

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU İLE ÖZ  
YETERLİK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Dilek KOLAY**

**Tez Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER**

**Jüri Üyesi: Prof. Dr. Binnaz KIRAN (Mersin Üniversitesi)**

**Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KALE**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MERSİN / AĞUSTOS 2021**

**ONAY****Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;**

**2018100113** numaralı öğrencimiz olan **Dilek KOLAY** tarafından hazırlanan “**Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doymu İle Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından oybirliği ile Psikoloji Ana Bilim Dalında **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır)

(Tez Danışmanı) Jüri Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER

(Enstitü Müdürlüğünde Evrak Aslı İmzalıdır)

Üniv. İçi - Jüri Asıl Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KALE

(Enstitü Müdürlüğünde Evrak Aslı İmzalıdır)

Üniv. Dışı – Jüri Asıl Üyesi: Prof. Dr. Binnaz KIRAN  
(Mersin Üniversitesi)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

(Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır)

31/08/2021

Doç. Dr. Murat KOÇ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

**NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu’ndaki hükümlere tabidir.**

## İTHAF

*Anneme ve Babama...*



*“Öğrenme iki yönlüdür; çevreden öğreniriz ve çevremiz  
eylemlerimiz sayesinde öğrenir ve değişir.”*

*Albert Bandura*

## ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

31/08/2021

Dilek KOLAY

## TEŞEKKÜR

Bu araştırmayı yapmak benim için çok öğretici ve keyifli bir süreç oldu. Bu sürece birçok hocamın desteği ve engin katkıları sayesinde geldim.

Birlikte yol aldığım enerjisini, motivasyonunu ve desteğini üzerimizden hiç eksiltmeyen danışman hocam Dr.Öğr.Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER'e, bilimsel katkıları ile bizi bu araştırma sürecine hazırlayan, desteklerini ve hoşgörülerini esirgemeyen, derslerine katılmakla çok şanslı hissettiğim saygıdeğer hocalarım Prof.Dr. Şükrü UĞUZ'a, Prof.Dr. Binnaz Kıran'a, Prof.Dr. Gülşah SEYDAOĞLU'na, Uzm.Dr. Soner ÇAKMAK'a, ve özellikle bilimsel araştırmalar konusunda bizleri derslerinin yanı sıra sahada da yetiştiren, verdiği ödevlerin kıymetini tez sürecinde anladığımız, tecrübeleri ve bilgi birikimleri ile yolumuzu aydınlatan Dr.Öğr.Üyesi Mustafa KALE'ye teşekkürlerimi ve şükranlarımı sunarım.

Tez çalışmamı sabırla okuyan ve nitelikli bir tez halini alması ile bu aşamaya gelmesini sağlayan saygıdeğer Jüri üyelerime sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Bu süreci yaşarken her zaman yanımda olan eşim Özgür KOLAY'a, kızım Eylül KOLAY'a ve birlikte yol aldığımız kıymetli arkadaşım F.Yıldız KARAÇELİK'e, çalışmamın her alanında gece gündüz demeden sağladığı destek ve motivasyon için çok kıymetli arkadaşım Naşide Nur KARAMAN'a, istatistiksel kısımlarda verdiği dönütler ile tezime katkı sunan değerli hocam Dr.Öğr.Üyesi Yusuf BAYAR'a ve işbirliği içinde çalıştığım tüm arkadaşlarıma, süreç boyunca yoluma çıkan, desteği olan herkese sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak bu araştırmamı annem Ayşe KILIÇ ile babam Cemal KILIÇ'a ithaf etmek istiyorum. Hayatım boyunca, her konuda desteklerini hissettiğim ve yaşamımın her döneminde yanımda oldukları için sonsuz sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunuyorum.

**ÖZ****ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUMU İLE ÖZ YETERLİK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ****Dilek KOLAY****Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Ana Bilim Dalı****Tez Danışmanı: Dr.Öğr.Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER****Ağustos 2021, 93 sayfa**

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bununla birlikte çalışmada katılımcıların demografik değişkenleri (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı, ilişki süresi, iletişim kurma şekli ve görüşme sıklığı değerlendirme) ile ilişki doyumu düzeyleri arasında farklılaşma olup olmadığı da araştırılmaktadır. Araştırmanın katılımcılarını 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Mersin Üniversitesi, Çağ Üniversitesi ve Toros Üniversitesi'nde eğitim gören ve romantik ilişkisi bulunan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya 228 (152 kadın, 76 erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada katılımcıların ilişki doyumlarını belirlemek için Hendrick İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), öz yeterlik düzeylerini belirlemek için Jerusalem ve Schwarzer Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) ile araştırmacı tarafından hazırlanan “demografik bilgi formu” kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler Sosyal Bilimler’de istatistik programı ile analiz edilmiştir. Çalışmanın bulguları romantik ilişki doyumu düzeyinin yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı ve görüşme sıklığı değerlendirme değişkenleri ile anlamlı şekilde farklılaştığını ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra romantik ilişki doyumu düzeyi ile cinsiyet, ilişki süresi, iletişim kurma şekli değişkenleri arasında farklılaşma bulunamamıştır. Öğrencilerin romantik ilişki doyumu düzeyleri ile öz yeterlik düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

*Anahtar Kelimeler:* ilişki doyumu, romantik ilişki, öz yeterlilik, öz yeterlik, öz etkililik, yetkinlik beklentisi

**ABSTRACT****EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ROMANTIC  
RELATIONSHIP SATISFACTION AND SELF-EFFICIENCY LEVEL OF  
UNIVERSITY STUDENTS****Dilek KOLAY****Master Thesis, Department of Psychology****Thesis Advisor: Dr. Seyda MAVRUK ÖZBİÇER****August 2021, 93 pages**

The aim of this study is to examine the relationship between relationship satisfaction and self-efficacy levels of university students. In addition, it's aimed to examine whether there is a difference between the demographic variables of the participants (gender, age, class level, family's approach to the relationship, relationship duration, communication style and meeting frequency evaluation) and relationship satisfaction scores. The participants of the research are students who study at Mersin University, Çağ University and Toros University in the 2020-2021 academic year and have a romantic relationship. 228 (152 female, 76 male) university students who had a romantic relationship participated in the study. In this study, Hendrick's Relationship Satisfaction Scale (ISS) was used to determine relationship satisfaction level, Jerusalem and Schwarzer General Self-Efficacy Scale (GAS) and "demographic information form" prepared by the researcher were used to determine the level of self-efficacy. The data obtained from the research were analyzed with the statistical program in Social Sciences. According to the findings of the research, it was observed that the romantic relationship satisfaction scores differed positively and significantly with age, grade level, family approach to the relationship and meeting frequency evaluation variables. However, no significant difference was found between the romantic relationship satisfaction scores and the variables of gender, duration of relationship and communication style. A positive and significant relationship was found between the students' romantic relationship satisfaction scores and their self-efficacy level scores.

*Keywords:* relationship satisfaction, romantic relationship, self-efficacy, self-efficacy, self-efficiency, efficacy expectation

## ÖNSÖZ

Üniversite öğrencilerinin aileden ayrılarak ilk kez bağımsızlığa yönelim gösterdiği bu süreçte yaşadıkları romantik ilişki deneyimlerinin, yaşamlarının her döneminde etkili olacağı yönünde düşünerek bu çalışmayı yapmaya karar verdim. Bu çalışma doğrultusunda gerekli literatür araştırmasını yaparken, ilişki doyumu üzerine yapılmış birçok çalışma olmasına rağmen kişilik özelliklerinden biri olan öz yeterlik kavramı ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi ele alan yeterli çalışma yapılmadığını fark ettim. Bu çalışmada romantik ilişkisi bulunan üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu düzeyleri ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi ile ilişki doyumlarının incelendiği bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağını düşünüyorum.

31/08/2021

Dilek KOLAY



**İÇİNDEKİLER**

<b>KAPAK</b> .....	i
<b>ONAY</b> .....	ii
<b>İTHAF</b> .....	iii
<b>ETİK BEYANI</b> .....	iv
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	v
<b>ÖZ</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>ÖNSÖZ</b> .....	viii
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	ix
<b>KISALTMALAR</b> .....	x
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	xi
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	xii
<b>EKLER LİSTESİ</b> .....	xiii
<b>1. GİRİŞ</b> .....	1
<b>2. YÖNTEM</b> .....	31
2.1. Katılımcılar.....	31
2.2. Prosedür.....	32
2.3. Araştırmada Kullanılan Materyaller.....	33
2.4. Araştırmanın Modeli.....	35
2.5. Araştırma Verilerinin Analizi.....	35
<b>3. BULGULAR</b> .....	37
<b>4. TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	46
<b>KAYNAKÇA</b> .....	55
<b>EKLER</b> .....	66

**KISALTMALAR**

KD	: Karşılaştırma düzeyi
KD <sub>seç</sub>	: Seçenekler için karşılaştırma düzeyi
İDÖ	: İlişki doyumu ölçeği
GÖYÖ	: Genel öz yeterlik ölçeği
RİD	: Romantik İlişki Doyumu
RAS	: Relationship Assessment Scale



## TABLOLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Ölçeklere ait Tanımlayıcı İstatistikler ( <i>Descriptive Statistics</i> ).....	36
<b>Tablo 2.</b> Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler.....	37
<b>Tablo 3.</b> Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümler.....	39
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete göre Karşılaştırılması.....	40
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Yaş Gruplarına göre Karşılaştırılması .....	40
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Sınıf Düzeyine göre Karşılaştırılması .....	41
<b>Tablo 7.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Sınıf Düzeyine göre Karşılaştırılmasında Tukey HSD Çoklu Karşılaştırma Sonuçları.....	41
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Ailenin İlişkiye Yaklaşımına göre Karşılaştırılması.....	42
<b>Tablo 9.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İlişki Sürelerine göre Karşılaştırılması .....	43
<b>Tablo 10.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İletişim Kurma Şekline göre Karşılaştırılması.....	43
<b>Tablo 11.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Partnerleri ile Görüşme Sıklığı Değerlendirmeye göre Karşılaştırılması .....	44
<b>Tablo 12.</b> Katılımcıların Romantik İlişki Doyumları ile Öz Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkinin Sonuçları .....	45

**ŞEKİLLER LİSTESİ**

<b>Şekil 1.</b> <i>Karşılıklı Belirleyicilik Modeli</i> .....	20
<b>Şekil 2.</b> <i>Araştırma Model</i> .....	35



**EKLER LİSTESİ**

<b>Ek A. Etik Kurul Onay Formu</b> .....	66
<b>Ek B. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçları</b> .....	69
<b>Ek C. Tez Anket İzin İstek Yazıları</b> .....	72
<b>Ek D. Tez Anket İzin Yazıları</b> .....	74
<b>Ek E. Toros Üniversitesi Tez Anket İzin Yazıları</b> .....	79
<b>Ek F. Mersin Üniversitesi Tez Anket İzin Yazıları</b> .....	80



## 1. GİRİŞ

İnsanoğlu toplumsal bir varlık olması sebebiyle yaşamı boyunca yakın ilişkiler kurma ihtiyacı hisseder. Bireyler, yaşamlarını daha anlamlı hale getirmek, psikolojik ve sosyal ihtiyaçları olan saygı, sevme-sevilme, aitlik ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla yakın ilişkiler kurarlar (Hendrick, 2016). Stenberg'e (1986) göre arkadaş ve aile yakın ilişkiler kapsamına girmektedir. Ergenlik döneminden yetişkinlik dönemine geçişte romantik ilişkiler yakın ilişkilerin önemli bir alanı olarak öne çıkmaktadır. Üniversite yılları, psikososyal bağlamda bakıldığında aile ortamından ayrılan bireylerin kişisel karar aldıkları, dış etkilere açık oldukları, sosyal gruplara katılım sağladıkları, yeni eğitim ortamına ve yeni yaşam biçimine uyum süreci yaşadıkları önemli değişim zamanlarıdır (Özkan & Yılmaz, 2010). Kılıççı'ya (2006) göre 18-25 yaş aralığını kapsamakta olan üniversite yılları "geç ergenlik" ve "genç yetişkinlik" gelişim dönemi içerisinde yer almaktadır. Arnett'e (2007) göre (aktaran Tuzer, 2016) geç ergenlik ile genç yetişkinlik dönemi içerisinde yer alan 18-25 yaş aralığı beliren yetişkinlik dönemidir. Bu dönemi gençlerin hem eş seçimi tecrübeleri edindiği hem de gelecekteki eş seçimine yönelik deneyim kazandığı bir dönem olarak ifade etmiştir. Piaget'e (2004) göre bireyler bir sonraki döneme, içinde buldukları yaşam dönemi içerisindeki kazanımlarını aktarırlar. Yaşamın iki önemli görevi; eş seçimi ve meslek seçimi kararlarıdır (Tarhan, 2012, aktaran Arıkan, 2020). Adler'e (1982) göre (aktaran Tuncer, 2019) üç sosyal sorun olan "arkadaşlık kurma ve dostça sevgi", "yakın ilişkiler geliştirme ve aşk", "çalışma ve meslek sahibi olma" bireylerin tüm yaşam sorunudur. Adler (1982) "life tasks" olarak tanımladığı bu üç bileşeni evrensel yaşam görevleri olarak değerlendirip uygun bir şekilde yerine getirmenin öneminden bahsetmiştir. Erikson'a (1968) göre her bireyin doğumundan itibaren ihtiyaç duyduğu aile, arkadaşlık gibi yakın ilişkilerden biri olan romantik ilişkiler; geç ergenlik, genç yetişkinlik veya beliren yetişkinlik dönemi içerisinde bireyin sağlıklı gelişimi için önemli bir bileşendir. Yetişkin rollerini geliştirmede geç ergenlik ve genç yetişkinlik dönemi romantik ilişkileri önemli bir yer tutmaktadır (Sarı, 2008). Genç bireylerin üç gelişim görevi olan; kendi kimliğini oluşturmak, karşı cinsle yakınlık kurarak ilişki becerisini geliştirmek ve cinsel dürtüleri ile sağlıklı baş etmek romantik ilişkiler yoluyla yerine getirilmektedir (Feldman & Goven, 1998; Erikson 1968). Erikson'a (1968) göre gençlerin kimlik gelişim görevi üzerinde etkili olan 12 ile 21 yaş aralığında, ergenlik dönemine denk gelen "kimliğe karşı rol karışıklığı" ile 21 ile 30 yaş aralığında, genç yetişkinlik

dönemine denk gelen “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” bu dönemi kapsamaktadır. Erikson’a (1968) göre bireyin sevdiği kişi ile yakın ilişki içerisinde olması psikolojik sağlığı açısından oldukça önemlidir. Hendrick ve Hendrick’e (1989) göre bireylerin oluşturduğu yakın ilişkiler, kişilerin niteliklerine katkısı açısından da önemlidir.

Hawkins (1968) ilişki doyumunu, ilişkinin içeriğindeki memnuniyet, zevk ve mutluluk olarak tanımlamıştır. Romantik ilişkiler üzerine kapsamlı tanımlamalar yapan Collins’e (2003) göre her iki tarafın da kabul edip gönüllü olduğu ilişki türü romantik ilişkilerdir. Young ve Gluhoski (1997) (aktaran Koç, 2020) romantik ilişkileri beş boyutta değerlendirmiştir. Bunları çiftlerin birbirine karşı gösterdiği tutum ve çıkan çatışma çözümü ile açıklayarak ‘bağlanma’, ‘değer’, ‘duygular’, ‘karşılıklık’ ve ‘güç’ olarak ele almışlardır. Erikson’a (1968) göre bireyin yaşadığı romantik ilişkiden alınan doyum genç yetişkinlerin gelişimi açısından oldukça önemlidir ve sağlıklı ilişkilerin temellerinden biridir. Hendrick vd.’e (1988) göre ilişki içerisindeki duygu, düşünce ya da davranışlar ile yakından ilişkili olan ilişki doyumunu aynı zamanda kendini açma, bağlılık sorunları, sevgi duyguları, cinsel tutum ve ilişki yatırımı ile de ilişkilidir. Bugüne kadar yapılan birçok araştırma, romantik ilişki doyumunun bireylerin psikolojik ihtiyaç doyumunu, duygusal zekâ ve benlik saygısı gibi özellikleri üzerinde de olumlu etkisi olduğu göstermektedir. Örneğin; üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyi ile romantik ilişki doyumunu üzerine araştırma yapan Özbiçer (2013) duygusal zekâ düzeyinin ilişki doyumunu yordadığını ve ilişkisi olan öğrencilerin duygusal zekâ düzeyinin, ilişkisi olmayanlara oranla daha yüksek olduğu sonucunu bulmuştur. Diğer bir çalışmada Ulutaş (2018) üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ile ilişki doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı yönde bir araştırma yaparak, benlik saygısı yüksek olan öğrencilerin ilişkilerinden aldığı doyumun da yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Farklı bir çalışmada ise Arslan (2020) psikolojik ihtiyaç doyumunu ile ilişki doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyerek romantik ilişki doyumunu ile psikolojik ihtiyaç doyumunun özerklik alt boyutu arasında olumlu yönde bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır.

Creasey vd. (1999) romantik ilişkilerinde sorun yaşayan gençlerin üniversitelerdeki psikolojik danışma merkezlerine başvurduklarından bahsetmiştir. Yapılan bazı araştırmalara göre (Connolly & Konarsky, 1994; Furjman & Schaffer, 2003, aktaran Sarı, 2008) yetişkinlik dönemine başarılı geçiş için uygun davranış gelişimi, geç ergenlerin romantik ilişkileri ile sağlanmaktadır. Siyez (2011) (aktaran Ulutaş, 2018) romantik ilişkideki ergenlerin kendilerini daha değerli hissettiğinden bahsetmiştir. Reis

vd. (2000) yakın ilişkilerin insanların gelişimi ve davranışı üzerindeki öneminden bahsetmiştir. Bireylerin ilişki içerisindeki duygu, düşünce ve davranışları ilişki doyumlarını etkilemektedir (Hendrick vd., 1988). Bandura'ya (1977) göre her bireyin duygu ve davranışı öz yeterlik inancına göre değişiklik göstermektedir. Öz yeterlik inancı, hem yeni davranış geliştirmede hem de davranışın yön değiştirmesinde etkindir. Aynı zamanda duyguların sürdürülebilmesi ve duygusal bozuklukların temelinde, öz yeterlik inancı yer almaktadır. Bandura'ya (1986) göre bireylerin stresli durumdaki tepkileri, kendini güdüleyebilmesi, iyilik hali veya kötümser hali, güçlüklerle yüzleşebilmesi, zayıflık göstermesi, üretime yönelik düşünceleri gibi davranış, düşünce ve duyguları öz yeterliklerinden etkilenmektedir (Bandura, 1986; Pajares, 1996, aktaran Çelikkaleli vd., 2006). Kuramı çerçevesinde Bandura (1999) romantik ilişki yaşayan ve bu konuda deneyimi artan kişilerin partnerine ve kendine olan değerlendirmesinin daha gerçekçi olduğunu belirtmiştir. Bu çerçevede kişilerin daha değerli ve sevilebilir olduğu yönünde kendilik algısının olduğunu belirtmiştir. Sternberg (1986) üçgen aşk kuramı çerçevesinde ele aldığı geometrik bir metaforla aşkın bileşenlerinin tutku, bağlılık ve yakınlık olduğunu belirtmiştir. Aron vd. (1995) benlik saygısı ile romantik ilişki arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalarda, romantik ilişki yaşayan bireylerin üçgen aşk düzeyinde anlamlı bir yordama görüldüğü, bu nedenle romantik ilişki deneyimi yaşayan kişilerin öz yeterlik ile benlik saygılarında artış olduğu yönünde bir bakış açısı geliştirildiğinden bahsetmiştir.

Öz yeterlik inancı, bireylerin bilişsel süreçlerinde ve davranışlarının güdülenmesinde ana belirleyici bir inanç sistemidir. Bu nedenle bireylerin öz yeterlik düzeylerinin gündelik yaşantıları üzerindeki önemi büyüktür. Öz yeterlik kavramının inançlara dayalı olduğunu ifade eden Bandura (1997) bu kavramı "Bireyin belirli bir performansı göstermesi için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı bir şekilde yapma kapasitesi hakkında kendine ilişkin yargıları" şeklinde tanımlamıştır (Bandura, 2006). Bandura (1982) bireyin günlük hayatta karşılaşılabileceği güçlüklerle baş etmek için gereken davranışları ne kadar başarılı bir biçimde yapabileceğine olan inancını öz yeterlik olarak ifade etmiştir. Zimmerman (2000) öz yeterlik inancının, bireylerin motivasyonu, ne düşündüğü, nasıl davrandığı ve ne hissettiği üzerindeki etkisinden bahsetmiştir. Yazgan İnanç ve Yerlikaya (2011) öz yeterliği; bireylerin var olan yetenekleri olmadığını, bunları ne derece kullanabildiği ve yeteneklerine olan inancı olarak ifade etmiştir. Collins (2003) yetişkinlik sürecinin ilk yıllarında üniversite öğrenimi gören öğrencilerin yüzde 65'inin en az bir romantik ilişki deneyimlediğinden bahsetmiştir. Yetişkinliğe



geçiş sürecinde öğrencilerin romantik ilişkilerinde karşılaştıkları problemler değerlendirildiğinde, genel öz yeterlik inancı yüksek olan öğrencilerin başarı ve çözüm odaklı olması nedeniyle daha rahat problem çözebileceğini de belirtmiştir. Habibova (2019) çalışan kadınlarda evlilik doyumu ile kişiler arası yeterlik ve aile çatışmasını yönetme öz yeterliği arasındaki ilişkileri incelemek üzere yürüttüğü çalışmada, kişiler arası yeterlik ile aile çatışmasını yönetme öz yeterliğinin evlilik doyumunu yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Literatürde romantik ilişkide öz yeterlik ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi destekleyen araştırmalar mevcuttur (Weiser & Weigel, 2016; Riggio vd., 2013; Gündüz & Karataş, 2020). Yapılan çalışmalarda romantik ilişki doyumu ile ilişkisel öz yeterlik arasında anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Hendrick ve Hendrick (2002) çalışmalarında insanlara yönelttikleri, mutluluk veren romantik ilişkilerinin dışında başka hangi konunun onlar için önemli olduğu sorusuna: “Genelde hiçbir şey” yanıtını almışlardır. Berscheid vd. (1989) (aktaran Soyer, 2019) tarafından ilişkilerde önem sıralamalarının yapıldığı bir araştırmada, romantik ilişkilerin ilk sırada yer aldığı sonrasında ise sırasıyla; arkadaşlık, aile ve iş arkadaşlığının geldiğini gözlemlenmiştir. Bu da romantik ilişkilerin bireylerin yaşamının çok önemli bir parçası olduğunu göstermektedir.

Bireylerin özel yaşamını oluşturan romantik ilişkiler aynı zamanda kişilik özelliklerini de yansıttıkları ilişki çeşididir (Aydoğdu, 2010). Erikson (1968) bireylerin yaşamının her döneminde çözülmesi gereken karmaşalardan ve bu dönemlerden biri olan genç yetişkinlik dönemindeki kimlik gelişimine denk gelen yakınlığa karşı yalıtılmışlık karmaşasının sağlıklı kişilik özellikleri üzerinde etkili olduğundan bahsetmiştir. Genç yetişkinlerin yakınlık kurma becerileri, sağlam bir kişilik gelişimi gerektirdiği gibi kimliğinden emin olamayan gençler içinde çekinme duygusu ile daha fazla çaba harcama gerektireceğini belirtmiştir. Arnett (2004) (aktaran Uçar, 2014) beliren yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerin, sonraki yaşam evrelerinde ve gelecekteki eş seçiminde etkili olduğunu, aynı zamanda bu dönemi kötü giden ilişkilerin sonlandırıldığı ve farklı bir ilişki seçeneklerinin de olabileceğinin keşfedildiği bir dönem olarak ifade etmiştir. Buradan yola çıkarak gençlerin, ilişkiyi başlatma ve sürdürme gibi gelişim görevlerini bu dönemde öğrendikleri söylenebilir. Jose ve Novaco (2006) bireylerin yaşadıkları stresle baş etmelerinde etkili olan öz yeterliklerinin, başarılı ilişkiler kurma ve sürdürme üzerinde etkisinden bahsetmiştir. Costa ve McCrae (1992) (aktaran Aydoğdu, 2010) bireyler arasındaki ilişkileri, kişiler

arası faktörler ve kişilerin dışındaki faktörlerin etkilediğinden bahsetmiştir. İlişkilere yansıyan kişilerin dışındaki faktörleri bireylerin kişilik özellikleri oluşturur. Romantik ilişkiler üzerinde etkili olan kişilik özellikleri; bireylerin deneyimleri, tutumları, ilişkileri, duyguları, motivasyon tarzları olarak beş bileşenden oluşur. Bandura'ya (1986) göre sosyal çevre ve bilişsel süreçlerin etkileşimi ile oluşan kişilik özellikleri içinde yer alan benlik algısı, beklentiler ve öz yeterlik inancı bireylerin davranışları üzerinde etkilidir.

Alanyazın incelendiğinde genç yetişkinlerin öz yeterlik inancının, romantik ilişkileri başlatma, sürdürme, sağlıklı bir şekilde sonlandırma ve ilişkiden alınan doyum üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda romantik ilişki doyumunu ile öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişki farklı araştırmalarda, farklı değişkenlerle ele alınmıştır (Doğaner, 2014; Yıldırım, 2017; Uzun, 2018; Buğdaycı, 2018; Arslan, 2019). Fakat romantik ilişki doyumunu ile öz yeterliği aynı çalışma içerisinde ele alan araştırmalar oldukça sınırlıdır (Weiser & Weigel, 2016; Riggio vd., 2013; Gündüz & Karataş, 2020). Aron vd. (1995) romantik ilişki deneyimi yaşayan bireylerin, öz yeterlik inancında artış olduğu sonucunu rapor etmiştir. Bu da romantik ilişki doyumunun, kişilerin öz-yeterlik inancı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu düşündürmektedir. Yetişkinliğe geçiş sürecinde olan benzer yaşlardaki üniversite öğrencileri için partner seçebilecekleri bir ortamda bulunuyor olmak, romantik ilişkilere daha fazla yönelim getirmektedir.

Ülkemizde, romantik ilişki doyumunu farklı değişkenlerle ele alan birçok nicel araştırma bulunmaktadır. Örneklemeleri açısından incelendiğinde söz konusu araştırmaların daha çok üniversite öğrencileri üzerinde yapıldığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunun, evlilik öncesi ilişki algıları (Saraç, 2013) akılcı olmayan inançlar (Saraç, 2013; Sarı, 2008), gerçeği değerlendirme boyutları (Atılğan, 2020), benlik saygısı (Ulutaş, 2018; Soyer, 2019) kişilik özellikleri (Soyer, 2019; Kurt 2019), duygusal zekâ düzeyi (Özbiçer, 2013), aşka ilişkin tutumları (Budak, 2011), erken dönem uyumsuz şemalar (Batman Kavak, 2020), ilişki inançları (Hacıoğlu, 2019) ikili ilişkilerde mükemmeliyetçilik (Adaköy, 2019), bağlanma stilleri (Yavuz, 2018), öznel iyi oluş boyutları (Çelen Demirtaş, 2010) romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar (Tunç, 2015), ilişki geliştirme programları (Yalçın, 2010), aşk biçemleri (Türk & Yıldız, 2017) gibi konularla ele alındığı dikkat çekmektedir. Ancak ülkemizde üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerini farklı değişkenlerle ele alan nicel çalışmalarda, yaşam amaçlarının alt boyutları (Aydın, 2011), oyun eğitimi (Özdemir, 2019), İngilizceye yönelik tutum ve kaygı (Karagöl,

2015), stresle başa çıkma yöntemleri (Doğan Yatar, 2020), öz anlayış (Aşık, 2019), psikolojik sağlamlık (Can, 2018) konularının incelendiği görülse de romantik ilişki doyumu ile öz yeterliği birlikte ele alan çalışmalar (Gündüz & Karataş, 2020) oldukça sınırlıdır.

Üniversite yıllarına denk gelen ergenlikten ilk yetişkinliğe geçiş süreci, gençler için en karmaşık gelişim dönemlerinden biridir (Erikson, 1968). Bu yıllarda gençler, ailelerinden ayrılarak bağımsızlığa yönelim göstermektedir. Farklı bir şehirde eğitim hayatına başlayan öğrenciler, bireysel karar alma süreci içerisinde sosyal grubunu seçme, sorumluluklarını tek başına üstlenme gibi bazı güçlüklerle karşılaşmaktadır. Gençlerin karşılaştığı bu güçlükler farklı boyutlar içermektedir. Üniversite yıllarını kapsayan sorunlar toplumsal uyum, akademik ve mesleki problemler, anne-baba bağlılığı, memleketle özlem, aileye özlem, yurt problemi, çevreye uyum, depresyon, kaygı, nevrotik yönelim, karşı cins ile arkadaşlık kurmada zorluklar, kişilerarası ilişkilerde zorluklar olarak belirtilmiştir (Kutlu, 2004). Romantik ilişkiler, gençlerin psikososyal gelişimi ile kişilik gelişimi üzerinde önemli bir role sahiptir (Erikson, 1968). Bu yıllarda gençlerin yaşadığı romantik ilişki deneyimi, yetişkinlik dönemindeki ilişki kalitesini etkiler (Furman, 2002; Sabatelli, 1988, aktaran Koç, 2020).

Öğrencilerin sosyal, bilişsel ve duygusal değişimler yaşadığı bu dönem partnerleri ile yaşadıkları sorunlar ile psikolojik danışma merkezlerine başvuru yaptıkları en önemli yıllar olarak görülmektedir (Creasey vd., 1999). Üniversite danışma merkezlerinin incelendiği bir çalışmada (Erkan vd., 2011), öğrencilerin yaşadığı sorunlar üzerine yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Buna göre yurt dışında yapılan bir araştırmada, gençlerin %56'sının akademik sorunlar, %45.7'sinin duygusal sorunlar ile başvurduğu daha sonrasında sırasıyla mesleki sorunlar, ekonomik sorunlar, öğretmenle ilgili sorunlar, sağlık sorunları, öğrenme sorunları, ayrımcılık ve cinsel sorunlar yaşadıkları gözlemlenmiştir (Schweitzer, 1996, aktaran Erkan vd., 2011). Bu nedenle üniversite yıllarındaki romantik ilişkiler, araştırılması gereken en önemli konulardan biridir. Bu çalışmanın, literatüre bu bağlamda katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda çalışmanın, ilişki problemleri yaşayan danışanlarının sorunlarını tespit etmede psikolojik danışmanlık alanında çalışan uzmanlara yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın ana problemi, mevcut romantik ilişkisi bulunan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu düzeyleri ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bununla birlikte öğrencilerin romantik ilişki doyumu düzeylerinin bazı demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı,

ilişki süresi, iletişim kurma şekli, görüşme sıklığı değerlendirme) göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği de araştırılmaktadır. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

1. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu (a) cinsiyet (b) yaş (c) sınıf düzeyi (d) ailenin ilişkiye yaklaşımı (e) ilişki süresi (f) iletişim kurma şekli (g) görüşme sıklığını değerlendirme değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın ana amacı, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi ile romantik ilişkilerinden aldıkları doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmaktır. Ayrıca bu çalışmada öğrencilerin ilişki doyum düzeylerinin demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı, ilişki süresi, iletişim kurma şekli ve görüşme sıklığı değerlendirme) göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemekte çalışmanın amaçlarındandır. Bu nedenle araştırmanın sorularına göre aşağıdaki hipotezler test edilecektir.

H1.Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu (a) cinsiyet (b) yaş (c) sınıf düzeyi (d) ailenin ilişkiye yaklaşımı (e) ilişki süresi (f) iletişim kurma şekli (g) görüşme sıklığını değerlendirme değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

H2.Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmanın planlanıp yürütülmesinde, birtakım varsayımlar ve sınırlılıklarla hareket edilmiştir.

Bu araştırmanın varsayımları şu şekildedir;

1. Üniversite öğrencilerinin, romantik ilişki doyumu düzeylerinin belirlenmesinde; Hendrick (1988) tarafından geliştirilen, Curun tarafından 2001 yılında Türkçeye uyarlanan “İlişki Doyumu Ölçeği”nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.
2. Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ile ilgili olarak 1979 yılında Jerusalem ve Schwarzer tarafından geliştirilen, Aypay tarafından 2010 yılında

Türkçeye uyarlanan “Genel Öz Yeterlik Ölçeği”nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.

3. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, kendilerine uygulanan testleri, içtenlikle ve objektif olarak yanıtladığı varsayılmıştır.

Bu araştırmanın sınırlılıkları şu şekildedir;

1. Araştırmada elde edilecek bulgular; Mersin üniversitesi, Çağ üniversitesi ve Toros üniversitesinde 2020-2021 yılında eğitim gören ve romantik ilişkisi bulunan üniversite öğrencilerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile toplanacak verilerle sınırlıdır.
2. Araştırmada kullanılan “Romantik İlişki Doyumu” ve “Öz Yeterlik” kavramları çalışmada kullanılan ölçeklerin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
3. Araştırmadan elde edilecek bulgular; araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarının ulaşabildiği verilerle sınırlıdır.

Araştırmada konu olan temel kavramlara ait tanımlar şu şekildedir.

**Romantik ilişki:** İki tarafında gönüllü olduğu ve karşılıklı olarak birbirlerini kabul ettiği duygusal ilişki türüdür (Collins, 2003).

**İlişki doyumu:** Bireyin içinde bulunduğu romantik ilişkinin kalitesi konusunda yaptığı olumlu ya da olumsuz öznel değerlendirmelerdir (Hendrick & Hendrick, 1989).

**Öz yeterlik:** Bireylerin belli bir başarıya ulaşma konusunda kişisel yetenek ve kapasitesine inancı ile davranışlarını sergileme becerileridir (Bandura, 1986). Bireylerin bir performansı başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmek için gerekli olan davranışları yerine getirebilme potansiyeline ilişkin inancıdır. (Bandura, 1997)

### **Romantik İlişki Doyumu**

Bu çalışmada romantik ilişki doyumunun kuramsal çerçevesi, romantik ilişki ve ilişki doyumu olmak üzere iki farklı şekilde değerlendirilecektir.

### **Romantik İlişki**

Toplumsal bir varlık olan insanoğlu gelişmek, ihtiyaçlarını doyurmak ve varlığını sürdürebilmek için farklı kişilerle, farklı düzeylerde ve şekillerde ilişki kurma ihtiyacı hissetmekte; kurmakta olduğu ilişki düzeyleri aracılığıyla toplumsal yaşam düzeninin

bir parçası olabilmektedir (Kassin vd., 2013 aktaran Erol, 2020). Sosyal varlık olan insanlar için, çevresi ile ilişki geliştirmenin zorunluluk olması ile birlikte ilişki şekilleri yaşamı boyunca gelişim dönemleri içerisindeki ihtiyaçlarına göre değişmektedir (Erikson, 1968). Hendrick ve Hendrick (1989) çalışmalarında bireylerin niteliklerine de katkı sağlayan ilişkilerin, yakın ilişkiler olduğunu ifade etmişlerdir. Bireyler, duygusal ihtiyaçlarının da fizyolojik ihtiyaçları kadar önemli olması nedeniyle geliştirdiği yakın ilişkiler aracılığıyla bu ihtiyaçlarını gidermektedir. Stenberg'e (1986) göre arkadaş, aile, akraba ilişkileri de yakın ilişkiler kapsamına girmektedir. Bireylerin anne ile başlayan ilişkileri; aile, arkadaş gibi yakın ilişkiler şeklinde devam etmektedir. Yakın ilişkiler yerini ergenlik döneminden yetişkinlik dönemine geçiş sürecinde romantik ilişkilere bırakmaktadır. Ergenler, çocukluk döneminin getirdiği bağımlılıktan ergenlik yıllarının getirdiği bağımsızlık yönelimine geçişte karşı cinsle arkadaşlık kurma ile kimlik denemeleri çabası içerisinde. Ergenlik yıllarının ilk romantik ilişki denemeleri flörttür. Bu da kimlik oluşumunda ve karar verme sürecinde önemli bir etkidir. Ergenlik dönemi romantik ilişkileri grup olarak yapılan etkinliklerle gerçekleşirken beliren yetişkinlikte bu durum duygusal ve fiziksel yakınlığa geçiş sürecindedir (Casper & Bianchi, 2002; Arnett, 2000, aktaran Atak & Taştan, 2012). Furman ve Buhrmester (1992) üniversite yıllarında yaşanan romantik ilişkilerin bireylerin sosyal yaşam ve sosyal gelişimi üzerinde oldukça önemli olduğundan bahsetmektedir.

Collins'e (2003) göre romantik ilişkiler, uzun yıllar boyunca bireylerin mahremiyeti olarak düşünülmüş ve buna benzer yanlış inanışlar sebebiyle bilim insanları tarafından araştırmaya gerek görülmemiş ancak bu durum son yirmi yılda değişmiştir. Collins, romantik ilişkilerde karşılıklı gönüllülük esası olduğundan ve yoğun sevgi ifadeleri içerdiğinden bahsetmiştir. Aynı zamanda romantik ilişkilerin; katılım, eş seçimi, ilişki içeriği, ilişki kalitesi, bilişsel ve duygusal süreçlerinin olduğu beş bileşenden oluştuğunu belirtmiştir. Katılım; flörtün başlama yaşı, yoğunluğu ile flört içerisinde var olup olmama durumunu ifade etmektedir. Eş seçimi, gençlerin romantik ilişkiyi tecrübe ettiği kişi olarak anlamlandırılır. İlişki içeriği, romantik ilişki yaşanan partner ile geçirilen zaman ve etkinlikleri içerir. İlişki kalitesi, yararlı deneyimlerin ifade edildiği bileşendir. Bilişsel ve duygusal süreçleri ise ilişkinin türü, her bir partnerin algıları, şemaları, beklentileri, diğer partnere ve ilişkiye yapılan atıflar oluşturmaktadır.

Literatüre bakıldığında romantik ilişkiler, birçok kuramda kapsamlı olarak yer almaktadır. Bu çalışmanın teorik zeminine katkı sağlayacağı düşünülen bazı kuramlardan (Erikson'un psikososyal gelişim kuramı, Sullivan kişilerarası gelişim

kuramı, Bowlby'nin bağlanma kuramı, Furman ve Wehner'in romantik ilişki gelişim kuramı, Brown'un romantik ilişki gelişim kuramı, Romantik yakınlık kuramı, Sternberg'in üçgen aşk kuramı, Lee'nin aşk biçimleri kuramı) aşağıda kısaca bahsedilmiştir.

### **Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı**

Erikson (1968) psikososyal gelişim kuramını oluştururken, Freud'un çocukluk ve psikoseksüel etkileşime ağırlık veren psikanalitik kuramından yola çıkarak bireylerin gelişiminde psikososyal etkileşimin de önemli olduğundan bahsetmiştir. Erikson (1968) psikososyal gelişim kuramında, sosyal gelişim ile birlikte kimlik gelişim aşamalarını yaşamın bütün dönemlerini kapsayan sekiz evrede değerlendirmiştir. Bireylerin yaşamının tüm dönemini içeren her gelişim evresi, kendine özgü çözülmesi gereken bir kriz içermektedir. Bireyler sırasıyla yaşadığı her dönemin içindeki bu krizler sonrasında kişilik gelişiminde nitelik kazanmaktadır. Kriz döneminin olumlu ve olumsuz olarak iki yönlü çıktısı vardır. Bu dönemler egonun baskın yönünü oluşturması nedeniyle sağlıklı kimlik gelişimi açısından pozitif nitelikli ve yapıcı sonuçlanmalıdır. Psikososyal gelişim kuramı içerisinde yer alan iki evre, bireylerin romantik ilişkilerini kurup sürdürebilmesi açısından oldukça önemlidir. Bu evreler, gençlerin kimlik gelişim görevi üzerinde etkili olan 12 ile 21 yaş aralığında, geç ergenlik dönemine denk gelen kimliğe karşı rol karışıklığı ile 21 ile 30 yaş aralığında, genç yetişkinlik dönemine denk gelen yakınlığa karşı yalıtılmışlıktır.

Erikson (1968) genç bireylerin kendi kimliğini oluşturmak, karşı cinsle yakınlık kurarak ilişki becerilerini geliştirmek ve cinsel dürtüleri ile sağlıklı baş etmek gibi üç gelişim görevini, romantik ilişkiler ile yerine getirdiğinden bahsetmiştir. Bireyler yalnızlık ve yalıtılmışlık duygusundan yakın ilişkileri sayesinde kurtulmaktadır.

### **Sullivan'ın Kişiler Arası Gelişim Kuramı**

Sullivan (1953) (aktaran Gülden, 2011) bireylerin sosyal yönünü ele aldığı gelişim kuramında yedi evreden söz etmiştir. Bu evrelerde bireyler, bebeklikten yetişkinlik dönemine kadar gelişimsel ilerleme gösterirken biyolojik özellikleri dışında sosyal koşullarının da etkili olduğunu belirtmiştir. Burger (2006) birbirinden farklı kültürel özelliklere sahip çocuklarda görülen gelişim evrelerinin, yaşlarının biyolojik özellikleri ile içinde buldukları koşullara göre şekillendiğinden bahsetmiştir.

Sullivan, kuramında ergenlik ve yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerin gençlerin gelişim görevi ile kimlik gelişimi açısından öneminden bahsederek, bu tür ilişkilerin ilerleyen yaşlarda kurulacak ilişkileri üzerindeki etkisini de savunmuştur. Bu nedenle ergenlik ve yetişkinlik dönemi ilişkilerine geniş ölçü de yer vermiştir. Sullivan'a (1953) göre ergenler yakınlık ihtiyaçlarını ve sosyal ihtiyaçlarını akranları ile arkadaşlık kurarak gidermektedir. Bu ilişkileri ile sevgi, yakınlık, empati, güvenlik, eşit ilişki ve doyum ihtiyaçlarını gidermektedir. Ergenlikte kurulan ilişkiler ve sosyal çevre ile etkileşim bireyin bir sonraki gelişim dönemi için belirleyici olmaktadır. Aynı zamanda yakın ilişki başlatma ve sürdürme becerisi de yetişkinlik dönemi için hazırlık ölçüsüdür (Sullivan, 1953, aktaran Gülden, 2011; Aydoğdu, 2010).

### **Bowlby'nin Bağlanma Kuramı**

Çocukluk ve yetişkinlikteki ilişkileri, açıklamaya yönelik önemli kuramlardan biridir. Ainsworth ve Bowlby (1991) kuramın öncüleridir. Bowlby'e (1973) göre (aktaran Nemlioğlu, 2011) her birey, psikososyal gelişimini etkileyen duygusal bağ ihtiyacıdır. Bebeklerin doğası gereği ilişkiye ihtiyaç duyduğunu ve ilk bakım vereni ile arasında duygusal bağ oluşturduğundan bahsetmektedir. Bebeğin ihtiyaç duyduğu duygusal bağ ile yakınlık arayışına karşılık bakım verenin sunduğu ortamın güvenli, korumacı ve rahat olması önemlidir. Bakım veren ile güvenli bağlanma gerçekleştirebilen bebekler hem kendi benliklerine hem de başkalarına karşı olumlu bilişsel şemalar gösterirler. Bakım vereni ile tutarsız ilişki geliştiren bebeklerde ise bu durum olumsuz bilişsel şemalarla sonuçlanır.

Hazan vd., (1988) (aktaran Nemlioğlu, 2011) yaptıkları çalışmalarla Ainsworth'un (1968) geliştirdiği güvenli, kaçınan, kaygılı-kararsız bağlanma stillerini bireylerin romantik ilişkilerine uyarlamışlardır. Bu çalışmaya göre güvenli bağlanma stiline sahip olan yetişkinlerin kolaylıkla yakın ilişki kurabilen ve ilişkiden tatmin olan bireyler olurken, kaçınan bağlanma stiline sahip olanların yakın ilişki kuramadıkları, kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip olanların ise terk edileceğinden endişe duydukları gözlenmiştir.

### **Furman ve Wehner'in Romantik İlişki Gelişim Kuramı**

Furman ve Wehner (1994) romantik ilişkilerde, bağlanma kuramı ile Neo-Sullivan kuramından yola çıkarak davranış sistemleri kavramsallaştırılmasını, ilişkilerin gelişimsel değişikliğini içeren yeni bir kuramsal çerçeveyi, yeni bir yayın içerisinde sunmuşlardır (Furman & Wehner, 1997). Furman ve Wehner'e (1997) göre romantik



ilişkiler de sistematik olarak duygusal yakınlık, bağlanma, cinsel davranış ve bakım bulunmaktadır. İlişki geliştikçe hiyerarşik olarak bu bileşenler daha fazla önem kazanacaktır. Romantik eşe daha fazla yönelme olacaktır. Davranış sistemleri kavramsallaştırması yaklaşımına göre bireyler romantik ilişkilerinde destek sağlamak, bakım vermek, arkadaşlık kurmak, konfor desteği sağlamak, eşlik etmek, karşılıklılık, fedakârlık, işbirliği ve cinsel doyum sağlamak gibi ihtiyaçlarını karşılayacak bir eş figürüne yönelebilir. Furman ve Wehner'e (1997) göre ergenlik dönemi romantik ilişkilerinde karşı cinsle etkileşimin nasıl kurulduğu merak konusudur. Yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerde ise duygusallık, bağlanma ve cinsel etkileşim öğrenilmektedir.

### **Brown'un Romantik İlişki Gelişim Kuramı**

Brown (1999) (aktaran Alakuş, 2020) romantik ilişkilerin gelişimini dört evrede ele almıştır. Bunlar başlangıç, statü, duygusal yakınlık ve bağlanma evreleridir. Başlangıç evresinde bireyler güven oluşumu ve kişilik gelişimi için romantik ilişki deneyimleme ihtiyacı hissetmektedir. Bu nedenle ilk evre olan başlangıç evresi, karşı cinsi keşfetme ile kişilik gelişimi evresidir. İkinci evrede yer alan statü evresi, bireylerin gelişimi açısından oldukça önemlidir. Akran grupları ve toplum tarafından statü kazanacağına inanan bireyler romantik ilişki sürecine girerken yanlış partner seçiminde de bulunabilir. Bu da içinde bulunduğu ilişkiden doyum almasına engel oluşturabilir. Üçüncü evre olan duygusal yakınlık, bireyler için partnerini özel bir karakter şekline getirmektir. Bağlanma evresi ise son evre olup duygusallığın yoğun olduğu ve bağlanma davranışlarının görüldüğü evredir. Çiftler ayrı bir kimlik geliştirmede zorlanabilirler. Bu nedenle romantik ilişki içerisinde kendi kimliklerini korumaları gerekir.

### **Romantik Yakınlık Kuramı**

Moss ve Schwebel'in (1993) (aktaran Atak & Taştan, 2012) geliştirdiği romantik yakınlık kuramına göre bireylerin sosyal gelişimleri, fiziksel sağlıkları ve kendilerini ifade edebilme şekilleri, yakın ilişkilerinden etkilenmektedir. Bunun yanı sıra arkadaşlık ilişkilerinde, evlilik seçimlerinde, psikoterapi sağaltımında ve gelişimin sağlıklı oluşmasında yakın ilişkiler tamamlayıcı olmaktadır. Moss ve Schwebel (1993) romantik yakınlığı oluşturan beş bileşenin tamamının ilişkide bulunması halinde ideal ilişki olabileceğini belirtmiştir. Bu bileşenler duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel

yakınlık, bağıllık ve karşılıklıdır. Romantik yakınlık kuramında aşk yakınlık ile ele alınırken, çiftlere huzur veren ilişkinin de aşk üzerine kurulu romantik ilişkiler olduğu belirtilmiştir.

Moss ve Schwebel'e (1993) göre üniversite dönemi gençler için akademik yaşantısı dışında sosyal yaşantılarına da uyum sağlama sürecidir. Gençlerin sosyal gelişimi ve aktivitelere katılımı üzerinde romantik ilişkilerin etkisi vardır

### **Sternberg'in Üçgen Aşk Kuramı**

Stenberg'in (1986) geliştirdiği üçgen aşk kuramı yakın ilişkileri, üçgenin üç köşesi üzerinden açıklayarak üç bileşenden bahsetmiştir. Sternberg'e (1986) göre yakınlık, bağıllık ve tutku romantik ilişki bileşenleridir. Yakınlık; duygusal ve bilişsel yakınlığa, bağıllık; sevgi, samimiyet ve iletişime, tutku; cinsel ve fiziksel çekime denk gelmektedir.

Sternberg (1986) sevgi üzerine kurulu ilişkileri sekiz farklı tür üzerinden değerlendirmiştir. Bu sevgi türlerini açıklamak gerekirse;

1. Hoşlanma/Beğeni: Bu sevgi türü, yakınlık ve sıcaklığın olmasına rağmen tutku ve bağlanmanın olmadığı türdür.
2. Çılgınca Aşk: "İlk görüşte aşk" sınıfına giren sevgi türüdür. Fiziksel ve bilişsel olarak uyarılan kişinin hayal ettiği aşkı karşı cinse uyarlamasıdır.
3. Boş Aşk: Yakınlık ve tutku olmamasına rağmen sevginin diğer kişiye uzun süre devam ettirilmesidir.
4. Romantik Aşk: Çiftlerin birbirine çekici gelmesinin yanı sıra fiziksel ve duygusal ilgi duyduğu sevgi türüdür.
5. Arkadaşça Aşk: Bu sevgi türünde uzun süreli arkadaşlık ilişkisi bulunmaktadır. Romantizm aşkının uzun süre sonra arkadaşlık ilişkisine dönme durumu söz konusudur. Tutkunun yerini uzun süre sonra bağıllık almaktadır.
6. Aptalca Aşk: Kısa süre içinde evlilikle sonuçlanan tutkuya dayalı sevgi türüdür. Zamanla tutkunun yerini bağıllık almaktadır. Bağlılığın zamanla derinlik kazandığı bu sevgi türünde tutkunun azalması çiftlerde bir süre sonra hayal kırıklığına neden olmaktadır.
7. Mükemmel Aşk: İçerisinde yakınlık, tutku ve bağlanmanın bulunduğu sevgi türüdür. Her bireyin yaşamak istediği bir türdür.

8. Aşksızlık: Üç bileşeni içinde bulundurmeyen türdür. Arkadaşlık dahi içermeyen zorunlu ilişki türüdür.

### **Lee'nin Aşk Biçemleri Kuramı**

Lee'nin (1974, 1988) (aktaran Türk & Yıldız, 2017) aşk biçemleri kuramında, doğada bulunan üç temel renk olan sarı, mavi, kırmızı renklerin analogisinden yola çıkarak aşk biçemlerini üç temel bileşen olarak değerlendirmektedir. Buna göre tutkulu aşk, oyun gibi aşk ve arkadaşça aşk temel aşk biçemleridir. Tutkulu aşk, fiziksel ve cinsel çekimin ön planda olduğu bileşendir. Oyun gibi aşk; hazzın ve çok eşliliğin ön planda olduğu, aldatmanın oyunun bir parçası olarak kabul edildiği yakınlık ve bağlılığın olmadığı türdür. Arkadaşça aşk, ortaklaşma ve paylaşma ile birlikte tutkununda ön planda olduğu bir aşk türüdür.

Kuramda yer alan diğer bir tür olan ara biçemler, üç temel aşk biçemlerinin birbirleri ile olan bileşimlerinden oluşmaktadır. Buna göre mantıklı aşk, sahiplenici aşk ve özgeci aşk ara biçemlerdir. Oyun gibi aşk ile tutkulu aşk bileşiminden oluşan ara bileşen mantıklı aşk biçemidir ve çiftler ortak ruh ile denklik arayışı içindedirler. Kıskançlık, kaybetme korkusu ve güvensizliği içeren sahiplenici aşk; tutkulu aşk ve oyun gibi aşkın bileşimidir. Özgeci aşk ise arkadaşça aşk ile tutkulu aşkın bileşimidir. Özgeci aşka göre çiftler oldukça sevecen ve fedakârdır. Birbirlerinin kusurlarını ve olumsuz yönlerini görmezden gelmektedirler.

Watts ve Sterner'e (2005) göre Lee, aşk biçemlerinin toplumsal yaşam düzeni doğrultusunda oluştuğu ve kişilik özelliklerini yansıtmadığı düşüncesindedir. Fakat son noktada Hendrick ve Hendrick (1986) biçemlerin esnek tutumlar ve kişilik özelliklerinden etkilendiğini belirtmiştir. Türk ve Yıldız'a (2017) göre biçemlere sahip olan aşk, çiftlerin duygularını ve ilişki doyumlarını etkilemektedir.

### **İlişki Doyumu**

Romantik ilişkilerin sağlıklı olmasını sağlayan dinamiklerden biri de yaşanan romantik ilişkideki doyum düzeyidir. İstikrarlı bir ilişki ve mutluluk düzeyinin sağlanması doyum alınan ilişkilerle mümkündür (Stackert & Bursik, 2003; Sullivan & Schwebel, 1995; Metts & Cupach, 1990, aktaran Saraç vd., 2015). Günümüze kadar yapılan birçok araştırma da ilişki doyumunu etkileyen faktörler belirlenmiştir. Bunlardan bazıları, problem çözme becerisi (Metis & Cupach, 1990), akılcı olmayan inanışlar (Sarı, 2008), kişilik özellikleri (Soyer, 2019)dir. Literatüre bakıldığında ilişki

doyumunun, kişilerin fiziksel sağlığından yaşam doyumuna kadar birçok alanda etkili olduğu görülmektedir (Guerrero vd., 2011, aktaran Çaykuş, 2020). Hendrick vd. (1988) göre ilişkinin devam edip etmeyeceği konusunda barometre görevi gören doyum aynı zamanda ilişkinin kalitesi ile ilgilidir. Fincham vd. (2018) (aktaran Güleç, 2020) kişilerin destek, yaşam boyu yalnız olmama ve bağlılık gibi ihtiyaçlarını karşılayan romantik ilişkilerde zamanla bu ihtiyaçların azalması ve ilişki doyumunu olumsuz etkilemesi ilişkinin son dönemlerinin bir işaretidir. Aynı zamanda romantik ilişki yolunda gitmediği zaman fiziksel ve ruhsal açıdan sağlık sorunlarına neden olabilmektedir (Erikson, 1968). Genç bireylerin romantik ilişkilerindeki tutkunun zamanla daha az azaldığını gözlenmiştir. Bunun nedeni genç bireylerin birlikte zaman geçirmeleri, birbirlerini önemsemeleri, çatışmaları birlikte çözmeleri ve kararları beraber almalarıdır (Toba, 2010; Kail & Cavanuagh, 2015, aktaran Satıcı, 2018). Bu nedenle genç bireylerin kaliteli ilişki yaşamak (Fincham & Beach, 2006) ile ilişkiyi uzun süreli yaşamak (Knee, 1998) amacıyla ilişkilerinde doyum ihtiyacı artmaktadır.

İlişki sağlığını ve gelişimini etkileyen ilişki doyumunu birçok araştırmacı tarafından tanımlanmıştır. Sabatelli (1988) ilişki doyumunun ilişkinin niteliği, uyumu ve istikrarı ile eşdeğer olduğunu söyleyerek, bu kavramı çiftlerin davranışı ile kişilerin beklentileri olarak tanımlamıştır. İlişki doyumunu, ilişki içindeki kişilerin hem partnerine hem de ilişkisine karşı olumlu duygulara ilişkin değerlendirmesidir (Rusbult & Buunk, 1993). Hendrick vd.'e (1988) göre bireylerin ilişki içerisindeki duygu, düşünce ya da davranışlarını etkileyen ilişki doyumunu aynı zamanda kendini açma, bağlılık sorunları, sevgi duyguları, cinsel tutum ve ilişki yatırımı ile de ilişkilidir. Lee'ye (1988) göre aşk biçimleri ilişki doyumları ile birebir ilgilidir. Aynı aşk biçimine sahip çiftler sorunlarına aynı tarzda çözüm üretirken, benzer değişkenler üzerinde birbirlerine benzer davranışlar geliştirmektedir. Bu nedenle aynı aşk biçimine sahip çiftler ilişkilerinden daha çok doyum almaktadır.

Fincham ve Beach'a (2006) göre romantik ilişkilerde olması gereken bazı temel maddeler, ilişki doyumunu sağlamaktadır.

**Empati ve iletişim:** Çiftlerin kendini ifade edebilmesi ve iletişim kurması, ilişkilerinin sürdürülebilmesi ile ilişkiden alınan doyumunu sağlayacaktır.

**Kendini açma:** Çiftlerin ilişkiden beklentilerini, duygularını ve düşüncelerini paylaşması güven ve yakınlık açısından önemlidir. Bu nedenle ilişkiden alınan doyum artacaktır.

İdealizasyon: İdealize edilmek, ilişki doyumunu artıracaktır. İdealize edilen birey için doyumun artması ilişkiyi daha elzem hale getirecektir.

Çatışma yöntemi: İlişki içerisindeki sorunlarla başa çıkma, çözüm yolu ve yaklaşım tarzı ilişki doyumunu alımında önemlidir.

Kabul/Red edilmek: İlişki doyumunu alımında çiftlerin önemsenmesi, artı ve eksi yönleri ile kabul edilmesi önemlidir.

Sosyal destek: Çiftlerin zor döneminde destek alması kaygı, stres ve depresyon gibi durumu da ortadan kaldıracak gibi ilişki doyumunu açısından da önemlidir.

Beklentilerin uyumu: Çiftler ilişkilerinde yalnızlık, yakınlık ve ait olma gibi ihtiyaçlarını tatmin etmek ister. Deneyimler çiftlerdeki beklentileri belirler ve bu beklentiler karşılandıkça ilişki doyumunu artırır.

Ortak değerler: Politik, dini değer gibi ortak değerlerin aynı olması ilişki doyumunun artışında etkilidir.

Fincham ve Beach'e (2006) göre "ilişkide başarı", "ilişki kalitesi", "ilişkide uyum" ve "mutluluk" kavramları romantik ilişki doyumunu yerine bir süre kullanılmıştır. Günümüzde ise bu kavram "romantik ilişki doyumunu" olarak son halini almıştır.

İlişki doyumunun temeli, Thibaut & Kelley 'nin 1959 yılında geliştirdikleri etkileşim kuramına dayanmaktadır.

Thibaut ve Kelley 'nin etkileşim kuramına kısaca değinmek gerekirse;

Thibaut ve Kelley'nin 1959 yılında gerçekleştirdiği bu kuramın temelinde romantik ilişkileri kurma, sürdürme ve sonlandırma model olarak alınmıştır (Hovardaoğlu, 1996, aktaran Günay, 2007).

Sayıtlılara dayanan bu kuramın ilk ele aldığı konu ilişkilerdeki haz ve elem güdüsü olmuştur. İnsanların temel güdüsünün hazzı artırmak, elemden kaçmak olduğunu ifade eden kuramda haz ve doyum ödül, elem ise bedel olarak değerlendirilmiştir. Çiftlerin yüksek ödül, düşük bedel yaşadığı ilişkileri devam ettirdikleri gözlenmiştir. Kuramın yordamalarına göre ödül ile bedel arasındaki fark ilişki üzerinde etkilidir. Bireyler bu fark pozitif olduğunda ilişkiyi sürdürme, negatif olduğunda ise ilişkiyi sonlandırma veya değiştirme eğilimindedirler. Ödül ve bedelin sonucunu etkileyen iki temel bileşen, dışsal faktörler ile ilişkideki kendine özgü faktörlerdir. Dışsal faktörleri; partnerin çekicilik düzeyi ile bireyin değerleri ve ihtiyaçları oluştururken, kendine özgü faktörleri; çiftlerin birbirleri ile etkileşimleri ve çatışma durumlarının olup olmaması oluşturmaktadır. Kuramın üzerinde önemle durduğu ikinci temeli, işbirliği ve rekabet kavramlarına dayanmaktadır. İşbirliği kavramı, eşlerin kendi ödülünün yanı sıra

partnerinin ödülünü de yükseltme eğilimini ifade etmektedir. Rekabet kavramı ise, eşlerin kendi ödülünü artırırken, partnerinin bedelini artırma eğilimidir. Kuramda yer alan üçüncü temel kavram güç kontrolüdür. Eşlerin farklı derecede geliştirdiği bağımlılıklar, güç kontrolü üzerinde etkilidir. Eşlerden biri gereksinimlerini ilişki dışında başka bir yerden karşılıyorsa, ilişkide kontrolü elinde tutmaktadır. Diğer eş bu durumda bağımlı olan bireydir. Thibaut ve Kelley 'e (1959) göre davranış kontrolü, kader kontrolü ve karşılıklı bağımlılık ilişkisinden oluşan üç bileşen ilişkiler üzerindeki güç türleridir. Kontrolü elinde tutan bireyin, partnerine ödülünü yükseltip, bedelini azaltma seçeneği sunması davranış kontrolüdür. Bireyin ödül bedel kontrolünü partnerine sunmadan tamamen elinde tutması kader kontrolüdür. Karşılıklı bağımlılık örüntüsü ise, çiftlerin ödül bedel konularını kendilerinin belirlemesidir.

Etkileşim kuramının ilişkileri değerlendirme ve yordama konusuna kısaca değinecek olursak;

Etkileşim kuramına göre ilişki doyum düzeyi değerlendirmede en önemli faktör karşılaştırmalardır. Thibaut ve Kelley'e (1959) göre bireylerin ilişkiden aldıkları doyumun düzeyi iki standart ile değerlendirilmektedir. Bu iki standart, karşılaştırma düzeyi ile ( $KD$ ), seçenekler için karşılaştırma düzeyi ( $KD_{sec}$ ) temsil eder. Karşılaştırmalarda  $KD$ , ilişkiden elde edilen doyum doyumsuzluk düzeyinin nötr noktası olarak ifade edilmiştir. Nötr noktası üzerine çıkan puanlar çiftlerin doyum sağladığını ifade ederken aşağıda kalan puanlar, doyum sağlanamayan ilişki olarak değerlendirilir. İlişkide en düşük doyum düzeyi  $KD_{sec}$  olarak adlandırılmıştır. Kurama göre, ilişkiden elde edilen puan  $KD_{sec}$ 'nin altında kaldığında birey ilişkiyi sonlandırma yoluna gidecektir.

### **Öz Yeterlik**

Bu çalışmada öz yeterlik kavramı, kuramsal çerçevesi, oluşum süreci, Öz yeterlik kavramı boyutları ve karıştırılan kavramlar ile birlikte değerlendirilmiştir.

### **Sosyal Öğrenme Kuramı ile Öz Yeterlik Kavramının Oluşum Süreci**

Sosyal öğrenme kavramı olarak 1947'de J. Rotter tarafından kullanılmıştır (Bayrakçı, 2007). Sosyal öğrenme içerisinde yer alan gözlem yoluyla öğrenme, ilk kaynak olarak Yunanlılarda Plato ve Aristo'ya kadar gitmektedir. Bu dönemde eğitim, bireylerin diğer en iyi kişileri model olarak almasının öğrencilere sunulmasıdır. Gözlem yoluyla öğrenme, yüzyıllarca ciddiye alınmayarak onun yerine bireylerin doğal olarak

geliştirdiği taklit olduğu varsayılmıştır. Gözlem yoluyla öğrenmenin ilk deneysel çalışmaları, 1898’de Edward I. Thorndike tarafından yapılmıştır. Thorndike (1898) gözlem yoluyla öğrenme deneyini ilk olarak kedi üzerinde yapmıştır. Çalışma, iki kedi üzerinden yürütülmüştür. Bulmaca kutusundan nasıl çıkacağını öncesinde öğrenen birinci kediye bulmaca kutusuna koymuştur. İkinci kediye de yanına yerleştirmiştir. İkinci kedinin kutudaki birinci kediye gözleyerek kaçma tepkisi vereceğini düşünmüştür. Fakat birinci kedi kutudan çıktıktan sonra, onu gözlemleyen ikinci kediye kutuya yerleştirdiğinde kaçma tepkisi vermediğini görmüştür. Bu deneyi daha sonrasında civciv, köpek ve maymun gibi hayvanlar üzerinde de yaparak aynı sonuçları elde etmiştir. Bu nedenle gözlem yoluyla öğrenme hipotez olarak doğrulanamamıştır. Fakat Dollard ve Miller’ın 1941 yılında yayımladıkları ‘Sosyal öğrenme ve taklit’ adlı çalışmasından sonra gözlem yoluyla öğrenme tekrar gündeme gelmiştir. Dollard ve Miller (1941) bu çalışmalarında gözlem yoluyla öğrenmenin, taklit öğrenmesinin pekiştirilmiş hali olduğundan bahsetmiştir (Olson & Hergenhahn, 2016).

Bandura 1960’lı yıllarda Dollard ve Miller’ın (1941) “Sosyal Öğrenme ve Taklit” adlı çalışmasından ve davranışçı kalıplardan esinlenerek ve taklit yoluyla öğrenmeye karşı çıkarak kendi kuramını geliştirmiş ve öğrenmede bilişsel süreçlerinde etkisini ortaya koymuştur (Senemoğlu, 2013; Olson & Hergenhahn, 2016). Bandura gözlem yolu ile öğrenmenin içeriğinde taklit’in hem olabileceği hem de olmayabileceğini savunarak ve bir aracın yolda çukura girdiğini gören kişinin, hasar almamak için bu davranışı göstermediği yönünde örneklendirerek bu iki kavramı birbirinden ayırmıştır. Gözlem yoluyla öğrenmeyi Bandura, yarar sağlayacağımız bilişsel bilgi olarak açıklamıştır (Olson & Hergenhahn, 2016).

### **Bandura ve Pekiştirme ile İlgili Deneysel Gözlemler**

1965 yılında Bandura performans ve öğrenme ayrımını ortaya koymak için çocuklar üzerinde bir araştırma yapmıştır. Bu deneysel araştırma da çocuklara, saldırgan davranışlar gösteren bir yetişkin modelin olduğu film izletilmiştir. Bu çocuklar üç gruba ayrılmıştır. Birinci grup saldırganlığın pekiştirildiğini, ikinci grup saldırgan davranış gösteren modelin cezalandırıldığını, üçüncü grup ise saldırgan davranışı gösteren modelin nötr sonuç aldığını gözlemlemiştir. Tüm grupların oyuncak bebek üzerindeki saldırganlıkları ölçülmek üzere gözlemlenmiştir. Saldırgan davranışının pekiştirildiğini gözlemleyen birinci grup çok saldırgan, model davranışının cezalandırıldığını gören ikinci grup az saldırgan, nötr sonuçlandığını gören üçüncü grubun ise iki grup arasında

bir saldırganlık gösterdiği gözlemlenmiştir. Bu deneyde dolaylı pekiştirme saldırgan davranışı arttırmış, dolaylı ceza ise azaltmıştır (Olson & Hergenhahn, 2016). Bandura'ya göre performans ve öğrenme üzerinde etkili olan dolaylı yaşantılardır. Dolaylı yaşantıları dolaylı pekiştirme, dolaylı güdülenme, dolaylı ceza ve dolaylı duygu olarak dört şekilde betimlemiştir (Senemoğlu, 2013; Altun & Çolak, 2011).

**Dolaylı Pekiştirme:** Modelin davranışının pekiştirildiği veya ödüllendirildiğini gören gözlemcinin davranışı yapma konusunda güdülendiği ve davranışı gösterme eğiliminin artması olarak tanımlanabilir.

**Dolaylı güdülenme:** Gözlemcinin o davranışı yapma konusundaki inancıdır. Diğer kişilerin başarı durumlarını gözlemleyerek kendisi hakkındaki inancını oluşturur.

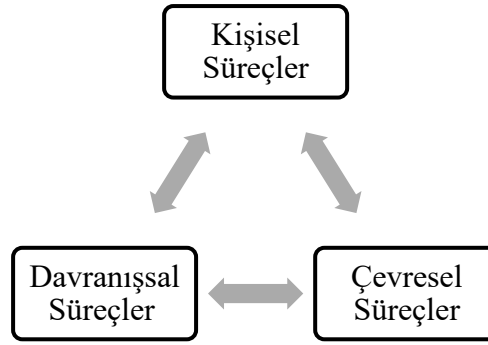
**Dolaylı ceza:** Model davranışlarının cezalandırılması ile gözlemcinin davranışı gösterme eğiliminin azalması olarak ifade edilmektedir.

**Dolaylı duygu:** İnsanlar genellikle gözlemleyerek duyguyu kazanırlar. Bireyler duygularının çoğunu, diğer bireyleri gözlemleyerek öğrenirler.

### **Bandura ve Karşılıklı Belirleyicilik İlkesi**

Psikolojideki temel sorulardan biri olan 'İnsanlar neden böyle davranıyor?' sorusuna Bandura'nın verdiği yanıt "bireyin davranışı ile çevre faktörü, bireyin bir sonraki davranışı üzerinde etkilidir" şeklindedir. Bandura'ya (1986) göre insan davranışı üç bileşenden oluşur. Bu bileşenler kişi, davranışı ve çevre'dir. Bandura, insan davranışının çevre ve kişiyi etkilediğini, çevrenin ise davranış ve kişiyi etkilediğini karşılıklı belirleyicilik ilkesi olarak adlandırmıştır. Kısaca, Bandura bu ilkesinde üç bileşenin etkileşim halinde olduğunu belirtmektedir (Olson & Hergenhahn, 2016). Bireylerin eylem ve düşüncelerinde belirleyici olan bu üç bileşen Şekil 1'de sunulmuştur (Bandura, 1977; Schunk, 1989; Major, 2016; Schunk & DiBenedetto, 2016, aktaran Demirci, 2021).





**Şekil 1.** *Karşılıklı Belirleyicilik Modeli*

Karşılıklı belirleyicilik kavramının temel yapısını oluşturan üç bileşenin etkileşiminin sonucunda bireyin bilişsel, duygusal ve biyolojik faktörleri de etkileşim halindedir. Sosyal varlık olan bireyler kendi çevrelerinin ve kültürlerinin ürünleri ve üreticileridir (Pajaras, 1996, aktaran Gençtürk, 2008).

### **Bandura ve Davranışın Öz Düzenlemesi İlkesi**

Bandura (1977) İnsan davranışlarının sadece ödül ve ceza olarak belirlenmesinin insanlarda o anki etki ile rüzgâr gülü gibi sürekli olarak farklı yönde hareket edeceğini belirtmiştir. İnsanın anlık davranışını ödül veya ceza kontrol etmiyorsa bunun açıklamasını öz düzenleme davranışı ile ilişkili olabileceğini belirtmiştir. İnsanların öz düzenlendirmelerinin temelini dolaylı veya doğrudan yaptığı performans standartları belirlemektedir. Bireylerin standartları, değer verdiği kişiler tarafından övgü ile karşılandığında yüksek değerle pekiştirilmesi doğrudan oluşan deneyimi, gözlemleyerek pekiştirilmesi ise dolaylı oluşan deneyimi olarak ifade edilmiştir (Olson & Hergenhahn, 2016).

Bandura (1977)'ya göre kişilerin öz düzenlemelerindeki içsel pekiştirmenin, dışsal pekiştirmeden daha etkili olduğudur. Öz düzenlemenin temeli olan, kişilerin performans standartlarının içselleştirilmesi 'algılanan öz yeterlik' kavramıdır. Algılanan öz yeterlik ise kişilerin kendi yeteneklerine dair inanç sistemidir (Olson & Hergenhahn, 2016).

### **Öz Yeterlik Kavramı**

Öz yeterlik kavramı, ilk olarak 1977 yılında Sosyal Öğrenme Kuramı (Bandura, 1977), ardından Sosyal Bilişsel Kuram (Bandura, 1986) içerisinde yer almıştır. Bandura'nın kuramında orijinali 'Self-Efficacy' olan kavramın, ülkemizde yapılan

birçok araştırmada farklı çevirilerle karşımıza çıktığı görülmektedir. Öz yeterlik kavramı bazı çalışmalarda öz yeterlik (Uysal, 2013; Demirci, 2021), öz yeterlilik (Çetin & Basım, 2010; Arseven, 2016; Buğdaycı, 2018), öz yetkinlik (Açıkgöz 2006; Ertong, 2019), yetkinlik beklentisi (Çelikkaleli vd. 2006), sosyal yetkinlik beklentisi (Efe, 2007) öz etkililik (Karadağ vd., 2011) olarak literatürde yerini almıştır. Bu araştırmada öz yeterlik olarak kullanılmıştır. Bandura (1977) öz yeterlik inancının bireylerin davranışları üzerinde etkin rolü olduğunu ifade etmiştir. Öz yeterlik kavramı ilk olarak, Albert Bandura tarafından 1970'li yılların sonuna doğru çeşitli fobilere sahip kişilerin terapi seanslarında, korkularını yenmede istekli olmalarına rağmen aynı başarıyı gösterememeleri gözlemi sonucunda ortaya konulmuştur. Kavramın ilk yer aldığı yayın 1977 yılında Bandura tarafından yazılan "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change" makalesidir.

Bandura'ya (1986) göre öz yeterlik kavramı bireylerin belli bir başarıya ulaşma konusunda kişisel yetenek ve kapasitesine inancı ile davranışlarını sergileme becerileridir. Öz yeterlik algısı, kendini yeterli olarak görme ile ifade ettiğimiz bireylerin kişilik özellikleridir (Kuzgun, 2014). Bireylerin nasıl düşündüğü, davrandığı ve hissettiği ile kendini güdüleme şekillerini öz yeterlik inançları oluşturur. Öz yeterlik inancı yüksek kişilerin daha çok kişisel doyum ve başarıya ulaştıkları görülmektedir (Canpolat & Çetinkalp, 2011, s.17). Bireylerin, bilişsel süreçleri üzerinde öz yeterlik inançları anahtar role sahiptir (Bandura, 1997). Öz yeterlik algısı düşük olan bireyler, ne kadar yetenekli olursa olsun göreve başlama ve sürdürmede zorluk yaşayabilirler. Yüksek öz yeterlik algısı olan bireyler, karşılaştıkları güçlükleri yeteneklerinin olmaması halinde bile yapabileceklerini düşünerek gelişimlerini arttıracakları alan olarak algırlar (Pajares & Schunk, 2001, aktaran Koç vd., 2020). Bandura (1986) aynı yeteneğe sahip kişilerin çok iyi, kötü, yeterli gibi farklı düzeylerde başarı elde ettiklerinden bahsetmiştir. Bandura ve Wood (1989) (aktaran Doğan Laçın, 2015) öz yeterlik kavramını üç şekilde ele almışlardır. İlk olarak, öz yeterlik kavramını hareketlilik olarak değerlendirmişlerdir ve aynı yeteneğe sahip kişilerin, bu yeteneklerinden faydalanma düzeylerinin farklı olduğunu belirtmişlerdir. İkincisi yeni deneyimler ve bilgiler edinmede öz yeterliğin dinamik bir yapıya sahip olduğudur. Üçüncüsü ise, öz yeterliğin dışa aktarılandan daha geniş bir yargı olduğudur.

Luszczynska vd. (2011) (aktaran Çamaş, 2017) bireylerin çeşitli zorluklar için, ayrı öz yeterlik inancına gerek duyduğundan bahsetmiştir. Öz yeterliği, eylem öz yeterliği ve kurtarma öz yeterliği olarak iki bileşene ayırmıştır. Bireyin eyleme geçme isteğini

harekete geçirmesi, eylem öz yeterliği olarak ifade edilmiştir. Bireyin başarısızlıklar sonucunda yaşamını düzene koyabilmek için gösterdiği inançlar ise kurtarma öz yeterliği olarak ifade edilmiştir. Eylem öz yeterliğinde bireyler eyleme geçmek isterler ve iyi performans göstereceğini hayal ederler. Kurtarma öz yeterliğinde bireyler yaşadığı kötü performans sonucunun etkisini azaltmaya çalışırlar.

Bireylerin öz yeterlik düzeyi karşısına çıkan güçlük ile ilgili yeteneğine, güçlüğüün zorluğuna, türüne, koşullara ve ortama göre farklılık gösterebilir (Bandura 1997; Zimmerman 2000). Bandura'ya (1977) göre kendini kontrol edebildiğini düşünen öz yeterlik algıları yüksek olan kişiler depresyon ve strese karşı daha dirençlidir. Schunk (1989) (aktaran Sakız, 2013) yüksek öz yeterlik düzeyine sahip bireylerin, kötü performans sonuçlarının öz yeterlik inançları üzerinde önemli etkilere sebep olmadığından bahsetmiştir. Uzun süredir yapılan öz yeterlik çalışmaları olmasına rağmen bu kavram günümüzde de farklı kavramlarla karıştırılmaktadır. Bu nedenle farkının ortaya çıkarılması gerekmektedir.

Öz yeterliğin davranışlar üzerinde belirleyici olduğu yapılan birçok araştırma ile doğrulanmıştır. Bu çalışmalar, uluslararası ilişkiler, psikoloji ve tıp alanında yapılmıştır. Pajaras (2009) (aktaran Arseven, 2016) öz yeterlik kavramına ilişkin olarak psikiyatri, uluslararası ilişkiler, ahlak gelişimi, sosyal ve politik gelişimi, medya, sağlık, tıp, spor ve iş alanlarında çalışmalar yapıldığından bahsetmiştir. Öz yeterlik kavramı psikoloji alanında ahlak gelişimi, sigara alışkanlıkları, sosyal yetenekler, depresyon ve fobi gibi sorunların temel konusu olmuştur. Bununla birlikte akademik alanda da öz yeterliği yüksek öğrencilerin daha iyi performans sergiledikleri gözlenmiştir.

Bandura (1986, s.92-96) bireylerin dört temel kaynaktan oluşan öz yeterlik algısını oluşturan bileşenlerin, bireyin deneyimleri, sosyal yaşantılar, sözel etki ile duygusal ve fizyolojik duygular olduğunu belirtmiştir.

### **Öz Yeterlik İnancının Temel Kaynakları**

Öz yeterlik algısının temel kaynakları dört madde halinde sunulmuştur (Bandura, 1986, s.92-96).

**Bireyin Kendi Deneyimleri:** Öz yeterlik inancı bireylerin yaşamı boyunca karşılaştığı başarı ve başarısızlıklardan etkilenmektedir. Öz yeterlik inancı düzeyi bireylerde başarı ile yükselirken, başarısızlıklarla azalma eğilimindedir. Kolay elde edilen başarı da birey üzerinde olumsuz etkiye sahiptir. Bandura'ya (1995) göre (aktaran Gerçek, 2018) bireyin kendi deneyimi, öz yeterlik inancı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bireyin

doğrudan yaşadığı deneyimler, kişilerde güçlü öz yeterlik inancının oluşumunu sağlar. Öz yeterlik algısında en etkin olan bireylerin geçmiş başarı deneyimleridir. Bireyin aldığı görev zorluğu; yetkinlik beklentisi ve performans başarısının artması ile doğru orantılı olacaktır.

**Sosyal Yaşantılar:** Sosyal yaşantılar, diğer araştırmalarda dolaylı yaşantılar ile diğer bireyleri model alma tanımıyla da yer almaktadır (Bandura, 1997). Bandura'nın (1977) sosyal öğrenme kuramına göre bireylerin diğer kişilerin davranışlarını ve davranışlarının sonuçlarını gözlemleyerek öğrenmesi, öz yeterlik inancı geliştirmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Bireyler kendisi ile aynı özelliklere sahip olduğu için gözledikleri modelin başarılı performanslarını örnek alarak, aynı performansı gösterme düşüncesini geliştireceklerdir. Schunk (2001) (aktaran Aydın, 2011) bireyin kendisi ile benzer güçlüklerle karşılaşan diğer bireyleri model alarak, sonuçlar hakkında kestirimde bulunduğu bahsetmiştir. Birey, model aldığı bireyin sonucunun, kendi sonuçlarının olma olasılığı ile benzer durum göstereceğini beklemektedir. Bu nedenle bireyin model aldığı diğer bireyin sonucunun başarılı olması durumunda öz yeterlik inancı olumlu yönde etkilenirken, kötü başarı sonucu ile de olumsuz yönde etkilenecektir.

**Sözel etki:** Bandura'ya (1997) göre bireyin öz yeterlik inancı, dış uyaranların olumlu yönde etkilemesi ile yükselecektir. Birey, dış uyaranlar tarafından güçlüğün üstesinden başarılı bir şekilde gelebileceğine inandırılırsa, işi yapma konusunda çaba sarfedecektir. Birey, dış uyaranlar tarafından etkilenmektedir. Bandura'ya (1986) göre birey, dış uyaranın destekleyici ve cesaretlendirici etkileri ile öz yeterlik inancını artırırken, eleştirel yaklaşımı da öz yeterlik inancını olumsuz etkileyecektir. Diğer bireyler tarafından verilen nasihat ve teşvikler kişinin öz yeterlik inancı üzerinde önemli bir etkidir.

**Duygusal ve Fizyolojik Duygular:** Pajares (2002) (aktaran Doğan Laçın, 2015) bireylerin görev aşamasında yaşadığı duygular ve deneyimlerin öz yeterlik inancını üzerindeki etkisinden bahsetmiştir. Bandura'ya (1997) göre bireyin iki temel beklentisi; öz yeterlik beklentisi ile istenilen sonuç beklentisidir. Sonuç beklentisi, öz yeterlik beklentisinden farklı olarak sergilediği davranışın hangi sonucu doğuracağını yordamasıdır. Öz yeterlik beklentisi, bundan farklı olarak, istenilen sonucu başarı ile elde edip edemeyeceğine olan inancıdır.

## **Öz Yeterlik Kavramının Önemi**

Bandura (1999) bireyin yeteneklerine olan inancı olarak tanımladığı öz yeterlik inancının, sadece davranışlar değil aynı zamanda düşünceleri üzerinde de etkisinden bahsetmiştir. Senemoğlu'na (2005) göre öz yeterlik inancı, bireyin karşılaştığı güçlükler karşısında kendi hakkındaki yargısıdır. Bu nedenle topluluk önünde konuşma, sınava girme gibi yeteneklerini kullanarak yapabildiği durumlar kendi hakkındaki yargılarının ürünüdür. Öz yeterlik inancı, bireyin öğrenme ve yeni beceriler kazanımı ile uygulamaya geçirilmesi aşamasında önemli bir göreve sahiptir (Kotaman, 2008). Bandura'ya (1977) (aktaran Sakız, 2013) göre öz yeterlik inancının güçlü olduğu kişiler mücadele etmesi gereken güçlükler karşısında kaçma davranışı göstermezler ve kararlılıkla üstesinden gelmeye çalışırlar. Öz yeterlik inancının zayıf olduğu kişiler görev, aşamasında gergin, hoşnutsuz ve stresli durum içerisindedirler. Oettingen (1995) (aktaran Buğdaycı, 2018) güçlü öz yeterlik geliştiren kişilerin, yaşadıkları başarısızlıklardan daha az etkilendiğinden bahsetmiştir. Güçlü öz yeterlik inancı olan bireyler zorlu görevleri üstlenerek, yerine getirmek için çaba gösterirler ve başarısızlıkları kendilerine bağlamazlar (Pajares, 1997; Schunk & Pajares, 2001, aktaran Aşık, 2019).

Öz yeterlik inancı düşük kişi, ne kadar yetenekli olsa da kendine olan yargısı yüzünden başarısızlığa uğrayabiliyor. Aynı zamanda öz yeterliği güçlü olan birey, kendine olan inancı nedeniyle yetenekli olmamasına rağmen başarıya ulaşabiliyor (Kurbanoglu, 2004). Öz yeterlik inancının bireyin öğrenme başarısı üzerindeki doğrudan etkisi de önemli olduğunun kanıtıdır (Kotaman, 2008).

## **Öz Yeterlik Kavramının Boyutları**

Bandura (1977) öz yeterlik inancının üç boyutundan bahsetmiştir. Bunlar; düzey, genelleme ve dayanıklılık boyutlarıdır.

**Düzye Boyutu:** Bandura'ya (1977) göre bireyin karşılaştığı güçlük derecesidir. Öz yeterlik seviyesi, güçlüğün zorluk derecesine karşı başarılı olma inancı ile belirlenmektedir.

**Genelleme Boyutu:** Öz yeterlik inancı bireyin birden fazla güçlük ve olay karşısında ne seviyede olduğunu ifade etmektedir.

**Dayanıklılık boyutu:** Bireyin güçlük karşısında davranışı başlatmasının yanı sıra ne derece devamlılığını sağlayabildiğini ifade eder.

### **Öz Yeterlik Kavramının Karıştırıldığı Diğer Kavramlar**

Öz yeterlik kavramı, benzer veya yakın anlam içeren kavramlarla sıkça karıştırılmaktadır. Bunlar, benlik saygısı, benlik kavramı, öz güven, öz saygı, sonuç beklentileri gibi kavramlardır.

Benlik kavramı, benlik saygısı ve öz yeterlik inancı birbirinden farklı kavramlardır. Benlik kavramı ile öz yeterlik kavramı bazı çalışmalarda birbirinin yerine kullanılmaktadır. Fakat benlik kavramı, öz yeterliği de içeren daha kapsamlı bir tanımdır. Öz yeterlik bir güçlüğü veya bir alana yönelik inançken, benlik kavramı genelini içerir. Örneğin herhangi bir dersin tamamında başarı sağlayacağı konusunda yüksek benlik değeri gösteren bir öğrenci, aynı dersin içeriğindeki farklı konulardan bir veya birkaç tanesine ilişkin başarı sağlayacağı inancına sahip olmayabilir. Bu da öz yeterliği ile ilgilidir. Benlik saygısı ile öz yeterlik arasındaki fark; bireyin bir işi başarıyla yapacağına inancı olan öz yeterlik, benlik saygısından daha güçlüdür. Birey, bir görevi yerine getirirken başarı sağlayacağına inanıyorsa öz yeterlik olarak ifade edilir. Benlik saygısı ise bireyin bir görevi yerine getirirken kendi yeteneğinden dolayı iyi hissetmesidir. Benlik saygısı, bireyin başarırken gösterdiği duygusal tepkilerdir. Bireyin benlik saygısı, öz yeterlik inancının düşük veya yüksek olmasından etkilenmez. (Kotaman, 2008)

Öz güven bireyin olumsuzluk ve başarısızlıklar sonucunda da kendini sevmesi olarak ifade edilmiştir (Solomon & Flores, 2001, aktaran Yalçın, 2018). Bireyin genel anlamda kendini olumlu değerlendirme biçimi olan öz saygı, “kendine güven”, “kendini görme şekli”, “kendini sevmeye” gibi bileşenlerden oluşur. Öz saygının boyutları “yetkinlik” ve “değer” boyutudur. Öz saygı, öz yeterliğin eylem versiyonudur (Arseven, 2016). Sonuç beklentisi, bireyin görevi ile ilgili performans sonucunu kişisel olarak kestirimde bulunmasıdır. Bu durumda öz yeterlik inancı, sonuç beklentisini etkilemektedir (Sakız, 2013).

### **Romantik İlişki Doymu ile İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde romantik ilişki doymu ile yapılmış yurt dışı ve yurt içi çalışmaları yer almaktadır. Bu çalışmalarda romantik ilişki doymu kişilik özellikleri, cinsiyet, ilişki süresi, yaş, iletişim becerileri ve sınıf düzeyi gibi değişkenlerle ele alınmıştır.

Cömert (2020) yaptığı çalışmada ilişki doymunun kişilik özellikleri, empati, kıskançlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada ilişki doymu empati, kıskançlık ve kişilik özelliklerinin alt boyutları ile değerlendirilmiştir. Bilişsel ve duygusal empati,

empatinin alt boyutları; bilişsel, duygusal ve davranışsal kıskançlık, kıskançlığın alt boyutları; olumsuz değerlilik, duygusal tutarsızlık, deneyime açıklık, uyumluluk, sorumluluk ve dışadönüklük kişilik özelliklerinin alt boyutları olarak analiz edilmiştir. Bu analizlerle birlikte demografik özellikler ile ilişki doyumu arasında farklılaşmanın olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma, ilişkisi bulunan ve İstanbul'da yaşayan 225 kadın, 83 erkek katılımcı ile yapılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre demografik değişkenlerinden biri olan cinsiyet ile ilişki doyumu arasında farklılaşma bulunamamıştır. Araştırmanın amaçlarından olan kıskançlık ve alt boyutları ile ilişki doyumu arasında negatif korelasyon vardır. Empati ve alt boyutları ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Düşük düzeyde olumsuz değerlilik, duygusal tutarsızlık ve dışadönüklük kişilik özellikleri ile yüksek düzeyde ilişki doyumu arasında ilişki bulunmuştur. Yüksek düzeyde deneyime açıklık ve uyumluluk kişilik özellikleri ile yüksek düzeyde ilişki doyumu arasında ilişki bulunmuştur. Sorumluluk kişilik özelliği ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Madey ve Rodgers (2009) yaptıkları çalışmada Sternberg'in üçgen aşk teorisi olan yakınlık, bağlılık ve tutku ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmada 55 üniversite mezunu katılımcı olarak yer almıştır. Araştırmanın sonucuna göre güvenli-güvensiz bağlanma ile yakınlık arasında korelasyonel ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda tutku ve bağlılık değişkenlerinin de ayrı ayrı ilişki doyumu değişkeni ile arasında korelasyonlar olduğu gözlenmiştir. Regresyon analizine göre çıkan sonuçlarda tutku, samimiyet ve güvenli bağlanmanın ilişki doyumunu yordadığı gözlenmiştir. Bağlanma, destek verme ve cinselliğinde ilişki doyumunu etkilediği sonuçları arasındadır. Aynı zamanda katılımcıların demografik değişkenleri olan cinsiyet, ilişki süresi ve medeni durumunun ilişki doyumu ile farklılaşmadığı da araştırmanın sonuçlarındandır.

Özbiçer (2013) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri, ilişki doyumları ile eşlerinin ilişki doyumuna yönelik algılarını incelemiştir. Araştırma 546 üniversite öğrencisinin katılımı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda duygusal zekâ düzeyinin ilişki doyumunu yordadığı gözlenmiştir. Duygusal zekâ ile ilişki doyumu düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermezken, her iki değişkeninde yaş ile anlamlı farklılıklar gösterdiği sonuçları arasındadır. Duygusal zekâ düzeyi yüksek olan kişilerin eşlerinin düşünce ve duyguları ile paralellik gösterdiği bulunmuştur. Eşinin duyguları ile benzerlik gösteren kişilerin ilişkiden daha fazla doyum aldığı da

araştırmanın sonuçlarındandır. Bununla birlikte duygusal zekâ düzeyi yüksek olan kişilerin, romantik ilişki doyumlarının da yüksek olduğu belirtilmiştir.

Meeks vd. (1988) yaptıkları araştırmada ilişki doyumunun bakış açısı, aşk tutumları, çatışma tutumları, ilişkisel yeterlik ve çeşitli değişkenler üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya 140 flört eden çift katılımcı olmuştur. Araştırma sonuçları aşk tutumları, ilişkisel yeterlik, iletişim becerilerinin ilişki doyumu üzerinde güçlü bir etkisi olduğu yönündedir.

Koç (2020) yaptığı araştırmada tıp fakültesi öğrencilerinin özanlayışının ilişki doyumları üzerine etkisini incelemiştir. Araştırmaya 298 öğrenci katılımcı olmuştur. Araştırma sonucunda özanlayış ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat ruminasyon, psikolojik sağlamlık, akademik başarı, sosyal destek, boyun eğici davranış, özgüven, değerler, duygusal zekâ, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, anksiyete ve stres ile depresyon değişkenlerinin öz anlayış üzerinde etkisi olduğunu bulmuştur. İlişki doyumu ile cinsiyet, yaş, ilişki süresi ve sınıf düzeyi değişkenleri arasında anlamlı farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Saraç vd. (2015) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik değişkenleri (yaş, cinsiyet, ilişki süresi, ilişki durumu, sınıf düzeyi) ile ilişki algısının ilişki doyumunu yordamadaki etkisini incelemiştir. Araştırmaya 299 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda ilişki doyumu ile cinsiyet arasında negatif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki bulunurken, ilişki doyumu ile ilişki durumu arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca İlişki doyumu ile ilişki süresi arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlılık olduğu belirtilmiştir. Sınıf düzeyi ve yaş değişkenleri ile ilişki doyumu arasında anlamlı farklılıkların olmaması da sonuçları arasındadır.

Sanchez vd. (2017) dijital çağda genç-yetişkin romantik ilişkilerinde çevrimiçi çift kalitesi ile ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Bunun yanı sıra cinsiyet, yaş ve ilişkinin uzunluğu değişkenlerinin etkilerini de incelemiştir. Araştırma 431 üniversite öğrencisinin katılımı ile yapılmıştır. Araştırma sonuçları; çevrimiçi kalite ile ilişki doyumu arasında anlamlı ilişki olmasına rağmen, katılımcıların demografik özellikleri olan yaş, cinsiyet ve ilişki uzunluğunun çevrimiçi kalitenin boyutları ile anlamlı farklılık göstermediği şeklindedir.

Yiğit ve Çelik (2016) yaptıkları araştırmada erken dönem uyum bozucu şemalar, kendilik algısı ve kişilerarası tarzlar ile evli ve ilişkisi bulunan kişilerin ilişki doyumu ilişkilerini incelemeyi amaçlamıştır. Bununla birlikte cinsiyet ile ilişki süresinin de ilişki



doyumunu ile farklılaşıp farklılaşmadığını incelemekte amaçlanmıştır. Araştırma 434 katılımcı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda ilk olarak cinsiyet ile ilişki süresinin ilişki doyumu ile anlamlı farklılaştığı görülmüştür. Bunun yanı sıra diğer amaçlarından biri olan kopukluk şema alanının, evli ve ilişkisi olan kişilerin ilişki doyumları ile olumsuz yönde ve anlamlı bir şekilde yordandığı da rapor edilmiştir.

Arslan (2020) yaptığı çalışmada evli olmayan ve romantik ilişki sürecinde olan bireylerin psikolojik ihtiyaçları ile irrasyonel inanışları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Bunun yanı sıra demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, ilişki süresi) ile ilişki doyumu arasında anlamlı bir fark olup olmadığına da bakmıştır. Araştırma 231 katılımcı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda İlişki doyumu ile psikolojik ihtiyaç arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, ilişki doyumu ile irrasyonel inanışlar arasında ilişkinin olmadığı belirtilmiştir. Bununla birlikte yaş ve cinsiyetin ilişki doyumu ile anlamlı şekilde farklılaştığı, ilişki süresinin ilişki doyumu ile anlamlı şekilde farklılaşmadığı da ifade edilmiştir.

### **Öz Yeterlik İnancı Kavramı ile İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde öz yeterliğin çeşitli değişkenlerle yapılmış araştırmaları yer almaktadır. Bununla birlikte öz yeterliğin ilişki doyumu ile ilişkisini inceleyen yurt dışı ve yurt içi araştırmalar hakkında da bilgiler sunulmuştur.

Doğan Laçın (2015) yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ile stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda öz yeterliğin stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutlarını (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, sosyal destek arama ve kendine güvenli yaklaşım) yordadığını belirtmiştir.

Can'ın (2018) üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada psikolojik sağlık, mutluluk ve öz yeterlik ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin öz yeterlik düzeyleri ile psikolojik sağlık, mutluluk düzeyleri arasında orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu rapor edilmiştir.

Cui vd. (2008) yaptıkları çalışmada genç yetişkinlerin romantik ilişkilerinde öz yeterliklerinin, ilişkilerindeki sorunlar üzerine etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda ilişkisel öz yeterliklerine yönelik olumlu inançları olan genç yetişkinlerin partnerleri ile daha az çatışma yaşadığı, bununla birlikte ilişkilerini kaliteli algıladıkları (doyum, mutluluk) belirtilmiştir.

Weiser ve Weigel (2015) yaptıkları çalışmada romantik ilişkilerde öz yeterliğin ilişki doyumu üzerine etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya romantik ilişkisi olan 187 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucuna göre romantik ilişki doyumu ile ilişkideki öz yeterlik düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Lopez vd. (2007) yapmış oldukları çalışmada üniversite öğrencilerinin ilişki öz yeterlik inançlarının faktör yapısı, belirlenen değişkenlerle ilişkisi ve yordayıcı gücünün belirlenmesini amaçlamışlardır. Harvey ve Omarzu (1997) ve Cassidy tarafından ilişki sürdürme davranışları üzerine olan bir ölçekten 10 yeni madde, İlişki öz yeterlik inançlarının faktör yapısının belirlenmesi üzerine madde havuzuna eklenmiştir. Çalışma üniversitenin eğitim, psikoloji ve aile çalışmaları lisans sınıflarında okuyan, romantik bir ilişki içinde olan 608 (395 kadın ve 213 erkek) katılımcı ile yürütülmüştür. Katılımcıların romantik ilişkilerinin ortalama uzunluğu 29.3 aydır. Bu yeni ölçek 608 yakın ilişkisi bulunan öğrenci tarafından doldurulmuştur. Gerekli olan açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin ilişki öz yeterlik inançlarının sadece ölçeğin iki alt ölçeğinde farklılık gösterdiği belirtilmiştir. Bunun nedeni toplumsal cinsiyet varlığında kadınların genellikle ilişkilerini sürdürme becerileri hakkında daha güçlü inançlara sahip olabileceğini düşündürmektedir. Cinsiyet farkı olmaksızın bağlanan kişilerde diğerlerine göre Karşılıklılık ve Duygusal Kontrol alt boyutlarında daha yüksek öz yeterlik inançları bildirilmiştir. Çalışmadan 3 ay sonra yapılan kalıcılık testine göre katılımcıların devam eden bir ilişki içinde ilişkiyi sürdürme davranışları konusundaki güvenlerinin oldukça kararlı olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin ilişki öz yeterlik inançlarının cinsiyet, bağlılık durumu ve yetişkin bağlanma yönelimleri ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gündüz ve Karataş (2020) yapmış oldukları çalışmada ilişki doyumu, romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişkisel benlik değişimi ilişkilerini incelemişlerdir. Araştırmaya romantik ilişkisi bulunan 352 kişi katılmıştır. Araştırma sonucu romantik ilişkilerde öz yeterlik ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Aynı zamanda ilişkide öz yeterliği yüksek kişilerin ilişkilerinden daha fazla doyum sağladığı da sonuçları arasındadır.

Riggio vd. (2013) yapmış oldukları üç ayrı inceleme üzerine romantik ilişkilerdeki öz yeterlik düzeyini belirlemeye çalışmışlardır. Katılımcılar yaş ortalaması 24 olan 173 kadın ve 44 erkek olmak üzere toplamda 217 lisans öğrencisinden oluşmuştur. Birinci durum incelemesinde Romantik İlişkilerdeki Öz yeterlik puanlarının, genel öz yeterlik,

benlik saygısı, sosyal kabul edilebilirlik ve partnerleriyle ilgili yeterlik inançları göz önüne alındığında, ilişki kaygısını ve ilişki başarısı beklentilerini yordadığını göstermektedir. İkinci durum incelemesinde Romantik İlişkilerdeki Öz yeterlik puanlarının, ilişki türü ve uzunluğu dikkate alındığında, daha sonraki ilişki doyumunu ve bağlılığını öngördüğünü göstermektedir. Üçüncü durum incelemesinde genel ilişki ve romantik ilişkiye dair sonuçları açıklar nitelikte olduğu bulunmuştur.



## 2. YÖNTEM

Bu bölümde katılımcılar, prosedür, araştırmada kullanılan materyaller, araştırmanın modeli ve araştırma verilerinin analizine değinilmiştir.

### 2.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın evrenini, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Mersin Üniversitesi, Toros Üniversitesi ve Çağ Üniversitesinin çeşitli fakülteleri ve yüksekokullarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem sayısı hesaplanırken, bu araştırmada kullanılan ölçeklerin daha öncesinde birlikte kullanıldığı araştırmaların, literatürde yer alıp almadığı ile ilgili inceleme yapılmıştır. Fakat romantik ilişkisi bulunan öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki etki büyüklüğünün hesaplanabilmesi için gerekli araştırmalara rastlanamamıştır. Bu nedenle güç analizi uygulamak mümkün olmamıştır. Bryman ve Cramer'e göre (aktaran Tavşancıl, 2014) değişken sayısının beş veya on katı örneklem büyüklüğü olarak alınabilmektedir. Comrey örneklem büyüklüğüne göre 50 çok zayıf, 100 zayıf, 200 orta, 300 iyi, 500 çok iyi 1000 mükemmel olarak bildirmiştir. (Tavşancıl, 2014). Alpar'a (2020) göre örneklem sayısı belirlerken faktör analizinde gözlem sayısı çok önemlidir. Bir araştırmadaki gözlem sayısı değişken başına en az 5,10 veya 20 gözlem olmalıdır. Bu araştırmanın örneklem grubu ölçüt örnekleme olarak belirlenmiştir. Ölçüt örnekleme, belirlenen birtakım ölçütleri içeren durumların çalışmaya dahil edilmesidir (Yıldırım & Şimşek, 2013). Romantik ilişki içinde bulunan, üniversitelerin (Mersin Üniversitesi, Toros Üniversitesi, Çağ Üniversitesi) ön lisans veya lisans öğrencisi olarak okuyan, 2., 3., 4. sınıfına devam eden öğrenciler çalışmaya dahil edilme ölçütleri olarak kabul edilmiştir. Araştırmada veriler, içinde bulunduğumuz Covid-19 pandemi koşulları sürecinde toplanmıştır ve "Google Form" şeklinde katılımcılara iletilmiştir. Katılımcılardan ölçütleri karşılayan kişiler bu çalışmaya dahil edilmiştir. Bu öğrenciler içinden çalışmaya katılmaya tamamen gönüllü olanlara form iletilmiştir. Doldurulmuş olan formlar aracılığıyla 243 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerden araştırmaya uygun olanlar seçilerek, uygun olmayanlar çıkarılmıştır. Covid-19 pandemisi sebebiyle okula uzaktan başlayan ve hiç okul ortamına girmemiş öğrenciler oldukları düşünülerek hazırlık sınıfı veya 1.sınıf öğrencileri bu çalışmaya dahil edilmemiştir. Bu şekilde 228 katılımcıdan oluşan veri tabanı elde edilmiştir. Bu

araştırmanın örneklem gurubunu oluşturan katılımcılar 152'si (% 66,7) kadın ve 76'sı (%33,3) erkek olmak üzere toplamda 228 kişidir. Öğrenim gördükleri üniversiteye göre bakıldığında örneklem gurubunu; katılımcı oldukları dönemde romantik ilişkisi bulunan, Mersin Üniversitesi'nde öğrenim gören 64 kadın ve 41 erkek öğrenci, Toros Üniversitesi'nde öğrenim gören 24 kadın, 10 erkek ve Çağ Üniversitesi'nde öğrenim gören 64 kadın, 25 erkek öğrencinin oluşturduğu görülmektedir.

### **Örneklem grubu seçimi**

Örneklem grubunu seçerken Mersin üniversitesi, Toros üniversitesi ve Çağ üniversitesinde 2020-2021 yılında eğitim gören öğrencilerinden araştırma kriterlerine uyanlar dahil edilmiştir. Örneklem dışlama ölçütündeki öğrenciler araştırmaya dahil edilmemiştir.

Araştırmaya uygun olarak seçilen örneklem;

- Mersin üniversitesi, Toros üniversitesi, Çağ üniversitesi öğrencisi olmak
- Lisans veya ön lisans öğrencisi olmak
- 2.,3.,4. Sınıf öğrencisi olmak
- Romantik ilişki içerisinde olmak
- Gönüllü onam formunu onaylamak.

Araştırmaya uygun olmayan ve dışlanan örneklem;

- Mersin üniversitesi, Toros üniversitesi, Çağ üniversitesi dışında farklı üniversitelerde öğrenci olmak
- Hazırlık sınıfı veya 1.sınıf öğrencisi olmak (Covid-19 pandemisi sebebiyle okula uzaktan başlayan ve hiç okul ortamına girmemiş öğrenciler)
- Lisans ve önlisans programı dışında herhangi bir programa dahil olmak
- Romantik ilişkisi bulunmayan öğrenci olmak.

### **2.2. Prosedür**

Araştırmada kullanılan ve Türkçe'ye uyarlanmış, İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) ile Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) için gerekli izinler e-mail yolu ile araştırmacılardan alınmıştır. Araştırma için gerekli Etik Kurul İzni, Çağ Üniversitesi Etik Kurul Komitesi

tarafından onaylanmıştır. Mersin Üniversitesi Rektörlüğü ile Toros Üniversitesi Rektörlüğü'nden anket uygulama izinleri alınmıştır. Çağ Üniversitesi'nin çeşitli fakülte ve yüksek okullarından (Sosyal Bilimler Fakültesi, Hukuk Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Yabancı Diller Yüksekokulu, Fen Edebiyat Fakültesi, Meslek Yüksek Okulu) anket uygulama izinleri alınmıştır. Veriler, 21.01.2021 ile 28.04.2021 tarihleri arasında Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, İlişki Doyumu Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeğinin yer aldığı Google Form aracılığıyla toplanmıştır.

### **2.3. Araştırmada Kullanılan Materyaller**

Araştırmada katılımcılara ilk olarak kendi isteği ile katıldığını gösteren gönüllü onam formu okutularak, onaylatılmıştır. Katılımcıların demografik özellikleri ve kişisel bilgilerine ulaşmak için araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Öğrencilerin ilişki doyum düzeyini ölçmek için, İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) ile öz yeterlik düzeyini ölçmek için Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) kullanılmıştır.

#### **Demografik Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu yaş, cinsiyet, üniversite, fakülte, sınıf düzeyi, aile gelir düzeyi, sevgilisinin olup olmadığı, ailenin ilişkiye yaklaşımı, sevgili ile ilişki süresi, sevgilisi ile birlikte geçirdiği süre, sevgilisi ile iletişim kurma şekli ve ilişkideki görüşme sıklığını değerlendirme gibi demografik bilgilere yönelik soruları kapsamaktadır.

#### **İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)**

Hendrick tarafından 1988 yılında geliştirilen ölçeğin orijinal adı Relationship Assessment Scale (RAS)'dır. Ölçek, yedi maddeden oluşan yedili Likert tipi formdadır. RAS, Türkçe adını İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ) olarak almıştır. İlişki Doyumu Ölçeği olarak günümüzde birçok araştırmada kullanılan bu ölçek, romantik ilişkilerde ilişki doyum düzeyini ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. RAS, faktör analizi toplam varyansın %46'sını açıklamaktadır. Tek boyutlu bir ölçek olup maddeler arasında korelasyonun yeterli olduğu belirtilmiştir. Madde toplam korelasyonu .57 ile .76

arasındadır. Ölçekteki 4. ve 7. maddeler ters puanlanmakta ve puanların artması ilişki doyumunun arttığını göstermektedir (Curun, 2001).

İDÖ'nün Türkçe uyarlama çalışması Curun (2001) tarafından romantik ilişkisi bulunan 140 üniversite öğrencisinin katılımcı olduğu çalışma ile yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda ölçeğin tek bir faktör altında toplandığı ve bu faktörün toplam varyansın %52'sini açıkladığı görülmüştür. İDÖ'nün iç tutarlılık katsayısı .86'dır. Örneklem olarak üniversite öğrencileri üzerine yürüttüğü çalışmada Çelen Demirtaş (2010), İDÖ'nün Cronbach-alfa katsayısını .90 olarak bulmuştur.

Bu çalışmada ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizi yapıldığında, Cronbach-alfa katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

### **Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ)**

Jerusalem ve Schwarzer (1995) tarafından öz yeterlik düzeyi ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Orijinal adı General Self-Efficacy Scale olan ölçek 10 maddeden oluşan, dördümlü likert tipi (tamamen yanlış = 1- tamamen doğru = 4) formdadır. Bu ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları birçok dile çevrilerek yapılmıştır. Bu nedenle ölçeğin evrensel bir yapıya sahip olduğu belirtilmiştir. (Scholz vd., 2002).

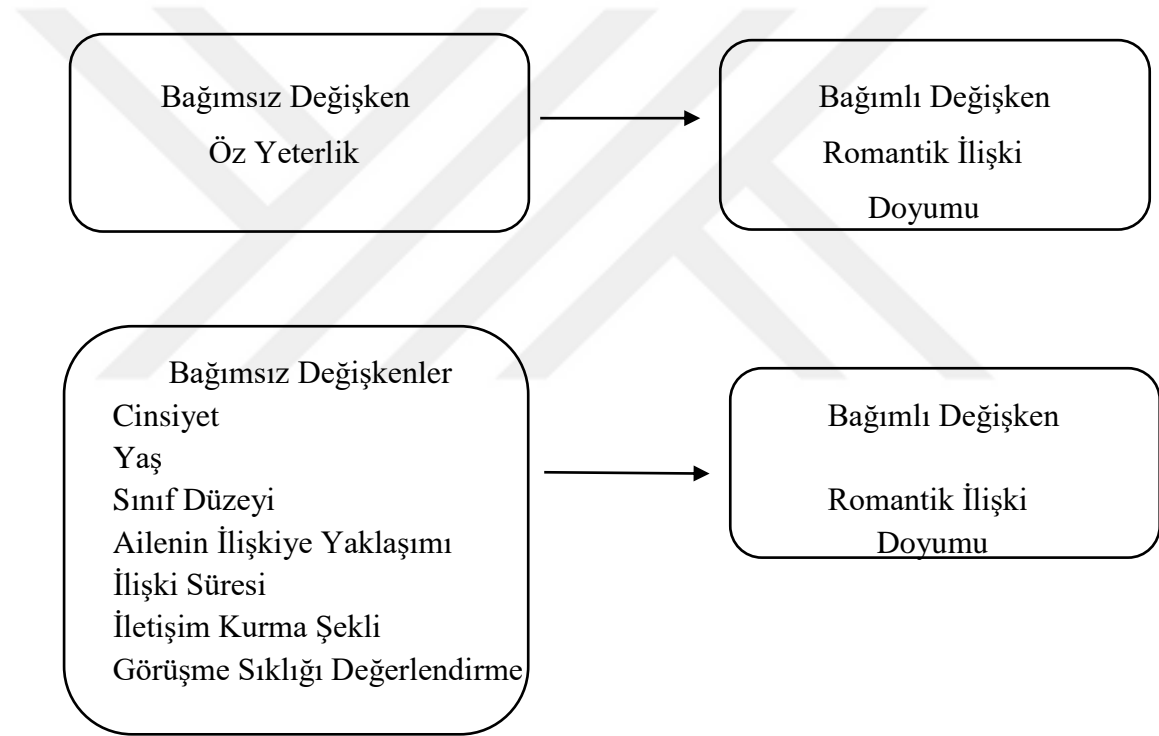
Genel öz yeterlik ölçeğinin madde korelasyonları hesaplanırken 25 dildeki versiyonları kullanılmıştır. Toplam korelasyonlarında maddelerin .30 ile .77 arasında değerler aldığı, toplamda hesaplanan alfa katsayısının .86 olduğu bulunmuştur. Alfa iç tutarlılık katsayılarının her bir ülke için ayrı olarak hesaplandığında .75 ve .91 arasında değerler aldığı gözlenmiştir. Tek faktörlü ve iki faktörlü çözümler doğrulayıcı faktör analizi uygulanarak test edilmiştir. Analiz sonucunda, iki faktörlü çözümün reddedildiği, tek faktörlü analizinde doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ile desteklendiği belirtilmiştir (Scholz vd., 2002).

Ölçeğin Türkçe versiyonu 2010 yılında, Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) olarak Aypay tarafından geliştirilmiştir. Çeviri-tekrar çeviri yöntemi ile Türkçeye uyarlanan ölçeğin araştırması üç farklı üniversitede okuyan toplam 693 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin alfa iç tutarlılık katsayıları .79 ve .63 olarak bulunmuştur. Toplam alfa katsayısı hesaplandığında .83 olarak bulunmuştur. Bu nedenle geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak düşünülmüştür (Aypay, 2010).

Bu çalışmada ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizi yapıldığında, Cronbach-alfa katsayısı .85 olarak bulunmuştur.

## 2.4. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu düzeyi ile öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemektir. Bu nedenle nicel ve betimsel bir çalışmadır. Mevcut durumu sorgulamak amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır. İki veya daha fazla değişken arasında var olanı değiştirmeden, birlikte değişim düzeyinin gözlemlendiği modellere ilişkisel tarama denmektedir (Karasar, 2016). Bu araştırmanın bağımlı değişkeni, araştırılan ilişki doyumudur. Bağımsız değişkenler öğrencilerin öz yeterlik düzeyi ile demografik değişkenleri olan cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı, ilişki süresi, iletişim kurma şekli ile görüşme sıklığı değerlendirme olarak belirlenmiştir.



Şekil 2. Araştırma Modeli

## 2.5. Araştırma Verilerinin Analizi

Araştırma verilerin analizinde T-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Kruskal-Wallis H analizi, Pearson moment çarpım korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi için Sosyal Bilimler' de istatistik programı kullanılmıştır. Analize başlamadan ilk olarak kullanılacak olan testin, parametrik testler ya da non-parametrik testler kullanılmasına yönelik normallik ve homojenlik testlerine bakılmıştır. İlişki Doyumu Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) puanlarının



dağılımı, Kolmogorov Smirnov (K-S) testine göre normalden sapma gösterse de puan dağılımının çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -1 ile +1 arasında yer alması ve ortalama ile medyan değerinin birbirine yakın olması dikkate alınarak normal dağılıma yakın olduğu kabul edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2015). Homojenlik testleri için Levene istatistiği yapılmıştır. Homojenlik varsayımının sağlanmadığı durumlarda Tukey test sonuçları dikkate alınmıştır.

**Tablo 1**

*Ölçeklere ait Tanımlayıcı İstatistikler (Descriptive Statistics)*

	statics	df	Çarpıklık	Basıklık	<i>p</i>
İDÖ Toplam	38.20±8.09	40	-.976	-.583	.123
GÖYÖ Toplam	31.95±5.20	32	-.576	-.132	.096

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının cinsiyet, yaş, ailenin ilişkiye yaklaşımı değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin T-testi yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin demografik özellikleri içinde bulunan sınıf düzeyi, ilişki süresi ve iletişim kurma şekli değişkenlerine göre ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına yer verilmiştir. Diğer bir demografik özellik olan görüşme sıklığı değerlendirme değişkenine ise Kruskal-Wallis H analizi uygulanmıştır. Sayıca en düşük ve en yüksek gruptaki kişi sayıları arasındaki oran 1/5'in altında kaldığı durumlarda parametrik testler yerine non-parametrik testlerin kullanılması önerilmektedir (Field, 2009). Bu sebeple görüşme sıklığı değerlendirme değişkeni için parametrik olmayan Kruskal-Wallis H analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinin İlişki Doyumu Ölçeği puanları ve Genel Öz Yeterlik Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi için Pearson moment çarpım korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

### 3. BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular yer almaktadır.

#### Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Katılımcıların demografik bilgilerinde yer alan cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ilişki süresi, üniversite, eğitim kademesi, ailenin ekonomik düzeyi, aile yaklaşımı, iletişim şekli, görüşme sıklığı yüzdelik değerleri ile frekans sıklığı Tablo 2’de verilmiştir ve yorumlanmıştır.

**Tablo 2**

#### *Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler*

		n	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	152	66.70
	Erkek	76	33.30
<b>Yaş</b>	18-22	125	54.82
	23-30	103	45.18
<b>Sınıf düzeyi</b>	2.sınıf	128	56.14
	3.sınıf	48	21.05
	4.sınıf	58	22.80
<b>İlişki süresi</b>	1-6 ay	65	28.51
	7-12 ay	53	23.24
	13-24 ay	44	19.30
	25 ay ve üzeri	66	28.95
<b>Üniversite</b>	Çağ Üniversitesi	89	39.03
	Mersin Üniversitesi	105	46.10
	Toros Üniversitesi	34	14.90
<b>Eğitim kademesi</b>	Ön lisans	42	18.40
	Lisans	186	81.60
<b>Ailenin ekonomik düzeyi</b>	Düşük ekonomik düzey	16	7.00
	Orta ekonomik düzey	186	81.60
	Yüksek ekonomik düzey	26	11.40
<b>Aile yaklaşımı</b>	Bilmiyorlar	85	37.30
	Onaylamıyorlar	3	1.30
	Onaylıyorlar	140	61.40
<b>İletişim şekli</b>	Yüz yüze	85	37.30
	Görüntülü konuşma	23	10.10
	Mesaj	81	35.50
	Telefon görüşmesi-ses	39	17.10
<b>Görüşme sıklığı</b>	Çok az	19	8.30
	Az	32	14.00
	Orta	86	37.70
	Sık	54	23.70
	Çok sık	37	16.20

Tablo 2’de verilen katılımcılara ait demografik bilgiler incelendiğinde, katılımcıların 152’si (% 66.7) kadın ve 76’sı (% 33.3) ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır. 18-22 yaş grubunda 125 (% 54.82) ve 23-30 yaş grubunda 103 (% 45.18) öğrenci bulunmaktadır. 2. sınıfa devam eden öğrenci sayısı 128 (% 56.14), 3. sınıfa devam eden öğrenci sayısı 48 (% 21.05) ve 4. sınıfa devam eden öğrenci sayısı 52 (% 22.8)’dir. Üniversite öğrencilerinin partnerleriyle birlikte olduğu süre incelendiğinde 65 öğrenci (% 28.5) 11-6 aydır, 53 öğrenci (% 23.24) 7-12 aydır, 44 öğrenci (% 19.30) 13-24 aydır ve 66 öğrenci (% 28.95) 25 ay ve üzeri süredir romantik ilişkide olduklarını belirtmişlerdir. Bu öğrencilerin 89’u (% 39.03) Çağ Üniversitesine, 105’i (% 46.1) Mersin Üniversitesine, 34’ü (% 14.9) Toros Üniversitesine devam etmektedirler. Eğitim kademeleri incelendiğinde; 42’si ön lisans (% 18.4) ve 186’sı (% 81.6) lisans öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyleri incelendiğinde 16’sı (% 7) düşük, 186’sı (% 81.6) orta, 26’sının (% 11.4) ise yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Öğrencilere, romantik ilişkilerine ailelerinin yaklaşımları sorulduğunda 85’i (% 37.3) bilmiyorlar, 3’ü (% 1.3) onaylamıyorlar, 140’ı (% 61.4) ise onaylıyorlar olarak belirtmişlerdir. Romantik ilişkilerindeki iletişim şekilleri incelendiğinde; 85’inin (% 37.3) yüz yüze, 23’ünün (% 10.1) görüntülü konuşma, 81’inin (%35.5) mesaj yolu ile görüşme, 39’unun (%17.1) telefon görüşmesi yaptıkları belirlenmiştir. İlişkilerindeki görüşme sıklığını ise 19’u (%8.3) çok az, 32’si (% 14) az, 86’sı (% 37.7) orta, 54’ü (% 23.7) sık, 37’si (% 16.2) çok sık olarak nitelendirmişlerdir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin buldukları bölümleri gösteren Tablo 3 aşağıda verilmiştir ve yorumlanmıştır.

**Tablo 3***Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümler*

Üniversite	Fakülte	n	%
Çağ Üniversitesi	Meslek Yüksek Okulu	14	6.14
	Fen Edebiyat Fakültesi	36	15.78
	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	22	9.64
	Hukuk Fakültesi	17	7.45
Mersin Üniversitesi	Tıp Fakültesi	12	5.26
	Diş Hekimliği Fakültesi	6	2.63
	Eğitim Fakültesi	22	9.64
	Mühendislik Fakültesi	11	4.82
	Mimarlık Fakültesi	9	3.94
	Güzel Sanatlar Fakültesi	6	2.63
	Turizm Fakültesi	10	4.38
	Fen Edebiyat Fakültesi	14	6.14
	Meslek Yüksek Okulu	9	3.94
	Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu	3	1.31
	Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu	3	1.31
	Toros Üniversitesi	Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi	7
İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi		7	3.07
Mühendislik Fakültesi		6	2.63
Sağlık Bilimleri Fakültesi		1	0.43
Meslek Yüksek Okulu		7	3.07
Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu		6	2.63

Tablo 3’de görüldüğü üzere, Çağ Üniversitesi öğrencilerinin 14’ü (% 6.14) Meslek Yüksek Okulu, 36’sı (% 15.8) Fen Edebiyat Fakültesi, 22’si (% 9.64) İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, 17’si (% 7.5) Hukuk Fakültesi’nde eğitim görmektedir. Mersin Üniversitesi öğrencilerinin 12’si (% 5.26) Tıp Fakültesi, 6’sı (% 2.63) Diş Hekimliği Fakültesi, 22’si (% 9.64) Eğitim Fakültesi, 11’i (%) Mühendislik Fakültesi, 9’u (% 3.94) Mimarlık Fakültesi, 6’sı (% 2.63) Güzel Sanatlar Fakültesi, 10’nu (% 4.38) Turizm Fakültesi, 14’ü (% 6.14) Fen Edebiyat Fakültesi, 9’u (%3.94) Meslek Yüksek Okulu, 3’ü (% 1.31) Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, 3’ü (% 1.31) Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu’nda okumaktadır. Toros Üniversitesi öğrencilerinin 7’si (% 3.07) Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi, 7’si (% 3.07) İktisadi, İdari ve

Sosyal Bilimler Fakültesi, 6'sı (% 2.63) Mühendislik Fakültesi, 1'i (% .43) Sağlık Bilimleri Fakültesi, 7'si (% 3.07) Meslek Yüksek Okulu, 6'sı (% 2.63) Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu'nda eğitim görmektedir.

#### **Katılımcı Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete göre Karşılaştırılması**

Araştırma katılımcılarının romantik ilişki doyum düzeyi puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek için yapılan T-testi sonucu elde edilen veriler Tablo 4' de gösterilmiştir.

**Tablo 4**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete göre Karşılaştırılması*

Cinsiyet	n	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Kadın	152	37.64	7.67	226	1.51	.13
Erkek	76	39.34	8.73			

Tablo 4'de görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği puan ortalamaları cinsiyet değişkenine [ $t(226)=1.51, p>.05$ ] göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

#### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Yaş Gruplarına göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan Bağımsız Gruplar için T-testi sonucu elde edilen veriler Tablo 5' de gösterilmiştir

**Tablo 5**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Yaş Gruplarına göre Karşılaştırılması*

Yaş Grubu	n	$\bar{X}$	S	sd	t	p
18-25 yaş	125	39.10	7.55	226	2.02	.044
26-30 yaş	103	36.95	8.51			

Tablo 5'e göre öğrencilerin yaş kategorilerine göre ilişki doyumu puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [ $t(226)=2.02, p<.05$ ]. Üniversiteye giriş yaşından itibaren gruplama yapıldığında; 18-25 yaş kategorisinde olan öğrencilerin İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının ortalaması ( $\bar{X}=39.10$ ), 26-30 yaş grubunun puan ortalamalarına ( $\bar{X}=36.95$ ) göre daha yüksektir.

### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Sınıf Düzeyine göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu düzeylerinin sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan ANOVA testi sonucu elde edilen veriler Tablo 6'da gösterilmiştir.

**Tablo 6**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Sınıf Düzeyine göre Karşılaştırılması*

Sınıf Düzeyi	n	$\bar{X}$	F	p
2.sınıf	128	39.26		
3.sınıf	48	38.23	4.68	.01
4.sınıf	52	35.27		

Levene istatistiği=2.70,  $p>.05$

Tablo 6'da görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının sınıf düzeyi [ $F=4.68, p<.05$ ] arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre Levene Homojenlik Testi 2.70 olarak hesaplanmıştır. ( $p<.05$ ). Test sonucuna göre homojen varyans varsayımı sağlanamadığı için çoklu karşılaştırmada Tukey HSD testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 7**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Sınıf Düzeyine göre Karşılaştırılmasında Tukey HSD Çoklu Karşılaştırma Sonuçları*

Sınıf düzeyleri	Ortalama Fark	Anlamlılık
2 ile 3	1.03	$p>.05$
2 ile 4	3.99	$p<.01$
3 ile 4	2.96	$p>.05$

Tablo 7’de ki Tukey HDS çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre anlamlı fark 2>4 sınıf arasındadır. 2. ve 4. sınıf arasında anlamlı fark vardır. 2. sınıf öğrencilerin ilişki doyumu ölçeği puan ortalamaları ( $\bar{X}=39.2$ ), 4. sınıf öğrencilerden ( $\bar{X}=35.2$ ) yüksek çıkmıştır.

### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Ailenin İlişkiye Yaklaşımına göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin ailenin ilişkiye yaklaşımı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek için yapılan Bağımsız Gruplar için T-testi sonucu elde edilen veriler Tablo 8’de gösterilmiştir.

**Tablo 8**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Ailenin İlişkiye Yaklaşımına göre Karşılaştırılması*

Yaklaşım	n	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Bilmiyor	85	36.00	8.14	223	-3.57	.00
Onaylıyor	140	39.72	7.23			

Tablo 8’de görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği puanlarının ailenin ilişkiye yaklaşımı [ $t=3.57$ ,  $p<.01$ ] arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Ailenin ilişkiye yaklaşımı onaylıyorlar olan öğrencilerin ilişki doyumu ölçeği puan ortalamalarının ( $\bar{X}=39.72$ ), bilmiyorlar olan öğrencilerden ( $\bar{X}=36.0$ ) yüksektir.

### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İlişki Sürelerine göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin ilişki süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan ANOVA testi sonucu elde edilen veriler Tablo 9’da gösterilmiştir.

**Tablo 9**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İlişki Sürelerine göre Karşılaştırılması*

İlişki süresi	n	$\bar{X}$	<i>F</i>	<i>p</i>	Fark
1-6 ay	65	36.82			
7-12 ay	53	38.13	.99	.40	-
13-24 ay	44	39.34			
25 ay ve üstü	66	38.62			

Levene istatistiği=.42.  $p>.05$

Tablo 9’da görüldüğü üzere öğrencilerin İlişki Doyumu Ölçeği puanları ile ilişki süresi [ $F=.99, p>.05$ ] arasında istatistiki olarak anlamlı bir fark yoktur.

### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İletişim Kurma Şekline göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin iletişim kurma şekli değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan ANOVA testi sonucu elde edilen veriler Tablo 10’da gösterilmiştir.

**Tablo 10**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin İletişim Kurma Şekline göre Karşılaştırılması*

İletişim Kurma Şekli	n	$\bar{X}$	S	Sd	<i>F</i>	<i>p</i>
Yüzyüze	85	38.29	8.38	.91		
Görüntülü Konuşma	23	39.26	5.59	1.17	2.26	.08
Mesaj	81	39.05	7.98	.89		
Telefon Görüşmesi - Sesli	39	35.21	8.30	1.32		

Levene istatistiği=1.40.  $p>.05$

Tablo 10’da görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği puanları ile üniversite öğrencilerinin partnerleri ile en fazla iletişim kurma şekli [ $F=2.26, p<.05$ ] arasında anlamlı bir fark yoktur.



### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Partnerleri ile Görüşme Sıklığı Değerlendirmeye göre Karşılaştırılması**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin görüşme sıklığı değerlendirme değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan Kruskal-Wallis H testi sonucu elde edilen veriler Tablo 11’de gösterilmiştir.

**Tablo 11**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyumu Düzeylerinin Partnerleri ile Görüşme Sıklığı Değerlendirmeye göre Karşılaştırılması*

Görüşme Sıklığı	n	Sıra ortalaması	$\chi^2$	p	Farkın kaynağı
Çok az	19	77.53			Sık > Çok az
Az	32	105.80			$p < .01$
Orta	86	108.16	14.97	0.005	Çok Sık > Çok az
Sık	54	123.77			$p < .01$
Çok sık	37	142.23			

Tablo 11’de görüldüğü üzere İlişki Doyumu Ölçeği puanları sıra ortalamalarında guruplar arasında anlamlı farklılaşmalar elde edilmiştir,  $\chi^2(4)=14.97$ . Yapılan çoklu karşılaştırmalar, partnerleri ile sık veya çok sık görüşen katılımcıların romantik ilişki doyumlarının partnerleri ile çok az görüşen katılımcıların daha yüksek olduğunu göstermektedir.

### **Katılımcıların Romantik İlişki Doyumları ile Öz Yeterlik Düzeyi Arasında İlişkinin Sonuçları**

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyum düzeylerinin öz yeterlik düzeyi ile ilişkisini incelemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 12’de gösterilmektedir.

**Tablo 12**

*Katılımcıların Romantik İlişki Doyum Düzeyleri ile Öz yeterlik Düzeyleri arasındaki İlişkinin Sonuçları*

		<b>Öz Yeterlik Düzeyi</b>
	r	.292 <sup>***</sup>
<b>Romantik İlişki Doyumu</b>	p	.000
	n	228

Tablo 12’de elde edilen sonuçlar romantik ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki olduğunu göstermektedir ( $r = .29$ ,  $P < .001$ ).

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırma hipotezlerinden elde edilen bulgular, literatürde bulunan benzer araştırmalar ile desteklenip tartışılarak sonuca ulaşılabacaktır. Yeni araştırmalara yönelik öneriler de alt başlık olarak verilmiştir.

##### **Romantik İlişki Doymu ile Demografik Değişkenlerin Bulguların Tartışması**

Araştırmanın amaçlarından biri, romantik ilişki doyumunun öğrencilerin demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ailenin ilişkiye yaklaşımı, ilişki süresi, iletişim kurma şekli ve görüşme sıklığı değerlendirme) göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Bu bölümde demografik özellikler ile romantik ilişki doyumuna ilişkin bulgular ilgili literatür temelinde tartışılmıştır.

Bu araştırmada romantik ilişki doyumunun öğrencilerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde, erkek ve kadın öğrencilerin ilişki doyum düzeyi ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark elde edilememiştir. İlgili literatür incelendiğinde sonuçları yönünden benzer çalışmaların olduğu görülmektedir. Koç (2020) tıp öğrencilerinin öz anlayışının ilişki doyumlarına etkisini araştırdığı çalışmasında, erkek öğrencilerle kadın öğrencilerin ilişkilerinden aldıkları doyumun cinsiyetlerine göre farklılaşmadığını belirtmiştir. Curun (2001) cinsiyetçilik, cinsiyet rolü yöneliminin romantik ilişki yaşayan çiftlerin ilişki doyumuna etkisini incelediği araştırmasında, cinsiyetlere göre ilişki doyumunun farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında ise Madey ve Rodgers (2009), bağlanma teorisi ile Sternberg'in üçgen aşk teorisinin (yakınlık, tutku, bağlılık) ilişki doymu üzerine etkisini incelediği araştırmasını, etnik kökenleri farklı olan 55 (15 erkek, 40 kadın) üniversite mezunu ile yapmış olup çalışma sonucunda ilişki doyum düzeyinin cinsiyetlere bağlı olarak farklılaşmadığını rapor etmiştir. Diğer taraftan, literatürde ilişki doyumunun cinsiyetlere göre farklılaştığını rapor eden çalışmalarda mevcuttur. Saraç vd. (2015) yaptığı çalışmada ilişki doyumunu cinsiyet farklılıklarına göre incelemiş ve araştırma sonucunda, cinsiyete göre ilişki doyumunu düşük düzeyde negatif yönlü ilişki olarak sonuçlandırmıştır. Buğa (2009) çalışmasında yakın ilişkilerde bağlanma stillerini, toplumsal cinsiyet rolleri açısından karşılaştırarak, cinsiyetlerin ilişki doyumunu yordayıp yordamadığına bakmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyetlerin ilişki doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğunu belirtmiştir. Diğer bir çalışmada

Sakallı Uğurlu (2003) romantik ilişki doyumunun cinsiyet ve gelecek zaman yönelimi ile ilişkisini inceleyerek romantik ilişki doyumu yüksek olan katılımcıların, daha az doyum alan katılımcılara göre romantik ilişkilerinin gelecek zaman yöneliminde daha yüksek puan aldığını rapor etmiştir. Kadın öğrencilerin, devam eden romantik ilişkilerinde erkeklere göre ilişki doyumu daha yüksek bulmuştur. Bu nedenle kadınların, romantik ilişkilerinde gelecek zaman yöneliminde (gelecek zamanla ilgili tahminde bulunmak) olduklarını ifade etmiştir.

Literatürdeki araştırmalarda, romantik ilişki doyumunun cinsiyetlere göre farklılıkları incelendiğinde elde edilen bulguların tutarsızlıklar içerdiği görülmektedir. Sakallı ve Curun (2001) cinsiyet kalıp yargılarının ve cinsiyet rollerinin romantik ilişkiler üzerindeki etkisinden bahsetmiştir. Bu durumda belirleyici faktörün toplumsal cinsiyet kalıpları olduğu söylenebilir. Son yıllarda toplumsal cinsiyet eşitliğine yönelik yapılan çalışmalar ve toplumsal roller ile bireye verilen görevlerin benzer özellikler taşıması, çalışmadaki sonuçları açıklar nitelikte olduğu düşünülmektedir. Çalışmanın sonucuna göre, romantik ilişki yaşayan kişilerin cinsiyetlerinin ilişki doyumlarını etkilemediği söylenebilir.

Romantik ilişki doyumunun öğrencilerin yaşlarına bağlı olarak farklılaşp farklılaşmadığı incelendiğinde; 18-25 yaş grubunda yer alan öğrencilerin ilişki doyum puanlarının, 26-30 yaş grubunda olan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu ve bu sonuç doğrultusunda daha genç yaş kategorisindeki öğrencilerin, büyük yaş grubunda olan öğrencilere göre ilişkilerinden elde ettikleri doyumun daha fazla olduğunu söylemek mümkündür. İlgili literatür incelendiğinde farklı sonuçların yer aldığı araştırmalara da rastlanmıştır. Özbiçer (2013) üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı araştırmasında ilişki doyumu ile yaş arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir anlamlılık olduğunu ifade etmiştir. Bu sonuçlardan farklı olarak literatürde yaş ile romantik ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlılık bulan çalışma da mevcuttur. Göllü (2019) genç yetişkinlerle erken dönem uyumsuz şemaların ilişki doyumuna etkisini incelediği çalışmasında yaş ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü anlamlılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Saraç vd. (2015) ise üniversite öğrencilerinin ilişki doyumlarına yönelik yaptığı araştırmasında 299 (%60,2 kadın ve %39,8 erkek) öğrencinin yaşları ile doyum düzeylerini karşılaştırmıştır. Araştırma sonucunda yaşa göre romantik ilişki doyumu arasında anlamlı farklılığın görülmediğini belirtmiştir. Bandura (1999) yaş ve cinsiyet gibi kişisel özelliklerin bilişsel süreçleri ve davranışları etkilediğinden bahsetmiştir. Bireyler davranış ve düşünce sistemlerini deneme yanılma

yöntemleri ile geliştirerek önbilgileri ile bir sonraki davranış ve düşüncelerini şekillendirmektedir. Özabacı (2004) üniversite öğrencileri ile ilgili yapılan çalışmalarda, çiftlerin birbirlerini tanıma sürecinde olumlu ve olumsuz deneyimler kazandığından bahsetmiştir. Bu nedenlerden dolayı romantik ilişki deneyimlerinin yaşla birlikte artmakta olduğu söylenebilir. Gottman (1999) (aktaran, Soner & Düşünceli, 2021) sağlıklı eş seçiminin yapılamadığı ilişkilerin, kişilerin psikolojik sağlığı üzerindeki olumsuz etkisinden bahsederek, ilişkiden elde edecekleri doyumlarının daha az olacağından bahsetmiştir. Bu nedenle deneyimi artan bireylerin uygun olmayan eş seçimi arttıkça ilişkiden aldıkları doyumunda azalacağını söylemek mümkündür. Bununla birlikte yaş arttıkça ilişkiye yönelik atıfların ve farklı dinamiklerin ortaya çıkabileceği şeklinde de yorumlanabilir. Literatüre bakıldığında ilişki doyumunun yaşla ilişkili olduğu yönündeki çalışmaların son derece kısıtlı olduğu görülmektedir. Bu sebeple bu çalışmanın ilgili literatüre katkı sağlayacak çalışmalardan biri olma potansiyeline sahip olduğu düşünülmektedir.

Romantik ilişki doyumunda öğrencilerin sınıf düzeylerine göre farklılaşmalar incelendiğinde; 2.sınıf öğrencilerin ilişki doyum ortalamalarının 4.sınıf öğrencilerinin ilişki doyum ortalamalarından daha yüksek olduğu ve buna göre 2.sınıf öğrencilerinin 4.sınıf öğrencilerine göre ilişkilerinden daha fazla doyum sağlamakta olduğu söylenebilir. Literatürde ilişki doyumunun sınıf düzeyi ile ilişkisini ele alan çalışmalar incelendiğinde anlamlı farklılığın olmadığını rapor eden çalışmalar dikkat çekmektedir. Arslan (2020) üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile ilişki doyumunu incelendiği çalışmada anlamlı farklılığın bulunmadığını belirtmiştir. Satıcı' da (2018) yürüttüğü çalışmada benzer şekilde sonuçlar bularak sınıf düzeyleri ile ilişki doyumunun arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ifade etmiştir. Knox ve Sporkowski (1968) üniversite öğrencilerinin partnerlerine yönelik gerçekçi değerlendirme ve algılarının artmasının, ilişki deneyimlerinin artması ile mümkün olacağını belirtmiştir. Bu bilgiler ışığında sınıf düzeyinin artması, öğrencilerin ilişki deneyimlerinin artması ve ilişkiye yönelik algılarının daha gerçekçi olması şeklinde yorumlanabilir. Bu sonuçlar doğrultusunda çalışmanın özgün olması ile alanyazına farklı bir bakış açısı getireceği düşünülmektedir. Çalışmanın sonucuna bakıldığında farklı yaş gurubuna sahip öğrencilerin doyum düzeyinin farklılık göstermesine paralel olarak sınıf düzeyinin de anlamlı farklılaşma gösterdiği söylenebilir.

Romantik ilişki doyumunun, ailenin ilişkiye yaklaşımına bağlı olarak farklılaşma gösterip göstermediğine yönelik yapılan istatistiksel analiz incelendiğinde; ilişkiyi

onaylayan aileye sahip öğrencilerin, aile yaklaşımı bilmiyorlar olan öğrencilerden daha fazla doyum elde ettikleri görülmektedir. Koç (2020) tıp öğrencilerine yönelik yaptığı araştırmasında, ailenin ilişkiye yaklaşımı değişkenine benzer olan ailenin tutumunun romantik ilişki doyumuna göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını belirtirken, Göllü (2019) genç yetişkinlik dönemine yönelik yürüttüğü araştırmasında algılanan ebeveyn tutumu ile romantik ilişki doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu rapor etmiştir. Rehman vd. (2007) aile ilişkilerinin, çiftlerin ilişki doyumlarını yordadığını ifade etmiştir. Kocadere (2005) Türkiye'deki romantik ilişkilerin, kişilerin aile yapılarının baskın rolünden etkilendiğinden bahsetmiştir. Buradan yola çıkarak bireylerin ailelerinin ilişkiye yaklaşımlarının, ilişki doyumları üzerinde de etkisi olacağı yönünde değerlendirmeler yapılabilir. Araştırmalarda ailenin ilişkiye yaklaşımı değişkeninin literatürde benzer değişkenlerle birlikte kısıtlı bir şekilde yer aldığı görülmektedir. Bu nedenle ailenin ilişkiye yaklaşımının romantik ilişki doyumunda yaratacağı farklılaşmalara ilişkin bu çalışma bulgularının, ilgili literatüre katkı sağlayacağı beklenmektedir.

Romantik ilişki doyumunun ilişki süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular değerlendirildiğinde, anlamlı farklılaşmanın olmadığı görülmüştür. Literatürde yer alan araştırmalarda da benzer sonuçların yer aldığı görülmektedir. Kurt (2019) çalışmasında ilişki doyumları ile ilişki süreleri arasında anlamlı bir farkın bulunamadığını belirtmiştir. Yiğit ve Çelik (2016) yürüttükleri çalışmada ilişki doyumunun demografik değişkenlerle yordanıp yordanmadığı inceleyerek, ilişki süresinin ilişki doyumunu üzerinden yordayıcı gücünün olmadığını ortaya koymuştur. Budak'ta (2011) üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı araştırmasında ilişki doyumları ile ilişkisi süresi üzerinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı belirtmiştir. Saraç (2013) üniversite öğrencileri üzerinden yürüttüğü araştırmasında ilişki sürelerinin ilişki doyumunu ile anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemiş ve farklılaşmanın olmadığını araştırma sonuçlarında belirtmiştir. Connolly ve Goldberg (1999) çalışmalarında romantik ilişkilerin farklı dönemleri ve aşamaları olduğundan bahsetmiştir. Buna ek olarak ilişki sürdüğü sürece içinde bulunan her dönemin partnerler arasındaki yakın ilişki boyutu, beklentileri ve bağlılıkları açısından farklılık göstereceğinden bahsetmiştir. Bu bilgilerden yola çıkarak ilişkilerin her dönemine ait dinamiklerinin farklı olacağı, ilişkiye yönelik yapılan değerlendirmelerin, beklentilerin değişim göstereceği ve bu sebeple ilişkiden alınan doyumun, ilişki süresi ile farklılaşmadığı sonucuna ulaşılabilir.

Romantik ilişki doyumunun, öğrencilerle partnerlerinin iletişim kurma şekline göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş, elde edilen sonuçlar doğrultusunda öğrencilerin ilişki doyumlarının, yüz yüze veya uzak mesafe iletişimi (mesaj, telefon araması, görüntülü görüşme) kurmalarına bağlı olarak farklılaşmadığını görülmüştür. Satıcı (2018) araştırmasında benzer şekilde sonuçlar elde edilerek romantik ilişki doyumunun en sık kullanılan iletişim yöntemine (yüzyüze, mesaj, telefon araması, görüntülü görüşme) göre farklılaşmadığını ifade etmiştir. Literatürde bu iki değişken arasındaki ilişkinin incelendiği sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmıştır. İletişim teknolojilerindeki ilerlemelerle birlikte romantik ilişki sahibi kişilerde birbirleriyle iletişim kurmak için çevrim içi ortamları kullanmaktadırlar. Sanchez vd. (2017) tarafından 431 öğrencinin katılımı ile yapılan ve çevrim içi görüşmelerin çift kalitesine etkisinin incelendiği çalışmada, tüm çevrimiçi görüşmelerin, yaş ve ilişki süresiyle birlikte azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer yandan çevrim içi yakınlığın ilişki doyumu ile pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Özdemir ve Kaya (2013) bireylerin en temel ihtiyacının iletişim olduğundan söz etmişlerdir. Ayrıca bireylerin duygu ve düşüncelerini birbirlerine iletişim yolu ile aktardığından bahsetmişlerdir. Günümüzde teknolojinin ilerlemesi sonucunda sosyal medya aracılığıyla ulaşım daha kolay hale gelmiştir. Sosyal ağ sitelerinden iletişim kurmak oldukça kolaylaşmıştır. Bu bilgilerden hareketle çalışma bulgularının sonuçlarının beklendiği olduğu söylenebilir.

Romantik ilişki doyumunun görüşme sıklığı değerlendirmelerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde sık veya çok sık görüşen çiftlerin ilişki doyumlarının çok az görüşen çiftlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde ilişki doyumu ile görüşme sıklığını birlikte ele alan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu gözlemlenmiştir. Ulutaş'ın (2018) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasında da benzer sonuçların yer aldığı görülmüştür. Çalışma sonucunda ilişki doyumu ile görüşme sıklığı algısı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin ortaya çıktığını ifade etmiştir. Larsen ve Olson'a (1989) göre çiftler, sorunlarının çözümü için birbirleri arasında duygu ve düşüncelerinin aktarımını iletişim aracılığı ile sağlamaktadır. Ayrıca sağlıklı iletişim becerilerinin olması da ilişkinin kalitesi üzerinde etkilidir. Bu bilgiler bir arada değerlendirildiğinde bu çalışmanın sonuçlarının ilgili literatür bulguları tarafından desteklendiği söylenebilir.

## **Romantik İlişki Doymu ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ile İlgili Tartışma**

Bu araştırmanın temel amaçlarından biri ilişki doymu ve öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesiydi. Elde edilen sonuçlar ilişki doyumunun, öz yeterlik ile pozitif yönde ve anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu sonuçtan yola çıkarak katılımcıların öz yeterlik düzeyleri arttıkça, romantik ilişkilerinden de alacakları doyumun artacağı söylenebilir. Bu bulgular çalışmanın öz yeterlik düzeyi ile ilişki doyumunun ilişkili olduğu yönündeki varsayımını karşılamıştır.

Bandura'ya (1977) göre her bireyin duygu ve davranışı öz yeterlik inancına göre değişiklik göstermektedir. Aynı zamanda öz yeterlik inancı hem yeni davranış geliştirmede hem de davranışın yön değiştirmesinde işlevseldir. Bireylerin ilişki içerisindeki duygu, düşünce ve davranışları ilişki doyumlarını etkilemektedir (Hendrick vd., 1988). Buna göre kişilerin öz yeterlik düzeyi, duygu ve davranışlar üzerindeki etkisi ile ilişki doyumlarını da etkilediği yönündedir. Çünkü bireylerin ilişki doymu da duygu, davranış ve düşüncelerden etkilenmektedir. Yurt içinde romantik ilişki doymu ile kişilik özellikleri için daha öncesinde çalışmalar yapılmış olsa da, kişilik özelliklerinden biri olan öz yeterlik ile ele alındığı çalışmalar oldukça kısıtlıdır (Gündüz & Karataş, 2020). Gündüz ve Karataş'ın (2020) yürüttükleri çalışmada sonuçları yönünden benzerlik göstermektedir. Bu araştırma evli olan veya romantik ilişki içerisinde bulunan 18-42 yaş aralığındaki 352 katılımcıyla Türkiye genelinde yapılmıştır. Araştırma sonucunda romantik ilişkilerde öz yeterlik arttıkça, kişilerin ilişkideki doyum düzeyinin de daha yüksek sonuçlar verdiği görülmektedir. Yurt dışında yapılan çalışmalarda da yine romantik ilişkideki öz yeterlik düzeyi ile ilişki doyumunun benzer sonuçlar gösterdiği gözlenmiştir. Bu araştırmalardan biri çeşitli ülkelerden gelen evli, nişanlı, flört halinde veya romantik ilişki içerisinde bulunan 187 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşmiştir. Araştırma sonucunda romantik ilişki doymu ile romantik ilişki öz yeterliği ilişkisel olarak incelendiğinde; romantik ilişki öz yeterliği ile ilişki doymu arasında pozitif anlamlı bir ilişkinin bulunduğu görülmüştür. İlişkisel öz yeterlik düzeyinin ilişki doyumunu yordayıp yordamadığına bakıldığında, ilişkisel öz yeterliğin ilişki doyumunu açıkladığı da görülmüştür. Bu nedenle araştırma sonucunda ilişkisel öz yeterlik düzeyi yüksek olan kişilerin ilişki doyum düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir (Weiser & Weigel, 2016). Yine benzer sonuçlu bir araştırma, 217 lisans öğrencisinin katılımı ile yapılmış olup, araştırma sonucunda romantik ilişki öz yeterliğinin ilişki doymu ile pozitif yönde anlamlı olduğu



bulunmuştur (Riggio vd., 2013). Sonuç olarak bu araştırma bulgularının literatür bulguları ile örtüştüğü söylenebilir.

## Sonuçlar

Romantik ilişkiler, genç yetişkinlik döneminin gelişim görevi açısından önem taşımaktadır. Erikson'a (1968) göre bu dönem, genç bireylerin sağlıklı ilişki geliştirmesi için önemli bir dönemdir. Hendrick ve Hendrick (1989) çalışmalarında bireylerin niteliklerine de katkı sağlayan ilişkilerin, yakın ilişkiler olduğu ifade etmişlerdir. Romantik ilişkilerin sağlıklı olmasını sağlayan dinamiklerden biri de yaşanan romantik ilişkideki doyum düzeyidir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre kurulan hipotezler ile ilgili olarak aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

H1: Araştırmanın birinci hipotezi “Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu (a) cinsiyet (b) yaş (c) sınıf düzeyi (d) ailenin ilişkiye yaklaşımı (e) ilişki süresi (f) iletişim kurma şekli (g) görüşme sıklığını değerlendirme değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi” şeklinde kurulmuştur. Bu hipotezin test edilmesine yönelik elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

- a. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu, cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- b. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yaş aralıklarına göre farklılaşmaktadır. 18-25 yaş aralığındaki öğrencilerin ilişki doyumları, 26-30 yaş aralığındaki öğrencilerden anlamlı olarak daha yüksektir.
- c. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu sınıf düzeylerine göre farklılaşmaktadır. 2. sınıf öğrencilerinin ilişki doyum düzeyi, 4.sınıf öğrencilerinin ilişki doyum düzeyinden anlamlı olarak daha yüksektir.
- d. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu ailenin ilişkiye yaklaşımına göre farklılaşmaktadır. İlişkileri aileleri tarafından onaylanan öğrencilerin ilişki doyum düzeyi, bilmiyorlar olan öğrencilerin ilişki doyum düzeyinden daha yüksektir.
- e. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu ilişki sürelerine göre farklılaşmamıştır.
- f. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu iletişim kurma şekline göre (yüz yüze, görüntülü konuşma, mesaj, telefon görüşmesi-sesli) farklılaşmamıştır.

- g. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumu görüşme sıklıklarının değerlendirmelerine göre farklılaşmıştır. Görüşme sıklığı sık ve çok sık olan öğrencilerin ilişki doyum düzeyleri çok az olan öğrencilerin ilişki doyum düzeyine göre daha yüksektir.

H2: Araştırmanın ikinci hipotezi “Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasındaki ilişki vardır” şeklinde kurulmuştur. Bu hipotez test edildiğinde, üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ile öz yeterlik düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

### Öneriler

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile öz yeterlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Aynı zamanda ilişki doyumunun, demografik değişkenlerle ilişkisi ele alınmıştır. Araştırma bazı sınırlılıklar ve ölçütlerle yapılmıştır. Araştırma, Mersin ilindeki üniversiteler ile sınırlandırılmıştır. Araştırmanın ölçütleri ise, Mersin ilinde bulunan üniversitelerde okuyan lisans ve önlisans öğrencileri, 2., 3. ve 4. sınıf öğrencileri ve romantik ilişkisi bulunan öğrencilerdir. Covid 19 pandemisi sebebiyle okula uzaktan başlayan ve hiç okul ortamında bulunmamış öğrenciler araştırma kapsamı dışında kalmıştır.

- Araştırma için literatür taraması yapıldığında ilişki doyumu ile kişilik özelliklerinin yer aldığı çalışmalarda genel öz yeterlik ile ilgili daha önce hiç çalışma yapılmamış olması, bu konu üzerinde daha fazla çalışma yapılması gerektiğini göstermektedir.
- Araştırmacılara ilişki doyumu ile öz yeterliğin farklı illerde ve farklı örneklerde de çalışılması önerilmektedir.
- Araştırmanın örneğini Mersin ilinde bulunan üniversitelerde okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. İlerde yapılacak olan çalışmalarda örneklem grubu olarak genç yetişkinler, evli çiftler ile uzak mesafe ilişkisi yaşayan çiftlerinde araştırmaya dahil edilmesi aynı zamanda her iki çiftten de veri toplanması araştırma bulgularını zenginleştirecektir.
- Covid 19 pandemisi sonrası okul ortamına giren hazırlık sınıfı ile birinci sınıf öğrencilerinin de dahil edildiği araştırmalar yapılması önerilmektedir.

- Araştırmada materyel olarak, ilişki doyumu ölçeği, genel öz yeterlik ölçeği ve demografik form kullanılmıştır. Araştırmacıların da ilişki doyumu ölçeği ile çeşitli öz yeterlik ölçeklerinden birinin kullanımını önerilmektedir. Böylece farklı öz yeterlik ölçeklerinin ilişki doyumuna katkısını inceleme fırsatı yakalanabilecektir.
- Araştırmada ilişki doyumu ile çeşitli demografik değişkenlerde incelenmiştir. Bu değişkenlerden iletişim kurma şekli değişkeni ile görüşme sıklığı değerlendirme değişkeninin literatürde sınırlı olduğu gözlenmiştir. Yeni örneklemlerde söz konusu değişkenlerin tekrar sınılanması önerilmektedir. Tüm bunların dışında araştırmacılara yeni demografik değişkenler eklemeleri önerilmektedir.



## KAYNAKÇA

- Açıkgöz, S. (2006). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile özyeterlilik ve iyimserlik ilişkisi: Ankara üniversitesi örneği [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Adaköy, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ile ikili ilişkilerde mükemmeliyetçi özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi].
- Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333-341. <http://doi.org/10.1037/0003-066X.49.4.333>.
- Alakuş, E. (2020). Romantik ilişkilerden beklentilere dair farkındalık ölçeğinin geliştirilmesi ve üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinden beklentilerine dair farkındalıklarının belirlenmesi [Yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi].
- Alpar, R. (2020). Çok değişkenli istatistiksel yöntemler. DetayYayıncılık.
- Altun, S. & Çolak, E. (2011). Öğrenme kuramları. Öğrenme Kuram ve Yaklaşımları. Anı Yayıncılık.
- Arıkan, G. (2020). Üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumlarında toplumsal cinsiyetin ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların rolü [Yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi].
- Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. (1995). Falling in love: Prospective studies of self-concept change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1102-1112. <http://doi.org/1037/0022-3514.69.6.1102>.
- Arseven, A. (2016). Öz yeterlilik: Bir kavram analizi. *Electronic Turkish Studies*, 11(19), 63-80. <http://dx.doi.org/10.7827>.
- Arslan, A. (2020). Romantik ilişkilerde ilişki doyumu, irrasyonel inanışlar ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi].
- Arslan, E. (2019). Tükenmişlik ile öz yeterlilik inancı arasındaki ilişkide sosyal destek algısının aracı rolü: Akademik personel örneğinde kuşaklar arası farklılık [Yüksek lisans tezi, Çankaya Üniversitesi].
- Aşık, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin öz yeterlilik düzeylerinin öz anlayış ve ebeveyn kabul-reddine ilişkin algıları çerçevesinde incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi].

- Atak, H. & Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.
- Atılğan, I. (2020). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiler ile ilgili akılcı olmayan inançlarının nesne ilişkileri-gerçeği değerlendirme boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi].
- Aydiner, B. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Aydoğdu, İ. (2010). Romantik ilişkilerin kişilik özellikleri açısından incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi].
- Aypay, A., (2010). Genel öz yeterlik ölçeği'nin (GÖYÖ) Türkçe'ye uyarlama çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 113-132.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <http://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *Amerikan Psychologist*, 37(2), 122-147. <http://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ, 94-104.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Asian Journal of Social Psychology*, 2(1), 21-41. <http://doi.org/10.1111/1467-839X.00024>.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, 5(1), 307-337.
- Batman Kavak, C. (2020). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar ile romantik ilişkilerde obsesif kompulsif belirtiler ve ilişki doyumu arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi].
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal Öğrenme Kuramı ve Eğitimde Uygulanması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2007). 198-210.
- Budak, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin aşka ilişkin tutumları ve ilişki doyumlarının kişilik özellikleri ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi].
- Buğa, D., (2009). Yakın ilişkilerde istikrar: Bağlanma stilleri ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından bir karşılaştırma. [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].

- Buğdaycı, S. (2018). Antrenörlerin iletişim becerileri ile öz yeterliliklerinin incelenmesi [Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi].
- Burger, J. M. (2006). Kişilik (İ. D. ERGUVAN SARIOĞLU, Çev). Kaknüs Yayıncılık (Orijinal çalışma 1992 yılında yayımlanmıştır)
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö., Köklü, N., (2015). Sosyal bilimler için istatistik. Pegem Yayınları
- Can, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi].
- Canpolat, A. M. & Çetinkalp, Z. K. (2011). İlköğretim II. kademe öğrenci-sporcuların başarı algısı ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(1), 14-19.
- Collins, W.A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Connolly, J. & Goldberg (1999). Romantic relationships in adolescence: The role of friends and peers in their emergence and development. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781316182185.012>.
- Cömert, A. (2020). İlişki doyumu ile empati, kıskançlık ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi].
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(5), 523-543. <https://doi.org/10.1023/A:1021650525419>.
- Cui, M., Fincham, F. D. & Pasley, B. K. (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226-1235. <https://doi.org/10.1177/0146167208319663>.
- Curun, F. (2001). The effects of sexism and sex role orientation on romantic relationship satisfaction. [Unpublished master's thesis, Middle East Technical University].
- Çamaş, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım aramaya ilişkin damgalama düzeylerinin özyeterlik, aile bütünlük duygusu ve sosyal destek ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].

- Çaykuş, E. T. (2020). İlişki istikrarı: İlişkilerde güç algısı, ilişkiyel alçakgönüllülük ve romantik ilişkilerde obsesyon ve kompulsiyon ilişkilerinin incelenmesi [Doktora tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi].
- Çelen Demirtaş, S. (2010). The role of gender, relationship status, romantic relationship, satisfaction, and commitment to career choices in the components of subjective well-being among senior university students [Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi].
- Çelikkaleli, Ö., Gündoğdu, M., & Kıran Esen, B. (2006). Ergenlerde yetkinlik beklentisi ölçęi: Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eurasian Journal of Educational Research, (EJER)*, 25, 62-72.
- Çetin, F. & Basım, H. N. (2010). İzlenim yönetimi taktiklerinde öz yeterlilik algısının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (35), 255-269.
- Demirci, F. (2021). Bilişim teknolojileri öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının öz-yeterlilik kaynakları ile teknolojik pedagojik alan bilgileri arasındaki ilişki [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi].
- Doğan Laçın, B. G. & Yalçın İ. (2019). Üniversite öğrencilerinde öz-yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejilerinin bilişsel esnekliği yordama düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(2), 358-371. <http://doi.org/10.16986/HUJE.2018037424>.
- Doğan Laçın, B. G. (2015). Üniversite öğrencilerinde öz yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejilerinin bilişsel esnekliği yordama düzeyleri [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Doğan Yatar, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde somatizasyon eğiliminin yordanmasında stresle başa çıkma yöntemleri, genel öz yeterlilik inancı ve bilişsel esnekliğin rolü [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi].
- Doğaner, B. (2014). Romantik ilişkileri olan üniversite öğrencilerinin narsistlik kişilik eğilimi düzeylerine göre; ilişki bağlanımı, ilişki doyumu ve benlik saygılarının incelenmesi: İstanbul ili örneği [Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi].
- Efe, M. (2007). 14-16 yaş grubu bireylerde spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi [Doktora tezi, Uludağ Üniversitesi].
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*, (No. 7).
- Erkan, S., Çankaya, Z. C., Terzi, Ş. & Özbay, Y. (2011). Üniversite psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(22), 174-198.

- Erol, A. P. (2020). Cinsiyet rolünün ilişki doyumu ile ilişkisinde pozitif-negatif duygulanımın aracı rolü [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi].
- Ertong, A. (2019). Lise öğrencilerinin matematik öz-yetkinlik kaynaklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Adıyaman Üniversitesi].
- Feldman, S. S. & Gowen, L. K. (1998). Conflict negotiation tactics in romantic relationships in high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(6), 691-717.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using spss third edition*, 3rd edition. Sage.
- Fincham, F. D. & Beach S. R. H. (2006). Relationship Satisfaction. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 2.
- Furman, W. & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Society for research in child development*, 63(1), 103-115. <http://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1992.tb03599x>.
- Furman, W. & Wehner, E. A. (1997). Adolescent romantic relationships: A development perspective. *New directions for child development*, 1997(78), 21-36.
- Gençtürk, A. (2008). İlköğretim okulu öğretmenlerinin öz-yeterlik algıları ve iş doyumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. [Yüksek lisans tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi].
- Gerçek, A. (2018). Genel öz yeterlik ve çatışma yönetim tarzı ilişkisi: Özel sektör çalışanları üzerine bir araştırma [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Göllü, E., (2019). Genç erişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveyn tutumlarının ilişki doyumuna etkisi. [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]
- Gülđen, Ç. (2011). Ergenlerin romantik ilişkilerini başlatma, sürdürme ve bitirme nedenlerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Güleç, S. (2020). Romantik ilişkilerde doyum modeli: Temel psikoloji ihtiyaçlar, bilinçli farkındalık, ilişki niteliği, yükleme tarzları [Doktora tezi, Çukurova Üniversitesi].
- Günay, S. (2007). Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerinin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Gündüz, B. & Karataş, A. (2020). İlişki doyumunun yordayıcıları: İlişkisel benlik değişimi ve romantik ilişkilerde öz yeterlik. 13. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi. (s.15-21), Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay.



- Güvenç, F. (2019). Üniversite öğrencilerinde bilişsel esneklik ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi].
- Habibova, G. (2019). Çalışan kadınlarda evlilik doyumunun yordayıcısı olarak kişilerarası yeterlik ve iş-aile çatışmasını yönetme öz-yeterliği [Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi].
- Hacıoğlu, A. Ş. G. (2019). Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumunun ilişki inançları, beden ve kendilik algısı ile kişiler arası yetkinlik değişkenlerine göre incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi].
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 30(4), 647-650. <http://doi.org/10.2307/349510>.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392-402.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1989). Research on love: Does it measure up?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 784-794 <http://doi.org/10.1037/0022-3514.56.5.784>.
- Hendrick, S. S. (2016). Yakın ilişkiler psikolojisi (A. Dönmez & A. Büyükşahin Sunal, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal çalışma 2004 yılında yayımlanmıştır)
- Hendrick, S. S., Dicke A. & Hendrick C. (1988). The relationship assessment scale. *Journal of Social and Personal Relationships*. 15(1), 137-142. <https://doi.org/10.1177/0265407598151009>.
- Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (2002). Linking romantic love with sex: Development of the perceptions of love and sex scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(3), 361-378. <https://doi.org/10.1177/0265407502193004>.
- Jose, R. & Novaco, R. W. (2016). Intimate partner violence victims seeking a temporary order: Social support and resilience attenuating psychological distress. *Journal of interpersonal violence*, 31(20), 3352-3376. <http://doi.org/10.1177/0886260515584352>.
- Karadağ, E., Aksoy Derya, Y. & Ucuzal, M. (2011). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz etkililik yeterlik düzeyleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi*, 4(1).

- Karagöl, İ. (2015). Üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin İngilizce konuşma becerilerinin İngilizceye yönelik tutum, kaygı ve genel öz yeterlilikleri açısından yordanması [Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi].
- Karasar, N. (2016). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Evi.
- Kılıççı, Y. (2006). Okulda ruh sağlığı. Anı Yayıncılık.
- Knee C.R. (1998). İmplicit theories of relationship: Assessment and prediction of romantic relationship initiation, coping, and longevity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 360-370. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.360>.
- Knox, D. H. & Sporkowski, M. J. (1968). Attitudes of college students toward love. *Journal of Marriage and the Family*, 30(4), 638-642. <http://doi.org/10.2307/349508>.
- Kocadere, M. (2005). İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma [Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi].
- Koç, K., Turan, M. B. & Arslan, T. A. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin iletişim becerisi düzeyleri ile genel öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 15(26), 4421-4436.
- Koç, R. (2020). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde özanlayışın ilişki doyumuna etkisi [Tıpta uzmanlık tezi, Çukurova Üniversitesi].
- Kotaman, H. (2008). Özyeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 113-133.
- Kurbanoğlu, S. S. (2004). Öz-yeterlik inancı ve bilgi profesyonelleri için önemi. *Bilgi Dünyası*, 5(2), 137-152.
- Kurt, L. (2019). Romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve kişilik özelliklerinin ilişki doyumuna etkisi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi].
- Kutlu, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin alıştırma-oryantasyon hizmetlerine ilişkin karşılaştıkları sorunlar ve beklentileri. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6-9.
- Kuzgun, Y. (2014). Meslek rehberliği ve danışmanlığa giriş. Nobel Yayın Dağıtım.
- Larsen, A. S. & Olson, D. H. (1989). Predicting marital satisfaction using prepare: A replication study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15(3). 311-322. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1989.tb00812.x>.
- Lopez, F. G., Morua, W. & Rice, K. G. (2007). Factor structure, stability and predictive validity of college students relationship self-efficacy beliefs. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(2), 80-96. <https://doi.org/10.1080/07481756.2007.11909807>.

- Madey, S. F. & Rodgers, L. (2009). The effect of attachment and Sternberg's triangular theory of love on relationship satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 7-84.
- Meeks, B.S., Hendrick, S.S. & Hendrick, C. (1988). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 755-773. <http://doi.org/10.1177/0265407598156003>.
- Metis, S. & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17(1), 170-185. <http://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1990.tb00230.x>.
- Nemlioğlu, S. B. (2011). Ergenlikte romantik ilişkiler [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi].
- Olson, M.H. & Hergenhahn, B. R. (2016). Öğrenmenin kuramları (M. Şahin, Çev.). Nobel Yayınevi. (Orijinal çalışma 2013 yılında yayımlanmıştır)
- Özabacı, N. (2004). Evlilik öncesi ilişkiler. H. Yavuzer (Ed.). *Evlilik Okulu*. (s.39-53). Remzi Yayınevi.
- Özbiçer, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile romantik ilişki doyumları ve eşlerinin ilişki doyumlarına yönelik algıları [Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi].
- Özdemir, G. A. & Kaya, H., (2013). Midwifery and nursing students' communication skills and life orientation: correlation with stres coping approaches. *Nursing and Midwifery Studies*, 2(2), 198.
- Özdemir, İ. (2019). Oyun eğitiminin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve öz yeterlik inançlarına etkisi [Doktora tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi].
- Özkan S. & Yılmaz, E. (2010). Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları (Bandırma örneği). *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 5(13), 153-171.
- Piaget, J. (2004). Çocukta zihinsel gelişim (H.Portakal, Çev.). Cem Yayınevi. (Orijinal çalışma 1999 yılında yayımlanmıştır)
- Rehman, U. S. & Holtzworth Munroe, A. (2007). A cross-cultural examination of the relation of marital communication behavior to marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 759-763. <http://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.759>.
- Reis, H.T., Collins, W.A., & Berscheid, E. (2000). The relationship context of human behavior and development. *Psychological bulletin*, 126(6), 844. <http://doi.org/10.1037/0033-2909.126.6.844>.

- Riggio, H. R., Weiser, D. A., Valenzuela, A. M., Lui, P. P. & Heuer, J. (2013). Self-efficacy in romantic relationships: Prediction of relationship attitudes and outcomes. *The Journal of Social Psychology*, 153(6), 629-650. <https://doi.org/10.1080/00224545.2013.801826>.
- Rusbult, C. E. & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationship*, 10(2), 175-204.
- Sakallı Uğurlu, N., (2003). Cinsiyetçilik: Kadınlara ve erkeklere ilişkin tutumlar ve çelişik duygulu cinsiyetçilik kuramı. *Türk Psikoloji Yazıları*, 6(11-12), 1-20.
- Sakallı, N. & Curun, F. (2001). Romantik ilişkilerde ilgili kalıpyargılara karşı tutumlar. *Psikoloji Çalışmaları*, 22, 31-44.
- Sakız, G. (2013). Başarıda anahtar kelime: Öz yeterlik. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(1), 185-209.
- Sanchez, V. Munoz-Fernandez, N., & Ortega-Ruiz, R. (2017). Romantic relationship quality in the digital age: A study with young adults. *The Spanish Journal of Psychology*, 20, 1-10. <http://doi.org/10.1017/sjp.2017.20>.
- Saraç, A. (2013). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordamada akılcı olmayan inançlar ve evlilik öncesi ilişki algılarının rolü [Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi].
- Saraç, A., Hamamcı, Z. & Güçray, Z. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69-81.
- Sarı, T. (2008). Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumları arasındaki ilişkiler [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Satıcı, B. (2018). Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumları arasında duygusal zekâ ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi [Doktora tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi].
- Scholz, U., Gutierrez Dona, B., Sud, S. & Schwarzer, R. (2002). Is general self efficacy a universal construct? *European Journal of Psychological Assessment*, 18(3), 242-251.
- Senemoğlu, N. (2013). Gelişim, öğrenme ve öğretim-kuramdan uygulamaya. Yargı Yayınevi.
- Soner, G. & Düşünceli, B. (2021). Eğitim fakültesi öğrencilerinde eş seçme stratejileri ve ilişki doyumları. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(1), 186-202.

- Soyer, M. (2019). Cinsiyet ve romantik ilişki durumuna göre üniversite öğrencilerinin üçgen aşk düzeyleri: Temel kişilik özellikleri ve benlik saygısının rolü [Doktora tezi, Mersin Üniversitesi].
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Tavşancıl E. (2014). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. Nobel Yayın Evi.
- Tuncer, S. (2019). Üniversite öğrencilerinin yakın ilişki inançları ve benlik değişimlerinin romantik ilişkilerinin niteliğini yordama gücü [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Tunç, E. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi].
- Tuzer, D. (2016). Üniversite öğrencilerinin eş seçimi tutumlarının bireysel özellikleri açısından incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi].
- Türk, E. G. & Yıldız A. D. (2017). Aşk biçemleri, ilişki doyumu ve yalnızlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 97-109.
- Uçar, S. (2018). Beliren yetişkinlikte romantik ilişki deneyimleri [Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi].
- Ulutaş, E. (2018). Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile kişilik özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi].
- Uysal, İ. (2013). Akademisyenlerin genel öz-yeterlik inançları: AİBÜ eğitim fakültesi örneği. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 144-151.
- Uzun, S. (2018). Algılanan streste sosyal destek unsurları ve öz-yeterliliğin rolü: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma [Yüksek lisans tezi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi].
- Watts, S. & Stenner, P. (2005). The subjective Experience of Partnership Love: AQ Methodological study. *British Journal of Social Psychology*, 44(1), 85-107. <http://doi.org/10.1348/014466604X23473>.
- Weiser, D. A. & Weigel, D.J. (2016). Self-efficacy in romantic relationships: Direct and indirect effects on relationship maintenance and satisfaction. *Personality and Individual Differences*, (89), 152-156. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.013>.

- Yalçın, İ. (2010). İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Yalçın, İ. (2018). Profesyonel futbolcularda zihinde canlandırma ile öz güven arasındaki ilişkinin araştırılması [Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Yavuz, T. (2018). Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki bağlantı [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi].
- Yazgan İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2011). Kişilik kuramları (4. baskı). Pegem Akademi.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Seçkin Yayınevi.
- Yıldırım, B. (2017). Çocukluk çağı travmaları ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkide; otomatik düşüncelerin aracılık rolü [Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi].
- Yiğit, İ., & Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. Türk Psikoloji Yazıları, 19(38), 77-87.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. Contemporary educational psychology, 25(1), 82-91. <http://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>.

## EKLER

## Ek A. Etik Kurul Onay Formu

T.C	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİNİ / ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	Dilek KOLAY
ÖĞRENCİ NO	2018100113
TEL. NO.	
E - MAİL ADRESLERİ	
ANA BİLİM DALI	PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	Tez
İSTEKDE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLİK KAYDININ YAPILIP-YAPILMADIĞI	2020 / 2021 GÜZ DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM.
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi
TEZİN AMACI	Araştırmanın amacını, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik inancı düzeyinin romantik ilişki doyumunu ile ilişkisi oluşturmaktadır
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde ilişki doyumunu ile öz yeterlilik düzeyi arasında ki ilişkinin incelenmesidir. Katılımcılar, Çağ Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Toros Üniversitesi, Çukurova Üniversitesi 'nde eğitim gören romantik ilişkisi bulunan öğrenciler arasından kartopu yöntemi ile belirlenecektir. Bu çalışma da ilişki doyumlarını belirlemek için Hendrick İlişki Doyum Ölçeği ile öz yeterlilik düzeyi belirlemek için Jerusalem ve Schwarzer Genel Öz Yeterlilik Ölçeği kullanılacaktır. Katılımcıların demografik değişkenleri içinse Demografik Bilgi Formu kullanılacaktır. Araştırma verileri toplandıktan sonra bilgisayar ortamına aktarılarak analizler için hazır duruma getirilecektir. Araştırma verilerinin analizinde değişkenlere bağlı olarak SPSS 25.0 paket programı kullanılacak olup Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı ve basit doğrusal regresyon analizlerinden yararlanılacaktır. Araştırma sonucunda da bireylerin ilişkilerinden aldıkları doyum ile öz yeterlilik düzeyinin anlamlı olduğu, öz yeterlilik düzeyinin ilişki doyumunu ile anlamlı olduğu ve ilişki doyumunun cinsiyete göre anlamlı olduğu düşünülmektedir.
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	Çağ Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Toros Üniversitesi, Çukurova Üniversitesi
İZİN ALINACAK	Çağ Üniversitesi (Mersin), Mersin Üniversitesi (Mersin)

<b>OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI-ŞUBESİ/ MÜDÜRLÜĞÜ - İLİ - İLÇESİ)</b>	Toros Üniversitesi (Mersin) , Çukurova Üniversitesi (Adana)
<b>YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KONULARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAĞI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER</b>	Çağ Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Toros Üniversitesi, Çukurova Üniversitesi'nde eğitim gören romantik ilişkisi bulunan öğrenciler arasından olasılıksız örnekleme yöntemi olan kartopu örnekleme yöntemi ile seçilecek öğrenciler oluşturacaktır. Öğrencilere İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) ve Demografik Bilgi Formu uygulanacaktır.
<b>UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAĞI</b>	İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ), Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) ve Demografik Bilgi Formu uygulanacaktır.
<b>EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, .... V.B. GİBİ EVRAKLARIN İSİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AİT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)</b>	Ek'ler Ek.1. 7 soruluk (1) Sayfa İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ). Ek.2. 10 soruluk (1) Sayfa Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ). Ek.3.12 soruluk (1) Sayfa Demografik Bilgi Formu



<b>ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI:</b> Dilek KOLAY		<b>ÖĞRENCİNİN İMZASI:</b> Evrak onayı e-posta ile alınmıştır <b>TARİH:</b> 09 / 01 / 2021				
<b>TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU</b>						
<b>1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.</b>						
<b>2. Anılan konu Psikoloji Anabilim Dalı faaliyet alanı içerisine girmektedir.</b>						
<b>1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI</b>	<b>2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)</b>	<b>ANA BİLİM DALI BAŞKANININ ONAYI</b>		<b>SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI</b>		
Adı - Soyadı: Seyda MAVRUK ÖZBİÇER	Adı - Soyadı: .....	Adı - Soyadı: Şükrü UĞUZ		Adı - Soyadı: Murat KOÇ		
Unvanı: Dr. Öğr. Üyesi	Unvanı: .....	Unvanı: Prof. Dr.		Unvanı: Doç. Dr.		
İmzası: Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası: .....	İmzası: Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.		İmzası: Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.		
... / ..... / 20....	.... / .... / 20....	..... / ..... / 20.....		.... / .... / 20...		
<b>ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER</b>						
Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN	Adı - Soyadı: Deniz Aynur GÜLER	Adı - Soyadı: Ali Engin OBA	Adı - Soyadı: Mustafa Tevfik ODMAN	Adı - Soyadı:	Adı - Soyadı:
Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı :	Unvanı :
İmzası : Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası : Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası : Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası : Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası : Evrak onayı e-posta ile alınmıştır.	İmzası :	İmzası :
... / ..... / 20....	.... / .. / 20....	... / ..... / 20.....	.. / ..... / 20.....	... / ..... / 20.....	... / ..... / 20.....	... / ..... / 20.....
<b>Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>	<b>Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi</b>
<b>OY BİRLİĞİ İLE</b>	<input checked="" type="radio"/>	<b>Çalışma yapılacak olan tez için uygulayacak olduğu Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince İncelenmiş olup, 15 / 04 / 2021 - 15 / 05 / 2021 tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli iznin verilmesi taraflarımızca uygundur.</b>				
<b>OY ÇOKLUĞU İLE</b>	<input type="radio"/>					
<b>AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRLÜĞÜ SEKRETERLİĞİNE ONAYLAR ALINMAK ÜZERE TESLİM EDİLECEKTİR. AYRICA FORMDAKİ YAZI ON İKİ PUNTO OLACAK ŞEKİLDE YAZILACAKTIR.</b>						

## Ek B. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçları

### DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

- 1.Yaşınız :
- 2.Cinsiyetiniz : Kadın ( ) Erkek ( )
- 3.Üniversiteniz :
- 4.Fakülteniz :
- 5.Sınıf seviyeniz nedir ?  
 1.sınıf ( ) 2.sınıf ( ) 3. sınıf ( ) 4. sınıf ( )  
 Diğer (belirtiniz) :.....
- 6.Ailenizin ekonomik gelir durumu nedir ?  
 Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek ( )
- 7.Sevgiliniz var mı ?  
 Evet ( ) Hayır ( )
- 8.Ailenizin ilişkinize yaklaşımı nedir ?  
 Bilmiyorlar ( ) Onaylamıyorlar ( ) Onaylıyorlar ( ) Diğer (belirtiniz) :.....
- 9.Sevgilinizle ne kadar zamandır birliktesiniz ?  
 .....
- 10.Sevgilinizle birlikte geçirdiğiniz süre nedir ?  
 Haftada.....gün,.....saat birlikte geçiriyoruz.
- 11.Sevgilinizle en fazla iletişim kurma şekliniz hangisidir ?  
 Yüz yüze ( ) Görüntülü konuşma ( ) Mesaj ( ) Telefon görüşmesi ( )
- 12.İlişkinizdeki görüşme sıklığınızı nasıl değerlendiriyorsunuz ?  
 Çok sık ( ) sık ( ) orta ( ) az ( ) çok az ( )



## GENEL ÖZ YETERLİK ÖLÇEĞİ (GÖYÖ)

Soru No	Sorular	Tamamen Yanlış	Biraz Doğru	Orta Düzeyde Doğru	Tamamen doğru
1	Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözenin bir yolunu daima bulabilirim.				
2	Bana karşı çıkıldığında, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.				
3	Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.				
4	Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum.				
5	Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl baş edebileceğimi biliyorum.				
6	Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.				
7	Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim.				
8	Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim..				
9	Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.				
10	Önüme çıkan zorluk ne olursa olsun, üstesinden gelebilirim				

## Ek C. Tez Anket İzin İstek Yazıları



T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : E-23867972-044-2100000279  
Konu : Dilek KOLAY'a Ait Tez Anket  
İzni Hakkında

14.01.2021

### DAĞITIM YERLERİNE

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında 2018100113 numaralı öğrencimiz olan **Dilek KOLAY**, “**Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi**” konulu tez çalışmasını Üniversitemiz Fen-Edebiyat Fakültesi öğretim üyesi **Dr. Öğr. Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER** danışmanlığında halen yürütülmektedir. Adı geçen öğrencinin tez çalışması kapsamında **Üniversitemize bağlı tüm programlarda halen eğitim görmekte olan romantik ilişkisi bulunan öğrencileri** kapsamak üzere kopyası Ek’lerde sunulan bir anket uygulamasını online olarak yapmayı planlamaktadır. Üniversitemiz Etik Kurulunda yer alan üyelerin kurumsal mail adreslerinden onaylar online olarak alınmış olup, gerekli iznin verilmesini arz ederim.

Doç. Dr. Murat KOÇ  
Sosyal Bilimler  
Enstitüsü Müdürü

Ek : 4 sayfa tez etik kurul izin formu, 3 sayfa Form ve Ölçekler, 8 sayfa tez etik kurul izin onay e-postaları.

Dağıtım:

Gereği:  
Fen Edebiyat Fakültesi Dekanlığına  
Hukuk Fakültesi Dekanlığına  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dekanlığına  
Meslek Yüksek Okulu Müdürlüğüne  
Yabancı Diller Yüksekokulu Müdürlüğüne

Bilgi:  
Rektörlük Makamına

E-Posta: aycankol@cag.edu.tr

Evaluation  
Version



Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

DoÄYrulama adresi: <https://ubs.cag.edu.tr/BelgeDogrulama> - DoÄYrulama kodu: 52A5272



T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : E-23867972-044-2100000280  
Konu : Dilek KOLAY'a Ait Tez Anket  
İzni Hakkında

14.01.2021

#### DAĞITIM YERLERİNE

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında 2018100113 numaralı öğrencimiz olan **Dilek KOLAY**, “**Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi**” konulu tez çalışmasını Üniversitemiz Fen-Edebiyat Fakültesi öğretim üyesi **Dr. Öğr. Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER** danışmanlığında halen yürütülmektedir. Adı geçen öğrencinin tez çalışması kapsamında **Üniversitenize bağlı tüm programlarda halen eğitim görmekte olan romantik ilişkisi bulunan öğrencileri** kapsamak üzere kopyası Ek’lerde sunulan bir anket uygulamasını online olarak yapmayı planlamaktadır. Üniversitemiz Etik Kurulunda yer alan üyelerin kurumsal mail adreslerinden onaylar online olarak alınmış olup, gerekli iznin verilmesini arz ederim.

Prof. Dr. Ünal AY  
Rektör

Ek : 4 sayfa tez etik kurul izin formu, 3 sayfa Form ve Ölçekler, 8 sayfa tez etik kurul izin onay e-postaları.

Dağıtım:  
Gereği:  
Çukurova Üniversitesi Rektörlüğüne  
Mersin Üniversitesi Rektörlüğüne  
Toros Üniversitesi Rektörlüğüne

E-Posta: aycankol@cag.edu.tr

Evaluation  
Version



Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama adresi: <https://ubs.cag.edu.tr/BelegeDogrulama> - Doğrulama kodu: 1FFD881

## Ek D. Tez Anket İzin Yazıları



T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Fen Edebiyat Fakültesi

Sayı : E-33089555-044-2100000441  
Konu : Dilek KOLAY'a Ait Tez Anket  
İzni Hakkında

20.01.2021

### DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğünün 14.01.2021 tarihli ve E-23867972-044-2100000279 sayılı yazısı.

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden 2018100113 numaralı Dilek KOLAY'ın "Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi" konulu tez çalışmasına ilişkin anketi yapması uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi arz/rica ederim.

Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER  
Fen-Edebiyat Fakültesi Dekanı

Ek :  
1 - Demografik Bilgi Formu  
2 - İlişki Doyumu Ölçeği (İDÖ)  
3 - Genel Öz Yeterlilik Ölçeği

Dağıtım:  
Gereği:  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne

Bilgi:  
Rektörlük Makamına





T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Sayı : E-88998576-044-2100000407

19.01.2021

Konu : Dilek Kolay'ın Tez Anket İzni Hk.

#### DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nün 14.01.2021 tarihli ve E-23867972-044-2100000279 sayılı yazısı.

Enstitünüz Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 2018100113 numaralı öğrencisi Dilek KOLAY'ın, **“Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** konulu tez anket çalışmasını fakültemizde halen öğrenim görmekte olan romantik ilişkisi bulunan öğrencilere uygulanmasının uygun olduğu değerlendirilmektedir.

Gereği için bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Mustafa BAŞARAN  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dekanı

Ek :

- 1 - İlişki Doyumu Ölçeği
- 2 - Genel Öz Yeterlilik Ölçeği
- 3 - Demografik Bilgi Formu
- 4 - Tez Anket, Etik Kurul İzinleri

Dağıtım:

Gereği:  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne

Bilgi:  
Rektörlük Makamına







T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Hukuk Fakültesi

Sayı : E-82356537-044-2100000317  
Konu : Tez Anket İzni

17.01.2021

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 14.01.2021 tarih ve E-23867972-044-2100000279 sayılı yazımız.

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans öğrenciniz Dilek KOLAY'ın “Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tez çalışması ile ilgili yapmak istediği anket çalışması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinize sunulur.

Prof. Dr. Yücel ERTEKİN  
Hukuk Fakültesi Dekanı





T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Yabancı Diller Yüksekokulu

Sayı : E-12345678-000-2100000424  
Konu : Tez Anket İzni

19.01.2021

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi Dilek KOLAY'ın uygulamak istediği anket uygulaması uygun görülmüş olup Müdür Yardımcısı Betül ÇOKBİLEN nezaretinde yürütülecektir.

Saygılarımla arz ederim.

Öğr. Gör. Hamdi  
ÖNAL  
Yabancı Diller Yüksek  
Okulu Müdürü

E-Posta: gokcenaydogan@cag.edu.tr

Evaluation  
Version



Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama adresi: <https://ubs.cag.edu.tr/BelgeDogrulama> - Doğrulama kodu: 31365F8



T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Meslek Yüksek Okulu

Sayı : E-98052352-044-2100000497  
Konu : Dilek KOLAY'a Ait Tez Anket  
İzni Hakkında

22.01.2021

#### DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : 14.01.2021 tarihli ve E-23867972-044-2100000279 sayılı belge.

Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün ilgi yazısında konu edilen Psikoloji Tezli Yüksek Lisans öğrencisi (2018100113 numaralı) Dilek KOLAY, "Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doyumu ile Öz Yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi" konulu tez anket çalışmasının Yüksekokulumuz önlisans öğrencilerine uygulanması Müdürlüğümüzce uygun bulunmuştur.

Gereği için bilgilerinize arz/rica ederim.

Prof. Dr. İlhan ÖZTÜRK  
Meslek Yüksekokulu Müdürü

Dağıtım:  
Gereği:  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne

Bilgi:  
Rektörlük Makamına

E-Posta: albayrak@cag.edu.tr

Evaluation  
Version



Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.  
DoÄYrulama adresi: <https://ubs.cag.edu.tr/BelgeDogrulama> - DoÄYrulama kodu: 5854482

## Ek E. Toros Üniversitesi Tez Anket İzin Yazıları



T.C.  
TOROS ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Genel Sekreterlik  
Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı : E-95996538-605.01-1331  
Konu : Bilimsel çalışma kapsamında izin talebi  
(D.Kolay)

18.02.2021

### ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 14.01.2021 tarihli ve E-23867972-044-2100000280 sayılı yazımız.

İlgi yazımız ile; Üniversiteniz Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Dilek KOLAY 'ın tez çalışması kapsamında Üniversiteniz Etik Kurulunca onaylanan anket çalışmasını Üniversitemiz öğrencilerine uygulayabilmesi hususunda izin talep edilmiştir.

Söz konusu çalışmaya esas belgeler incelenmiş olup, anket çalışmasının online olarak gerçekleştirilmesi uygun bulunmuştur. Uygulama dokümanlarına erişim linklerinin tarafımızca iletilmesi durumunda öğrencilerimize gerekli bildirim yapılacaktır.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Ömer ARIÖZ  
Rektör

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu : 87T8-IDUH-DOOP

Belge Doğrulama Adresi : <https://ebyssorgu.toros.edu.tr>

Adres: Bahçelievler Kampüsü 1857 Sokak No:12 33140 Yenişehir MERSİN

Telefon No : 0324 325 33 00 - 1103

Fax No : 0324 325 33 01

e-Posta : [yaziisleri@toros.edu.tr](mailto:yaziisleri@toros.edu.tr)

İnternet Adresi : <https://www.toros.edu.tr/>

Keş Adresi : [torosuniversitesi@hs01.kep.tr](mailto:torosuniversitesi@hs01.kep.tr)

Bilgi İçin :Bihter AĞLAMİŞ

Müdür

Dahili No:0324 325 33 00



## Ek F. Mersin Üniversitesi Tez Anket İzin Yazıları



T.C.  
MERSİN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı  
Kayıt ve Mevzuat Şube Müdürlüğü

MERSİN ÜNİVERSİTESİ EBYS -  
KAYIT VE MEVZUAT ŞUBE  
MÜDÜRLÜĞÜ  
Tarih: 25/01/2021  
Sayı: E-43541497-044-1568527



0001568527

Sayı : E-43541497-044-1568527  
Konu : Dilek KOLAY'a Ait Tez Anket İzni  
Hk

25.1.2021

### ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 19.01.2021 tarihli ve E-21000002800 sayılı yazı.

İlgi yazınıza istinaden Üniversiteniz Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında kayıtlı 2018100113 numaralı yüksek lisans öğrencisi Dilek KOLAY 'ın Dr. Öğr. Üyesi Seyda MAVRUK ÖZBİÇER danışmanlığında hazırlamış olduğu "Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişki Doymumu ile Öz Yeterlilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi" başlıklı tez çalışmasını Üniversitemizde halen eğitim görmekte olan ve romantik ilişkisi bulunan öğrencileri kapsayan anket uygulamasının yapılabilmesi Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof. Dr. Mehmet İsmail YAĞCI  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

**Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Adres: Mersin 33110 Yenişehir  
Telefon No: (0312) 4755 1755  
e-Posta: iletisim@mersin.edu.tr  
KEP Adresi:



58735-3323-4615-9F7A-251170DEDE1C  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı Çiftlikköy Kampüsü  
4755 Faks No: 03243610846  
www.mersin.edu.tr

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/mersinuni-ebys>  
Ayrıntılı bilgi için: Dursun Yavuz ÇAĞLAYAN  
Bilgisayar İşletmeni  
Telefon No: 03243610001-34755



Evrakın e-imzalı suretine <https://www.turkiye.gov.tr/mersinuni-ebys> adresinden 47158735-3323-4615-9F7A-251170dede1c kodu ile erişebilirsiniz.  
Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.