışmada hem bireyin duygusal zekâsı ile kendisinin bildirdiği romantik ilişki tatmini arasındaki ilişki, hem de bireyin duygusal zekâsı ile partnerinin ilişkiden duyduğu tatmin düzeyi arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Yine de korelasyonel sonuçlar nedensellik bildirmemektedir. Eğer bu ilişki yüksek duygusal zekânın daha fazla ilişki tatminine yol açacağı yönünde nedensellik de belirtiyorsa araştırmacıların tahmini şu yöndedir: Benlikteki duyguların daha iyi algılanması, anlaşılması, yönetilmesi ve dizginlenmesi, bireylerin romantik ilişkilerde daha iyisini yapmalarına ve bu ilişkilerden daha doyumlu olmalarına yol açabilir (Malouf, Schutte ve Thorsteinsson, 2014: 53, 59).

Joshi ve Thingujam (2009) kişilik boyutları ve sosyal istenilirliğin yanında, duygusal zekâ ile evlilik içi uyum arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında duygusal zekâ ile evlilik uyumu arasında pozitif korelasyon saptamışlardır. Bu sonuç, duygusal zekâları yüksek olan çiftlerin evliliklerine iyi uyum sağlama eğiliminde olduklarını gösterir. Özellikle duyguları algılama, kendi duygularını yönetme, başkalarının duygularını yönetme ve duygulardan faydalanma boyutlarında yüksek puan alan çiftler evlilik yaşamları içinde daha uyumludur (Joshi, Thingujam, 2009: 84).

Duygusal becerinin, özellikle duyguları tanımlama ve ifade etme yeteneğinin, yakınlık süreci üzerindeki etkileri aracılığıyla evlilik uyumunun sürdürülmesinde oynadığı rolü araştırdıkları çalışmada, Cordova, Gee ve Warren (2005); 92 evli çifti, duygusal beceri, evlilik uyumu ve yakın güvenlik ölçekleriyle değerlendirmiş; duyguları tanımlama ve ifade etme yeteneğinin, bireyin ve partnerin evlilik uyumu ile pozitif ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Buna ek olarak, bu duygu beceriler ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiye bütün partnerler için yakın güvenliğin mediator etkisi saptanmıştır. Duygusal ifade ve duyguların tanımlanmasını içeren duygusal beceriler evliliğin kalitesini olumlu yönde etkilemektedir,

çünkü bu unsurlar ilişkisel organizasyonu kolaylaştırmaktadır (Cordova, Gee ve Warren, 2005: 218, 232).

Karduz (2009), çiftlerin uyum düzeyleri ile duygusal zekâları arasındaki ilişkiyi EQ-i ve çift uyum ölçeği kullanarak araştırdığı çalışmada, evli çiftlerin çift uyum düzeyleri ile duygusal zekâ düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler tespit etmiştir. Özellikle çift uyumu ile duygusal zekânın mutluluk alt boyutu arasındaki ilişki yüksek düzeydedir (Karduz, 2009: 91, 98).

Baba (2010), evli çiftlerin duygusal zekâları ile evlilik uyumlarını karşılaştırdığı çalışmada çıkan sonuçlara göre, kadınların duygusal zekâ düzeyleri hiçbir alt boyutta evlilik uyumunu yordamamakta, erkeklerin duygusal zekâ düzeyleri ise sadece genel ruh durumu boyutunda evlilik uyumunu anlamlı derecede yordamaktadır (Baba, 2010: 105).

Mavruk, Özbiçer ve Atıcı (2018), 546 üniversite öğrencisi üzerinde Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği kullanarak yaptıkları çalışmada duygusal zekânın romantik ilişki doyumunu yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Duygusal zekâ düzeyleri yüksek olan öğrencilerin romantik ilişki doyumları da yüksek bulunmuştur (Mavruk Özbiçer ve Atıcı, 2018, 265).

Üncü (2007), duygusal zekâ ile evlilik doyumunu karşılaştırdığı çalışmada iki değişken arasında pozitif korelasyon saptamıştır, katılımcıların duygusal zekâsı arttıkça evlilik doyumunu da artmaktadır (Üncü, 2007: iv).

Uçansu (2019) evli bireylerin sözsüz yakınlık tutumları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi 150 evli birey (75 kadın 75 erkek) ile yürüttüğü çalışmada araştırmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre katılımcıların sözsüz yakınlık puanları arttıkça evlilik doyumunu puanları azalmaktadır. Katılımcıların yaşı, evlilik süresi ve çocuk sayısı arttıkça sözsüz yakınlık düzeyleri azalmakta, evlilik doyumları artmaktadır. Aile geliri ve eğitim düzeyi arttıkça sözsüz yakınlık artmakta, evlilik doyumunu ise azalmaktadır. (Uçansu, 2019: iii-iv).

Sidhu, Bhalla ve Ali'nin (2019) son 10 yılda yapılan ilgili çalışmaları dikkate alarak yaptığı derleme çalışmada elde edilen sonuçlar, duygusal zekânın romantik ilişkinin niteliğini etkilediğini göstermektedir. İki partnerin de yüksek düzeyde duygusal

zekâyâ sahip olduğu ilişki, partnerlerin bağlılık düzeyinin daha yüksek olduğu ve daha istikrarlı bir ilişkidir. Duygusal zekâ, sadece bağlılık seviyesini arttırmakla kalmaz, aynı zamanda duygusal farkındalığı, partnerler arasındaki duygusal erişilebilirliği ve ilişki­deki yakınlık seviyesini de artırır (Sidhu, Bhalla ve Ali, 2019: 1774).



BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma tarama (survey) modelleri içinde ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Bir konuya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği, genellikle diğer araştırmalara göre daha büyük örneklemeler üzerinde yapılan araştırmalara; “tarama araştırmaları” denir. İlişkisel tarama modelleri; iki ve daha çok değişken arasındaki birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleri için kullanıldığından bu tür araştırmalar için uygun görülmektedir (Cohen, Manion ve Morrison, 2000; Karasar, 2006: 113)

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2021 yılında İstanbul ilinde ikâmet eden evli çiftler ile romantik ilişki yaşayan bekârlar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise kartopu örnekleme yöntemi ile bu evrenden araştırmaya gönüllü olarak katılan 300 yetişkin (150 kadın ve 150 erkek) oluşturmuştur.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama amacıyla üç ayrı ölçme aracı kullanılmıştır. Bunlar; Kişisel Bilgi Formu, Yönelimsel Duygusal Zekâ Envanteri ve Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği’dir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formu, araştırmacı tarafından katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Sosyo-demografik değişkenler olarak; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, aylık gelir, romantik ilişki sayısı, iş hayatından memnuniyet, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, yakın arkadaş sayısı, aşk ilişkileri, yaşamdan memnuniyet, aile ilişkilerinden memnuniyet alınmıştır. Kişisel Bilgi Formu, bütün maddeleriyle ekler bölümünde bulunmaktadır (EK 1).

2.3.2. Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri

Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri, Goleman'ın Duygusal Zekâ Kuramı doğrultusunda 2008 yılında Davranış Bilimleri Enstitüsü tarafından geliştirilmiştir. Envanterin norm değerleri normal popülasyon üzerinden yapılmıştır. Daha sonra Büyükozer (2008) tarafından öğretmenler ve şirketlerin insan kaynakları uzmanlarına da test uygulanmış, iki grubun karşılaştırılması yapılmıştır.

Envanterin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları da Davranış Bilimleri Enstitüsü tarafından gerçekleştirilmiştir. Öncelikle, Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri'nin maddeleri belirlenmiş ve uzmanlardan dil onayı alınmıştır. Daha sonra envanter 1250 kişilik bir örneklem grubuna uygulanmıştır.

Envanter başlıca iki ana ölçekten oluşmaktadır; Kişisel Yeterlilik ve Sosyal Yeterlilik. Kişisel Yeterlilik ana boyutu; Kişisel Farkındalık, Öz Denetim ve Motivasyon alt boyutlarından oluşmaktadır. (Kişisel Farkındalık boyutunun alt boyutları; Öz Farkındalık ve Öz Güvendir. Öz Denetim boyutunun alt boyutları; Duygusal Otokontrol, Saydamlık ve Uyumluluktur. Motivasyon boyutunun alt boyutları ise; Başarmaya Yönelme, Göreve Bağlılık/Adanmışlık, Kişisel Girişim/İnisiyatif ve İyimserliktir). Sosyal Yeterlilik ana boyutu; Empati ve İlişki Yönetimi alt boyutlarından oluşmaktadır. (İlişki Yönetimi boyutunun alt boyutları; Diğer İnsanları Geliştirmek, Değişim Yönetimi, İlişki Kurmak, Etkili Olmak, Çatışma Yönetimi ve Takım Çalışmasıdır).

Envanterde beşli Likert tipi değerlendirme sistemini kullanmaktadır. 500 kişilik bir data üzerinde envanterin norm çalışması yapılmış ve norm değerleri çıkartılmıştır. Her bir alt boyut için toplam aritmetik ortalamalar belirlenmiştir. Alt boyutun içine giren maddelere verilerin yanıtları toplanıp madde sayısına bölünerek, alt boyut toplam puanına ulaşılır. Aritmetik ortalamaların değerlendirilmesi için seçenek sayısından bir eksik olan sayı, seçenek sayısına bölünür. Elde edilen değer, Likert sistemindeki sayılara eklenerek değerlendirilme kriterleri belirlenir. Bu durumda $4/5 = 0,8$ sonucuna göre aşağıdaki değerlendirme kriterlerine ulaşılır: 1 – 1,80: Kesinlikle Katılmıyorum, 1,81- 2,61 Katılmıyorum, 2,62- 3,42 Kararsızım, 3,43 – 4,21 Katılıyorum, 4,22 - 5 Kesinlikle Katılıyorum.

Uygulamada, her birey bir maddeyi okuduktan sonra karşısına denk gelen beş seçenekten birini seçer. Bir kağıt kalem testidir. Envanterden yüksek puan almak, bireyin duygusal zekâsının yüksek olduğunu göstermektedir. Envanter tek bir formdan ve 122 sorudan oluşmaktadır. Herhangi bir zaman sınırı olmamasına karşın, uygulama 25-30 dakika sürmektedir. Ölçekte tersten puanlanan maddeler şunlardır: 2-6-15-19-26-30-34-37-49-55-63-68-72-83-92-102-103-110-115-117-121-122

Envanterdeki maddelerin alt ölçeklere dağılımı aşağıda belirtildiği gibidir:

Öz Denetimi, 1, 2, 5, 23, 32, 38, 39, 46, 47, 54, 64, 65, 78, 79, 80, 87, 89, 93, 94, 99, 100, 104, 107, 110 ve 111. maddeler; Kişisel Farkındalığı, 4, 31, 53, 62, 70, 76, 77, 92, 98, 103, 109, 112, 113, 115 ve 117. maddeler; Motivasyonu, 6, 7, 8, 14, 15, 16, 24, 33, 40, 41, 42, 48, 49, 50, 57, 58, 66, 67, 71, 72, 90, 95, 96, 101 ve 105. maddeler; İlişki Yönetimini, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 19, 20, 26, 28, 30, 34, 35, 37, 43, 52, 60, 61, 68, 69, 73, 74, 75, 82, 83, 84, 91 ve 97. maddeler, Empatiyi, 25, 81, 102, 106, 108, 116, 119, 120, 121 ve 122. maddeler ölçmektedir.

Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri'nin bütün maddelerini içeren formu ekler bölümünde bulunmaktadır (EK 2).

Envanterin geçerlilik ve güvenilirliği incelenmiş ve açımlayıcı faktör analizi SPSS for Windows programı kullanılarak tamamlanmıştır. Faktör analizi işlemleri sonucunda Eigenvalue değerlerine bakılarak, yeterli değere sahip olan ana faktörler ve alt boyutlar belirlenmiştir. Yönetsel Duygusal Zekâ Envanterinin güvenilirlik katsayıları Tablo 2.1'de verilmiştir.

Tablo 2.1. Yönetmel Duygusal Zekâ Envanterinin Güvenilirlik Katsayıları

Alt Boyutlar	Cronbach alfa Katsayısı
Yönetmel Duygusal Zekâ Envant. Toplam	,9849
Kişisel Yeterlilik	,9754
Kişisel Farkındalık	,9189
Öz Farkındalık	,8921
Öz Güven	,7799
Öz Denetim	,9250
Duygusal Otokontrol	,7605
Saydamlık	,8613
Uyumluluk	,8595
Motivasyon	,9448
Başarıya Yönelme	,8226
Göreve Bağlılık (Adanmışlık)	,7991
Kişisel Girişim (İnisiyatif)	,8845
İyimserlik	,7224
Sosyal Yeterlilik	,9205
Empati	,9167
İlişki Yönetimi	,9472
Diğer İnsanları Geliştirmek	,7990
Değişim Yönetimi	,7119
İlişki Kurmak	,7990
Etkili olmak	,7995
Çatışma Yönetimi	,8388
Takım Çalışması	,5345

Güvenilirlik ölçümlerinde tespit edilen Cronbach alfa katsayıları şöyledir: Yönetmel Duygusal Zekâ Envanteri Toplamı için ($r = ,9849$), kişisel yeterlilik için ($r = ,9754$), kişisel farkındalık için ($r = ,9189$), öz denetim için ($r = ,9250$), motivasyon için ($r = ,9448$), sosyal yeterlilik için ($r = ,9205$), empati için ($r = ,9167$), ilişki yönetimi için ($r = ,9472$).

Yönetmel Duygusal Zekâ Envanterinin geçerlilik çalışmaları için, total test ve alt boyutlar bazında ayırt edicilik indeksleri, alt ölçekler arası korelasyon katsayıları ve alt ölçeklerin toplam puanlarla ilişkisi hesaplanmıştır. Kriter geçerliliği için 16 PF testi ile alt

ölçekler arasındaki ilişkiler hesaplanmıştır. Big Five modeli ile korelasyonlarına bakılmış ve gruplar arası karşılaştırmalar yapılmıştır. Geçerlilik çalışması sonuçları ekler bölümünde sunulmuştur (EK 4).

2.3.3. Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği

Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği, aşkın üç bileşeni olan tutku, yakınlık ve bağlılığı ölçmek için Sternberg (1986) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali üç ayrı boyut ve toplam puanlardan oluşmaktadır. Alt boyutlar; yakınlık, tutku ve bağlılıktır. Ölçek 45 madde içerir; her alt boyut için bir alt ölçek vardır ve her alt ölçekte 15 madde bulunmaktadır. Ölçeğin 1-15. maddeleri yakınlık, 16-30. maddeleri tutku ve 31 ve 45. maddeleri bağlılık boyutunu ölçmektedir.

Ölçeğin değerlendirilmesi dokuzlu Likert tipindedir. Bu değerlendirmede 1 = “Kesinlikle Katılmıyorum”, 5 = “Orta Derecede Katılıyorum”, 9 = “Tamamen Katılıyorum” kararlarına denk gelmektedir. Her birey bir maddeyi okuduktan sonra karşısına denk gelen dokuz seçenekten birini seçer. Bir kâğıt kalem testidir. Ergen ve yetişkinlere uygulanabilir. Bu çalışmada bir partneri olması şartıyla 20 yaş ve üzeri bireylere uygulanmıştır. Ölçeğin tüm maddeleri pozitif ifadelidir. Ölçekte tersten puanlanan madde bulunmamaktadır.

Ölçek tek bir formdan ve 45 sorudan oluşmaktadır. Herhangi bir zaman sınırı olmamasına karşın, uygulama 15 - 20 dakika sürmektedir.

Sternberg Üçgen Aşk Ölçeğinin bütün maddelerini içeren formu ekler bölümünde bulunmaktadır (EK 3).

İç ve dış geçerliliğe yönelik çalışmalar, aşk ölçeğinin faydasının genel olarak desteklendiğini göstermiştir. Sternberg’in Aşk Ölçeği, Burcu Sevim (2011) tarafından doktora tezi kapsamında, İlişkilerde Mutluluk Ölçeği kullanarak Türkçe’ye uyarlanmıştır. Farklı yaş, şehir ve sosyo ekonomik düzeyde 240 katılımcıdan veri toplanarak, ölçeğin tümü ve alt ölçekleri (yakınlık, tutku, bağlılık) için geçerlik ve güvenirlik değerlendirmeleri yapılmıştır. (Sevim, 2011: vi-54-55). Ölçeğin güvenirlik katsayıları Tablo 2.2’de verilmiştir.

Tablo 2.2 Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği Güvenilirlik Katsayıları

	Yakınlık	Tutku	Bağlılık
Cronbach alfa katsayısı	,96	,96	,97
Test-tekrar test güvenirliği	,78	,84	,84

Ölçeğin güvenirlik çalışmalarında test-tekrar test ve iç tutarlılık katsayıları kullanılmıştır.

Bütün alt ölçekler ve ölçek toplamı için güvenirlik katsayıları yüksektir.

Türkçe versiyondan elde edilen Cronbach alfa katsayıları; yakınlık için $r = ,96$, tutku için $r = ,96$, bağlılık için $r = ,97$, toplam puanlar için ise $r = ,98$ 'dir.

Ayrıca maddenin ait olduğu alt ölçek ve toplamda her bir madde için korelasyonlar hesaplanmıştır. Her 45 madde için, madde-toplam korelasyonu ,50'nin üzerindedir. Ayrıca, her bir madde kendi alt ölçeği ile diğer alt ölçeklere oranla daha yüksek ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Sonuç olarak tüm maddeler, Sternberg Üçgen Aşk Ölçeğini doğru şekilde temsil etmektedir.

Test-tekrar test güvenirliğini değerlendirmek için, ölçekler üç ila yedi haftalık bir aradan sonra örneklemin bir alt kümesine ($N=102$) tekrar uygulanmıştır. Test-tekrar test güvenirlikleri de yüksek seviyelerdedir: Yakınlık için $r = ,78$, tutku ve bağlılık için $r = ,84$. (Sevim 2011: 54-55)

2.4. İşlem

Covid pandemi koşulları kapsamında veri toplama süreci internet üzerinden yürütülmüştür. Katılımcılara anket formunun bulunduğu bağlantı linki gönderilmiş ve cevaplar Google Forms üzerinden toplanmıştır. Araştırmada kartopu yöntemiyle örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırma 318 kişi üzerinden yürütülmüştür. Bunlardan 18 kişinin dataları eksik ve hatalı olduğu için iptal edilmiştir. Araştırma toplam 300 kişi üzerinden yürütülmüştür.

2.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırmada kullanılan ölçeklerin toplam ve her bir boyutunun toplamı ile maddelerinin aritmetik ortalama ve standart sapmaları belirlenmiştir. Alt boyut aritmetik ortalamalarına göre yetişkinlerin duygusal zekâ ve yakınlık, tutku, bağlılık özellikleri sıralanmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmanın amacına uygun olarak sorulan gruplar arası farklılıkların belirlenmesine yönelik alt problemlerde, ankette yer alan bağımsız kategorik değişkenlere göre Aşk Ölçeği alt boyut ortalamaları arasındaki farklılıkların sınanması için ilişkisiz grup “t” testi (kategori sayısı iki olduğunda) ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) (kategori sayısı ikiden daha fazla olduğu durumlarda) işlemi yapılmıştır. ANOVA’da istatistiksel açıdan farklılık bulunduğu durumlarda bu kümülatif farklılığın hangi ikili gruplar arasından kaynaklandığını belirlemek için post-hoc tekniklerden Scheffe veya Tamhane çoklu karşılaştırma testi gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın bir ve ikinci hipotezini sınamak üzere ölçekler toplam ve alt boyutları arasındaki ilişkiler, Pearson çarpım moment korelasyon katsayısı ile sınanmıştır. Son olarak araştırmanın değişkenleri arasında yordayıcı ilişkileri ortaya koymak üzere doğrusal regresyon analizi işlemleri gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada bütün sonuçlar çift yönlü olarak sınanmış ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir. Anlamlılık düzeyleri ilgili tablolarda kesin değerleriyle yer almıştır. Araştırmanın tüm istatistik analizleri SPSS 14,0 programı ile gerçekleştirilmiştir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Araştırmanın bu aşamasında çalışma grubuna uygulanan ölçekler ve toplanan verilerin analizleri, tablolastırılarak yorumlanmıştır.

3.1. Betimsel İstatistikler

Çalışma grubu 300 kişiden oluşmuştur. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklere göre dağılımı Tablo 3.1, 3.2, 3.3 ve 3.4'te gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-1

Değişken	Kategori	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	150	50
	Erkek	150	50
Eğitim Durumu	Lise	72	24,0
	Yüksek Okul	71	23,7
	Üniversite	157	52,3
Aylık Gelir	5000 TL ve altı	135	45,0
	5001-10000	120	40,0
	10001 ve üstü	45	15,0
Medeni Durum	Evli	120	40,0
	Bekar	180	60,0
Yaş	20-29	150	50,0
	30-39	89	29,7
	40-49	61	20,3

Grupta kadınlar % 50, erkekler %50 oranında yer almışlardır. Eğitim durumu değişkenine göre dağılıma bakıldığında üniversite mezunları %52,3 ile ilk sırayı almıştır. Bunu %23,7 ile iki yıllık yüksek okul mezunları izlemiştir. Lise mezunları %24 oranındadır. Aylık gelir durumu değişkeni söz konusu olduğunda, 5000 TL ve altında geliri olanlar grubun % 45'ni oluşturmaktadır. 5001-10000 TL arasında geliri olanlar % 40 ile ikinci sıradadır. % 15 ile aylık geliri 10001 TL ve üstü olanlar, son sırada yer almışlardır. Araştırma grubunun % 60'ı bekâr ve romantik ilişki yaşamakta olan katılımcılardır. %40'lık bir grup ise evlilerden oluşmuştur. Grubun % 50'si 20-29 yaş aralığındadır. İkinci sırada % 29,7 ile 30-30 yaş grubu bulunmaktadır. Son sırada ise % 20,3 ile 40-49 yaş

aralığı bulunmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 31,45 ve yaş için standart sapma 8,111'dir.

Tablo 3.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-2

Değişken	Kategori	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Çalışma Durumu	Evet	230	76,7
	Hayır	70	23,3
İş Hay. Memnuniyet	Ne memnun ne de memnun değilim	85	36,9
	Memnunum	106	46,1
	Çok memnunum	39	17,0

Araştırma grubunun %76,7'si çalışma hayatının içindeyken, %23,3'ü iş hayatının dışında kalmıştır. İş hayatının içinde yer alan 230 deneğin %46,1'i iş hayatından memnundur. %36,9'u ne memnun ne de memnun değildir. Son sırada, iş hayatından çok memnun olanlar bulunmaktadır (% 17).

Tablo 3.3. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-3

Değişken	Kategori	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Yerleşim Birimi	Şehir	149	49,7
	Büyükşehir	151	50,3
Anne Eğitimi	İlkokul	110	36,7
	Ortaokul	46	15,3
	Lise	86	28,7
	Üniversite	58	19,3
	İlkokul	86	28,7
Baba Eğitimi	Ortaokul	40	13,3
	Lise	100	33,3
	Üniversite	74	24,7
	1	73	24,3
Kardeş Sayısı	2	85	28,3
	3 ve daha fazla	124	41,3
	Kardeşi olmayanlar	18	6,0
	1	115	38,3
Doğum sırası	2	103	34,3
	3 ve sonrası	82	27,3
	2	67	22,3
Yakın Arkadaş / Dost Sayısı	3	68	22,7
	4	25	8,3
	5	50	16,7
	6-9	46	15,3
	10 ve üstü	44	14,7

Araştırma grubunun yarıya yakın bir bölümü yaşamının büyük bölümünü şehirlerde geçirirken, diğer yarısı ise büyük şehirde geçirmiştir. Deneklerin anne eğitim durumu dağılımına bakıldığında, çoğunluğunun ilkokul mezunu olduğu görülmüştür (% 36,7). Bunu %28,7 ile lise ikinci, % 19,3 ile üniversite üçüncü sırada takip etmektedir. Son sırada % 15,3 ile annesi ortaokul mezunu olanlar bulunmaktadır. Deneklerin baba eğitim durumu dağılımına bakıldığında, çoğunluğunun lise mezunu olduğu görülmüştür (% 33,3). Bunu %28,7 ile ilkokul mezunları ikinci, % 24,7 ile üniversite mezunları üçüncü sırada takip etmektedir. Son sırada % 13,3 ile babası ortaokul mezunu olanlar bulunmaktadır. Araştırma grubunun % 6'sının kardeşi yoktur. Grubun %41,3'ü 3 ve daha fazla kardeşe sahiptir. Bunu % 28,3 ile 2 kardeşe sahip olanlar ve (%24,3) ile 1 kardeşe sahip olanlar takip etmektedir. Deneklerin % 38,3'ü birinci çocuk, % 34,3'ü ikinci çocuktur. % 27,3'ü ise 3. ve daha fazla sayıda çocuk sırasındadır. Çalışma grubunun % 22,7'sinin 3 yakın arkadaşı vardır.

Bunu % 22,3 ile 2 yakın arkadaşı olanlar izlemiştir. Son sırada %8,3 ile en az 4 arkadaşı olanlar almıştır.

Tablo 3.4. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Frekans ve Yüzdelik Dağılımı-4

Değişken	Kategori	Sıklık (f)	Yüzde (%)
Arkadaşlık İlişkileri	Ne iyi ne de kötü	51	17,0
	İyi	132	44,0
	Çok iyi	117	39,0
Yaşamdan memnuniyet Memnuniyet	Ne iyi ne de kötü	105	35,0
	İyi	133	44,3
	Çok iyi	62	20,7
Kendini Tanımlama	Dışa Dönük	178	59,3
	İçe Dönük	122	40,7
Aile iliş. memnuniyet	Ne iyi ne de kötü	70	23,3
	İyi	110	36,7
	Çok iyi	120	40,0
Toplam		300	100,0

Deneklerin %44,0'ü arkadaş ilişkilerinden memnundur. %39'u çok memnun, % 17'si ise ne memnun ne de memnun değildir. Hayat memnuniyeti konusunda; katılımcıların % 44,3'ü hayatından memnun, % 35'i ne memnun ne de memnun değildir. Son sırada %20,7 ile hayatından çok memnun alanlar bulunmaktadır. Çalışma grubunun %59,3'ü kendini dışa dönük; % 40,7'si ise içe dönük olarak algılamışlardır. Araştırma grubunun % 40'ı aile üyeleri ile ilişkisini çok iyi olarak tanımlamışlardır. İkinci sırada % 36,7 ile aile ilişkilerini iyi olarak tanımlayanlar bulunmaktadır. Son sırada ise aile ilişkilerini ne iyi, ne de kötü olarak tanımlayanlar vardır (%23,3).

Kişisel bilgi formu ile elde edilen bilgilerden katılımcının bugüne kadar kaç partneri olduğu ve yakın arkadaş sayısı ile ilgili betimleyici istatistik değerleri Tablo 3.5'te verilmiştir.

Tablo 3.5. Ankette Yer Alan Sürekli Değişkenlerin Betimleyici İstatistik Sonuçları

Anket Sürekli Değişkenleri	n	Min.	Max.	$\bar{X}$	ss
Romantik ilişki sayısı	300	1	35	3,35	2,30
Yakın arkadaş/dost sayısı	300	2	10	4,68	2,59

Bugüne kadar kaç partneriniz oldu sorusuna ortalama olarak 3,35 cevabı verilmiştir. Yakın arkadaş sayısı ortalaması ise 4,68 olmuştur.

Araştırma ölçek ve alt boyut toplam puanları için betimleyici istatistik değerleri tablo 3.6’da verilmiştir.

Tablo 3.6. Araştırma Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanları İçin Betimleyici İstatistik Değerleri

Ölçek ve alt Boyutlar	Min.	Max.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
Duygusal Zekâ						
Kişisel Farkındalık	2,33	4,47	3,34	,34	,407	,420
Motivasyon	2,16	4,28	3,02	,39	,306	-,093
Öz Denetim	2,20	4,20	3,15	,33	,375	,060
Kişisel Yeterlilik	2,47	4,26	3,17	,30	,574	,218
Empati	1,80	4,60	2,93	,55	,174	,073
İlişki Yönetimi	2,00	4,50	3,11	,46	,274	-,026
Sosyal Yeterlilik	1,95	4,55	3,02	,47	,210	,088
Duygusal Zekâ Toplam	2,21	4,41	3,10	,37	,401	,115
Aşk						
Yakınlık	1,00	9,00	7,63	1,68	-1,12	1,00
Tutku	1,00	9,00	7,09	1,92	-1,02	,984
Bağlılık	1,00	9,00	7,53	1,79	-1,21	1,17
Aşk Toplam	1,00	9,00	7,42	1,72	-1,18	1,14

Duygusal Zekâ alt boyutları içinde en yüksek ortalama 3,34 ile kişisel farkındalık boyutu için geçerlidir. En düşük ortalama ise 2,93 ile empati alt boyutundan alınmıştır. İkisi

de “ne katılıyorum ne katılmıyorum” değerlendirmesi içine girmektedir. Elde edilen tüm sonuçlar Duygusal Zekâ düzeyinin ortalama düzeyde olduğunu göstermektedir.

Yakınlık alt boyutu ortalaması 7,63, tutku alt boyut ortalaması 7,09, bağlılık ortalaması 7,53 ve toplam puanların ortalaması 7,42 olmuştur. Elde edilen bu ortalamalar “tamamen katılıyorum” değerlendirmesi içine girmektedir.

Çalışmada elde edilen verilere uygulanacak analiz tekniklerinin belirlenmesi için önce dağılımların normal olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma kapsamında bu işlem çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri hesaplanarak yapılmıştır. Sonucu yorumlamada kriter olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ sınırları içinde 0’a yakın olması alınmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 arasında olduğu zaman normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Tablo 3.6’de verilen çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde tüm değerlerin -1,5 ile +1,5 aralığında olduğu görülmektedir. Bu nedenle araştırmada parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

3.2. Korelasyon Analizi Bulguları

3.2.1. Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Yakınlık, Tutku ve Bağlılık ile Duygusal Zekâ Arasındaki İlişki

Araştırmada kullanılan aşk toplam puanı ve duygusal zekâ toplam puanı ve alt boyutları arasında Pearson çarpım moment korelasyon katsayıları hesaplanmış ve Tablo 3.7’de sunulmuştur.

Tablo 3.7. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Toplam ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

	Bağlılık	Tutku	Yakınlık	Aşk Toplam	Dz. Kiş. Fark.	Dz. Motivasyon	Dz. Öz Denetim	Dz. Kiş. Yeterli.	Empati	Dz. İlişki Yön.	Dz. Sos. Yeter.	Dz. Toplam
Bağlılık	1	,886 (***)	,888 (***)	,967 (***)	,205 (***)	,176 (**)	,162 (**)	,212 (***)	,140 (*)	,186 (***)	,172 (**)	,196 (***)
Tutku		1	,837 (***)	,953 (***)	,117 (*)	,092	,066	,108	,067	,083	,080	,094
Yakınlık			1	,947 (***)	,205 (***)	,160 (**)	,155 (**)	,203 (***)	,157 (**)	,189 (***)	,184 (***)	,199 (***)
Aşk Toplam				1	,182 (**)	,148 (**)	,132 (*)	,180 (**)	,125 (*)	,157 (**)	,150 (**)	,168 (**)
Dz. Kiş. Fark.					1	,522 (***)	,541 (***)	,799 (***)	,458 (***)	,618 (***)	,569 (***)	,687 (***)
Dz. Motivasyon						1	,715 (***)	,885 (***)	,714 (***)	,813 (***)	,814 (***)	,878 (***)
Dz. Öz Denetim							1	,875 (***)	,690 (***)	,697 (***)	,743 (***)	,829 (***)
Dz. Kiş. Yeterli.								1	,730 (***)	,836 (***)	,835 (***)	,937 (***)
Empati									1	,737 (***)	,944 (***)	,896 (***)
Dz. İlişki Yön.										1	,918 (***)	,923 (***)
Dz. Sos. Yeter.											1	,974 (***)
Dz. Toplam												1

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Katılımcıların toplam aşk puanları ve duygusal zekâ toplam puanları arasında düşük düzeyde, pozitif yönde ,168'lik anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < ,05$). Bulgu romantik ilişkisi olan bireylerde duygusal zekâ düzeyinin artışıyla toplam aşk puanlarının da arttığı anlamına gelmektedir. Aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,196$) ve yakınlık ($r = ,199$) ile toplam duygusal zekâ arasında düşük düzeyli ve olumlu ilişki bulunmuştur. Duygusal zekâ arttıkça bağlılık ve yakınlık da artmaktadır.

Duygusal zekâ alt boyutlarından kişisel farkındalık ile toplam aşk puanı ($r = ,182$) ve aşk alt boyutları (sırasıyla bağlılık için $r = ,205$, tutku için $r = ,117$, yakınlık için $r = ,205$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda kişisel farkındalık düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık, tutku ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından motivasyon ile toplam aşk puanı ($r = ,148$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,176$) ve yakınlık ($r = ,160$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda motivasyon düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından öz denetim ile toplam aşk puanı ($r = ,132$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,162$) ve yakınlık ($r = ,155$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda öz denetim düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından kişisel yeterlilik ile toplam aşk puanı ($r = ,180$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,212$) ve yakınlık ($r = ,204$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda kişisel yeterlilik düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından empati ile toplam aşk puanı ($r = ,125$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,140$) ve yakınlık ($r = ,157$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda empati düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından ilişki yönetimi ile toplam aşk puanı ($r = ,157$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,186$) ve yakınlık ($r = ,189$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda ilişki yönetimi düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutlarından sosyal yeterlilik ile toplam aşk puanı ($r = ,150$) ve aşk alt boyutlarından bağlılık ($r = ,172$) ve yakınlık ($r = ,184$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu katılımcılarda sosyal yeterlilik düzeyi arttıkça hem toplam aşk puanının hem de yakınlık ve bağlılık düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir.

Duygusal zekâ alt boyutları ve toplamının birbirleri arasındaki ilişkiye baktığımızda orta ve yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı ($r > ,458$) korelasyon tespit edilmiştir. Aşk toplam ve alt boyutlarının birbirleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde yüksek düzeyde ($r > ,837$) pozitif ve anlamlı korelasyon saptanmıştır.

3.2.2. Ele Alınan Sosyo-Demografik Değişkenler ile Bağımlı Değişkenler ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Ele alınan sosyo-demografik değişkenlerle bağımlı değişken ve alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi için yapılan korelasyon çözümlemesi sonuçları Tablo 3.8, 3.9, 3.10'da verilmiştir.

Tablo 3.8. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-1

	Yaş	Eğitim durumu	Aylık gelir
Bağlılık	,029	,090	,030
Tutku	,061	,040	,047
Yakınlık	,031	,085	,064
Aşk Toplam	,026	,074	,031
Kişisel Farkındalık	,058	,106	,079
Motivasyon	,135*	,073	,087
Öz Denetim	,216***	,109*	,047
Kişisel Yeterlilik	,158*	,109*	,072
Empati	,205***	,086	,069
İlişki Yönetimi	,158**	,078	,099*
Sosyal Yeterlilik	,192***	,089	,086
Duygusal Zekâ Toplam	,184**	,096	,081

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Pearson çarpım momentler korelasyon katsayıları incelendiğinde; araştırma grubunun yaşı ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p>,05$). Yaş değişkeni ile kişisel farkındalık dışındaki tüm duygusal zekâ alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): motivasyon ($r= ,135$), kişisel denetim ($r= ,216$), kişisel yeterlilik ($r= ,158$), empati ($r= ,205$), ilişki yönetimi ($r= ,158$), sosyal yeterlilik ($r= ,192$), toplam ($r= ,184$). Katılımcıların yaşları arttıkça duygusal zekâ düzeyleri, kişisel farkındalık dışında tüm alt boyutlarda artmaktadır.

Eğitim durumu değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p>,05$). Eğitim düzeyi ile duygusal zekâ alt boyutlarından öz denetim ($r= ,109$) ve kişisel yeterlik ($r= ,109$) alt boyutları arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler vardır ($p<,05$). Eğitim düzeyi arttıkça katılımcıların duygusal zekâ alt boyutlarından öz denetim ve kişisel yeterlilik düzeyleri de artmaktadır.

Aylık gelir değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p>,05$). Aylık gelir ile duygusal zekâ alt boyutlarından sadece ilişki yönetimi ($r= ,099$) arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki vardır ($p<,05$). Aylık gelir arttıkça katılımcıların duygusal zekâ alt boyutlarından ilişki yönetimi düzeyi de artmaktadır.

Tablo 3.9. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-2

	Anne Eğitim Düzeyi	Baba Eğitim Düzeyi	Kardeş sayısı	Doğum sırası	Arkadaşlık ilişkileri
Bağlılık	,163**	,119*	,069	,019	,284***
Tutku	,128*	,103*	,111*	,024	,242***
Yakınlık	,129*	,123**	,009*	-,024	,297***
Aşk Toplam	,141**	,118**	,069	,008	,286***
Dz. Kiş. Fark.	,192***	,033	-,118*	-,046	,256***
Dz. Motivasyon	,126*	,099	-,092	,035	,201**
Dz. Öz Denetim	,119*	,068	-,072	,039	,196**
Dz. Kiş. Yeterli.	,163**	,073	-,111*	,011	,251***
Empati	,139*	,095	-,048	,003	,156**
Dz. İlişki Yön.	,187**	,086	-,107*	,020	,247***
Dz. Sos. Yeter.	,167**	,087	-,080	,011	,210**
Dz. Toplam	,172**	,080	-,096	,012	,235***

* $p<,05$ ** $p<,01$ *** $p<,001$

Anne eğitim düzeyi değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir: bağlılık ($r= ,163$), tutku ($r= ,128$), yakınlık ($r= ,129$), toplam ($r= ,141$). Anne eğitim düzeyi değişkeni ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): Kişisel farkındalık ($r= ,192$), motivasyon ($r= ,126$), öz denetim ($r= ,119$), kişisel yeterlilik ($r= ,163$), empati ($r= ,139$), ilişki yönetimi ($r= ,187$), sosyal yeterlilik ($r= ,167$), toplam ($r= ,172$). Katılımcıların anne eğitim düzeyi arttıkça hem aşk toplam ve alt boyut puanları hem de toplam ve tüm alt boyutlarda duygusal zekâ düzeyleri artmaktadır.

Baba eğitim düzeyi değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir: bağlılık ($r= ,119$), tutku ($r= ,103$), yakınlık ($r= ,123$), toplam ($r= ,118$). Katılımcıların baba eğitim düzeyi arttıkça aşk toplam ve alt boyut puanları artmaktadır. Baba eğitim düzeyi değişkeni ile duygusal zekâ toplam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Kardeş sayısı değişkeni ile aşk alt boyutlarından tutku ($r= ,111$) ve yakınlık ($r= ,009$) arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Kardeş sayısı değişkeni ile duygusal zekâ puanları karşılaştırıldığında, sadece kişisel farkındalık ($r= ,118$), kişisel yeterlilik ($r= ,111$) ve ilişki yönetimi ($r= ,107$) arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kardeş sayısı arttıkça katılımcıların tutku ve yakınlıkları ile kişisel farkındalık, kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi düzeyleri artmaktadır.

Doğum sırası söz konusu olduğunda; hiçbir değişkenle anlamlı ilişki elde edilememiştir.

Arkadaşlık ilişkileri değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir ($p<,05$): Bağlılık ($r= ,284$), tutku ($r= ,242$), yakınlık ($r= ,297$), toplam ($r= ,286$). Arkadaşlık ilişkileri değişkeni ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): Kişisel farkındalık ($r= ,256$), motivasyon ($r= ,201$), öz denetim ($r= ,196$), kişisel yeterlilik ($r= ,251$), empati ($r= ,156$), ilişki yönetimi ($r= ,247$), sosyal yeterlilik ($r= ,210$), toplam ($r= ,235$). Katılımcıların arkadaşlık ilişkileri düzeyleri arttıkça hem aşk toplam ve alt boyut puanları hem de toplam ve tüm alt boyutlarda duygusal zekâ düzeyleri artmaktadır.

Tablo 3.10. Sosyo-Demografik Değişkenlerle Bağımlı Değişken ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler-3

	İş hayatından memnuniyet	Yakın arkadaş / dost sayısı	Yaşamdan memnuniyet	Aile ilişkilerinden memnuniyet
Bağlılık	,206***	,059	,226***	,227***
Tutku	,238***	,004	,281***	,223***
Yakınlık	,180**	,048	,221***	,253***
Aşk Toplam	,218***	,037	,255***	,244***
Dz. Kiş. Fark.	,033*	,091	,016	,180**
Dz. Motivasyon	,102*	,194**	,176**	,198***
Dz. Öz Denetim	,149*	,199**	,067	,141*
Dz. Kiş. Yeterli.	,071	,190**	,102*	,194***
Empati	,157**	,211**	,076	,107*
Dz. İlişki Yön.	,082	,177**	,055	,181**
Dz. Sos. Yeter.	,131*	,210**	,063	,146**
Dz. Toplam	,110*	,210**	,076	,167**

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

İş hayatından memnuniyet değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir: bağlılık ($r=,206$), tutku ($r=,238$), yakınlık ($r=,180$), toplam ($r=,218$). İş hayatından memnuniyet değişkeni ile duygusal zekâ düzeyleri arasında, (kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi hariç) alt boyutlar ve duygusal zekâ toplamı için pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): Kişisel farkındalık ($r=,033$), motivasyon ($r=,102$), öz denetim ($r=,149$), empati ($r=,157$), sosyal yeterlilik ($r=,131$), toplam ($r=,110$). Katılımcıların iş hayatından memnuniyet düzeyi arttıkça aşk toplam ve alt boyut puanları ile (kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi dışında) toplam ve alt boyutlarda duygusal zekâ düzeyleri artmaktadır.

Yakın arkadaş sayısı değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yakın arkadaş sayısı değişkeni ile kişisel farkındalık dışındaki tüm duygusal zekâ alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif yönde anlamlı

ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): motivasyon ($r= ,194$), öz denetim ($r= ,199$), kişisel yeterlilik ($r= ,190$), empati ($r= ,211$), ilişki yönetimi ($r= ,177$), sosyal yeterlilik ($r= ,210$), toplam ($r= ,210$). Katılımcıların yakın arkadaş sayısı arttıkça duygusal zekâ düzeyleri, kişisel farkındalık dışında tüm alt boyutlarda artmaktadır.

Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir: bağılılık ($r= ,226$), tutku ($r= ,281$), yakınlık ($r= ,221$), toplam ($r= ,255$). Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile duygusal zekâ düzeyleri karşılaştırıldığında, sadece motivasyon ($r= ,176$) ve kişisel yeterlilik ($r= ,102$) alt boyutlarında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Katılımcıların yaşamdan memnuniyet düzeyi arttıkça aşk toplam ve alt boyut puanları ile duygusal zekâ motivasyon ve kişisel yeterlilik düzeyleri artmaktadır.

Aile ilişkilerinden memnuniyet düzeyi ile aşk toplam ve alt boyutlarının hepsinde düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir ($p<,05$): Bağılılık ($r= ,227$), tutku ($r= ,223$), yakınlık ($r= ,253$), toplam ($r= ,244$). Aile ilişkilerinden memnuniyet düzeyi ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<,05$): Kişisel farkındalık ($r= ,180$), motivasyon ($r= ,198$), öz denetim ($r= ,141$), kişisel yeterlilik ($r= ,194$), empati ($r= ,107$), ilişki yönetimi ($r= ,181$), sosyal yeterlilik ($r= ,146$), toplam ($r= ,167$). Katılımcıların arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyet düzeyleri arttıkça hem aşk toplam ve alt boyut puanları hem de toplam ve tüm alt boyutlarda duygusal zekâ düzeyleri artmaktadır.

3.3. Gruplar Arası Karşılaştırma Bulguları

3.3.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 3.11 Cinsiyet Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” testi Sonuçları

Ölçek /alt boyut	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
Bağlılık	KADIN	150	7,42	1,80	-1,027	298	,305
	ERKEK	150	7,64	1,78			
Tutku	KADIN	150	6,95	2,02	-1,322	298	,187
	ERKEK	150	7,24	1,80			
Yakınlık	KADIN	150	7,64	1,69	,105	298	,916
	ERKEK	150	7,62	1,69			
Aşk Toplam	KADIN	150	7,34	1,75	-,813	298	,417
	ERKEK	150	7,50	1,69			
Dz. Kişi. Fark.	KADIN	150	3,33	0,34	-,637	298	,525
	ERKEK	150	3,35	0,35			
Dz. Motivasyon	KADIN	150	2,96	0,35	-2,840	298	,005**
	ERKEK	150	3,09	0,41			
Dz. Öz Denetim	KADIN	150	3,10	0,32	-2,584	298	,010**
	ERKEK	150	3,20	0,33			
Dz. Kiş. Yeterlik	KADIN	150	3,13	0,29	-2,393	298	,017*
	ERKEK	150	3,21	0,31			
Dz. Empati	KADIN	150	2,86	0,51	-2,394	298	,017*
	ERKEK	150	3,01	0,57			
Dz. İlişki Yönet.	KADIN	150	3,06	0,44	-1,793	298	,074
	ERKEK	150	3,15	0,46			
Dz. Sosy. Yeter.	KADIN	150	2,96	0,44	-2,276	298	,024*
	ERKEK	150	3,08	0,49			
Dz. Toplam	KADIN	150	3,04	0,35	-2,421	298	,016*
	ERKEK	150	3,15	0,38			

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Aşk değişkeni alt boyutları olan bağlılık, tutku ve yakınlık ile aşk toplam puanı bakımından kadın ve erkeklerin puan ortalamaları arasında, yapılan ilişkisiz grup “t” testine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p < ,05$). Duygusal zekâ motivasyon ($t_{298} = -2,840$; $p = ,005$), öz denetim ($t_{298} = -2,584$; $p = ,01$), kişisel yeterlilik ($t_{298} = -2,393$; $p = ,017$),

empati ($t_{298}=-2,394$; $p=,017$), sosyal yeterlilik ($t_{298}=-2,276$; $p=,024$) ve duygusal zekâ toplamda ($t_{298}=-2,421$; $p=,016$) istatistiksel açıdan anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Bu farklılıkların tümü erkekler lehine gerçekleşmiştir. Erkeklerin motivasyon, öz denetim, kişisel yeterlilik, empati, sosyal yeterlilik boyutlarında ve toplamda duygusal zekâ düzeyleri, kadınların duygusal zekâ düzeyinden anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Ancak duygusal zekânın kişisel farkındalık ve ilişki yönetimi alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

3.3.2. Yaş Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları

Yaş değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırma için aşk toplam ve alt boyutları için yapılan ANOVA'da anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Duygusal zekânın kişisel farkındalık ve motivasyon dışındaki alt boyutlarında ve toplam puanlarında anlamlı farklılık meydana gelmiştir (en az ,05 düzeyinde).

Tablo 3.12. Yaş Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Ölçek / alt boyut	Yaş	N	$\bar{X}$	SS	sd	F	p
Bağlılık	20-29	150	7,50	1,82	2-297	,127	,881
	30-39	89	7,51	1,93			
	40-49	61	7,63	1,52			
	Toplam	300	7,53	1,79			
Tutku	20-29	150	7,17	1,95	2-297	,554	,575
	30-39	89	6,91	2,02			
	40-49	61	7,17	1,67			
	Toplam	300	7,09	1,92			
Yakınlık	20-29	150	7,67	1,72	2-297	,144	,866
	30-39	89	7,62	1,74			
	40-49	61	7,54	1,53			
	Toplam	300	7,63	1,68			
Aşk Toplam	20-29	150	7,45	1,75	2-297	,102	,903
	30-39	89	7,35	1,82			
	40-49	61	7,45	1,50			
	Toplam	300	7,42	1,72			
Dz. Kişi. Fark.	20-29	150	3,32	0,33	2-297	,494	,610
	30-39	89	3,36	0,32			
	40-49	61	3,36	0,40			
	Toplam	300	3,34	0,34			
Dz. Motivasyon	20-29	150	2,97	0,38	2-297	2,740	,066
	30-39	89	3,07	0,40			
	40-49	61	3,09	0,39			
	Toplam	300	3,02	0,39			
Dz. Öz Denetim	20-29	150	3,08	0,31	2-297	7,243	,001***
	30-39	89	3,21	0,33			
	40-49	61	3,24	0,34			
	Toplam	300	3,15	0,33			
Dz. Kiş. Yeterlik	20-29	150	3,12	0,29	2-297	3,781	,024*
	30-39	89	3,21	0,30			
	40-49	61	3,23	0,33			
	Toplam	300	3,17	0,30			
Dz. Empati	20-29	150	2,84	0,49	2-297	6,400	,002**
	30-39	89	2,95	0,59			
	40-49	61	3,13	0,57			
	Toplam	300	2,93	0,55			
Dz. İlişki Yönet.	20-29	150	3,03	0,42	2-297	3,805	,023*
	30-39	89	3,17	0,49			
	40-49	61	3,19	0,47			
	Toplam	300	3,11	0,46			
Dz. Sosy. Yeter.	20-29	150	2,94	0,42	2-297	5,677	,004**
	30-39	89	3,06	0,50			
	40-49	61	3,16	0,50			
	Toplam	300	3,02	0,47			
Dz. Toplam	20-29	150	3,03	0,33	2-297	5,216	,006**
	30-39	89	3,14	0,39			
	40-49	61	3,20	0,40			
	Toplam	300	3,10	0,37			

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

“F” testinde kümülatif farklılık elde edildikten sonra, ikili gruplar arasında farklılıkları saptamak üzere post-hoc tekniklerden Scheffe testi yapılmıştır.

Tablo 3.13. Yaş Değişkenine Göre Araştırmanın Sürekli Değişkenleri İçin Scheffe Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	(I) Yaş	(J) Yaş Aralığı	Ort. fark (I-J)	Std. Hata	p
Dz. Öz Denetim	20-29 yaş	30-39 yaş	-,126(*)	0,043	,015*
		40-49 yaş	-,161(*)	0,049	,005**
	30-39 yaş	20-29 yaş	,126(*)	0,043	,015*
		40-49 yaş	-0,035	0,054	,813
	40-49 yaş	20-29 yaş	,161(*)	0,049	,005**
		30-39 yaş	0,035	0,054	,813
Dz. Kiş. Yeterlik	20-29 yaş	30-39 yaş	-0,087	0,040	,095
		40-49 yaş	-0,105	0,046	,073
	30-39 yaş	20-29 yaş	0,087	0,040	,095
		40-49 yaş	-0,017	0,050	,941
	40-49 yaş	20-29 yaş	0,105	0,046	,073
		30-39 yaş	0,017	0,050	,941
Dz. Empati	20-29 yaş	30-39 yaş	-0,113	0,072	,289
		40-49 yaş	-,291(*)	0,082	,002**
	30-39 yaş	20-29 yaş	0,113	0,072	,289
		40-49 yaş	-0,178	0,089	,138
	40-49 yaş	20-29 yaş	,291(*)	0,082	,002**
		30-39 yaş	0,178	0,089	,138
Dz. İlişki Yönet.	20-29 yaş	30-39 ya	-0,132	0,060	,095
		40-49 yaş	-0,159	0,069	,070
	30-39 yaş	20-29 yaş	0,132	0,060	,095
		40-49 yaş	-0,027	0,075	,937
	40-49 yaş	20-29 yaş	0,159	0,069	,070
		30-39 yaş	0,027	0,075	,937
Dz. Sosyal Yeter.	20-29 yaş	30-39 yaş	-0,123	0,062	,140
		40-49 yaş	-,225(*)	0,070	,006**
	30-39 yaş	20-29 yaş	0,123	0,062	,140
		40-49 yaş	-0,103	0,077	,407
	40-49 yaş	20-29 yaş	,225(*)	0,070	,006*
		30-39 yaş	0,103	0,077	,407
Dz. Toplam	20-29 yaş	30-39 yaş	-0,105	0,049	,100
		40-49 yaş	-,165(*)	0,055	,013*
	30-39 yaş	20-29 yaş	0,105	0,049	,100
		40-49 yaş	-0,060	0,061	,613
	40-49 yaş	20-29 yaş	,165(*)	0,055	,013*
		30-39 yaş	0,060	0,061	,613

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Duygusal zekâ öz denetim alt boyutunda 40-49 ve 30-39 yaş grubunun puan ortalamaları, 20-29 yaş grubundan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Empati toplamda 40-49 yaş grubunun puan ortalaması, 20-29 yaş grubundan anlamlı derecede daha yüksektir. Sosyal yeterlik alt boyutunda 40-49 yaş grubu ortalaması, 20-29 yaş grubu ortalamasından anlamlı derecede daha yüksektir. Duygusal zekâ toplamda da aynı durum söz konusudur.



3.3.3. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Gruplar arası Karşılaştırma Sonuçları

Araştırmanın eğitim düzeyi değişkenine göre aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları için anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3.14 Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Ölçek	Kategori	N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
Bağlılık	Lise (normal) mezunu	41	7,4114	1,93918	3-296	,930	,426
	Lise (meslek) mezunu	31	7,1527	2,18087			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	7,4404	1,86406			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	7,6773	1,63010			
	Toplam	300	7,5307	1,79168			
Tutku	Lise (normal) mezunu	41	7,0439	2,11117	3-296	,190	,903
	Lise (meslek) mezunu	31	6,8989	2,15619			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	7,0535	1,92954			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	7,1614	1,82045			
	Toplam	300	7,0927	1,91585			
Yakınlık	Lise (normal) mezunu	41	7,4374	1,90870	3-296	,716	,543
	Lise (meslek) mezunu	31	7,3871	2,14168			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	7,5718	1,81078			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	7,7567	1,45171			
	Toplam	300	7,6311	1,68381			
Aşk Toplam	Lise (normal) mezunu	41	7,2976	1,92916	3-296	,584	,626
	Lise (meslek) mezunu	31	7,1462	2,09437			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	7,3552	1,80511			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	7,5318	1,53721			
	Toplam	300	7,4181	1,71787			
Dz. Kiş. Fark.	Lise (normal) mezunu	41	3,3967	,35370	3-296	1,718	,163
	Lise (meslek) mezunu	31	3,2882	,25027			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	3,2742	,26751			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,3631	,38330			
	Toplam	300	3,3389	,34417			
Dz. Motivasyon	Lise (normal) mezunu	41	3,0322	,40686	3-296	,541	,654
	Lise (meslek) mezunu	31	3,0168	,39944			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	2,9741	,36323			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,0443	,39376			
	Toplam	300	3,0232	,38828			
Dz. Öz Denetim	Lise (normal) mezunu	41	3,0898	,35797	3-296	1,772	,152
	Lise (meslek) mezunu	31	3,1935	,33864			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	3,0992	,25459			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,1847	,34996			
	Toplam	300	3,1524	,33115			
Dz. Kiş. Yeterli.	Lise (normal) mezunu	41	3,1729	,32119	3-296	1,188	,315
	Lise (meslek) mezunu	31	3,1662	,26712			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	3,1158	,24712			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,1974	,32577			
	Toplam	300	3,1715	,30285			
Empati	Lise (normal) mezunu	41	2,8610	,57658	3-296	,774	,509
	Lise (meslek) mezunu	31	2,9065	,62286			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	2,8859	,51694			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	2,9771	,53779			
	Toplam	300	2,9323	,54698			
Dz. İlişki Yön.	Lise (normal) mezunu	41	3,0627	,48941	3-296	,614	,606
	Lise (meslek) mezunu	31	3,0714	,46639			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	3,0704	,40796			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,1399	,46676			
	Toplam	300	3,1058	,45584			
Dz. Sos. Yeter.	Lise (normal) mezunu	41	2,9618	,51026	3-296	,799	,495
	Lise (meslek) mezunu	31	2,9889	,50379			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	2,9782	,42915			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,0585	,46626			
	Toplam	300	3,0191	,46754			
Dz. Toplam	Lise (normal) mezunu	41	3,0674	,40410	3-296	,913	,435
	Lise (meslek) mezunu	31	3,0776	,37153			
	Yüksek okul mezunu (2 Yıllık)	71	3,0470	,32276			
	Üniversite mezunu (Normal) ve üstü	157	3,1279	,37997			
	Toplam	300	3,0953	,36968			

3.3.4. Aylık Gelir Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları

Araştırmanın aylık gelir değişkenine göre aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları için anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3.15. Aylık Gelir Durumu Değişkenine Göre Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Ölçekler	Aylık gelir	N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
Bağılılık	5000 TL ALTI	135	7,4968	1,85019	2-297	,138	,871
	5001-10000 TL	120	7,5956	1,71926			
	10001-15000 TL	45	7,4593	1,83701			
	Toplam	300	7,5307	1,79168			
Tutku	5000 TL ALTI	135	7,0277	1,94695	2-297	,331	,719
	5001-10000 TL	120	7,0894	1,84783			
	10001-15000 TL	45	7,2963	2,02692			
	Toplam	300	7,0927	1,91585			
Yakınlık	5000 TL ALTI	135	7,5748	1,75609	2-297	,612	,543
	5001-10000 TL	120	7,7556	1,57327			
	10001-15000 TL	45	7,4681	1,76111			
	Toplam	300	7,6311	1,68381			
Aşk Ölç.Toplam	5000 TL ALTI	135	7,3664	1,75983	2-297	,139	,870
	5001-10000 TL	120	7,4802	1,64687			
	10001-15000 TL	45	7,4079	1,80778			
	Toplam	300	7,4181	1,71787			
Dz. Kiş. Fark.	5000 TL ALTI	135	3,3333	,33164	2-297	,940	,392
	5001-10000 TL	120	3,3656	,34947			
	10001-15000 TL	45	3,2844	,36691			
	Toplam	300	3,3389	,34417			
Dz. Motivasyon	5000 TL ALTI	135	2,9870	,38990	2-297	1,131	,324
	5001-10000 TL	120	3,0593	,35762			
	10001-15000 TL	45	3,0356	,45593			
	Toplam	300	3,0232	,38828			
Dz. Öz Denetim	5000 TL ALTI	135	3,1360	,33510	2-297	,329	,720
	5001-10000 TL	120	3,1697	,33127			
	10001-15000 TL	45	3,1556	,32364			
	Toplam	300	3,1524	,33115			
Dz. Kiş. Yeterli.	5000 TL ALTI	135	3,1521	,30533	2-297	,783	,458
	5001-10000 TL	120	3,1982	,28963			
	10001-15000 TL	45	3,1585	,33049			
	Toplam	300	3,1715	,30285			
Empati	5000 TL ALTI	135	2,9104	,55962	2-297	,708	,494
	5001-10000 TL	120	2,9767	,54584			
	10001-15000 TL	45	2,8800	,51372			
	Toplam	300	2,9323	,54698			
Dz. İlişki Yön.	5000 TL ALTI	135	3,1005	,45564	2-297	1,459	,234
	5001-10000 TL	120	3,1470	,43199			
	10001-15000 TL	45	3,0119	,51118			
	Toplam	300	3,1058	,45584			
Dz. Sos. Yeter.	5000 TL ALTI	135	3,0054	,48272	2-297	1,111	,331
	5001-10000 TL	120	3,0618	,44335			
	10001-15000 TL	45	2,9460	,48288			
	Toplam	300	3,0191	,46754			
Dz. Toplam	5000 TL ALTI	135	3,0788	,37991	2-297	,969	,381
	5001-10000 TL	120	3,1300	,34842			
	10001-15000 TL	45	3,0522	,39344			
	Toplam	300	3,0953	,36968			

3.3.5. Medeni Hal Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları

Araştırmanın medeni hal değişkenine göre aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları için anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3.16. Araştırma Grubunun Medeni Hal Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları

Ölçekler	Medeni durumunuz	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
Bağlılık	Evli	120	7,7144	1,74442	1,453	298	,147
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	7,4081	1,81699			
Tutku	Evli	120	7,1544	2,00520	,455	298	,649
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	7,0515	1,85844			
Yakınlık	Evli	120	7,7867	1,59770	1,308	298	,192
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	7,5274	1,73547			
Ask Ölceği toplam	Evli	120	7,5519	1,71346	1,101	298	,272
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	7,3290	1,71978			
Dz. Kiş.Fark.	Evli	120	3,3456	,32522	,274	298	,785
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,3344	,35707			
Dz. Motivasyon	Evli	120	3,0333	,39104	,369	298	,713
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,0164	,38737			
Dz. Öz Denetim	Evli	120	3,1670	,33328	,623	298	,534
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,1427	,33028			
Dz. Kiş. Yeter.	Evli	120	3,1820	,29775	,488	298	,626
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,1645	,30684			
Empati	Evli	120	2,9783	,55309	1,190	298	,235
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	2,9017	,54224			
Dz. İlişki Yön.	Evli	120	3,1119	,47353	,188	298	,851
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,1018	,44494			
Dz. Sos. Yeter.	Evli	120	3,0451	,48641	,787	298	,432
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,0017	,45507			
Dz. Toplam	Evli	120	3,1135	,38235	,698	298	,486
	Bekar ve romantik ilişkisi olan	180	3,0831	,36156			

3.3.6. Çalışma Yaşamı ile İlgili Değişkenlere Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları

Araştırmanın çalışma durumu değişkenine göre aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları için anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3.17. Araştırma Grubunun Çalışma Yaşamı ile İlgili Değişkenlere Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları

Ölçekler	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
Bağlılık	Evet	230	7,5449	1,78898	,250	298	,803
	Hayır	70	7,4838	1,81270			
Tutku	Evet	230	7,0786	1,93101	-,231	298	,818
	Hayır	70	7,1390	1,87811			
Yakınlık	Evet	230	7,6113	1,68841	-,369	298	,713
	Hayır	70	7,6962	1,67903			
Ask Ölçeği topl.	Evet	230	7,4116	1,72539	-,120	298	,905
	Hayır	70	7,4397	1,70506			
Dz. Kiş. Fark.	Evet	230	3,3328	,36071	-,559	298	,577
	Hayır	70	3,3590	,28450			
Dz. Motivasyon	Evet	230	3,0417	,38259	1,502	298	,134
	Hayır	70	2,9623	,40323			
Dz. Öz denetim	Evet	230	3,1586	,33699	,588	298	,557
	Hayır	70	3,1320	,31262			
Dz. Kiş. Yeter.	Evet	230	3,1777	,31150	,643	298	,521
	Hayır	70	3,1511	,27362			
Empati	Evet	230	2,9383	,53857	,340	298	,734
	Hayır	70	2,9129	,57733			
Dz. İlişki Yön.	Evet	230	3,0218	,46393	,185	298	,853
	Hayır	70	3,0100	,48252			
Dz Toplam	Evet	230	3,0998	,37254	,380	298	,704
	Hayır	70	3,0806	,36237			

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Ancak iş hayatından memnuniyet düzeyi açısından aşk toplam ve tüm alt boyutları için ve duygusal zekâ empati alt boyutu için en az ,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar meydana gelmiştir.

Tablo 3.18. İş Hayatından Memnuniyet Değişkenine Göre Gruplararası Karşılaştırma Sonuçları

	Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	sd	F	p
Bağlılık	Kararsız	85	7,09	1,94	2-227	5,013	,007**
	Memnun	106	7,73	1,75			
	Çok Memnun	39	8,03	1,29			
	Toplam	230	7,54	1,79			
Tutku	Kararsız	85	6,51	1,93	2-227	6,842	,001***
	Memnun	106	7,31	1,97			
	Çok Memnun	39	7,70	1,50			
	Toplam	230	7,08	1,93			
Yakınlık	Kararsız	85	7,22	1,75	2-227	3,787	,024*
	Memnun	106	7,80	1,74			
	Çok Memnun	39	7,96	1,24			
	Toplam	230	7,61	1,69			
Aşk Toplam	Kararsız	85	6,94	1,79	2-227	5,685	,004**
	Memnun	106	7,61	1,75			
	Çok Memnun	39	7,89	1,24			
	Toplam	230	7,41	1,73			
Dz. Kiş. Fark.	Kararsız	85	3,35	0,39	2-227	,122	,885
	Memnun	106	3,32	0,33			
	Çok Memnun	39	3,34	0,40			
	Toplam	230	3,33	0,36			
Dz. Motivasyon	Kararsız	85	3,01	0,34	2-227	1,185	,308
	Memnun	106	3,04	0,36			
	Çok Memnun	39	3,12	0,50			
	Toplam	230	3,04	0,38			
Dz Öz Denetim	Kararsız	85	3,22	0,33	2-227	2,594	,077
	Memnun	106	3,11	0,32			
	Çok Memnun	39	3,17	0,39			
	Toplam	230	3,16	0,34			
Dz. Kiş. Yeterlilik	Kararsız	85	3,19	0,30	2-227	,571	,566
	Memnun	106	3,16	0,29			
	Çok Memnun	39	3,21	0,38			
	Toplam	230	3,18	0,31			
Empati	Kararsız	85	3,02	0,46	2-227	2,877	,050*
	Memnun	106	2,85	0,51			
	Çok Memnun	39	3,00	0,72			
	Toplam	230	2,94	0,54			
Dz. İlişki Yön.	Kararsız	85	3,14	0,39	2-227	,763	,467
	Memnun	106	3,07	0,43			
	Çok Memnun	39	3,14	0,62			
	Toplam	230	3,11	0,45			
Dz. Sos. Yeter.	Kararsız	85	3,08	0,39	2-227	1,986	,140
	Memnun	106	2,96	0,44			
	Çok Memnun	39	3,07	0,64			
	Toplam	230	3,02	0,46			
Dz. Toplam	Kararsız	85	3,14	0,33	2-227	1,389	,252
	Memnun	106	3,06	0,35			
	Çok Memnun	39	3,14	0,50			
	Toplam	230	3,10	0,37			

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Yapılan Scheff  testine göre i  hayatından ne memnun ne de memnun olmayanların, i  hayatından memnun olanlara ve çok memnun olanlara göre, bağlılık puanı anlamlı derecede daha düşüktür. Yine aynı şekilde i  hayatından çok memnun olanların, i  hayatından ne memnun ne de memnun olmayanlara göre bağlılık puanları daha yüksek düzeydedir. Tutku boyutunda i  hayatından çok memnun olanların puan ortalaması i  hayatından ne memnun ne de memnun olmayanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yakınlık alt boyutunda ikili kar ıla tırmalarda fark bulunamamıştır. A k toplam puanlarında, i  hayatından memnun olanların ($p<,05$) ve çok memnun olanların ($p<,05$) puan ortalaması, i  hayatından ne memnun ne de memnun olmayanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

Duygusal zekâ empati alt boyutu dışındaki diğer alt boyutlarda istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Empati alt boyutunda ise i  hayatından memnuniyet düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Duygusal zekâ empati alt boyutunda kümülatif bir farklılık olduğu halde, ikili kar ıla tırmalar arasında anlamlı fark yoktur ($p>,05$).

Tablo 3.19. İş Hayatından Memnuniyet Değişkenine Göre Scheffe Testi Sonuçları

Değişken	Gruplar		Ortalama Fark	Std. Hata	p
Bağlılık	Kararsız	Memnun	-,64847(*)	,25602	,042*
		Çok Memnun	-,94699(*)	,34009	,022*
	Memnun	Kararsız	,64847(*)	,25602	,042*
		Çok Memnun	-,29852	,32932	,664
	Çok Memnun	Kararsız	,94699(*)	,34009	,022*
		Memnun	,29852	,32932	,664
Tutku	Kararsız	Memnun	-,80622(*)	,27424	,014*
		Çok Memnun	-1,19063(*)	,36429	,005**
	Memnun	Kararsız	,80622(*)	,27424	,014*
		Çok Memnun	-,38441	,35276	,553
	Çok Memnun	Kararsız	1,19063(*)	,36429	,005*
		Memnun	,38441	,35276	,553
Yakınlık	Kararsız	Memnun	-,57348	,24289	,064
		Çok Memnun	-,73281	,32265	,078
	Memnun	Kararsız	,57348	,24289	,064
		Çok Memnun	-,15933	,31243	,878
	Çok Memnun	Kararsız	,73281	,32265	,078
		Memnun	,15933	,31243	,878
Aşk Toplam	Kararsız	Memnun	-,67606(*)	,24623	,025*
		Çok Memnun	-,95681(*)	,32708	,015*
	Memnun	Kararsız	,67606(*)	,24623	,025*
		Çok Memnun	-,28075	,31672	,676
	Çok Memnun	Kararsız	,95681(*)	,32708	,015*
		Memnun	,28075	,31672	,676
Empati	Kararsız	Memnun	,17518	,07778	,081
		Çok Memnun	,01979	,10332	,982
	Memnun	Kararsız	-,17518	,07778	,081
		Çok Memnun	-,15539	,10005	,301
	Çok Memnun	Kararsız	-,01979	,10332	,982
		Memnun	,15539	,10005	,301

*p<,05

3.3.7. Yerleşim Birimi Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları

Araştırmanın yerleşim birimi değişkenine göre aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları için anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3.20. Araştırma Grubunun Yerleşim Birimi Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları

Ölçekler	Yerleşim Birimi	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
Bağlılık	Şehir	149	7,6072	1,70706	,734	298	,464
	Büyük şehir	151	7,4552	1,87406			
Tutku	Şehir	149	7,1365	1,82903	,393	298	,695
	Büyük şehir	151	7,0494	2,00298			
Yakınlık	Şehir	149	7,6729	1,63526	,427	298	,670
	Büyük şehir	151	7,5898	1,73483			
Ask Ölçeği topl.	Şehir	149	7,4722	1,65008	,541	298	,589
	Büyük şehir	151	7,3648	1,78613			
Dz. Kiş. Fark.	Şehir	149	3,3047	,32022	-1,715	298	,087
	Büyük şehir	151	3,3726	,36420			
Dz. Motivasyon	Şehir	149	3,0024	,35904	-,921	298	,358
	Büyük şehir	151	3,0437	,41529			
Dz. Öz denetim	Şehir	149	3,1345	,31089	-,930	298	,353
	Büyük şehir	151	3,1701	,35012			
Dz. Kiş. Yeter.	Şehir	149	3,1472	,28248	-1,382	298	,168
	Büyük şehir	151	3,1955	,32084			
Empati	Şehir	149	2,8953	,49991	-1,166	298	,245
	Büyük şehir	151	2,9689	,58914			
Dz. İlişki Yön.	Şehir	149	3,0666	,42450	-1,483	298	,139
	Büyük şehir	151	3,1445	,48307			
Dz. Sos. Yeter.	Şehir	149	2,9810	,43020	-1,405	298	,161
	Büyük şehir	151	3,0567	,50026			
Dz Toplam	Şehir	149	3,0641	,34130	-1,455	298	,147
	Büyük şehir	151	3,1261	,39442			

3.3.8. Kendini Dışa Dönük veya İçe Dönük Algılama Değişkenine Göre Gruplar Arası Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 3.21. Araştırma Grubunun Kendini Dışa Dönük veya İçe Dönük Algılama Değişkenine Göre İlişkisiz Grup “t” Testi Sonuçları

	Gruplar	N	X	ss	t	sd	p
Bağlılık	Dışa dönük	178	7,71	1,76	2,098	298	,037*
	İçe dönük	122	7,27	1,81			
Tutku	Dışa dönük	178	7,24	1,95	1,655	298	,099
	İçe dönük	122	6,87	1,85			
Yakınlık	Dışa dönük	178	7,77	1,69	1,760	298	,079
	İçe dönük	122	7,43	1,66			
Aşk Toplam	Dışa dönük	178	7,58	1,72	1,921	298	,056
	İçe dönük	122	7,19	1,69			
Dz. Kiş. Fark.	Dışa dönük	178	3,39	0,37	3,194	298	,002**
	İçe dönük	122	3,26	0,29			
Dz. Motivasyon	Dışa dönük	178	3,10	0,39	4,110	298	,000***
	İçe dönük	122	2,91	0,35			
Dz. Öz Denetim	Dışa dönük	178	3,21	0,33	3,467	298	,001***
	İçe dönük	122	3,07	0,31			
Dz. Kiş. Yeter.	Dışa dönük	178	3,23	0,31	4,261	298	,000***
	İçe dönük	122	3,08	0,27			
Empati	Dışa dönük	178	2,99	0,56	2,260	298	,025*
	İçe dönük	122	2,85	0,51			
Dz. İlişki Yön.	Dışa dönük	178	3,21	0,47	4,764	298	,000***
	İçe dönük	122	2,96	0,38			
Dz. Sos. Yeter.	Dışa dönük	178	3,10	0,48	3,627	298	,000***
	İçe dönük	122	2,90	0,42			
Dz. Toplam	Dışa dönük	178	3,17	0,38	4,046	298	,000***
	İçe dönük	122	2,99	0,33			

*p<,05 **p<,01 ***p<,001

Aşk alt boyutlarından tutku ve yakınlık ile aşk toplamında kendini dışa dönük ve içe dönük olarak tanımlayan kişilerin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık yoktur ($p>,05$). Ancak Bağlılık alt boyutunda kendini dışa dönük algılayanların puan ortalaması, kendini içe dönük algılayanlardan anlamlı derecede daha yüksektir ($p<,05$).

Duygusal zekâ toplamında ve bütün alt boyutlarda, dışa ve içe dönük olanlar arasında tümüyle anlamlı farklılıklar meydana gelmiştir. Bu farklılıkların tümü dışa dönüklerin lehine gerçekleşmiştir.

3.4. Regresyon Analizi Sonuçları

3.4.1. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Puanı Toplamını Yordaması için Yapılan Regresyon Analizi

Tablo 3.22. Duygusal Zekâ Toplamının, Aşk Puanı Toplamını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları

	B	Std. Hata	Beta	t	p
(Sabit)	4,997	,827		6,041	,000***
DZ Toplam	,782	,265	,168	2,948	,003**

R: ,168 R²: ,028 F: 8,693 p < ,05

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde, duygusal zekâ toplam puanlarının aşk toplam puan değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir (t= 2,948; p=,003).

Tablo 3.23. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının, Aşk Puanı Toplamını Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
(sabit)	4,126	1,131		3,647	,000***
Dz. Kiş. Fark.	,679	,371	,136	1,968	,047*
Dz. Motivasyon	,220	,474	,050	,464	,643
Dz. Öz Denetim	-,018	,473	-,003	-,037	,970
Dz. İlişki Yön.	,089	,593	,024	,150	,881
Dz. Sos. Yeter.	,046	,582	,013	,080	,936

R: ,193 R²: ,037 F: 2,274 p < ,047

Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, aşk ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler vermektedir. Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, aşk toplamı ile R (çoklu korelasyon katsayısı):,193, R²(Çoklu korelasyon katsayısı karesi):,037'yi vermektedir. Yapılan F testi sonucu 2,274'dür (p<,05). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun, Aşk toplam puan değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

3.4.2. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Yakınlık Boyutunu Yordaması için Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 3.24. Duygusal Zekâ Toplamının, Aşk Yakınlık Boyutunu Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart Olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std.Hata	Beta		
(sabit)	4,821	,806		5,982	,000***
Dz. Toplam	,908	,259	,199	3,511	,001***

R:,199 R²: ,040 F:12,329 p= ,001***

Basit doğrusal regresyon analizinde korelasyon katsayısı ,199, ve korelasyon katsayısı karesi ,040 olarak bulunmuştur. Anova analizinde ise F değeri 12,329 olarak elde edilmiştir (p:001). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, Duygusal zekâ toplam puanlarının yakınlık puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. (t= 3,511; p=,000).

Tablo 3.25. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının, Aşk Yakınlık Boyutunu Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
(sabit)	4,111	1,102		3,731	,000***
Dz. Kiş. Fark.	,697	,362	,142	1,966	,049*
Dz. Motivasyon	-,024	,461	-,005	-,051	,959
Dz. Öz Denetim	,020	,461	,004	,043	,966
Dz. İlişki Yön.	,166	,578	,045	,287	,774
Dz. Sos. Yeter.	,227	,567	,063	,401	,689

R: ,222 R²: ,049 F: 3,037 p= ,011*

Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, aşk yakınlık alt boyutu ile R (çoklu korelasyon):,222, R² (Çoklu korelasyon katsayısı karesi):,049 vermektedir. Yapılan F testi sonucu 3,037 ‘dür (P=,011). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları

incelendiğinde, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun, yakınlık puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

3.4.3. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Tutku Boyutunu Yordaması için Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 3.26. Duygusal Zekâ Toplamının, Aşk Tutku Boyutunu Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	p
Sabit	5,577	,932		5,987	,000***
Dz. Toplam	,490	,299	,094	1,638	,102
R: ,094 R ² : ,009 F: 2,684 p: ,102					

Basit çoklu doğrusal regresyon analizinde çoklu korelasyon katsayısı ,094, ve çoklu korelasyon katsayısı karesi ,009 olarak bulunmuştur. Anova analizinde ise F değeri 2,684 olarak elde edilmiştir (p:,102).

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, duygusal zekâ toplam puanlarının tutku puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir. (t= 1,638; p=,102).

Tablo 3.27. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının, Aşk Tutku Boyutunu Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
(sabit)	4,811	1,276		3,771	,000***
Dz. Kiş. Fark.	,611	,419	,110	1,460	,145
Dz. Motivasyon	,390	,534	,079	,730	,466
Dz. Öz Denetim	-,192	,533	-,033	-,360	,719
Dz. İlişki Yön.	-,135	,669	-,032	-,202	,840
Dz. Sos. Yeter.	,028	,657	,007	,043	,966
R: ,126 R ² : ,016 F: ,948 p= ,450					

Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, tutku ile R (çoklu korelasyon):,126 , R² (Çoklu korelasyon katsayısı karesi):,016 vermektedir. Yapılan F testi sonucu ,948 ‘dür (p<,05). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, Duygusal zekâ alt boyutları içinde hiçbirinin tutku puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir.

3.4.4. Duygusal Zekâ Toplamı ve Alt Boyutlarının, Aşk Bağlılık Boyutunu Yordaması için Yapılan Regresyon Analizi

Tablo 3.28. Duygusal Zekâ Toplamının, Aşk Bağlılık Boyutunu Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Std. Hata	Beta	t	sd
(sabit)	4,592	,858		5,350	,000***
Dz. Toplam	,950	,275	,196	3,449	,003**

R: ,196 R²: ,038 F: 11,693 p: ,001***

Basit çoklu doğrusal regresyon analizinde çoklu korelasyon katsayısı ,196, ve çoklu korelasyon katsayısı karesi ,038 olarak bulunmuştur. Anova analizinde ise F değeri 11,693 olarak elde edilmiştir (p<,01).

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, Duygusal zekâ toplam puanlarının bağlılık değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir (t=3,449; p=,003).

Tablo 3.29. Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının, Aşk Bağlılık Boyutunu Yordaması için Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
(sabit)	3,457	1,173		2,948	,003**
Dz. Kiş. Fark.	,728	,385	,140	1,991	,042*
Dz. Motivasyon	,293	,491	,064	,597	,551
Dz. Öz Denetim	,119	,490	,022	,243	,808
Dz. İlişki Yön.	,236	,615	,060	,383	,702
Dz. Sos. Yeter.	-,116	,604	-,030	-,193	,847

R: ,222 R²: ,049 F: 3,049 p < ,011*

Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, aşk alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler vermektedir. Duygusal zekâ alt boyut değişkenleri, bağlılık ile R (çoklu korelasyon):,222 , R² (çoklu korelasyon katsayısı karesi):,049'u vermektedir. Yapılan F testi sonucu 3,049'dür (P<,05). Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun, bağlılık değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

3.4.5. Aşk Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Puanlarının Duygusal Zekâ Toplam Puanını Yordaması için Yapılan Regresyon Analizi

Tablo 3.30. Yakınlık, Tutku ve Bağlılık Puanlarının Duygusal Zekâ Toplam Puanını Yordaması için Yapılan Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	Standart olmayan Katsayılar		Standart Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
(sabit)	2,723	,097		28,179	,000
Bağlılık	,077	,030	,371	2,518	,012*
Tutku	-,081	,024	-,419	-3,382	,001***
Yakınlık	,048	,027	,220	1,761	,079

R: ,278 R²: ,077 F: 8,239 p < ,001*

Aşk bağlılık alt boyutu, duygusal zekâ toplamı ile pozitif yönde anlamlı ilişki vermektedir (p = ,012). Aşk tutku alt boyutu, duygusal zekâ toplamı ile negatif yönde anlamlı ilişki vermektedir (p = ,001). Aşk yakınlık alt boyutunun, duygusal zekâ toplam puanını anlamlı derecede yordamadığı görülmüştür (p > ,05). Aşk alt boyut değişkenleri, duygusal zekâ ile R (çoklu korelasyon): ,278 , R² (çoklu korelasyon katsayısı karesi): ,077'yi vermektedir. Yapılan F testi sonucu 8,239'dur (p < ,001).

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu çalışmada romantik ilişki yaşayan bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmada katılımcıların toplam aşk puanları ve toplam duygusal zekâ puanları arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aşk alt boyutlarından bağlılık ve yakınlık ile toplam duygusal zekâ arasında düşük düzeyli ve pozitif ilişki saptanmıştır. Regresyon analizleri incelendiğinde, duygusal zekâ toplam puanlarının aşk toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun, aşk toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Duygusal zekânın yakınlığı yordaması bağlamında; duygusal zekâ toplam puanlarının yakınlık değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun yakınlık puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır.

Teorisyenler duygusal zekânın ilişki kalitesiyle bağlantılı olması gerektiğini defalarca vurgulasa da, romantik ilişkilerde duygusal zekâyı uygun çift tasarımları ve analizler kullanarak sistematik olarak inceleyen çok az deneysel araştırma bulunmaktadır (Schroder- Abe' ve Schütz, 2011: 155). Alan yazınında bugüne kadar yapılmış çalışmalar içinde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan sadece birkaç çalışmadan söz etmek mümkündür. Bu araştırma ile en çok örtüşen çalışma Kaur ve Junnarkar'ın (2017) çalışmasıdır. Söz konusu çalışmada duygusal zekâ ve yakınlık arasındaki ilişki incelemiş ve yakınlık tutumu ile duygusal zekâ arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca, duygusal zekânın kendi duygularını yönetme alt boyutu ile bağlılık arasında ve duygusal zekânın başkasının duygularını yönetme alt boyutu ile yakınlık tutumu arasında da anlamlı pozitif korelasyon saptanmıştır (Kaur, Junnarkar, 2017: 27). Benzerlik gösteren bir diğer çalışma; Schroder- Abe' ve Schütz'ün (2011) duygusal zekâ ile ilişki kalitesini tatmin, yakınlık ve bağlılık çerçevesinde karşılaştırdıkları çalışmadır. Hem online hem de laboratuvar ortamında gerçekleşen bu çalışmada duygusal

zekânın ilişki tatmini ve yakınlık üzerinde pozitif yönde etkili olduğu, aktör ve partner etkileriyle doğrulanmıştır (Schroder- Abe' ve Schütz, 2011: 155, 165, 167).

Yakınlık sürecinin incelendiği bir başka çalışmada, Cordova, Gee ve Warren (2005), duygusal becerinin, özellikle duyguları tanımlama ve ifade etme yeteneğinin, evlilik uyumunun sürdürülmesiyle pozitif ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Bu duygusal becerileri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide bütün partnerler için yakın güvenliğin aracı etkisi saptanmıştır (Cordova, Gee ve Warren, 2005: 218, 232). Sidhu, Bhalla ve Ali (2019) son 10 yılda yapılan ilgili çalışmaları dikkate alarak yaptıkları derleme çalışmasında; iki partnerin de yüksek düzeyde duygusal zekâyâ sahip olduğu ilişkilerde, partnerlerin bağlılık düzeyinin, duygusal farkındalığının, partnerler arasındaki duygusal erişilebilirliğin ve ilişkideki yakınlık seviyesinin de yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Sidhu, Bhalla ve Ali, 2019: 1774).

Alan yazınında bu araştırmayla dolaylı da olsa ilgili sayılabilecek olan, duygusal zekânın romantik ilişkiler üzerindeki etkisinin araştırıldığı diğer çalışmalarda, duygusal zekânın genellikle evlilik/ilişki içi doyum/tatminle pozitif ilişkili bulunduğu çalışmalar göze çarpmaktadır (Schutte ve diğerleri, 2001: 523-524; Smith, Heaven, ve Ciarrochi, 2008:1314, 1316, 1323; Smith, Ciarrochi ve Heaven, 2008: 738, 742; Wollny, Jacobs ve Pabel, 2020: 75; Malouf, Schutte ve Thorsteinsson, 2014: 53, 59; Mavruk Özbiçer ve Atıcı, 2018, 265; Üncü, 2007: iv; Tüysüz Doğan, 2021: vi; Hasçelik, 2020: 60; Özel, 2021: 3; Ekinci Murat, 2021: iii-iv).

Duygusal zekânın etkisinin araştırıldığı bir diğer konu evlilik/ilişki içi uyumdur ve iki değişken arasında olumlu ilişki tespit edilmiş çalışmalar mevcuttur (Joshi, Thingujam, 2009: 84; Karduz, 2009: 91, 98). Bu çalışmalara ek olarak, Brackett, Warner ve Bosco (2005) duygusal zekânın çiftlerde algılanan ilişki kalitesi ile pozitif ilişkili olduğunu saptamıştır (Brackett, Warner ve Bosco, 2005:197). Zeidner ve Kaluda (2008) ise duygusal zekânın evlilik aşkı üzerinde anlamlı pozitif etkileri olduğunu tespit etmiştir.

Duygusal zekânın bağlılığı yordaması bağlamında; duygusal zekâ toplam puanlarının bağlılık değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, duygusal zekâ alt

ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun bağıllık değışkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu gözlenmiştir.

Duygusal zekânın bağıllık ve yakınlık ile pozitif ilişkili ve yordayıcı özellikte olması, duygusal zekâyı oluşturan unsurlar ile bağıllık ve yakınlık olgusunun dinamiklerini bir arada düşündüğümüzde anlaşılır ve açıklanabilir hale gelmektedir. Şöyle ki: Kendisinin ve ötekinin duygularını algılayabilen, anlayabilen, ifade edebilen, bu duyguları durum ve koşullara uygun düşünce ve davranışını yönlendirmek için veri olarak kullanabilen; kişisel farkındalığı, empatisi, öz denetimi, motivasyonu, sosyal farkındalığı yüksek; duygularını ve ilişkilerini düzenleyebilen, yönetebilen; sağlıklı iletişim ve bağ kurabilen bir bireyin bir diğere yakınlığı ve onunla bağıllık içeren sürdürülebilir bir ilişki kurması elbette daha kolay olacaktır.

Aykutoğlu (2015), yakınlığın üç ana bileşeninin: öz paylaşım/kendini açma, partnere karşı olumlu hisler taşıma, şefkatin ve duygusal yakınlığın ifadesi olduğunu ifade etmiştir (Aykutoğlu, 2015:1). Buradaki “kendini açma” Marston ve diğelerinin (1998) de aktardığı gibi kendine dair bilgi paylaşımından ziyade duygusal açıklığı ifade etmektedir (Fitzpatrick, 1987; Pennebaker ve Beall, 1986; akt. Marston ve diğeleri, 1998:16). Kişinin bir başkasına yakın olabilmesi için duygusal açıklık içinde olması, bunun için de öncelikle ötekine neyi açtığının farkında olması, yani kendi varlığının ve kendi duygularının farkında olması gerekir. Bu bağlamda araştırmada duygusal zekâ alt ölçekleri içinde kişisel farkındalık alt boyutunun, aşk toplam puanları üzerinde yordayıcı olması oldukça anlamlıdır. Kişinin kendi duygularını algılama, anlama, kullanma, ifade edebilme, denetleyebilme ve yönetebilme becerisine sahip olması; ötekinin duygularını da algılamasını, anlamasını, bilişsel ve duygusal empati ile ötekinin duygularına eşlik edebilmesini, ötekinin duygularından doğru anlamı çıkarıp durumun gerektirdiği uygun davranışı gösterebilmesini, ötekinin kırılabilirliğine anlayış ve şefkatle karşılık verebilmesini sağlar. Bütün bu beceriler duygusal zekânın kapsamına girmektedir. Dolayısıyla duygusal zekâsı yüksek olan bireyin yakınlık kapasitesinin de yüksek olacağı söylenebilir.

Aşk alt boyutlarının duygusal zekâyı yordaması bağlamında; bağıllık alt boyutunun, duygusal zekâ toplamını pozitif yönde, tutku alt boyutunun duygusal zekâ toplamını negatif

yönde anlamlı derecede yordadığı, yakınlık alt boyutunun ise duygusal zekâ toplamını anlamlı derecede yordamadığı görülmüştür.

Gonzala ve diğerlerine (2001) göre, karşılıklı bağlılık ve güven arttıkça, partnerler diğer partner alternatiflerini daha az dikkate almaya, ilişkileri için fedakarlık yapmaya ve ilişki lehine daha fazla davranış sergilemeye başlamaktadırlar (Rusbult, Drigotas ve Verette, 1994; Wieselquist ve diğerleri, 1999; akt. Gonzaga ve diğerleri, 2001: 248). Bu görüşten hareketle güvenin etkileşim içindeki anlamını düşündüğümüzde, kavram hem kişinin kendine güveni, hem de ötekine hissettirdiği güven anlamına gelmelidir. Çünkü bir başkasına güven verebilmek için kişinin öncelikle kendine, dış dünya ile baş edebileceğine dair güven duyması gerekir. Duygusal zekânın bileşenlerinden, özellikle öz farkındalık, öz denetim, sosyal farkındalık, ilişki yönetimi, dürtü kontrolü, benlik saygısı, stres yönetimi, girişkenlik ve uyum yeteneği, kişinin zorluklarla baş edebilirliğine dair güveni pekiştiren unsurlardır. Bu özellikleri gelişkin olan bir bireyin hem kendine güveneceği hem de ilişki içinde olduğu kişiye güven vereceği söylenebilir. Dolayısıyla duygusal zekâ arttıkça güvenin, güven arttıkça bağlılığın artması anlaşılabilir.

Adams ve Jones'un (1997) bağlılığın kavramsal yapısını açıklarken öne sürdükleri bileşenlerden biri; adanma, tatmin ve sevgiye dayalı olarak çekim bileşenidir (Adams ve Jones, 1997: 1177). Bu kavramsallaştırmadan hareketle, tarafları bir arada tutan ve ilişkiyi sürdürülebilir kılan önemli unsurlardan birinin ilişki tatmini olduğu söylenebilir ki alan yazınında da duygusal zekânın romantik ilişki ya da evlilik içi tatminle pozitif ilişkili bulunduğunu kanıtlayan pek çok çalışma bulunmaktadır.

Biyo-psiko-sosyal bir canlı olan insanın, fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarının görüldüğü, kabul edildiği ve karşılandığı bir ilişki içinde olduğunda tatmin olması beklenir. Ötekinin duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için ise, kişinin hem kendisinin hem de ötekinin duygularını algılayabilmesi, anlayabilmesi, ifade edebilmesi, kullanabilmesi, yönetebilmesinin yanı sıra; dürtülerini kontrol edebilmesi, dolayısıyla ötekinin ya da ilişkinin faydasına olabilecek bir davranış öncelleyebilmesi, maddi manevi çıkarların çatışması durumunda esneklik ve uyum gösterebilmesi gerekir. Ve yine bütün bu özellikler

duygusal zekânın kapsamına girmekte, dolayısıyla duygusal zekâ ilişkiden aldığımız tatmini arttırmak suretiyle bağlılığı artırmaktadır.

Duygusal zekânın tutkuyu yordaması bağlamında; duygusal zekâ toplam puanlarının tutku değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı, duygusal zekâ alt boyutları içinde hiçbirinin tutku puanı üzerinde anlamlı birer yordayıcı olmadıkları tespit edilmiştir. Sternberg'e (1986) göre tutku, romantizme yol açan itkiyi, fiziksel çekiciliği, cinsel bütünleşmeyi ve bunlarla ilgili olguları ifade etmektedir. Bu bileşen, aşk ilişkisinde tutku deneyimine yol açan motivasyonel kaynakları ve diğer uyarım biçimlerini içermektedir (Sternberg, 1986: 119). Sternberg'in (1986) bu tanımından yola çıktığımızda tutkunun yakınlık ve bağlılığa oranla aşkın daha ziyade fiziksel bileşenini teşkil ettiği söylenebilir. Çalışmada duygusal zekâ ile tutku arasında anlamlı bir korelasyon ve yordayıcılık ilişkisi bulunamaması; tutkunun fiziksel anlamda birleştirici bir unsur olması, çiftlerde sosyal ve duygusal ihtiyaçlardan ziyade, fiziksel ihtiyaçlar ve cinsel çekim tarafından belirlenmiş olması ile açıklanabilir.

Cinsiyet değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda aşk toplam ve alt boyutları bakımından kadın ve erkeklerin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Duygusal zekâ bakımından ise; motivasyon, öz denetim, kişisel yeterlilik, empati, sosyal yeterlilik ve duygusal zekâ toplamda erkekler lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur. Duygusal zekânın kişisel farkındalık ve ilişki yönetimi alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgularla örtüşen çalışmalardan birinde Ahmad, Bangash ve Khan (2009), erkek katılımcıların kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek duygusal zekâ puanları aldıklarını tespit etmişlerdir (Ahmad, Bangash, Khan, 2009: 127). Benzer şekilde; Ajmal, Javed ve Javed (2017), erkek katılımcıların kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek duygusal zekâ puanları aldıklarını saptamışlardır (Ajmal, Javed ve Javed, 2017: 205). İlgili bazı çalışmalarda sadece stres yönetimi alt erkekler lehine bulgulara ulaşılmıştır (Örneğin: Nasir ve Masrur, 2010: 37; Yalız, 2013: 107).

Alan yazınına bakıldığında, kadınların erkeklere oranla daha yüksek duygusal zekâ puanı aldıkları çalışmalar olduğu gibi (Örneğin: Cabello ve diğerleri, 2016: 1490; Pooja ve

Kumar, 2016: 21, 22; Day, Carroll, 2004: 1454; Üncü, 2007: iv; Zorlu, 2020: 83), kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı fark tespit edilmemiş çalışmalar da bulunmaktadır (Örneğin: Meshkat ve Nejati, 2017: 1; Karduz, 2009: 91, 98; Baba, 2010: 105; Cingisiz ve Murat, 2010: 99; Tekin Acar, 2001: 146). Bu çalışmada erkek katılımcıların duygusal zekâlarının daha yüksek bulunması, çalışmaya katılan kadın katılımcıların erkeklere oranla daha kısıtlı sosyal çevrelerde yetiştirilmiş olmasıyla ilgili olabilir. Toplumumuzda erkekler küçük yaşlarda aile dışında, kamusal alanda, farklı arkadaş çevrelerinde hayata katılabilirken, kadınlar nispeten daha kapalı bir sistemde, aile ve yakınlar arasında tutulabilmekte, sosyal etkileşimleri kısıtlanabilmektedir. Dolayısıyla kadın katılımcılar, duygusal zekânın gelişebilmesi için gereken etkileşim çeşitliliğinden mahrum kalmış olabilir. Bu durum da sosyal etkileşim içinde kişisel ve sosyal anlamda erkek katılımcılara oranla daha az yeterli kalmalarına ya da yetersiz olduklarına inanmalarına yol açmış olabilir. Ayrıca erkeklerin sahip oldukları yeti ve beceriler toplumca vurgulanır, abartılır ve alkışlanırken, kadınların daha alçak gönüllü, gösterişsiz ve sessiz olmaları, “göze batmamaları” beklenmektedir. Bu yetiştirilme tarzı, erkeklerin öz-bildirim ölçeklerini yanıtlarken kendi yeti ve becerilerini olduğundan daha yüksek düzeyde, kadınların ise daha gerçekçi ya da olduğundan daha düşük düzeyde değerlendirmesine ve bildirmesine yol açmış olabilir.

Yaş değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Öte yandan yaş değişkeni ile duygusal zekânın kişisel farkındalık ve motivasyon dışındaki tüm alt boyutları ve duygusal zekâ toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. 40-49 yaş grubunun ortalaması, 20-29 yaş ortalamasından anlamlı derecede daha yüksektir. Benzer konuları ele alan araştırmalar incelendiğinde, alan yazınında ilerleyen yaşla duygusal zekâ arasında anlamlı pozitif ilişki saptamış çeşitli çalışmalara rastlanmaktadır (Örneğin: Day ve Carroll 2004: 1454; Pooja ve Kumar, 2016: 21, 22; Mavruk Özbiçer ve Atıcı, 2018: 273; Zorlu, 2020: 83). Stein ve Book (2003), yaptıkları çalışmada duygusal zekânın yaşla birlikte arttığını, 50’li yaşların ortalarında en yüksek seviyeye çıktığını tespit etmişlerdir (Stein ve Book, 2003; akt. Yalız 2013: 108). Bar-On (2000), yaptığı kohort çalışmalarda daha yaşlı katılımcıların daha yüksek duygusal zekâ puanı alma eğiliminde olduğunu

saptamıştır (Emmerling, Goleman, 2003: 20, 21). Cabello ve diğerlerinin (2016) çalışmasında duyguları anlama faktörü hariç, diğer alanlarda genç ve yaşlı yetişkinler, orta yaşlı yetişkinlere oranla daha düşük puanlar almışlardır. Duyguları anlama faktöründe ise duygusal zekâ puanları artan yaşla birlikte giderek azalmaktadır (Cabello ve diğerleri, 2016: 1490).

Alan yazınında duygusal zekâ ile yaş arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiş çalışmalar da bulunmaktadır (Örneğin: Nasir ve Masrur, 2010: 37; Cingisiz ve Murat, 2010: 99; Acar, 2001: 146). 20-29 yaş grubundaki bireyler, genellikle eğitimlerini bitirip hayata atılmak, kendilerine ailelerinden bağımsız yaşam koşulları hazırlamak, sevebilecekleri ve güvenebilecekleri ötekilerle sürdürülebilir ilişkiler kurmak gibi yetişkinlik hayatının sorumluluklarını yerine getirmekle ve aslında alışık olmadıkları bu yeni rolün, yetişkin rolünün (ve belki ebeveyn rolünün) zorluklarıyla mücadele etmektedir. 30-39 yaş arasındaki bireyler, genellikle mesleklerini seçmiş, hayatlarını az çok yoluna koymuş ve fakat 20'li yaşların belki de aceleye gelmiş ve yanlış verilmiş kararlarını, benliklerinin sınırlarını, yaşamın anlamını sorgulamakta, (ve belki) ebeveyn rolünün getirdiği ağır sorumlulukları üstlenmekte, daha gelişkin bir bilişsel kondisyonla kendilerini yeniden inşa etmek ve eğer o yolda değillerse kendini gerçekleştirme yoluna girmeye çalışmakla meşgul olmaktadır. Kişisel farkındalık, öz güven, öz denetim, ilişki yönetimi, duyguları anlama, ifade etme, yönetme becerileri, öz motivasyon, benlik saygısı, sosyal farkındalık, stres yönetimi, girişkenlik, bağımsızlık, kendini gerçekleştirme, sosyal sorumluluk, uyum yeteneği, problem çözme gibi duygusal zekânın alanına giren beceri ve yetkinlikler ergenlik, genç yetişkinlik ve yetişkinlik döneminde zamanla ve kazanılan deneyimlerle birlikte henüz gelişmektedir. Birey ancak 40'lı yaşlarında ve sonrasında, o güne kadar geliştirdiği zihinsel, duygusal ve sosyal becerileri tam kapasiteyle kullanır hale gelmektedir. Bu bakış açısıyla, yaş ile duygusal zekâ arasındaki pozitif ilişki anlaşılır görünmektedir.

Eğitim düzeyi değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, duygusal zekâ toplamı bakımından da anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi ile sadece duygusal zekâ

alt boyutlardan öz denetim ve kişisel yeterlik arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı korelasyon tespit edilmiştir. Alan yazınında bu bulgulara benzer şekilde eğitim düzeyi ile duygusal zekâ arasında ilişki saptanmayan çalışmalar bulunmaktadır (Örneğin: Üncü, 2007: iv; Tekin Acar, 2001: 147), (Örneğin: Babaoğlu, 2010; Altay, 2011; Adsız, 2016; Serter ve Biçer, 2019; Çankaya ve Eriş, 2020; akt. Zorlu, 2020: 84). Eğitim düzeyi ile duygusal zekâ puanları arasında pozitif korelasyon tespit edilmiş çalışmalar da bulunmaktadır (Örneğin: Cingisiz ve Murat, 2010: 99; Karduz, 2009: 91, 98).

Eğitim düzeyi ile aşk ve duygusal zekâ toplamaları arasında anlamlı ilişki bulunamamış oluşu, eğitim sisteminin aslında eğitimi değil öğretimi kapsamasıyla ilgili olabilir. Eğitim sistemimiz, yaşama ve etkileşimlere dair deneyimin değil neredeyse sadece bilginin aktarıldığı, bilişsel yetkinliklere ağırlık veren, başarıyı IQ ile ölçen, sadece varsayılan genel zekâsı yüksek öğrencilerin daha üst düzeyde eğitim almalarına imkan tanıyan bir sistemdir. Dolayısıyla eğitim düzeyi, standart zekâ katsayısı hakkında bir fikir verse de duygusal zekâ ile ilişkili olmayabilir.

Aylık gelir değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aylık gelir değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, duygusal zekâ toplamı bakımından da anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aylık gelir ile sadece duygusal zekâ alt boyutlardan ilişki yönetimi arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişki saptanmıştır. Medeni hal, çalışma durumu ve yerleşim birimi değişkenlerine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Dışa dönük ya da içe dönük oluş değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda aşk alt boyutlarından tutku ve yakınlık ile aşk toplamında kendini dışa dönük ve içe dönük olarak tanımlayan katılımcıların puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Ancak bağıllık alt boyutunda kendini dışa dönük algılayanların puan ortalaması, kendini içe dönük algılayanlardan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Duygusal zekâ toplamında ve bütün alt boyutlarda, dışa ve içe dönük olanlar arasında tümüyle anlamlı farklılıklar meydana gelmiştir. Bu farklılıkların tümü dışa dönüklerin lehine gerçekleşmiştir.

Bağılılık alt boyutunda içe dönük bireylerin nispeten daha düşük puan alması, onların dışarıya daha kapalı bir sistemde, kendine yeten ya da yetmeye çalışan bir yapıda olmalarından kaynaklanabilir. Ve yine aynı sebeple duygusal zekâ puanları da daha düşük olabilir. Çünkü duygusal zekâ beceri ve yetkinlikleri en çok başkalarıyla etkileşim halinde gelişebilecek özelliklerdir. Duyguları en yoğun olarak ötekiyle etkileşim halindeyken hissettiğimize göre; duyguları algılama, anlama, kullanma ve yönetme becerilerimiz de aslında bu hissediş üzerinden yani etkileşimle gelişecektir. Dışa dönükler ötekilerle daha çok etkileşime girdikleri için bağılılıkları ve duygusal zekâları daha yüksek olabilir.

Anne eğitim düzeyi ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aynı şekilde anne eğitim düzeyi ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Alan yazınına bakıldığında, Kavcar (2011), üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri arasında, anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık saptamamıştır (Kavcar, 2011: 117). Anne, genellikle kucağına doğduğumuz ve yakın ilişki kurmayı ondan öğrendiğimiz kişi olarak duygusal gelişimimiz, ötekine bağlanışımız, dolayısıyla romantik ilişkilerimiz ve dış dünya ile baş etme kapasitemiz üzerinde oldukça belirleyicidir. Eğitim düzeyi yüksek olan anneler, hem bilişsel hem de sosyo kültürel açıdan daha gelişmiş, farkındalığı daha yüksek, çocuk yetiştirme konusunda daha özenli ve dikkatli olabilirler. Bu açıdan bakıldığında annenin eğitim düzeyinin hem aşk ve bileşenleri hem de duygusal zekâ ile olan ilişkisi anlaşılır hale gelmektedir.

Baba eğitim düzeyi ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Baba eğitim düzeyi ile duygusal zekâ toplam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Alan yazınında Kavcar (2011), üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri arasında, baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık saptamamıştır (Kavcar, 2011: 117). Baba, genellikle önemli bir bakım veren olarak yakın ilişkilerimiz üzerinde etkin rol oynayan kişilerden biridir. Dolayısıyla baba eğitim düzeyinin annede olduğu gibi, romantik ilişkilerimiz üzerindeki olumlu etkisi anlaşılabilir. Baba eğitim düzeyinin duygusal zekâyla ilişkili bulunmamış olması ve anne eğitim düzeyinin duygusal zekâ ile ilişkili olması, duygusal eğitimde annenin babaya oranla daha baskın bir etkisi olabileceğini akla getirmektedir.

Kardeş sayısı ile aşk alt boyutlarından tutku ve yakınlık arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Kardeş sayısı ile duygusal zekâ puanları karşılaştırıldığında, sadece kişisel farkındalık, kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi ile kardeş sayısı arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Alan yazınında; Arslan (2021), stres yönetimi ve şartlara ve çevreye uyum alt boyutlarında dört kardeş ve üzeri sayıda kardeşe sahip olan bireylerin duygusal zekâlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (Arslan, 2021: 140). Kavcar (2011) ise üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri arasında, kardeş sayısına göre anlamlı farklılık saptamamıştır (Kavcar, 2011: 117). Doğum sırası söz konusu olduğunda; hiçbir değişkenle anlamlı ilişki elde edilememiştir.

Arkadaşlık ilişkileri ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aynı şekilde, arkadaşlık ilişkileri değişkeni ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Hem aşk hem de duygusal zekâ, ötekilerle girilen etkileşimle ilgili olduğundan, olumlu arkadaşlık ilişkilerinin romantik ilişki puanlarıyla ve duygusal zekâ düzeyi ile pozitif ilişkili bulunması oldukça anlaşılır.

İş hayatından memnuniyet ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. İş hayatından memnuniyet ile duygusal zekâ düzeyleri arasında, (kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi hariç) alt boyutlar ve duygusal zekâ toplamı için pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Yakın arkadaş sayısı ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yakın arkadaş sayısı ile kişisel farkındalık dışındaki tüm duygusal zekâ alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile duygusal zekâ düzeyleri karşılaştırıldığında, sadece motivasyon ve kişisel yeterlilik alt boyutlarında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Alan yazınında yer alan bir başka çalışmada duygusal zekâ, psikolojik esenliği teşkil eden unsurlardan benlik saygısı, yaşam tatmini ve kendini kabul ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Carmeli,

Yitzhak-Halevy ve Weisberg, 2009: 66). Arslan (2021), duygusal zekâ ile yaşam doyumu arasında anlamlı pozitif ilişki tespit etmiştir, duygusal zekâ yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısıdır (Arslan, 2021: ii). Ne iş yaptığımız ve hayatı kiminle paylaştığımız, hem yaşamdan hem de kendimizden hoşnut olmak bağlamında oldukça belirleyici iki faktördür. Dolayısıyla romantik ilişkiyi oluşturan bileşenlerin niteliklerinin yüksek olmasının, yaşam tatmini arttıracığı söylenebilir.

Aile ilişkilerinden memnuniyet ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aile ilişkilerinden memnuniyet ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Aile, içine doğduğumuz sosyal matriks olarak iletişimi, etkileşimi, ilişkiyi öğrendiğimiz, biyo-psiko-sosyal gelişimimizin önemli süreçlerini içinde geçirdiğimiz bir yapıdır. Yakınlık-mesafe ayarları, kendini ifade etme tarzı, dışarıda bırakılmışlık duygusuyla baş etme düzeyi, maddi manevi kaynakları paylaşma disiplini, zor koşullarda ittifak kurabilme ve çatışma çözme becerileri ve dış dünya ile baş etme kapasitemiz üzerinde oldukça belirleyici bir sistemdir. Ailede edindiğimiz bütün bu yeti ve yetkinlikler, romantik ilişkilerimizin niteliği, ilişkiden aldığımız tatmin ve ilişkinin sürdürülebilirliğiyle ilişkili olabilir. Aile ilişkilerinden yüksek memnuniyet düzeyi, biyo-psiko-sosyal ihtiyaçlarımızın karşılandığı bir ortamda, kendimizin ve birlikte olduğumuz ötekinin bu ihtiyaçlarını nasıl karşılayabileceğimizi öğrenmiş olduğumuz, dolayısıyla bu yaşam bilgisini romantik ilişki içinde yapıcı bir şekilde kullanabileceğimiz anlamına gelebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Bu çalışmada romantik ilişki yaşayan bireylerde yakınlık, tutku ve bağlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişki incelenmiştir.

Katılımcılardan elde edilen verilere uygulanan analizler sonucunda;

- Toplam aşk puanları ve toplam duygusal zekâ puanları arasında düşük düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.
- Aşk alt boyutlarından bağlılık ve yakınlık ile toplam duygusal zekâ arasında düşük düzeyli ve pozitif ilişki saptanmıştır.
- Duygusal zekâ toplam puanlarının aşk toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür.
- Duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun, aşk toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.
- Duygusal zekâ toplam puanlarının yakınlık üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun yakınlık puanı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır.
- Duygusal zekâ toplam puanlarının tutku üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı, duygusal zekâ alt boyutları içinde hiçbirinin tutku puanı üzerinde anlamlı birer yordayıcı olmadıkları tespit edilmiştir.
- Duygusal zekâ toplam puanlarının bağlılık üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, duygusal zekâ alt ölçekleri içinde sadece kişisel farkındalık alt boyutunun bağlılık değişkeni üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu gözlenmiştir.
- Bağlılık alt boyutunun, duygusal zekâ toplamını pozitif yönde, tutku alt boyutunun duygusal zekâ toplamını negatif yönde anlamlı derecede yordadığı, yakınlık alt boyutunun ise duygusal zekâ toplamını anlamlı derecede yordamadığı görülmüştür.
- Cinsiyet değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda aşk toplam ve alt boyutları bakımından kadın ve erkeklerin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Duygusal zekâ bakımından ise; motivasyon, öz denetim, kişisel yeterlilik, empati, sosyal yeterlilik ve duygusal zekâ toplamda erkekler lehine istatistiksel açıdan

anlamli farklılık bulunmuştur. Duygusal zekânın kişisel farkındalık ve ilişki yönetimi alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamli bir farklılık saptanmamıştır.

- Yaş değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamli bir farklılık gözlenmemiştir. Yaş değişkeni ile duygusal zekânın kişisel farkındalık dışındaki tüm alt boyutları ve duygusal zekâ toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamli ilişkiler bulunmuştur. 40-49 yaş grubunun ortalaması, 20-29 yaş ortalamasından anlamli derecede daha yüksektir.
- Eğitim düzeyi değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamli bir farklılık gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, duygusal zekâ toplamı bakımından da anlamli bir farklılık gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi ile sadece duygusal zekâ alt boyutlardan öz denetim ve kişisel yeterlik arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamli korelasyon tespit edilmiştir.
- Aylık gelir değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk toplam ve alt boyutları bakımından anlamli bir farklılık bulunmamıştır. Aylık gelir değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, duygusal zekâ toplamı bakımından da anlamli bir farklılık bulunmamıştır. Aylık gelir ile sadece duygusal zekâ alt boyutlardan ilişki yönetimi arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamli ilişki saptanmıştır.
- Medeni hal değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları bakımından anlamli bir farklılık saptanmamıştır.
- Çalışma durumu değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları bakımından anlamli bir farklılık saptanmamıştır.
- Yerleşim birimi değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda, aşk ve duygusal zekâ puan ortalamaları bakımından anlamli bir farklılık saptanmamıştır.
- Dışa dönük ya da içe dönük oluş değişkenine göre oluşturulan gruplar arası karşılaştırmalarda aşk alt boyutlarından tutku ve yakınlık ile aşk toplamında kendini dışa dönük ve içe dönük olarak tanımlayan katılımcıların puan ortalamaları arasında anlamli farklılık tespit edilmemiştir. Ancak bağlılık alt boyutunda kendini dışa dönük algılayanların puan ortalaması, kendini içe dönük algılayanlardan anlamli derecede daha yüksek bulunmuştur. Duygusal zekâ toplamında ve bütün alt boyutlarda, dışa ve içe dönük olanlar

arasında tümüyle anlamlı farklılıklar meydana gelmiştir. Bu farklılıkların tümü dışa dönüklerin lehine gerçekleşmiştir.

- Anne eğitim düzeyi ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aynı şekilde anne eğitim düzeyi ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.
- Baba eğitim düzeyi ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Baba eğitim düzeyi ile duygusal zekâ toplam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.
- Kardeş sayısı ile aşk alt boyutlarından tutku ve yakınlık arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Kardeş sayısı ile duygusal zekâ puanları karşılaştırıldığında, sadece kişisel farkındalık, kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi ile kardeş sayısı arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı ilişkiler bulunmuştur.
- Doğum sırası söz konusu olduğunda; hiçbir değişkenle anlamlı ilişki elde edilememiştir.
- Arkadaşlık ilişkileri ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aynı şekilde, arkadaşlık ilişkileri değişkeni ile duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.
- İş hayatından memnuniyet ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. İş hayatından memnuniyet ile duygusal zekâ düzeyleri arasında, (kişisel yeterlilik ve ilişki yönetimi hariç) alt boyutlar ve duygusal zekâ toplamı için pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.
- Yakın arkadaş sayısı ile aşk toplam ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yakın arkadaş sayısı ile kişisel farkındalık dışındaki tüm duygusal zekâ alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.
- Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Yaşamdan memnuniyet değişkeni ile duygusal zekâ düzeyleri karşılaştırıldığında, sadece motivasyon ve kişisel yeterlilik alt boyutlarında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir.
- Aile ilişkilerinden memnuniyet ile aşk toplamı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki elde edilmiştir. Aile ilişkilerinden memnuniyet ile

duygusal zekâ tüm alt boyutları ve toplamı arasında düşük düzeyli, pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Öneriler

Duygusal zekâ hem iş hem özel yaşamımızın hemen her alanında önemli etkileri olan bir yetenek ve yetkinlikler bütünüdür. Gelişmiş ülkelerde çocuklara uygulanan yapılandırılmış sosyal duygusal eğitim programlarının sayısı giderek artmaktadır. Bu bağlamda gerek çocuklarla gerekse yetişkinlerle çalışan klinisyen, akademisyen ve araştırmacıların; duygusal eğitim programlarının içeriklerinin zenginleştirilmesi, sosyo kültürel belirlenmişliklerle uyumlu ve aynı zamanda bu belirlenmişlikleri dengeler nitelikte tasarlanıp yapılandırılması ve geniş kitlelere uygulanması adına çalışmaları önerilmektedir. Araştırmacılar çocuk ve yetişkinlere uygulanan duygusal eğitim programlarının sonuçlarını ve zaman içindeki etkilerini boylamsal çalışmalarla inceleyebilirler.

Romantik ilişkilerimiz de tıpkı duygusal zekâ gibi iş ve özel yaşamımız üzerinde önemli etkileri olan etkileşimlerdir. Bu çalışmanın bulgularına da dayanarak; yakın ilişkiler alanında özellikle çift ve ailelerle çalışan klinisyenler ve bu alanlarla özel olarak ilgilenen araştırmacı ve akademisyenler; duygusal eğitim programlarının özellikle ilişki sorunu yaşamakta olan yetişkinler için yarar ve gelişim sağlayacak şekilde, örneğin Emmerling ve Goleman'ın (2003) çalışmasında olduğu gibi kişinin ihtiyaç ve hedeflerine özgü olarak tasarlanmasında, geliştirilmesinde, uygulanmasında aktif görev alabilirler.

Bireyin genellikle bir çift ilişkisi ile belirlenen aile sistemi içinde yetiştiği göz önünde bulundurularak, anne babanın duygusal zekâ düzeylerinin ve aralarındaki ilişki niteliğinin çocuklar üzerindeki olası etkilerinin incelenmesi önerilmektedir. Bu bağlamda, çiftin yakınlık, tutku ve bağlılık düzeyleri ve duygusal zekâ düzeyleri, çocuklarına olan ebeveyn tutumlarıyla karşılaştırılabilir.

Romantik ilişkilerin en belirleyici unsurlarından biri olan sürdürülebilir cinsel tatmin ile duygusal zekâ arasındaki ilişkilerin incelenmesi de bu alanda çalışma yapmayı tasarlayan araştırmacılara önerilmektedir. Ayrıca bireyin kişilik özelliklerinin, ilişkileri

zerindeki belirleyici etkisi baēlamında, kişilik özellikleri ile yakınlık, tutku ve baēlılık arasındaki ilişkiler incelenebilir.

Bu araştırmanın evreni İstanbul ili sınırlarını kapsamaktadır. Daha sonra yapılabilecek benzer çalışmalarda daha geniş kapsamlı bir örnekleme, yakınlık, tutku ve baēlılık ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiler yurt genelinde, kırsal ve kentsel alanlarda karşılaştırmalı olarak incelenebilir.



KAYNAKÇA

- Acar, F. T. (2001). *Duygusal zekâ yeteneklerinin göreve yönelik ve insana yönelik liderlik davranışları ile ilişkisi: Banka şube müdürleri üzerine bir alan araştırması*, İstanbul Üniversitesi
- Ackley, D. (2016). Emotional intelligence: A practical review of models, measures, and applications. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 68(4), 269–286. <https://doi.org/10.1037/cpb0000070>
- Adams, J. M., ve Jones, W. H. (1997). The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1177–1196. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.5.1177>
- Ahmad, S., H. Bangash and S.A. Khan. 2009. Emotional intelligence and gender differences. *Sarhad J. Agric.* 25(1): 127-130
- Ajmal, S., Javed, S., ve Javed, H. (2017). Gender Differences in Emotional Intelligence among Medical Students. *International Journal of Business and Social Science* , 8(3), 205–207.
- Arslan, D. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekânın Yaşam Doyumuve kariyer Seçimleri ile Olan İlişkisi*, İstanbul Üniversitesi
- Aykutoğlu, B. (2015). *The Relationship Between Intimacy And Passion: Gender, Relationship Length, Physical Attractiveness As Moderators*, Ortadoğu Teknik Üniversitesi
- Baba, E. (2010). *Evli Çiftlerin Duygusal Zekâ Düzeyleri İle Evlilik Uyumlarının Karşılaştırılması*, İnönü Üniversitesi
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, suppl., 13-25.

- Barbey, A. K., Colom, R., ve Grafman, J. (2012). Distributed neural system for emotional intelligence revealed by lesion mapping. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9(3), 265–272. <https://doi.org/10.1093/scan/nss124>
- Barchard, K. A. (2003). Does emotional intelligence assist in the prediction of academic success? *Educational and Psychological Measurement*, 63(5), 840–858. <https://doi.org/10.1177/0013164403251333>
- Baumeister, R. F., ve Bratslavsky, E. (1999). Passion, intimacy, and time: Passionate love as a function of change in intimacy. *Personality and Social Psychology Review*, 3(1), 49–67. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0301_3
- Baumeister, R. F., ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Beaudoin, J., Bouizegarene, N., Fortin, A., Philippe, F. L., ve Vallerand, R. J. (2020). The role of sexual passion in romantic relationship functioning: A dyadic analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 725–741. <https://doi.org/10.1177/0265407520972191>
- Boyatzis, R. E., Cowen, S. S., ve Kolb, D. A. (1995). *Innovation in professional education: Steps on a journey from teaching to learning*. Jossey-Bass.
- Brackett, M. A., Warner, R. M., ve Bosco, J. S. (2005). Emotional intelligence and relationship quality among couples. *Personal Relationships*, 12(2), 197–212. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00111.x>
- Brouzos, A., Misailidi, P., ve Hadjimattheou, A. (2014). Associations between emotional intelligence, socio-emotional adjustment, and academic achievement in childhood. *Canadian Journal of School Psychology*, 29(2), 83–99. <https://doi.org/10.1177/0829573514521976>

- Busby, D. M., Chiu, H. Y., Leonhardt, N. D., ve Iliff, E. (2018). Sexual passion in committed relationships: Measurement and conceptual issues. *Family Process*, 58(3), 734–748. <https://doi.org/10.1111/famp.12385>
- Busby, D. M., Leonhardt, N. D., ve James, S. (2019). A closer look at sexual passion in relationships. *Journal of Child and Family Studies*, 29(10), 2940–2953. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01682-4>
- Cabello, R., Sorrel, M. A., Fernández-Pinto, I., Extremera, N., ve Fernández-Berrocal, P. (2016). Age and gender differences in ability emotional intelligence in adults: A cross-sectional study. *Developmental Psychology*, 52(9), 1486–1492. <https://doi.org/10.1037/dev0000191>
- Carbonneau, N., ve Vallerand, R. J. (2013). On the role of harmonious and obsessive romantic passion in conflict behavior. *Motivation and Emotion*, 37(4), 743–757. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9354-5>
- Carmeli, A., Yitzhak-Halevy, M., ve Weisberg, J. (2009). The relationship between emotional intelligence and psychological wellbeing. *Journal of Managerial Psychology*, 24(1), 66–78. <https://doi.org/10.1108/02683940910922546>
- Caruso, D. R. (2004). Comment on R.J. Emmerling and D. Goleman, Emotional Intelligence: Issues and Common Misunderstandings. Retrieved March 13, 2022, from https://www.eiconsortium.org/pdf/defining_the_inkblot_called_emotional_intelligence.pdf
- Chen, Y., Peng, Y., ve Fang, P. (2016). Emotional intelligence mediates the relationship between age and subjective well-being. *The International Journal of Aging and Human Development*, 83(2), 91–107. <https://doi.org/10.1177/0091415016648705>
- Cingisiz, N., ve Murat, M. (2010). Evlenmek İçin Birbirlerini Tercih Eden Çiftlerin Duygusal Zekâ Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 99–114.

- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Cordova, J. V., ve Scott, R. L. (2001). Intimacy: A behavioral interpretation. *The Behavior Analyst*, 24(1), 75–86. <https://doi.org/10.1007/bf03392020>
- Cordova, J. V., Gee, C. B., ve Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218–235. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.2.218.62270>
- Day, A. L., ve Carroll, S. A. (2004). Using an ability-based measure of emotional intelligence to predict individual performance, group performance, and group Citizenship Behaviours. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1443–1458. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00240-x](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00240-x)
- Ekinci Murat, M. (2021). *Evlilik Uyumu İle Bağlanma Stilleri Ve Duygusal Zekâ Arasındaki İlişki*, Üsküdar Üniversitesi
- Emmerling, R. J., ve Goleman, D. (2003). Emotional Intelligence: Issues And Common Misunderstandings. Retrieved March 13, 2022, from https://www.eiconsortium.org/reprints/ei_issues_and_common_misunderstandings.html
- Engel, G., Olson, K. R., ve Patrick, C. (2002). The Personality of Love: Fundamental Motives and traits related to components of Love. *Personality and Individual Differences*, 32(5), 839–853. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(01\)00090-3](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00090-3)
- Fagundes, C. P., ve Diamond, L. M. (2013). Intimate relationships. *Handbook of Social Psychology*, 371–411. https://doi.org/10.1007/978-94-007-6772-0_13
- Farooqi, S. R. (2014). The construct of Relationship Quality. *Journal of Relationships Research*, 5, 1–11. <https://doi.org/10.1017/jrr.2014.2>

- Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., Castillo, R., ve Extremera, N. (2012). Gender differences in emotional intelligence: The mediating effect of age. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 20(1), 77–89.
- Freeland, E. M. (2007). *A comparison of emotional intelligence and personality factors: Two concepts or one?* (thesis).
- Freud, S. (1955). *Group psychology and the analysis of the ego*. Liveright.
- Fromm, E. (1956). *The art of loving*. Harper and Row.
- Furman, W., Brown, B. B., ve Feiring, C. (Eds.). (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge University Press.
- Gao, G. (2001). Intimacy, passion, and commitment in Chinese and US American romantic relationships. *International Journal of Intercultural Relations*, 25(3), 329–342. [https://doi.org/10.1016/s0147-1767\(01\)00007-4](https://doi.org/10.1016/s0147-1767(01)00007-4)
- Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2006). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Gonzaga, G. C., Keltner, D., Londahl, E. A., ve Smith, M. D. (2001). Love and the commitment problem in romantic relations and friendship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 247–262. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.247>
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673–685. <https://doi.org/10.1037/h0047884>
- Hasçelik, S. N. (2020). *Romantik İlişkilerde İlişki Doyumunun Yordayicisi Olarak Psikolojik Sağlamlık, Duygusal Zekâ Ve Çatışma Çözme Stratejilerinin İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi
- Hatfield, E. (1988) Passionate and companionate love. In R. J. Sternberg ve M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love*. New Haven, CT: Yale Univer. Press. 191-217.

- Hendrick C. D., ve Hendrick, S. S. (1986) A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.
- Herpertz, S., Schütz, A., ve Nezlek, J. (2016). Enhancing emotion perception, a fundamental component of emotional intelligence: Using Multiple-Group SEM to evaluate a training program. *Personality and Individual Differences*, 95, 11–19. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.015>
- Hill, M. T. (2009). *Intimacy, passion, commitment, physical affection and relationship stage as related to romantic relationship satisfaction* (thesis).
- Hortaçsu, N. (1997). *İnsan İlişkileri*. İmge Kitabevi Yayınları.
- Humphrey, N., Curran, A., Morris, E., Farrell, P., ve Woods, K. (2007). Emotional intelligence and education: A critical review. *Educational Psychology*, 27(2), 235–254. <https://doi.org/10.1080/01443410601066735>
- Joshi, S., ve Thingujam, N. S. (2009). Perceived Emotional Intelligence and Marital Adjustment: Examining the Mediating Role of Personality and Social Desirability. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(1), 79–86.
- Karduz, F. A. (2009). *Evli Çiftleri Duygusal Zekâ Düzeyleri Ve Çift Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Sakarya Üniversitesi
- Kaur, J., ve Junnarkar, M. (2017). Emotional intelligence and intimacy in relationships. *International Journal of Indian Psychology*, 4(3), 27–35. <https://doi.org/10.25215/0403.084>
- Kavcar, B. (2011). *Duygusal Zekâ İle Akademik Başarı Ve Bazi Demografik Değişkenlerin İlişkileri: Bir Devlet Üniversitesi Örneği*, Ankara Üniversitesi
- Lee, J. A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3(2), 173–182. <https://doi.org/10.1177/014616727700300204>

- Lemieux, R., ve Hale, J. L. (1999). Intimacy, passion, and commitment in young romantic relationships: Successfully measuring the triangular theory of Love. *Psychological Reports*, 85(2), 497–503. <https://doi.org/10.2466/pr0.1999.85.2.497>
- Lemieux, R., ve Hale, J. L. (2000). Intimacy, passion, and commitment among married individuals: Further testing of the triangular theory of Love. *Psychological Reports*, 87(3), 941–948. <https://doi.org/10.2466/pr0.2000.87.3.941>
- Lemieux, R., ve Hale, J. L. (2002). Cross-sectional analysis of intimacy, passion, and commitment: Testing the assumptions of the triangular theory of Love. *Psychological Reports*, 90(3), 1009–1014. <https://doi.org/10.2466/pr0.2002.90.3.1009>
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E., Double, K. S., Bucich, M., ve Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Malouff, J. M., Schutte, N. S., ve Thorsteinsson, E. B. (2014). Trait Emotional Intelligence and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis. *The American Journal of Family Therapy*, 42(1), 1–24. <https://doi.org/10.1080/01926187.2012.748549>
- Marston, P. J., Hetch, M. L., Manke, M. L., Mc Daniel, S., ve Reeder, H. (1998). The subjective experience of intimacy, passion, and commitment in heterosexual loving relationships. *Personal Relationships*, 5(1), 15–30. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00157.x>
- Martins, A., Ramalho, N., ve Morin, E. (2010). A comprehensive meta-analysis of the relationship between Emotional Intelligence and Health. *Personality and Individual Differences*, 49(6), 554–564. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.029>
- Mavruk Özbiçer, S., ve Atıcı, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin Duygusal Zekâ düzeyleri İle Romantik İlişki Doyumları: Nicel Bir çalışma. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 265–279. <https://doi.org/10.14687/jhs.v15i1.5163>

- Mayer, J. D., Caruso, D. R., ve Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mayer, J. D., Salovey, P., ve Caruso, D. (2012). Models of emotional intelligence. *Handbook of Intelligence*, 396–420. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511807947.019>
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., ve Sitarenios, G. (2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT v2.0. *Emotion*, 3(1), 97–105. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.97>
- Meshkat, M., ve Nejati, R. (2017). Does emotional intelligence depend on gender? A study on undergraduate English majors of three Iranian universities. *SAGE Open*, 7(3), 215824401772579. <https://doi.org/10.1177/2158244017725796>
- Metz, M. E., ve Epstein, N. (2002). Assessing the role of relationship conflict in sexual dysfunction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28(2), 139–164. <https://doi.org/10.1080/00926230252851889>
- Morgan, H. J., ve Shaver, P. R. (1999). Attachment processes and commitment to romantic relationships. *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability*, 109–124. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4773-0_6
- Nasir, N., ve Masrur, R. (2010). An Exploration of Emotional Intelligence of the Students of IIUI in Relation to Gender, Age and Academic Achievement . *Bulletin of Education and Research* , 32(1), 37–51.
- Neubauer, A., Freudenthaler, H., (2005). Models of Emotional Intelligence, *Emotional Intelligence: An International Handbook*, 32-50.
- Newsome, S., Day, A. L., ve Catano, V. M. (2000). Assessing the predictive validity of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(6), 1005–1016. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(99\)00250-0](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(99)00250-0)

- O'Brien, Ruth S.; Smithson, Joy N.; Weathington, Barth L.; and Booher, Lauran R. (2008) Big five personality characteristics and commitment levels in romantic relationships, *Modern Psychological Studies*: Vol. 13: No.2, Article 10. 110-125.
- Operskalski, J. T., Paul, E. J., Colom, R., Barbey, A. K., ve Grafman, J. (2015). Lesion mapping the four-factor structure of Emotional Intelligence. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00649>
- Overbeek, G., Ha, T., Scholte, R., de Kemp, R., ve Engels, R. C. M. E. (2007). Brief report: Intimacy, passion, and commitment in romantic relationships—validation of A ‘triangular love scale’ for adolescents. *Journal of Adolescence*, 30(3), 523–528. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.12.002>
- Parker, J. D. A., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J., ve Majeski, S. A. (2004). Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to University. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 163–172. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00076-x](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00076-x)
- Pérez, J. C., Petrides, K. V., ve Furnham, A. (2005). Measuring Trait Emotional Intelligence. In R. Schulze & R. D. Roberts (Eds.), *International handbook of emotional intelligence*. (pp. 123–143). Hogrefe & Huber Publishers
- Petrides, K. V. (2010). Trait Emotional Intelligence Theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 136–139. <https://doi.org/10.1111/j.1754-9434.2010.01213.x>
- Pisner, D. A., Smith, R., Alkozei, A., Klimova, A., ve Killgore, W. D. (2016). Highways of the emotional intellect: White matter microstructural correlates of an ability-based measure of emotional intelligence. *Social Neuroscience*, 12(3), 253–267. <https://doi.org/10.1080/17470919.2016.1176600>
- Pooja, P., ve Kumar, P. (2016). Demographic variables and its effect on emotional intelligence: A Study on Indian Service Sector Employees. *Annals of Neurosciences*, 23(1), 18–24. <https://doi.org/10.1159/000443552>

- Pool, L. D., ve Qualter, P. (2012). Improving emotional intelligence and emotional self-efficacy through a teaching intervention for university students. *Learning and Individual Differences*, 22(3), 306–312. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2012.01.010>
- Reis, H. T. (1990). The role of intimacy in interpersonal relations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(1), 15–30. <https://doi.org/10.1521/jsoc.1990.9.1.15>
- Reis, H. T., ve Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. *Handbook of Personal Relationships*, 367–389.
- Rivers, S. E., Handley-Miner, I. J., Mayer, J. D., ve Caruso, D. R. (2019). Emotional intelligence. *The Cambridge Handbook of Intelligence*, 709–735. <https://doi.org/10.1017/9781108770422.030>
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), 265–273. <https://doi.org/10.1037/h0029841>
- Rubin, Z. (1973). *Liking and loving*. Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in Romantic Associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172–186. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101–117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- Salovey, P., ve Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Schröder–Abé, M., ve Schütz, A. (2011). Walking in each other's shoes: Perspective taking mediates effects of emotional intelligence on Relationship Quality. *European Journal of Personality*, 25(2), 155–169. <https://doi.org/10.1002/per.818>

- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E., ve Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523–536. <https://doi.org/10.1080/00224540109600569>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., ve Rooke, S. E. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between Emotional Intelligence and Health. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 921–933. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.003>
- Sevim, B. (2011). *Roles Ofattachment Styleson Personality Traits, And Anger On Relationship And Life Satisfaction:Mediator Roles Of Humor, Intimacy, Andpsychological Problems*, Ortadoğu Teknik Üniversitesi
- Sidhu, A., Bhalla, P., ve Inaas. (2019). Impact of emotional intelligence on quality of romantic relationships: Review research. *International Journal of Recent Technology and Engineering*, 7(6), 1774–1779.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971–980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Smith, L., Ciarrochi, J., ve Heaven, P. C. L. (2008). The stability and change of trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction: A one-year longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 45(8), 738–743. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.07.023>
- Smith, L., Heaven, P. C. L., ve Ciarrochi, J. (2008). Trait Emotional Intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 44(6), 1314–1325. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.11.024>
- Soyer, M. (2019). *Cinsiyet Ve Romantik İlişki Durumuna Göre Üniversite Öğrencilerinin Üçgen Aşk Düzeyleri: Temel Kişilik Özellikleri Ve Benlik Saygısının Rolü*, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., ve Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of Romantic attachment. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 243–257. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x>
- Stein, S., ve Book, H. E. (2011). *The Eq Edge Emotional Intelligence and your success*. Jossey-Bass.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.93.2.119>
- Sternberg, R. J. (1997). The concept of intelligence and its role in lifelong learning and success. *American Psychologist*, 52(10), 1030–1037. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.52.10.1030>
- Sternberg, R. J., ve Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(2), 312–329. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.2.312>
- Sumter, S. R., Valkenburg, P. M., ve Peter, J. (2013). Perceptions of love across the lifespan. *International Journal of Behavioral Development*, 37(5), 417–427. <https://doi.org/10.1177/0165025413492486>
- Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., ve Fernández-Berrocal, P. (2015). The relation between emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 276–285. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1058968>
- Timmerman, G. M. (1991). A concept analysis of intimacy. *Issues in Mental Health Nursing*, 12(1), 19–30. <https://doi.org/10.3109/01612849109058207>
- Torrente, C., Rivers, S. E., ve Brackett, M. A. (2016). Teaching emotional intelligence in schools: An evidence-based approach. *The Springer Series on Human Exceptionality*, 325–346. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28606-8_13

- Tran, P., Judge, M., ve Kashima, Y. (2019). Commitment in relationships: An updated meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 26(1), 158–180. <https://doi.org/10.1111/pere.12268>
- Troy, A. B. (2005). Romantic passion as output from a self-regulating, intimacy-seeking system: A model for Understanding passionate love. *Psychological Reports*, 96(3), 655–675. <https://doi.org/10.2466/pr0.96.3.655-675>
- Tüysüz Doğan, H. (2021). *Duygusal Zekânın Boşanma Göstergeleri Ve Romantik İlişki Doyumuyla İlişkisi* (thesis).
- Uçansu, P. Z. (2019). *Evli Bireylerde Sözsüz Yakınlık İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi* (thesis).
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Gagné, M., ve Marsolais, J. (2003). Les Passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756–767. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.4.756>
- Wollny, A., Jacobs, I., ve Pabel, L. (2019). Trait Emotional Intelligence and relationship satisfaction: The mediating role of dyadic coping. *The Journal of Psychology*, 154(1), 75–93. <https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1661343>
- Yalız, D. (2013). Anadolu üniversitesi beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri incelenmesi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(2), 94–111.
- Zeidner, M., ve Kaluda, I. (2008). Romantic love: What's emotional intelligence (EI) got to do with it? *Personality and Individual Differences*, 44(8), 1684–1695. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.018>
- Zeidner, M., Neber, H., Linke, S. K., Hava, E. V., Matthews, G., Roberts, R. D., Yamin, T. S., ve Subhi, T. Y. (2012). What we know about emotional intelligence: How it

affects learning, work, relationships, and our mental health. *Gifted and Talented International*, 27(1), 161–166. <https://doi.org/10.1080/15332276.2012.11673624>

Zorlu, G. (2020). *Yöneticilerin Duygusal Zekâ Düzeylerinin Demografik Farklılıklara Göre İncelenmesi* İstanbul Büyükşehir Belediyesi Örneği, İbn Haldun Üniversitesi



EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Ek 4 - Kişisel Bilgi Formu

- 1- Cinsiyet: ☐ Kadın ☐ Erkek
- 2- Yaş:
- 3- Eğitim düzeyi : ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Yüksekokul ☐ Üniversite ☐ Lisans üstü
- 4- Aylık gelir: tl
- 5- Medeni Durum: ☐ Evli ☐ Bekar ve romantik ilişkisi olan
- 6- Bugüne kadar kaç romantik ilişkiniz oldu?
- 7- Çalışma Durumu : ☐ Evet ☐ Hayır
- 8- Çalışıyorsanız iş hayatınızdan ne kadar memnunsunuz?
☐ İş hayatımdan hiç memnun değilim
☐ İş hayatımdan memnun değilim
☐ İş hayatımdan ne memnunum ne memnun değilim
☐ İş hayatımdan memnunum
☐ İş hayatımdan çok memnunum
- 9- Yaşamınızın büyük bölümünü nerede geçirdiniz? ☐ İlçe/Kasaba/Köy ☐ Şehir ☐ Büyük şehir
- 10- Anne eğitim düzeyiniz: ☐ okuma yazma bilmiyor ☐ okur yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise
☐ Yüksekokul ☐ Üniversite ☐ Lisans üstü
- 11- Baba eğitim düzeyiniz: ☐ okuma yazma bilmiyor ☐ okur yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise
☐ Yüksekokul ☐ Üniversite ☐ Lisans üstü
- 12- Kardeş sayısı (siz hariç):
- 13- Siz kaçınıcı çocuksunuz?
- 14- Yakın arkadaş/dost sayısı:
- 15- Arkadaş ilişkilerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?
☐ Arkadaş ilişkilerim çok kötü
☐ Arkadaş ilişkilerim kötü
☐ Arkadaş ilişkilerim ne iyi ne kötü
☐ Arkadaş ilişkilerim iyi
☐ Arkadaş ilişkilerim çok iyi

16- Hayatınızdan ne kadar memnunsunuz?

☐ Hayatımdan hiç memnun değilim

☐ Hayatımdan memnun değilim

☐ Hayatımdan ne memnunum ne memnun değilim

☐ Hayatımdan memnunum

☐ Hayatımdan çok memnunum

17- Kendinizi nasıl tanımlarsınız: ☐ Dışa Dönük ☐ İçe dönük

18- Aile üyelerinizle (anne, baba, kardeşler) olan duygusal ilişkilerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?

☐ çok kötü ☐ kötü ☐ ne iyi ne kötü ☐ iyi ☐ çok iyi

EK 2. Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri

DBEonline®
www.dbe-online.com

DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü®
psikolojik hizmetler, eğitim, araştırma, kurumsal danışmanlık

Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri

www.dbe.com.tr

AÇIKLAMALAR

Bu envanter sizin, duygularınızı zamanında gösterebilme, farkında olma, denetim altında tutabilme ve diğer insanlarla sağlıklı duygusal ilişki kurabilme yeteneğinizi ölçmektedir.

Envanterdeki her ifadeye ne derece katılıp katılmadığınızı aşağıdaki ölçeğe göre işaretleyiniz.

KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılmıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılmıyorum (4)	Tamamen Katılmıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	---	---------------------	--------------------------------

Bu envanterde **122** ifade yer almaktadır. Envanterde yer alan hiçbir ifade için doğru veya yanlış cevap yoktur; önemli olan tüm sorular dürüst ve içten bir şekilde yanıtlanmalıdır.

Envanterde bulunan ifadelere benzeyen örnek bir ifade ve yanıt seçeneği aşağıda verilmiştir.

Diğer insanlarla açık, samimi ilişkiler kurabilirim.	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---

Her ifadeye ne derecede katıldığınızı veya ne derecede katılmadığınızı belirten rakamı işaretleyiniz.

Bütün ifadeleri yanıtladığınızdan emin olunuz.

Lütfen bu bölümde yer alan her bir ifade için bu ifadeye ne kadar katıldığınızı, her ifadenin yanında yer alan ve 1’den 5’e doğru artan **“Katılım Derecelendirme Ölçeği”** ne bakarak **“Cevap Kağıdı”** na ilgili soru numarası sırasına göre kodlayınız. Değerlendirme ölçeğinin kullanım şekli aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tamamen Katılıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	--	--------------------	-------------------------------

1	Yaptığım davranışlarımdan asla pişmanlık duymam.	1	2	3	4	5
2	Verdiğim sözleri tutmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
3	Önüme çıkan fırsatları hemen değerlendiririm.	1	2	3	4	5
4	Grup çalışmalarında sessiz kalmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
5	Öfke patlamaları yaşarım.	1	2	3	4	5
6	Mesleğimin etik kurallarına önem veririm.	1	2	3	4	5
7	Risk almayı sevmediğim için, çok fırsat kaçırmışımdır.	1	2	3	4	5
8	Olumsuzluklar karşısında karamsarlığa kapılırım.	1	2	3	4	5
9	İnsanların güçlü olan yönlerini daha fazla geliştirmeleri için onları desteklerim.	1	2	3	4	5
10	Değişimleri çok zor kabullenirim.	1	2	3	4	5
11	İstesem bile insanlarla samimi ilişkiler kuramıyorum.	1	2	3	4	5
12	Doğru olduğuna kesin inandığım bir konuda bile insanları ikna edemiyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsan ilişkilerinde tüm çabalarıma rağmen bir türlü çözemediğim sorunlarım var.	1	2	3	4	5
14	Kendime daima rahatlıkla ulaşabileceğim hedefler koyarım.	1	2	3	4	5
15	Çalıştığım kurumun vizyon ve misyonunu benimserim.	1	2	3	4	5
16	Gelecek günlerde yaşam koşullarının daha zorlaşacağını düşünüyorum.	1	2	3	4	5
17	Yakın ilişki içinde olduğum kişilerin duygularını, onlar bana söylemeden anlayabilirim.	1	2	3	4	5
18	Çevremdeki kişilerin şımarmamaları için, başarılarını çok ön plana çıkartmam.	1	2	3	4	5
19	Sorunlar karşısında kendimi çaresiz hissedirim.	1	2	3	4	5
20	Planlarımı, bilgilerimi ve kaynaklarımı paylaşarak işbirliği yapabilirim.	1	2	3	4	5
21	İnsanlardan kendim ile ilgili değerlendirmeler alırım.	1	2	3	4	5
22	Başkalarının olumsuz özelliklerini onlarla paylaşıyorum.	1	2	3	4	5

KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tamamen Katılıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	--	--------------------	-------------------------------

23	Var olan düzeni sürdürmek benim için daha önemlidir.	1	2	3	4	5
24	Başarısızlıklar karşısında, ideallerimden vazgeçebilirim.	1	2	3	4	5
25	Çevremdeki kişileri anlamakta zorluk çekiyorum.	1	2	3	4	5
26	Bildiklerimi çevremle paylaşmak beni mutlu kılar.	1	2	3	4	5
27	Arkadaşıma çalışma heyecanı aşılarım.	1	2	3	4	5
28	Değişimlere hemen uyum sağlamaktansa, diğer insanları gözlemlemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
29	Kişisel zarar gördüğüm bir ilişkiyi sürdürmem.	1	2	3	4	5
30	İnsanlar doğru olduğumu bilse bile bana karşı çıkıyorlar.	1	2	3	4	5
31	Sürekli dikkat çekmeye çalışan insanlardan hoşlanmam.	1	2	3	4	5
32	Değişikliklere çabuk uyum sağlarım.	1	2	3	4	5
33	Hedeflerime ulaşmada önüme çıkan engelleri kolaylıkla aşabilirim.	1	2	3	4	5
34	Günümüzün rekabetçi ortamı içinde insanların sahip oldukları bilgi birikimini sadece kendilerine saklamaları gerekmektedir.	1	2	3	4	5
35	Değişim ruhunu başkalarına aşlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
36	Bir ilişkiden her iki tarafında yarar elde etmesini isterim.	1	2	3	4	5
37	Çevremde yardımsever bir kişi olarak tanınırım.	1	2	3	4	5
38	Beklediklerim gerçekleşmediğinde hayalkınlığı yaşıyorum.	1	2	3	4	5
39	Diğer insanlara karşı tutarlı davranışlar sergilerim.	1	2	3	4	5
40	Bireysel kimliğimi kaybetmemek için, kişisel hedeflerimi, kurum hedeflerinden ön plana çıkarırım.	1	2	3	4	5
41	Zorluklardan asla yılmam.	1	2	3	4	5
42	Hatalarım sonucunda kendimi yenik düşmüş hissedirim.	1	2	3	4	5
43	Bir ilişkide karşı tarafla ilgili çok fazla beklenti içine girerim.	1	2	3	4	5
44	Davranışlarımın üstünde duygular etkili değildir.	1	2	3	4	5
45	Duygularımı, davranışlarımı ve sonuçlarını sorgularım.	1	2	3	4	5
46	Her koşul altında kişisel değerlerimi korurum.	1	2	3	4	5
47	Bana zarar verdiğini bildiğim halde bazı davranışlarımı değiştirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
48	Zor durumlarda, sonuca ulaşacak mutlaka bir çıkar yol bulurum.	1	2	3	4	5

KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tamamen Katılıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	--	--------------------	-------------------------------

49	Çalıştığı kurumun hedeflerini anlamakta zorlanıyorum.	1	2	3	4	5
50	Benden beklenen sorumlulukları yerine getirmede zorlanıyorum.	1	2	3	4	5
51	İnsanların başarısını çok abartmak, o kişiye zarar verir.	1	2	3	4	5
52	Takım çalışmasında tüm üyelerin eşit katılımı için çaba harcarım.	1	2	3	4	5
53	Duygularımı analiz etmekten hoşlanmam.	1	2	3	4	5
54	Düşüncem farklı bile olsa, grup kararlarına uyarım.	1	2	3	4	5
55	Çevremdeki kişilerin güvenini kazanmış biriyim.	1	2	3	4	5
56	İş yaşamında kendilerini öldürünceye kadar çalışanları anlamakta zorlanıyorum.	1	2	3	4	5
57	Üstümde, altından kalkamayacağım kadar çok sorumluluk var.	1	2	3	4	5
58	Şansızlıklar bir türlü yakamı bırakmıyor.	1	2	3	4	5
59	Benim etkin olduğum bir konuşma ortamını, diğer insanları dinlemeye tercih ederim.	1	2	3	4	5
60	Sorunlar karşısında insanlara nasıl davranmaları gerektiğini söylerim.	1	2	3	4	5
61	İnsanlarla çatışmaya girmemek için, söylemek istediğim çok şeyi içimde saklarım.	1	2	3	4	5
62	Davranışlarının altında yatan duyguları irdelemeyi sevmiyorum.	1	2	3	4	5
63	Sahip olduğum olumlu özelliklere güvenirim.	1	2	3	4	5
64	Stresli durumlarda nasıl davranacağımı bilemem.	1	2	3	4	5
65	Arkadaşlarımdan güvenilir bir sırdaşıyım.	1	2	3	4	5
66	Başkalarının onayladığı bir başarı benim için yeterlidir.	1	2	3	4	5
67	Sorumluluklarımı paylaşmıyorum.	1	2	3	4	5
68	Arkadaşlarım ile bazen ne konuşacağımı bilemem.	1	2	3	4	5
69	İnsanlara bir düşünceyi kabul ettirmek için çabaya girmem.	1	2	3	4	5
70	Karizmatik bir kişi olarak kabul edilirim.	1	2	3	4	5
71	Sonunda başarının da geleceği stresli bir yaşamdansa, rahat ve huzurlu bir yaşamı tercih ederim.	1	2	3	4	5
72	İş ve özel yaşamımda sorumluluk almaktan kaçınmam.	1	2	3	4	5
73	İnsanlara sorumluluk vermekten kaçınmam.	1	2	3	4	5
74	Arkadaşlarımdan zayıf yönlerimi görmelerini istemem.	1	2	3	4	5



KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tamamen Katılıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	--	--------------------	-------------------------------

75	İnsanlar üzerinde olumlu etki yaratmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
76	Beni kızdıran şeylerin bilincindeyim.	1	2	3	4	5
77	Başkalarının zayıf yanlarını fark etmelerinden korkarım.	1	2	3	4	5
78	Kriz anlarında sakinliğimi koruyamam.	1	2	3	4	5
79	Başkalarına hatalarını söyleyebilecek cesaretim yoktur.	1	2	3	4	5
80	Risk almayı gerektirmeyecek yaşam olaylarını tercih ederim.	1	2	3	4	5
81	Sorunları olan kişilerle birlikte olmak içimi karartır.	1	2	3	4	5
82	İnsanlara sorumluluk verme, onları daima geliştirir.	1	2	3	4	5
83	Başım çok sıkıştığında bile arkadaşlarımdan yardım talebini kabul etmem.	1	2	3	4	5
84	Bazı insanlarla sorunlar konusunda tartışmaya girmek anlamsızdır.	1	2	3	4	5
85	Çok farklı duygu çeşitlerini yaşadığımı farkındayım.	1	2	3	4	5
86	Yaşamımda risk almayı sevmem.	1	2	3	4	5
87	Sonradan pişmanlık duyduğum davranışlarım vardır.	1	2	3	4	5
88	Bana haz verecek her şeyi gerçekleştirmek isterim.	1	2	3	4	5
89	Değişikliklere diğer insanlardan daha kolay uyum sağlarım.	1	2	3	4	5
90	Bürokratik bazı engeller başarıya ulaşılmasını olanaksız hale getirir.	1	2	3	4	5
91	Bir arkadaşlığın bedelini bazen çok ağır ödüyorum.	1	2	3	4	5
92	Beni çok mutlu edecek durumları bilirim.	1	2	3	4	5
93	Rahatına düşkün bir kişi olarak tanınırım.	1	2	3	4	5
94	Davranışlarımı, değişen koşullara göre değiştirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
95	Bir işte başarıya ulaştıktan sonra, sadece bu durumu sürdürmek benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
96	Beni girişimciliğe yönlendirecek olanaklar ararım.	1	2	3	4	5
97	Bana karşı yapılan saldırganca bir davranışa, aynı şekilde karşılık veririm.	1	2	3	4	5
98	Olaylar sonrasında neler hissetlerim benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
99	Belli durumlarda kendimi frenlemeyi bilirim.	1	2	3	4	5
100	Günlük yaşam koşullarındaki farklılıklar beni endişelendirir.	1	2	3	4	5



KATILIM DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	Hiç Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum (3)	Katılıyorum (4)	Tamamen Katılıyorum (5)
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	--	--------------------	-------------------------------

101	Başarıya giden yolda, zaman zaman değerlendirmeler sonucu yöntemleri değiştirebilirim.	1	2	3	4	5
102	Arkadaşlarımın sorunlarını çözmelerinde onlara yardım etmek, bana mutluluk verir.	1	2	3	4	5
103	Hoşlanacağım şeyleri sezebilirim.	1	2	3	4	5
104	Kendimi kontrol edemediğim durumlar sonucu problemler yaşarım.	1	2	3	4	5
105	Bir işi; benden beklendiği şekilde yapmak, benim için yeterlidir.	1	2	3	4	5
106	Zihnim bir konuya takılı olduğunda, diğer insanların ne söylediklerini hatırlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
107	Başarılı olan insanlar, var olan sistemi sürdürenlerdir.	1	2	3	4	5
108	Bazı insanların yaşama bakış açılarını anlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
109	Davranışlarım ile duygularım arasındaki bağlantılar kurabilirim.	1	2	3	4	5
110	Mesleğimin etik kurallarına önem veririm.	1	2	3	4	5
111	Başarısızlıkların altında yatan en önemli faktör, riske atılmaktır.	1	2	3	4	5
112	Başarılarımın arkasında duygularım yer almaz.	1	2	3	4	5
113	Duygularımı anlamakta zorlanıyorum.	1	2	3	4	5
114	Üzüntülerin paylaşarak azalacağına inanmıyorum.	1	2	3	4	5
115	Duygularımı kendi kendime bile tarif edemiyorum.	1	2	3	4	5
116	İnsanların bazı duygularını anlasam bile, koşullar gereği bunları anlamamazlıktan gelebilirim.	1	2	3	4	5
117	Bir birey olarak tüm ihtiyaçlarımın farkındayım.	1	2	3	4	5
118	Duygusal açıdan kendimi hırpaladığımı fark etmeden çalışma temposuna devam ederim.	1	2	3	4	5
119	Benim ihtiyacımı anlamayan insanların ihtiyaçlarını bende görmemezlikten gelirim.	1	2	3	4	5
120	Her insan kendi problemini kendi çözmelidir.	1	2	3	4	5
121	Farklı dine sahip kişileri anlamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
122	Benden daha farklı düşünen kişilerin düşüncelerini anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5

EK 3. Sternberg Üçgen Aşk Ölçeği

Aşağıda duygusal ilişkilerinize yönelik bazı ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve, yaşadığınız ilişkinizi düşünerek her bir ifadeye ne kadar katıldığınızı 9 puanlık ölçek üzerinde değerlendiriniz. Bu değerlendirmede 1 = “Kesinlikle Katılmıyorum”, 5 = “Orta Derecede Katılıyorum”, 9 = “Tamamen Katılıyorum” kararlarına denk gelmektedir. Değerlendirmenizi yaparken, ara değerleri de kullanarak, her bir madde için en doğru değeri o maddenin yanındaki boşluğa yazınız. Değerlendirmelerinizde aşağıda verilen ölçekten yararlanabilirsiniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9

Kesinlikle Katılmıyorum Orta Derecede Katılıyorum Tamamen Katılıyorum

1. Sevgilimin/eşimin mutluluğunun her zaman destekleyicisiyimdir. ____
2. Sevgilimle/eşimle sıcak bir ilişkim vardır. ____
3. İhtiyacım olduğunda sevgilime/eşıme güvenebilirim. ____
4. Sevgilim/eşim ihtiyacı olduğunda bana güvenebilir. ____
5. Kendimle ilgili şeyleri/sahip olduklarımı sevgilimle/eşimle paylaşmak için gönüllüyüm. ____
6. Sevgilimden/eşimden bir hayli duygusal destek alırım. ____
7. Sevgilime/eşıme bir hayli duygusal destek veririm. ____
8. Sevgilimle/eşimle iyi iletişim kurarım. ____
9. Sevgilime/eşıme hayatımda çok değer veririm. ____
10. Sevgilime/eşıme kendimi yakın hissedirim. ____
11. Sevgilimle/eşimle rahat bir ilişkim vardır. ____
12. Sevgilimi/eşimi gerçekten anladığımı hissedirim. ____
13. Sevgilimin/eşimin beni gerçekten anladığını hissedirim. ____
14. Sevgilime/eşıme gerçekten güvenebileceğimi hissedirim. ____
15. Sevgilimle/eşimle, kendimle ilgili derin kişisel bilgilerimi paylaşıyorum. ____
16. Sevgilimi/eşimi sadece görmek bile beni heyecanlandırıyor. ____
17. Gün içinde sık sık kendimi sevgilimi/eşimi düşünürken buluyorum.

18. Sevgilimle/eşimle ilişkim çok romantiktir. ____
19. Sevgilimi/eşimi kişisel olarak çok çekici bulurum. ____
20. Sevgilimi/eşimi gözümde idealleştiririm. ____
21. Beni sevgilim/eşim kadar mutlu eden başka bir kişiyi hayal edemiyorum. ____
22. Başka biriyle olmaksızın, sevgilimle/eşimle birlikte olmayı tercih ederim. ____
23. Benim için sevgilimle/eşimle olan ilişkimden daha önemli bir şey yok. ____
24. Sevgilimle/eşimle fiziksel teması özellikle seviyorum. ____
25. Sevgilimle/eşimle ilişkimde adeta “sihirli” bir şey var. ____
26. Sevgilime/eşıme hayranım. ____
27. Sevgilim/eşim olmadan bir hayat düşünemiyorum. ____
28. Sevgilimle/eşimle ilişkim tutkuludur. ____
29. Romantik filmler seyrettiğimde ve romantik kitaplar okuduğumda sevgilimi/eşimi düşünürüm. ____
30. Sevgilimle/eşimle ilgili fantezi kurarım. ____
31. Sevgilimi/eşimi önemseddiğimi bilirim. ____
32. Sevgilimle/eşimle ilişkim sürdürmeye oldukça kararlıyım. ____
33. Sevgilime/eşıme bağlılığım nedeniyle diğer insanların aramıza girmesine izin vermem. ____
34. Sevgilimle/eşimle ilişkimin istikrarına güvenim vardır. ____
35. Herhangi bir şeyin sevgilime/eşıme olan bağlılığımı engel olmasına izin vermem. ____
36. Sevgilime/eşıme olan sevgimin hayatım boyunca sürmesini bekliyorum. ____
37. Sevgilim/eşim için her zaman güçlü bir sorumluluk hissedeceğim. ____
38. Sevgilime/eşıme olan bağlılığımı güçlü bir bağlılık olarak görüyorum. ____
39. Sevgilimle/eşimle ilişkim bitirdiğimi hayal edemiyorum. ____
40. Sevgilim/eşim için olan sevgimden eminim. ____
41. Sevgilimle/eşimle olan ilişkimin sürekli olmasını beklerim. ____
42. Sevgilimle/eşimle olan ilişkim iyi bir karar olarak görüyorum. ____

43. Sevgilime/eşıme karşı sorumluluklarım olduğunu hissedirim. ____

44. Sevgilimle/eşimle ilişkiye devam etmeyi planlıyorum. ____

45. Sevgilimin/eşimin idare edilmesi zor olduğu zamanlarda bile, ilişkimize bağlı kalıyorum. ____

EK 4. DBE Duygusal Zekâ Envanterinin Korelasyonları

1.1. Kişisel Yeterlik Bölümü Korelasyonları

Yukarıdaki çalışmalar sonrasında envantere kalan 103 madde üzerinden kişisel yeterlik bölümüne dahil olan alt boyutların puanları arasındaki ilişkileri saptamak adına Pearson analizi yapılmıştır.

TABLO-1.1. Modül ve Alt Boyutlar Arasındaki Korelasyon Değerleri (Kişisel Yeterlik)

Kişisel Yeterlik Bölümü Modül ve Faktörleri	1.1.1.Duy. Özfark.	1.1.2.Özgüven	1.1. Kiş. Farkındalık	1.2.1.Duy.Otokontrol	1.2.2.Saydamlık	1.2.3.Uyumluluk	1.2. Özyönetim	1.3.1.Baş. Yönelme	1.3.2.Gör. Bağlılık	1.3.3.Kiş. Girişim	1.3.4. İyimserlik	1.3. Motivasyon	1. KİŞİSEL YETERLİK
1.1.1.Duy. Özfarkındalık	1	,308	,941	,306	,628	,459	,558	,370	,415	,526	,362	,540	,708
1.1.2.Özgüven		1	,613	,392	,343	,442	,481	,411	,291	,472	,455	,531	,588
1.1. Kişisel Farkındalık			1	,394	,644	,539	,635	,454	,448	,605	,463	,638	,798
1.2.1.Duygusal Otokontrol				1	,472	,543	,824	,366	,362	,528	,566	,579	,700
1.2.2.Saydamlık					1	,510	,785	,438	,520	,609	,405	,633	,770
1.2.3.Uyumluluk						1	,849	,664	,414	,670	,585	,770	,829
1.2. Özyönetim							1	,603	,521	,735	,638	,809	,934
1.3.1.Başarmaya Yönelme								1	,344	,577	,446	,814	,719
1.3.2.Göreve Bağlılık/Adan.									1	,502	,327	,632	,606
1.3.3.Kişisel Girişim/İnis.										1	,567	,887	,846
1.3.4. İyimserlik											1	,729	,701
1.3. Motivasyon												1	,933
1. KİŞİSEL YETERLİK													1

Tablo 18'in gösterdiği üzere, Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri Kişisel Yeterlik bölümünün alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler olup olmadığını saptamak üzere Pearson analizi yapılmıştır. Yapılan analizler bütün alt boyutların hem modül ile hem de diğer alt boyutlar ile istatistiksel açıdan anlamlı ilişkilere sahip olduğunu göstermektedir ($r_{min} = .481$; $r_{max} = .941$; $p < .001$). Bu değerler ölçek maddelerinin gösterdiği yüksek değerlere ek olarak, envanterin yapı geçerliğini destekler niteliktedir.

1.2. Sosyal Yeterlik Bölümü Korelasyonları

Yönetsel Duygusal Zekâ Envanteri'nin ikinci bölümü olan Sosyal Yeterlik bölümü için de Pearson analizi yapılmıştır.

TABLO-1.2. Modül ve Alt Boyutlar Arasındaki Korelasyon Değerleri (Sosyal Yeterlik)

Sosyal Yeterlik Bölümü Modül ve Faktörleri	2.1. Empati	2.2.1.Diğer İnsanları Geliştirmek	2.2.2.Değişim Yönetimi	2.2.3.İlişki Kurmak	2.2.4.Etkili Olmak	2.2.5.Çatışma Yönetimi	2.2.6.Takım Çalışması	2.2. İlişki Yönetimi	2. SOSYAL YETERLİK
2.1. Empati	1	,509	,465	,596	,492	,603	,270	,711	,853
2.2.1.Diğer İnsanları Geliştirmek		1	,425	,446	,513	,400	,436	,776	,742
2.2.2.Değişim Yönetimi			1	,427	,365	,468	,164	,654	,637
2.2.3.İlişki Kurmak				1	,509	,580	,180	,796	,785
2.2.4.Etkili Olmak					1	,507	,256	,743	,712
2.2.5.Çatışma Yönetimi						1	,115	,757	,758
2.2.6.Takım Çalışması							1	,651	,635
2.2. İlişki Yönetimi								1	,973
2. SOSYAL YETERLİK									1

Tabloda gösterildiği üzere, Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri Sosyal Yeterlik bölümünün alt boyutların kendi aralarında ve bölüm toplamıyla ilişkileri yeterli düzeydedir ($r_{\min} = .415$; $r_{\max} = .973$; $p < .001$). Bu sonuçlar yine envanterin yapı geçerliğini destekler niteliktedir.

Yukarıdaki analizlere ek olarak, envanteri oluşturan 2 ana bölümün birbirleriyle olan ilişkileri de analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre bu 2 ana bölümün puanları arasındaki korelasyonlar yüksek ($r = .844$) ve istatistiksel açıdan da anlamlıdır ($p < .001$). Bu sonuçların ışığında envanterin genel yapısının geçerli olduğu söylenebilir.

1.3.Ayırddedicilik Analizi İşlemleri

Yönetmelik Duygusal Zekâ Envanteri'nin hem 2 ana bölümünün, hem bu bölümlere giren alt boyutların, hem alt boyutları oluşturan maddelerin hem de envanter toplamının ayırddedicilik analizleri tamamlanmıştır. Bu işlemleri tamamlamak için en üstteki %27'lik grup ve en alttaki %27'lik grup arasında bağımsız gruplar t testi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda grupların ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar olduğu her analizde görülmüştür. Yapılan bütün analizler Ek 2'de verilmiştir.

TABLO-1.3. Duygusal Öz farkındalık Maddeleri için Ayrıldedıcılık Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
53 - Duygularımı analiz etmekten hoşlanmam	Alt	338	3,17	,982	,053	-26,006	674	,000
	Üst	338	4,76	,554	,030			
62 - Davranışlarımın altında yatan duyguları irdelemeyi sevmiyorum	Alt	338	3,03	,893	,049	-22,347	674	,000
	Üst	338	4,49	,805	,044			
76 - Beni kızdıran şeylerin bilincindeyim	Alt	338	3,82	,766	,042	-19,721	674	,000
	Üst	338	4,77	,438	,024			
92 - Beni çok mutlu edecek durumları bilirim	Alt	338	3,87	,761	,041	-20,102	674	,000
	Üst	338	4,81	,402	,022			
98 - Olaylar sonrasında neler hissetlerim benim için önemlidir	Alt	338	3,64	,763	,041	-16,193	674	,000
	Üst	338	4,53	,659	,036			
103 - Hoşlanacağım şeyleri sezebilirim	Alt	338	3,90	,677	,037	-22,782	674	,000
	Üst	338	4,85	,364	,020			
109 - Davranışlarım ile duygularım arasındaki bağlantılar kurabilirim	Alt	338	3,63	,720	,039	-24,093	674	,000
	Üst	338	4,75	,455	,025			
112 - Başarılarımın arkasında duygularım yer almaz	Alt	338	2,91	,952	,052	-15,444	674	,000
	Üst	338	4,03	,926	,050			
113 - Duygularımı anlamakta zorlanıyorum	Alt	338	3,54	,889	,048	-24,566	674	,000
	Üst	338	4,84	,410	,022			
115 - Duygularımı kendi kendime bile tarif edemiyorum	Alt	338	3,59	,881	,048	-25,106	674	,000
	Üst	338	4,91	,381	,021			
117 - Bir birey olarak tüm ihtiyaçlarımın farkındayım	Alt	338	3,70	,805	,044	-17,767	674	,000
	Üst	338	4,67	,585	,032			

TABLO-1.4. Özgüven Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
04 - Grup çalışmalarında sessiz kalmayı tercih ederim	Alt	338	3,28	1,054	,057	-22,379	674	,000
	Üst	338	4,72	,539	,029			
31 - Sürekli dikkat çekmeye çalışan insanlardan hoşlanmam	Alt	338	1,73	,910	,049	-16,313	674	,000
	Üst	338	2,96	1,043	,057			
70 - Karizmatik bir kişi olarak kabul edilirim	Alt	338	2,79	,919	,050	-21,950	674	,000
	Üst	338	4,17	,699	,038			
77 - Başkalarının zayıf yanlarını fark etmelerinden korkarım	Alt	338	2,80	1,006	,055	-21,383	674	,000
	Üst	338	4,26	,740	,040			

TABLO-1.5. Duygusal Otokontrol Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
01 - Yaptığım davranışlarımdan asla pişmanlık duymam	Alt	338	2,67	,954	,052	-15,768	674	,000
	Üst	338	3,81	,924	,050			
05 - Öfke patlamaları yaşarım	Alt	338	2,83	1,066	,058	-26,077	674	,000
	Üst	338	4,61	,664	,036			
38 - Beklediklerim gerçekleşmediğinde hayalkırıklığı yaşarım	Alt	338	2,22	,780	,042	-21,322	674	,000
	Üst	338	3,67	,967	,053			
64 - Stresli durumlarda nasıl davranacağımı bilemem	Alt	338	3,33	,991	,054	-23,681	674	,000
	Üst	338	4,76	,488	,027			
78 - Kriz anlarında sakinliğimi koruyamam	Alt	338	3,03	,946	,051	-27,600	674	,000
	Üst	338	4,69	,568	,031			
87 - Sonradan pişmanlık duyduğum davranışlarım vardır	Alt	338	2,24	,789	,043	-25,359	674	,000
	Üst	338	3,91	,920	,050			
104 - Kendimi kontrol edemediğim durumlar sonucu problemler yaşarım	Alt	338	2,59	,851	,046	-31,023	674	,000
	Üst	338	4,44	,696	,038			

TABLO-1.6. Saydamlık Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
02 - Verdiğim sözleri tutmakta zorlanırım	Alt	338	3,75	1,109	,060	-17,550	674	,000
	Üst	338	4,87	,357	,019			
39 - Diğer insanlara karşı tutarlı davranışlar sergilerim	Alt	338	3,82	,669	,036	-24,198	674	,000
	Üst	338	4,84	,393	,021			
46 - Her koşul altında kişisel değerlerimi korurum	Alt	338	3,65	,803	,044	-16,756	674	,000
	Üst	338	4,60	,670	,036			
55 - Çevremdeki kişilerin güvenini kazanmış biriyim	Alt	338	3,97	,811	,044	-21,643	674	,000
	Üst	338	4,96	,206	,011			
65 - Arkadaşlarımla güvenilir bir sırdaşıyım	Alt	338	4,06	,849	,046	-19,060	674	,000
	Üst	338	4,96	,193	,010			
79 - Başkalarına hatalarını söyleyebilecek cesaretim yoktur	Alt	338	3,55	,891	,048	-20,240	674	,000
	Üst	338	4,68	,520	,028			
93 - Rahatına düşkün bir kişi olarak tanınırım	Alt	338	2,93	1,046	,057	-14,594	674	,000
	Üst	338	4,07	,966	,053			
99 - Belli durumlarda kendimi frenlemeyi bilirim	Alt	338	3,76	,773	,042	-20,121	674	,000
	Üst	338	4,76	,481	,026			
110 - Mesleğimin etik kurallarına önem veririm	Alt	338	4,06	,746	,041	-20,524	674	,000
	Üst	338	4,94	,242	,013			

TABLO-1.7. Uyumluluk Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
23 - Var olan düzeni sürdürmek benim için daha önemlidir	Alt	338	2,96	,936	,051	-14,569	674	,000
	Üst	338	3,99	,911	,050			
32 - Değişikliklere çabuk uyum sağlarım	Alt	338	3,55	,905	,049	-18,101	674	,000
	Üst	338	4,61	,588	,032			
47 - Bana zarar verdiğini bildiğim halde bazı davranışlarımı değiştirmekte zorlanırım	Alt	338	2,54	,974	,053	-19,670	674	,000
	Üst	338	4,03	,996	,054			
80 - Risk almayı gerektiremeyecek yaşam olaylarını tercih ederim	Alt	338	2,80	,911	,050	-24,043	674	,000
	Üst	338	4,37	,780	,042			
89 - Değişikliklere diğer insanlardan daha kolay uyum sağlarım	Alt	338	3,46	,878	,048	-17,432	674	,000
	Üst	338	4,47	,612	,033			
94 - Davranışlarımı, değişen koşullara göre değiştirmekte zorlanırım	Alt	338	3,38	,905	,049	-23,063	674	,000
	Üst	338	4,68	,508	,028			
100 - Günlük yaşam koşullarındaki farklılıklar beni endişelendirir	Alt	338	2,75	,897	,049	-21,925	674	,000
	Üst	338	4,20	,824	,045			
107 - Başarılı olan insanlar, var olan sistemi sürdürenlerdir	Alt	338	3,29	1,062	,058	-18,157	674	,000
	Üst	338	4,56	,713	,039			
111 - Başarısızlıkların altında yatan en önemli faktör, riske atılmaktır	Alt	338	3,37	1,002	,055	-19,527	674	,000
	Üst	338	4,63	,646	,035			

TABLO-1.8. Başarıya Yönelme Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
14- Kendime daima rahatlıkla ulaşabileceğim hedefler koyarım	Alt	338	2,40	,942	,051	-14,488	674	,000
	Üst	338	3,53	1,076	,059			
24 - Başarısızlıklar karşısında, ideallerimden vazgeçebilirim	Alt	338	3,59	1,053	,057	-14,748	674	,000
	Üst	338	4,62	,746	,041			
48 - Zor durumlarda, sonuca ulaşacak mutlaka bir çıkar yol bulurum	Alt	338	3,85	,805	,044	-14,326	674	,000
	Üst	338	4,59	,509	,028			
66 - Başkalarının onayladığı bir başarı benim için yeterlidir	Alt	338	2,69	,942	,051	-19,479	674	,000
	Üst	338	4,05	,874	,048			
71 - Sonunda başarının da geleceği stresli bir yaşamdansa, rahat ve huzurlu bir yaşamı tercih ederim	Alt	338	2,38	1,035	,056	-20,760	674	,000
	Üst	338	3,98	,968	,053			
95- Bir işte başarıya ulaştıktan sonra, sadece bu durumu sürdürmek benim için önemlidir	Alt	338	2,63	1,023	,056	-24,323	674	,000
	Üst	338	4,34	,793	,043			
101 - Başarıya giden yolda, zaman zaman değerlendirmeler sonucu yöntemleri değiştirebilirim	Alt	338	3,83	,765	,042	-14,006	674	,000
	Üst	338	4,54	,539	,029			
105 - Bir işi benden beklendiği şekilde yapmak, benim için yeterlidir	Alt	338	2,43	,883	,048	-28,387	674	,000
	Üst	338	4,27	,801	,044			

TABLO-1.9. Göreve Bağlılık/Adanmışlık Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
06 - Mesleğimin etik kurallarına önem veririm	Alt	338	4,13	1,041	,057	-14,048	674	,000
	Üst	338	4,95	,225	,012			
15 - Çalıştığım kurumun vizyon ve misyonunu benimserim	Alt	338	3,76	,873	,048	-22,985	674	,000
	Üst	338	4,91	,291	,016			
40 - Bireysel kimliğimi kaybetmemek için, kişisel hedeflerimi, kurum hedeflerinden ön plana çıkarırım	Alt	338	2,74	,921	,050	-29,313	674	,000
	Üst	338	4,47	,582	,032			
49 - Çalıştığı kurumun hedeflerini anlamakta zorlanıyorum	Alt	338	3,44	1,055	,057	-25,343	674	,000
	Üst	338	4,93	,247	,013			

TABLO-1.10. Kişisel Girişim/İnisiyatif Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
07 - Risk almayı sevmediğim için, çok fırsat kaçırmışım	Alt	338	2,99	,910	,049	-20,920	674	,000
	Üst	338	4,35	,776	,042			
33 - Hedeflerime ulaşmada önüme çıkan engelleri kolaylıkla aşabilirim	Alt	338	3,35	,736	,040	-20,947	674	,000
	Üst	338	4,45	,630	,034			
41 - Zorluklardan asla yılmam	Alt	338	3,54	,885	,048	-21,942	674	,000
	Üst	338	4,76	,510	,028			
50 - Benden beklenen sorumlulukları yerine getirmede zorlanıyorum	Alt	338	3,77	1,050	,057	-20,335	674	,000
	Üst	338	4,96	,206	,011			
57 - Üstümde, altından kalkamayacağım kadar çok sorumluluk var	Alt	338	3,40	,946	,051	-19,412	674	,000
	Üst	338	4,60	,633	,034			
67 - Sorumluluklarımı paylaşıyorum	Alt	338	3,30	,878	,048	-17,374	674	,000
	Üst	338	4,41	,765	,042			
72 - İş ve özel yaşamımda sorumluluk almaktan kaçınmam	Alt	338	3,92	1,016	,055	-17,413	674	,000
	Üst	338	4,94	,360	,020			
90 - Bürokratik bazı engeller başarıya ulaşılmasını olanaksız hale getirir	Alt	338	2,31	,835	,045	-16,833	674	,000
	Üst	338	3,57	1,091	,059			
96 - Beni girişimciliğe yönlendirecek olanaklar ararım	Alt	338	3,36	,877	,048	-18,111	674	,000
	Üst	338	4,46	,706	,038			

TABLO-1.11. İyimserlik Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
08 - Olumsuzluklar karşısında karamsarlığa kapılırım	Alt	338	2,81	,912	,050	-29,770	674	,000
	Üst	338	4,60	,624	,034			
16 - Gelecek günlerde yaşam koşullarının daha zorlaşacağını düşünüyorum	Alt	338	1,86	,897	,049	-18,349	674	,000
	Üst	338	3,32	1,157	,063			
42 - Hatalarım sonucunda kendimi yenik düşmüş hissedirim	Alt	338	2,92	,885	,048	-30,347	674	,000
	Üst	338	4,63	,546	,030			
58 - Şanssızlıklar bir türlü yakamı bırakmıyor	Alt	338	3,41	1,067	,058	-24,086	674	,000
	Üst	338	4,88	,347	,019			

TABLO-1.12. Empati Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
25 - Çevremdeki kişileri anlamakta zorluk çekiyorum	Alt	338	3,51	,981	,053	-17,360	674	,000
	Üst	338	4,60	,623	,034			
81 - Sorunları olan kişilerle birlikte olmak içimi karartır	Alt	338	2,53	,928	,050	-17,944	674	,000
	Üst	338	3,83	,966	,053			
102 - Arkadaşlarımın sorunlarını çözmelerinde onlara yardım etmek, bana mutluluk verir	Alt	338	4,30	,725	,039	-12,970	674	,000
	Üst	338	4,87	,340	,019			
106 - Zihnim bir konuya takılı olduğunda, diğer insanların ne söylediklerini hatırlamakta zorlanırım	Alt	338	2,54	,946	,051	-21,899	674	,000
	Üst	338	4,09	,883	,048			
108 - Bazı insanların yaşama bakış açılarını anlamakta zorlanırım	Alt	338	2,40	,926	,050	-21,334	674	,000
	Üst	338	3,90	,894	,049			
116 - İnsanların bazı duygularını anlasam bile, koşullar gereği bunları anlamamazlıktan gelebilirim	Alt	338	2,66	,969	,053	-20,365	674	,000
	Üst	338	4,17	,965	,053			
119 - Benim ihtiyacımı anlamayan insanların ihtiyaçlarını bende görmemezlikten gelirim	Alt	338	2,93	,951	,052	-23,665	674	,000
	Üst	338	4,43	,674	,037			
120 - Her insan kendi problemini kendi çözmelidir	Alt	338	2,98	1,084	,059	-15,783	674	,000
	Üst	338	4,17	,880	,048			
121 - Farklı dine sahip kişileri anlamakta zorlanırım	Alt	338	4,12	1,065	,058	-14,344	674	,000
	Üst	338	4,96	,185	,010			
122 - Benden daha farklı düşünen kişilerin düşüncelerini anlamaya çalışırım	Alt	338	4,10	,859	,047	-14,169	674	,000
	Üst	338	4,85	,453	,025			

TABLO-1.13. Diğer İnsanları Geliştirme Maddeleri için Ayrırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
09 - İnsanların güçlü olan yönlerini daha fazla geliştirmeleri için onları desteklerim	Alt	338	3,78	,815	,044	-20,861	674	,000
	Üst	338	4,81	,405	,022			
18 - Çevremdeki kişilerin şımarmamaları için, başarılarını çok ön plana çıkartmam	Alt	338	3,28	,935	,051	-19,925	674	,000
	Üst	338	4,53	,663	,036			
26 - Bildiklerimi çevremle paylaşmak beni mutlu kılar	Alt	338	4,04	,812	,044	-20,199	674	,000
	Üst	338	4,96	,193	,010			
34 - Günümüzün rekabetçi ortamı içinde insanların sahip oldukları bilgi birikimini sadece kendilerine saklamaları gerekmektedir	Alt	338	3,79	1,013	,055	-18,106	674	,000
	Üst	338	4,86	,395	,021			
60 - Sorunlar karşısında insanlara nasıl davranmaları gerektiğini söylerim	Alt	338	3,53	,823	,045	-15,565	674	,000
	Üst	338	4,42	,650	,035			
73 - İnsanlara sorumluluk vermekten kaçınmam	Alt	338	3,47	,875	,048	-23,071	674	,000
	Üst	338	4,75	,530	,029			
82 - İnsanlara sorumluluk verme, onları daima geliştirir	Alt	338	3,88	,775	,042	-21,940	674	,000
	Üst	338	4,89	,331	,018			

TABLO-1.14. Değişim Yönetimi Maddeleri için Ayrırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
10 - Değişimleri çok zor kabullenirim	Alt	338	3,31	,900	,049	-27,956	674	,000
	Üst	338	4,81	,400	,022			
28 - Değişimlere hemen uyum sağlamaktansa, diğer insanları gözlemlemeyi tercih ederim	Alt	338	2,49	,831	,045	-29,989	674	,000
	Üst	338	4,22	,660	,036			
35 - Değişim ruhunu başkalarına aşılamakta zorlanırım	Alt	338	3,09	,920	,050	-27,762	674	,000
	Üst	338	4,67	,495	,027			

TABLO-1.15. İlişki Kurma Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
11 - İstesem bile insanlarla samimi ilişkiler kuramıyorum	Alt	338	3,87	1,096	,060	-17,499	674	,000
	Üst	338	4,94	,254	,014			
43 - Bir ilişkide karşı tarafla ilgili çok fazla beklenti içine girerim	Alt	338	2,68	,976	,053	-19,865	674	,000
	Üst	338	4,05	,805	,044			
68 - Arkadaşlarım ile bazen ne konuşacağımı bilemem	Alt	338	3,60	1,118	,061	-19,876	674	,000
	Üst	338	4,87	,376	,020			
74 - Arkadaşlarımın zayıf yönlerini görmelerini istemem	Alt	338	2,54	1,048	,057	-21,706	674	,000
	Üst	338	4,12	,828	,045			
83 - Başım çok sıkıştığında bile arkadaşlarımın yardım talebini kabul etmem	Alt	338	3,55	1,062	,058	-19,746	674	,000
	Üst	338	4,79	,467	,025			
91 - Bir arkadaşlığın bedelini bazen çok ağır ödüyorum	Alt	338	2,71	,984	,053	-25,755	674	,000
	Üst	338	4,42	,723	,039			

TABLO-1.16. Etkili Olmak Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
12 - Doğru olduğuna kesin inandığım bir konuda bile insanları ikna edemiyorum	Alt	338	3,58	1,020	,055	-24,066	674	,000
	Üst	338	4,95	,244	,013			
30 - İnsanlar doğru olduğumu bilseler bile bana karşı çıkıyorlar	Alt	338	3,43	1,015	,055	-23,472	674	,000
	Üst	338	4,83	,395	,022			
69 - İnsanlara bir düşüncüyü kabul ettirmek için çabaya girmem	Alt	338	2,89	,983	,053	-26,233	674	,000
	Üst	338	4,53	,602	,033			
75 - İnsanlar üzerinde olumlu etki yaratmak benim için önemlidir	Alt	338	3,85	,875	,048	-15,869	674	,000
	Üst	338	4,71	,486	,026			

TABLO-1.17. Çatışma Yönetimi Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
13 - İnsan ilişkilerinde tüm çabalarım rağmen bir türlü çözemediğim sorunlarım var	Alt	338	3,41	1,019	,055	-23,231	674	,000
	Üst	338	4,81	,440	,024			
61 - İnsanlarla çatışmaya girmemek için, söylemek istediğim çok şeyi içimde saklarım	Alt	338	2,78	,931	,051	-24,081	674	,000
	Üst	338	4,27	,656	,036			
84 - Bazı insanlarla sorunlar konusunda tartışmaya girmek anlamsızdır	Alt	338	2,06	,921	,050	-22,073	674	,000
	Üst	338	3,68	,994	,054			
97 - Bana karşı yapılan saldırganca bir davranışa, aynı şekilde karşılık veririm	Alt	338	3,09	1,003	,055	-16,247	674	,000
	Üst	338	4,23	,804	,044			

TABLO-1.18. Takım Çalışması Maddeleri için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	$Sh_{\bar{x}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
20 - Planlarımı, bilgilerimi ve kaynaklarımı paylaşarak işbirliği yapabilirim	Alt	338	3,85	,703	,038	-28,578	674	,000
	Üst	338	4,97	,161	,009			
37 - Çevremde yardımsever bir kişi olarak tanınırım	Alt	338	3,87	,666	,036	-28,708	674	,000
	Üst	338	4,96	,200	,011			
52 - Takım çalışmasında tüm üyelerin eşit katılımı için çaba harcarım	Alt	338	3,53	,801	,044	-30,403	674	,000
	Üst	338	4,93	,262	,014			

TABLO-1.19. Kişisel Yeterlik Bölümü Modül ve Alt Boyut Puanları için Ayırdedicilik Analizleri

		<i>N</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>	$Sh_{\bar{X}}$	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
Duy. Öz-farkındalık	Alt	338	41,00	5,536	,301	-23,398	674	,000
	Üst	338	49,38	3,567	,194			
Özgüven	Alt	338	11,86	2,035	,111	-20,581	674	,000
	Üst	338	15,06	2,012	,109			
Kişisel Farkındalık	Alt	338	52,86	6,006	,327	-28,743	674	,000
	Üst	338	64,44	4,341	,236			
Duygusal Otokontrol	Alt	338	20,39	3,476	,189	-29,343	674	,000
	Üst	338	28,33	3,557	,193			
Saydamlık	Alt	338	34,66	4,225	,230	-26,774	674	,000
	Üst	338	41,60	2,201	,120			
Uyumluluk	Alt	338	29,20	3,823	,208	-35,697	674	,000
	Üst	338	38,72	3,073	,167			
Özyönetim	Alt	338	84,26	7,642	,416	-46,893	674	,000
	Üst	338	108,66	5,754	,313			
Başarıya Yönelme	Alt	338	25,15	2,977	,162	-29,941	674	,000
	Üst	338	32,62	3,483	,189			
Göreve Bağlılık	Alt	338	15,27	2,220	,121	-19,166	674	,000
	Üst	338	18,20	1,722	,094			
Kişisel Girişim	Alt	338	31,00	3,798	,207	-35,514	674	,000
	Üst	338	39,82	2,540	,138			
İyimserlik	Alt	338	12,00	2,086	,113	-29,326	674	,000
	Üst	338	16,58	1,970	,107			
Motivasyon	Alt	338	83,42	7,222	,393	-46,689	674	,000
	Üst	338	107,21	5,968	,325			
KİŞİSEL YETERLİK	Alt	338	220,54	17,305	,941	-52,964	674	,000
	Üst	338	280,31	11,450	,623			

TABLO-1.20. Sosyal Yeterlik Bölümü Modül ve Alt Boyut Puanları için Ayırdedicilik Analizleri

		N	$\bar{x}$	ss	$Sh_{\bar{x}}$	t	Sd	p
Empati	Alt	338	32,99	3,547	,193	-38,802	674	,000
	Üst	338	43,04	3,183	,173			
Diğer İnsanları Geliştirme	Alt	338	26,86	3,501	,190	-24,326	674	,000
	Üst	338	32,19	1,982	,108			
Değişim Yönetimi	Alt	338	9,84	1,774	,096	-23,502	674	,000
	Üst	338	12,88	1,589	,086			
İlişki Kurma	Alt	338	19,95	3,184	,173	-31,224	674	,000
	Üst	338	26,37	2,037	,111			
Etkili Olma	Alt	338	14,57	2,219	,121	-26,216	674	,000
	Üst	338	18,30	1,379	,075			
Çatışma Yönetimi	Alt	338	15,88	2,473	,134	-30,082	674	,000
	Üst	338	21,06	1,969	,107			
Takım Çalışması	Alt	338	11,95	1,780	,097	-20,346	674	,000
	Üst	338	14,21	1,002	,055			
İlişki Yönetimi	Alt	338	95,45	8,858	,482	-46,008	674	,000
	Üst	338	120,62	4,763	,259			
SOSYAL YETERLİK	Alt	338	128,43	10,926	,594	-51,728	674	,000
	Üst	338	163,66	6,115	,333			

TABLO-1.21. Ölçek Genel Toplam Puanları için Ayırdedicilik Analizleri

		N	$\bar{x}$	ss	$Sh_{\bar{x}}$	t	Sd	p
Genel Toplam	Alt	338	351,26	27,987	1,522	-50,715	674	,000
	Üst	338	442,06	17,325	,942			

16 PF Kişilik Envanteri global faktörleri ve alt boyutları ile Yönetsel Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

TABLO-1.22. 16 PF Kişilik Testi ve Yönetsel Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	16 PF Alt Boyutları							
Yönetsel Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları	A	B	C	E	F	G	H	I
Duygusal Öz farkındalık	-,046	,203(**)	,126	,012	-,064	,118	,118	,113
Öz güven	-,082	,095	,168(*)	,035	,010	,139(*)	,080	,001
Kişisel farkındalık toplam	-,061	,180(**)	,148(*)	,020	-,043	,133(*)	,113	,082
Duygusal otokontrol	,044	,049	,373(***)	,083	-,009	,097	,142(*)	,031
Saydamlık	-,080	,184(**)	,219(***)	,073	-,115	,247(***)	,103	,041
Uyumluluk	,052	,170(**)	,360(***)	,135(*)	,102	-,003	,265(***)	-,014
Özyönetim top	-,004	,178(**)	,388(***)	,120	-,022	,160(*)	,208(***)	,027
Basariya yönelme	-,013	,078	,148(*)	,179(**)	,030	,120	,127	-,041
Görevlere bağlılık	-,068	,167(*)	,312(***)	,037	-,036	,159(*)	,081	,016
İnisiyatif kullanma	,017	,095	,345(***)	,172(**)	,005	,178(**)	,180(**)	-,025
İyimserlik	-,003	,113	,296(***)	,038	-,091	,106	,121	-,010
Motivasyon toplam	-,011	,132(*)	,346(***)	,162(*)	-,013	,183(**)	,174(**)	-,025
Kişiyeterlilik	-,028	,180(**)	,324(***)	,111	-,029	,176(**)	,182(**)	,031
Empati	,045	,224(***)	,268(***)	-,017	,054	,199(**)	,199(**)	,073
İnsanları geliştirmek	-,041	,197(**)	,214(***)	,050	-,024	,191(**)	,148(*)	,051
Değişim yönetimi	-,020	,140(*)	,166(*)	,027	,038	,123	,092	,017
İlişki kurmak	,047	,207(**)	,301(***)	,041	-,005	,180(**)	,182(**)	-,017
Etkili olmak	,122	,169(**)	,242(***)	,229(***)	,151(*)	,020	,270(***)	-,087
Çatışma yönetimi	,159(*)	,097	,303(***)	,193(**)	-,004	,158(*)	,240(***)	-,106
Takım çalışması	-,002	,161(*)	,276(***)	,060	-,010	,202(**)	,144(*)	-,022
İlişki yönetimi ana ölçek toplam	,045	,229(***)	,319(***)	,078	,030	,209(***)	,226(***)	,007

DEVAM

Değişkenler	16 PF Alt Boyutları							
Yönetmelik Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
Duygusal Öz farkındalık	-,179(**)	-,139(*)	-,145(*)	,068	,024	-,075	,050	-,153(*)
Öz güven	-,105	-,148(*)	-,021	-,040	-,030	-,052	,139(*)	-,155(*)
Kişisel farkındalık toplam	-,166(*)	-,152(*)	-,113	,036	,007	-,072	,083	-,164(*)
Duygusal otokontrol	-,189(**)	-,258(***)	-,080	-,238(***)	,114	-,187(**)	,102	-,374(***)
Saygınlık	-,233(***)	-,232(***)	-,052	-,067	,043	-,135(*)	,240(***)	-,248(***)
Uyumculuk	-,237(***)	-,161(*)	-,215(***)	-,203(**)	,273(***)	-,298(***)	-,001	-,285(***)
Özyönetim	-,280(***)	-,275(***)	-,139(*)	-,200(**)	,169(**)	-,253(***)	,159(*)	-,374(***)
Basarıya yönelme	-,137(*)	-,074	-,110	-,027	,169(**)	-,148(*)	,084	-,088
Görevle bağlılık	-,247(***)	-,294(***)	-,105	-,090	,031	-,237(***)	,127	-,275(***)
İnisiyatif kullanma	-,208(***)	-,237(***)	-,126	-,092	,094	-,218(***)	,177(**)	-,250(***)
İyimserlik	-,206(**)	-,083	-,091	-,069	,078	-,129*	,090	-,272(***)
Motivasyon toplam	-,243(***)	-,218(***)	-,141(*)	-,087	,129	-,233(***)	,160(*)	-,265(***)
Kişiyeterlilik	-,253(***)	-,237(***)	-,145(*)	-,091	,112	-,205(**)	,148(*)	-,295(***)
Empati	-,350(***)	-,293(***)	-,158(*)	-,068	,015	-,232(***)	,194(**)	-,212(***)
İnsanları geliştirmek	-,237(***)	-,249(***)	-,135(*)	-,051	,084	-,165(*)	,163(*)	-,181(**)
Değişim yönetimi	-,184(**)	-,182(**)	-,133(*)	,043	,097	-,247(***)	,105	-,165(*)
İlişki kurmak	-,223(***)	-,258(***)	-,179(**)	-,100	,086	-,185(**)	,120	-,284(***)
Etkili olmak	-,191(**)	-,195(**)	-,151(*)	-,131(*)	,218(***)	-,197(**)	,130(*)	-,137(*)
Çatışma yönetimi	-,263(***)	-,260(***)	-,161(*)	-,163(*)	,147(*)	-,214(***)	,216(***)	-,220(***)
Takım çalışması	-,262(***)	-,264(***)	-,143(*)	-,066	,061	-,160(*)	,212(***)	-,235(***)
İlişki yönetimi ana ölçek toplam	-,323(***)	-,316(***)	-,191(**)	-,093	,106	-,251(***)	,207(**)	-,262(***)

TABLO-1.23. 16 PF Kişilik Testi Global Faktörleri ve Yönetmel Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	16 PF Global Faktörler				
Yönetmel Duygusal Zeka Ölçeği Alt Boyutları	Dışadönüklük	Endişe Düzeyi	Gerçekçilik	Bağımsızlık	Oto-Kontrol
Duygusal Özfarındalık	,118	-,134(*)	-,046	-,002	,094
Özguven	,056	-,168(**)	,043	,008	,162(*)
Kişiel farkındalık toplam	,105	-,155(*)	-,019	,001	,123
Duygusal otokontrol	,187(**)	-,426(***)	-,051	,092	,129(*)
Say damlık	,088	-,259(***)	,020	,015	,263(***)
Uyumluluk	,332(***)	-,366(***)	-,022	,233(***)	-,019
Özyonetimtop	,242(***)	-,430(***)	-,017	,132(*)	,174(**)
Basariya yönelme	,146(*)	-,134(*)	,025	,174(**)	,083
Goreve baglilik	,151(*)	-,337(***)	,050	,000	,191(**)
İnisiyatif kullanma	,214(***)	-,328(***)	,002	,151(*)	,201(**)
İyimserlik	,140(*)	-,286(***)	,016	,021	,105
Motivasyon toplam	,216(***)	-,335(***)	,023	,139(*)	,187(**)
Kişyeterlilik	,207(**)	-,337(***)	-,005	,100	,178(**)
Empati	,281(***)	-,303(***)	-,072	,000	,233(***)
İnsanları Geliştirmek	,175(**)	-,235(***)	-,008	,047	,207(**)
Değişim yönetimi	,188(**)	-,168(*)	,001	,043	,124
İlişki kurmak	,235(***)	-,320(***)	-,019	,054	,186(**)
Etkili olmak	,299(***)	-,238(***)	-,009	,273(***)	,068
Çatısma yönetimi	,283(***)	-,332(***)	-,041	,189(**)	,198(**)
Takım calımsı	,194(**)	-,283(***)	,016	,045	,237(***)
İlişki yönetimi ana ölcek toplam	,296(***)	-,343(***)	-,032	,089	,239(***)

Yönetmel duygusal zeka ölçeği alt boyutları ile 16 PF alt boyutları arasında hesaplanan pearsn çarpım momentler korelasyon katsayıları Tablo 7’de ve Yönetmel duygusal zeka ölçeği alt boyutları ile 16 PF global faktörleri arasında hesaplanan pearson çarpım momentler korelasyon katsayıları Tablo 8’de sunulmuştur.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği duygusal özfarındalık alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,01$), M($p<,05$), N($p<,05$),Q4($p<,05$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. 16 PF’in global faktörlerinin hiçbirisi ile yönetmel duygusal zeka ölçeğinin duygusal özfarındalık alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunamamıştır.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği özgüven alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi G($p<,05$)ve Q3($p<,05$) alt boyutu ile pozitif yönde; M($p<,05$), Q4($p<,05$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine özgüven

alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden otokontrol($p<,05$) ile pozitif ve endişe düzeyi($p<,01$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği kişisel farkındalık alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$), C($p<,05$)ve G($p<,05$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,05$),M($p<,05$) Q4($p<,05$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine kişisel farkındalık alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden endişe düzeyi($p<,05$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği duygusal otokontrol alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi C($p<,001$)ve H($p<,05$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,01$),M($p<,001$) , O($p<,001$), Q2($p<,01$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine duygusal otokontrol alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,01$), otokontrol($p<,001$) ile duygusal otokontrol arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği saydamlık alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$) , C($p<,001$), G($p<,001$)ve Q3($p<,001$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,001$),M($p<,001$) , Q2($p<,05$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine saydamlık alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden otokontrol($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği uyumluluk alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$) , C($p<,001$), E($p<,05$) ve Q1($p<,001$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,001$),M($p<,05$) , N($p<,001$), O($p<,001$),Q2($p<,001$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine uyumluluk alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$)ve bağımsızlık($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği özyönetim alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$), C($p<,001$),G($p<,05$), H($p<,001$) Q1($p<,01$)ve Q3($p<,05$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,001$),M($p<,001$) , N($p<,05$), O($p<,01$),Q2($p<,001$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine özyönetim alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$), bağımsızlık($p<,05$) ve otokontrol($p<,01$)arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği başarmaya yönelme alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi C($p<,05$), E($p<,01$) ve Q1($p<,01$) alt boyutu ile pozitif yönde; L($p<,05$) ve Q2($p<,05$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine başarmaya yönelme alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,05$)ve bağımsızlık($p<,01$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,05$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği İnisiyatif kullanma alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi C(p<,001), E(p<,01), G(p<,01), H(p<,01) ve Q3(p<,01) alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), M(,001), Q2(p<,001) ve Q4(p<,001) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine inisiyatif kullanma alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,001), bağımsızlık(p<,05) ve otokontrol(p<,01) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği iyimserlik alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi C(p<,001 alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), Q2(p<,05) ve Q4(p<,001) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine iyimserlik alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,05) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği motivasyon alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B(p<,05), C(p<,001), E(p<,05), G(p<,01), H(p<,01) ve Q3(p<,05) alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), M(,001), N(p<,05), Q2(p<,001) ve Q4(p<,001) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine motivasyon alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,001), bağımsızlık(p<,05) ve otokontrol(p<,01) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği kişisel yeterlik alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B(p<,01), C(p<,001), G(p<,05), H(p<,01) ve Q3(p<,05) alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), M(,001), N(p<,05), Q2(p<,01) ve Q4(p<,001) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine kişisel yeterlik alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,01), ve otokontrol(p<,01) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği empati alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B(p<,001), C(p<,001), G(p<,01), H(p<,01) ve Q3(p<,01) alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), M(,001), N(p<,05), Q2(p<,001) ve Q4(p<,001) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine empati alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,001), ve otokontrol(p<,001) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği İnsanları geliştirmek alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B(p<,01), C(p<,001), G(p<,01), H(p<,05) ve Q3(p<,05) alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,001), M(,001), N(p<,05), Q2(p<,05) ve Q4(p<,01) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine İnsanları geliştirmek alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük(p<,01), ve otokontrol(p<,01) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi(p<,001) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetsel duygusal zeka ölçeği değişim yönetimi alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B(p<,05) ve C(p<,05), alt boyutu ile pozitif yönde; L(p<,01), M(p<,01), N(p<,05), Q2(p<,001) ve Q4(p<,05) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel

açından anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine değişim yönetimi alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,01$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,05$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği ilişki kurmak alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$) C($p<,001$), G($p<,01$) ve H($p<,01$) alt boyutları ile pozitif yönde; L($p<,001$) , M($p<,001$), N($p<,01$), Q2($p<,01$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine ilişki kurmak alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$) ve otokontrol($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği etkili olma alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,01$) C($p<,001$), E($p<,001$), F($p<,05$) , H($p<,001$) , Q1($p<,001$) ve Q3($p<,05$) alt boyutları ile pozitif yönde; L($p<,01$) , M($p<,01$), N($p<,05$), O($p<,05$), Q2($p<,05$) ve Q4($p<,05$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine etkili olma alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$) ve bağımsızlık($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği çatışma yönetimi alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi A($p<,05$), C($p<,001$), E($p<,01$), G($p<,05$) , H($p<,01$) , Q1($p<,05$) ve Q3($p<,001$) alt boyutları ile pozitif yönde; L($p<,001$) , M($p<,001$), N($p<,05$), O($p<,05$), Q2($p<,001$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine çatışma yönetimi alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$) , bağımsızlık($p<,01$) ve otokontrol($p<,01$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği takım çalışması alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,05$), C($p<,001$), H($p<,05$) ve Q3($p<,001$) alt boyutları ile pozitif yönde; L($p<,001$) , M($p<,001$), N($p<,05$), Q2($p<,05$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine takım çalışması alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,01$) , ve otokontrol($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

Yönetmel duygusal zeka ölçeği ilişki yönetimi alt boyutu ile 16 PF Kişilik testi B($p<,001$), C($p<,001$), G($p<,001$), H($p<,001$) ve Q3($p<,01$) alt boyutları ile pozitif yönde; L($p<,001$) , M($p<,001$), N($p<,01$), Q2($p<,001$) ve Q4($p<,001$) boyutları ile ise negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine takım çalışması alt boyutu ile 16 PF global faktörlerinden dışadönüklük($p<,001$) , ve otokontrol($p<,001$) arasında pozitif yönde , endişe düzeyi($p<,001$) ile negatif yönde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler elde edilmiştir.

ÖZGEÇMİŞ

Psikolog Şule Öncü ÖZTAYLAN; 1993 yılında Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Psikoloji bölümünden mezun olmuş, 2019 yılında İstanbul Kent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tezli Klinik Psikoloji programına başlamıştır. IFTI Psychotherapy’de 700 saatlik Aile ve Çift Terapisi Eğitimi Sertifika Programını, İstanbul Psikodrama Enstitüsü’nde 500 saatlik Psikodrama Grup Psikoterapisi Eğitim Programını tamamlamıştır.

