

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EVLİ BİREYLERDE BAĞLANMA STİLLERİ VE ALDATMA
EĞİLİMLERİNİN TRANSAKSİYONEL ANALİZ
KURAMINDAKİ BASKIN BEN DURUMLARI AÇISINDAN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Kübra Kaba

Düzce

Temmuz, 2021

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EVLİ BİREYLERDE BAĞLANMA STİLLERİ VE ALDATMA
EĞİLİMLERİNİN TRANSAKSİYONEL ANALİZ
KURAMINDAKİ BASKIN BEN DURUMLARI AÇISINDAN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Kübra Kaba

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Abdi Güngör

Düzce

Temmuz, 2021

ÖNSÖZ

Bu araştırma, evli bireylerin bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerinin baskın ben durumlarına göre farklılaşma durumlarını belirlemek amacıyla yapıldı. Ayrıca romantik ilişkilerde önemli olan bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerini çeşitli demografik değişkenler açısından değerlendirerek hem teorik hem de pratik alana katkı sağlamak amaçlandı. Bu doğrultuda evli bireylerin yaşamlarındaki olumsuzlukları olumluya çevirmek için öneriler sunuldu.

Benim için zorlu fakat bir o kadar da kıymetli olan bu süreçte desteğini yanımda hissettiğim;

En başta, lisans eğitim hayatımla birlikte yüksek lisans eğitim sürecinde de desteğini her zaman hissettiğim, herhangi bir problemle karşılaştığımda tereddüt etmeden başvurabildiğim en önemlisi bu yolda devam etmemi sağlayan, her tıkanımda bana yol gösteren ve beraber çalışıyor olduğumuz için kendimi çok şanslı hissettiğim çok değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR'e;

Her zaman anlayışlı ve içten tavrıyla yardımlarını esirgemeyen, verdiği önerilerle hep daha iyisine ulaşmamıza olanak sağlayan ve tez savunma jürisinde yer alan Prof. Dr. Mustafa KOÇ'a ve Doç. Dr. Mehmet KAYA'ya ve Düzce Üniversitesi'nde olmaktan ve öğrenmekten keyif almamı sağlayan tüm hocalarıma;

Bu yola beraber başladığımız ve sürecin her noktasında beraber olduğumuz, her umutsuzluğa ya da karamsarlığa düştüğümde yanımda olan, desteğini her zaman hissettiğim ve iyi ki dediğim İrem FIRAT'a,

Veri toplama sürecinde en az benim kadar çaba sarf eden ve bu süreci daha kolay hale getiren arkadaşlarıma ve aileme;

En son olarak, hayatımın her noktasında varlığına şükrettiğim, sevgisini ve desteğini her zaman her koşulda yanımda hissettiğim ve iyi ki dediğim anneme, hayatta sahip olduğum en güzel şey olan kardeşim Ferda'ya, hayatta her şeyi en iyisiyle bize sunmaya çalışan babama ve sevgi dolu halleriyle hayatıma renk katan babaanneme ve dedeme;

Hayatıma dokunan herkese sonsuz teşekkür ederim.

Kübra KABA

12.07.2021

ÖZET

EVLİ BİREYLERDE BAĞLANMA STİLLERİ VE ALDATMA EĞİLİMLERİNİN TRANSAKSİYONEL ANALİZ KURAMINDAKİ BASKIN BEN DURUMLARI AÇISINDAN İNCELENMESİ

KABA, Kübra

Yüksek Lisans, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR

Temmuz 2021, xi+105 Sayfa

Bu çalışmanın temel amacı evli bireylerin aldatma eğilimleri ve bağlanma stillerinin baskın ben durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemektir. Bu çalışmada ayrıca bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin farklı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Araştırmada bağımsız değişkene (baskın ben durumu) göre bağımlı değişkenlerin (bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi) farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi temel amaç olduğu için betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma kapsamında en az bir yıldır evli olan çiftlerden veri toplanmıştır. Veri toplama sürecinde Demografik Bilgi Formu, Aldatma Eğilim Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II ve Ben Durumları Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS.25 programı ile yapılmıştır ve araştırma problemleri için Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü ANOVA kullanıştır.

Aldatma eğiliminin demografik değişkenlere göre incelenmesi sonucunda erkeklerin aldatma eğilimi kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Fakat aldatma eğiliminin evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sahibi olma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Bağlanma stilleri ile demografik değişkenlerin incelenmesi sonucunda ise hem kaygılı bağlanma hem de kaçınan bağlanma stili cinsiyet, evlilik süresi ve evlenme biçimi değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Fakat kaçınan bağlanma stili çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermiştir. Çocuk sahibi olan evli bireylerin kaçınan bağlanma stiline ait puan ortalamaları çocuk sahibi olmayan bireylerin kaçınan bağlanma stiline ait puan ortalamalarından anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Aldatma eğilimi baskın ben durumlarına göre incelendiğinde ise baskın doğal çocuk ben durumuna sahip evli bireyler, baskın koruyucu ebeveyn ve baskın yetişkin ben durumuna sahip bireylere göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu görülmüştür. Diğer ben durumları açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kaygılı bağlanma stili puanlarının baskın ben durumları açısından incelenmesi sonucunda ise baskın eleştirici ebeveyn ben durumu ve baskın koruyucu ebeveyn ben durumuna sahip evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları baskın yetişkin ben durumuna sahip bireylerden yüksek bulunmuştur. Kaçınan bağlanma stilinde ise baskın uygulu çocuk ben durumunun, baskın doğal çocuk ve

baskın yetişkin ben durumundan daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerinin daha iyi anlaşılmasına ve baskın ben durumlarına göre nasıl farklılaştığına dair bulgular sağlamıştır. Alanyazındaki çalışmalar ışığında araştırmada elde edilen bulgular yorumlanmıştır. Bulgular doğrultusunda hem teorik hem de pratik alanda öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kaygılı Bağlanma, Kaçınan Bağlanma, Baskın Ben Durumları, Aldatma Eğilimi, Transaksiyonel Analiz.



ABSTRACT

INVESTIGATING THE ATTACHMENT STYLES AND INFIDELITY TENDENCIES IN MARRIED PEOPLE IN TERMS OF DOMINANT EGO-STATES IN TRANSACTIONAL ANALYSIS THEORY

KABA, Kübra

Master, Department of Educational Sciences

Guidance and Psychological Counseling Program

Advisor: Assistant Professor Abdi GÜNGÖR

July 2021, xi+105 Pages

The main purpose of this study was to determine whether the infidelity tendencies and attachment styles of married individuals differ in terms of the dominant self-state. This study also examined whether attachment styles and infidelity tendencies differ in terms of different demographic variables. In the study, the descriptive scanning model was used because the main objective was to examine whether dependent variables (attachment styles and infidelity tendency) differed according to the independent variables (dominant ego-states). The data was collected from couples who had been married for at least a year. Demographic Information Form, Infidelity Tendency Scale, Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) and Ego States Scale were used to collect the data. The data was analyzed using SPSS.25 program and independent sample t test and one-way ANOVA were conducted to analyzed the data.

Regarding the results of the infidelity tendency in terms of demographic variables, men's infidelity tendency was found to be significantly higher than women. However, infidelity tendency did not differ significantly in terms of the duration of marriage, the married patterns and the circumstances of having children. Regarding differences of attachment styles, both anxious attachment and avoiding attachment style did not differ significantly in terms of gender, duration of marriage, and marriage pattern variables. However, the avoiding attachment style scores differed significantly in terms of the state of having children. Avoiding attachment style scores of married individuals who had children were found to be significantly higher than the ones who did not have children. In terms of findings related to differences in infidelity tendency in terms of dominant self-states, married individuals with the dominant free child self states had a higher infidelity tendency than individuals with dominant nurturing parents and dominant adult ego states. There was no significant difference in infidelity tendency in terms of other self-states. Regarding difference in anxious attachment style in terms of dominant self-state, the anxious attachment scores of married individuals with dominant critical parent self-state and dominant nurturing parents were found to be higher than the dominant adult ego state. The results also showed that the participants with dominant

adapted child ego states had a higher levels of anxious attachment scores than ones with the dominant free child and dominant adult ego state. The findings helped to better understand attachment styles and infidelity tendency and contributed to the understanding differences in terms of dominant ego states. In the light of the literature, the results were discussed along with previous findings. In line with the findings, implications were provided for practice and future studies.

Key Words: Anxious Attachment, Avoidant Attachment, Dominant Ego States, Infidelity Tendency, Transactional Analysis.



İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI.....	
ÖNSÖZ	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ŞEKİLLER LİSTESİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
EKLER LİSTESİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.i
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem	4
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.5. Tanımlar	8
1.5.1. Kısaltmalar.....	10
2. LİTERATÜR	11
2.1. Aldatma	11
2.1.1. Aldatma Kavramına İlişkin Kuramsal Görüş	11
2.1.2. Aldatma Davranışının Sınıflandırılması	13
2.1.3. Aldatmanın Sonuçları	15
2.1.4. Aldatmaya Zemin Hazırlayan Faktörler	17
2.1.5. Aldatma Eğilimi.....	19
2.1.6. Aldatma Eğilimi İle İlgili Yapılmış Yurt İçi Çalışmalar	20
2.1.7. Aldatma Eğilimi İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı Çalışmalar.....	23
2.2. Bağlanma.....	24

2.2.1. Bağlanma Kavramının Kuramsal Temeli	24
2.2.2. Bebeklikte Bağlanma.....	26
2.2.3. Yetişkinlikte Bağlanma	28
2.2.4. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Yurt İçi alışmalar.....	31
2.2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı alışmalar	33
2.3. Baskın Ben Durumları ve Transaksiyonel Analiz.....	34
2.3.1. Transaksiyonel Analize İlişkin Kuramsal Görüş.....	34
2.3.2. Ben Durumları	38
2.3.2.1. Ebeveyn Ben Durumu	40
2.3.2.2. Yetişkin Ben Durumu	42
2.3.2.3. ocuk Ben Durumu	43
2.3.2.4. Baskın Ben Durumu.....	44
2.3.2.5. Ben Durumlarının Yapısal zellikleri	44
2.3.2.6. Ben Durumlarını Tanılama	47
2.3.3. Yaşam Pozisyonları	49
2.3.4. Oyunlar	50
2.3.5. Transaksiyonel Analiz İle İlgili Yapılmış Yurt İçi alışmalar.....	51
2.3.6. Transaksiyonel Analiz İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı alışmalar	54
3. YÖNTEM.....	56
3.1. Araştırma Modeli	56
3.2. Evren ve rneklem.....	56
3.3. Veri Toplama Araçları.....	57
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	58
3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II.....	58
3.3.3. Aldatma Eğilim leği	58
3.3.4. Ben Durumları leği.....	59

3.4. Verilerin Toplanması.....	61
3.5. Verilerin Analizi.....	61
4. BULGULAR VE YORUM.....	64
4.1. Aldatma Eğiliminin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Dair Bulgular	64
4.1.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular	64
4.1.2. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular	65
4.1.3. Evlenme Biçimine İlişkin Bulgular	66
4.1.4. Çocuk Sahibi Olmaya İlişkin Bulgular	66
4.2. Bağlanma Stillerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Dair Bulgular	67
4.2.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular	67
4.2.2. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular	68
4.2.3. Evlenme Biçimine İlişkin Bulgular	69
4.2.4. Çocuk Sahibi Olmaya İlişkin Bulgular	70
4.3. Aldatma Eğiliminin Baskın Ben Durumuna Göre İncelenmesine Dair Bulgular	71
4.4. Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumuna Göre İncelenmesine Dair Bulgular	72
4.4.1. Kaygılı Bağlanma Stiline İlişkin Bulgular.....	72
4.4.2. Kaçınan Bağlanma Stiline İlişkin Bulgular	73
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	75
5.1. Sonuçlar.....	75
5.2. Öneriler.....	80
6. KAYNAKÇA.....	82
7. EKLER	94

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Ego Durumlarını Tanılama İpuçları	48
Tablo 2: Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler	57
Tablo 3: Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler ve Verilerin Normallığı	62
Tablo 4: Baskın Ben Durumlarının Dağılımı	62
Tablo 5: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları	64
Tablo 6: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Evlilik Süresine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	65
Tablo 7: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Evlenme Biçimine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	66
Tablo 8: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Çocuk Sahibi Olma Durumu Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları	66
Tablo 9: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları	67
Tablo 10: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Evlilik Süresine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	68
Tablo 11: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Evlenme Biçimine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	69
Tablo 12: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Çocuk Sahibi Olma Durumları Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları	70
Tablo 13: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	71
Tablo 14: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	72
Tablo 15: Evli Bireylerin Kaçınan Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	73

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli.	30
Şekil 2. Yetişkin- Yetişkin Tamamlayıcı Transaksiyon	35
Şekil 3. Ebeveyn- Çocuk, Çocuk- Ebeveyn Tamamlayıcı Transaksiyonu.	36
Şekil 4. Yetişkin- Yetişkin, Ebeveyn- Çocuk Çapraz Transaksiyonu	36
Şekil 5. Dupleks Gizil Transaksiyon: Sosyal Düzey Yetişkin-Yetişkin, Yetişkin-Yetişkin; Psikolojik Düzey Ebeveyn-Çocuk, Çocuk-Ebeveyn.....	37
Şekil 6. Ben Durumların Kolaylaştırılmış Yapısal Diyagramı.	39
Şekil 7. Ben Durumlarının Fonksiyonel Yapısı.	40
Şekil 8. Ebeveyn Bulaşması- Çocuk Bulaşması- Çifte Bulaşma	46
Şekil 9. Dışlanmış Ebeveyn- Dışlanmış Yetişkin- Dışlanmış Çocuk	47

EKLER LİSTESİ

EK-1: Etik Kurul İzni

EK- 2: Demografik Bilgi Formu

EK- 3: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II Ölçeği

EK- 4: Aldatma Eğilim Ölçeği

EK- 5: Ben Durumları Ölçeği

EK- 6: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II Ölçeği Kullanım İzni

EK- 7: Aldatma Eğilim Ölçeği Kullanım İzni

EK- 8: Ben Durumları Ölçeği Kullanım İzni

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Evlilik, insanoğlunun varoluşundan bu yana tüm topluluklarda var olan ve kişinin hayatını merkezden etkileyen bir olgudur (Cüceloğlu, 2021: 15). Kişinin hayatının merkezinde yer alan bu olgu beraberinde bazı sorumluluklar da getirmektedir. Bu sorumluluklardan en önemlisi de çiftlerin evlenirken birbirlerine vermiş oldukları sadakat sözüdür (Tarhan, 2020: 92). Fakat bu sadakat sözünü zayıflatan hatta ortadan kaldıran durumlar yaşanmaktadır ve eşlerden birinin bu sadakat sözüne bağlı kalmayıp eşlerinden bir başkası ile duygusal ve/veya fiziksel olarak yakınlık yaşaması aldatma olarak tanımlanmaktadır (Atwood ve Schwart, 2002: 39; Drigotas ve Barta, 2001: 177; Tarhan, 2020: 92). Bir seçim olarak değerlendirilen aldatma eyleminin meydana gelmesinde farklı bileşenler söz konusudur. Bu bileşenler kadınlar ve erkeklerde bazı farklılıklar gösterebilir. Erkeklerin aldatmasında genellikle cinsellikle ilgili durumlar ön planda olurken kadınların aldatma eylemini gerçekleştirmesinde genellikle duygusal nedenler ön plana çıkmaktadır (Sungur, 2017: 198; Weeks ve Keçe, 2019: 17-25). Aldatma durumu ilişkilerde bir deprem etkisi yaratmakta ve yıkıcı etkileri de beraberinde getirmektedir. Bu yıkıcı etkiler uzun vadede devam etmektedir (Weeks ve Keçe, 2019: 25).

Aldatma, evliliklerde büyük bir krize yol açtığı gibi boşanmaya sebep olan davranışlar arasında da ilk sıralarda yer almaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2020). Aile birliğine zarar veren bu davranış aynı zamanda kişinin ruhsal sağlığını etkilemekte ve aldatılan eş kadar aldatan eşin de yaşamında olumsuzluklara yol açmaktadır. Aldatılan eşte hayal kırıklığı, depresyon, kendini suçlama, yetersiz hissetme gibi olumsuz duygu durumları gözlenirken aldatan eşte de öfke, suçluluk, yalnızlık ve utanç gibi duygular gözlemlenmektedir (Sungur, 2017: 198-222). Travmaya yol açan bir durum olmakla birlikte psikolojik yaralanmalara ve

kırgınlıklara da sebep olan aldatma davranışı çift ve aile terapistlerinin de en çok karşılaştıkları problemler arasında yer almaktadır (Buss, 1994; Hendrick, 2016; Sungur, 2017: 199- 200).

Çiftlerin hayatında hem ikili ilişkilerinde hem de sosyal alanlarında ciddi bir probleme yol açan aldatma eylemi aile ve toplum hayatını da olumsuz etkilediği için araştırılması gereken önemli bir kavramdır. Toplumun aldatmaya yönelik olan olumsuz tutumu aldatma davranışının araştırılmasını zorlaştırmakta ve alanda bununla ilgili çalışmaların az olması sadece son dönemlerde araştırmalara konu olması da bu alandaki eksikliği göz önüne sermektedir. Aldatma sonrası bazı çiftler ilişkilerine devam ederken bazı çiftler ise ilişkilerini sonlandırmaktadır. Toplumda da aldatmaya bağlı artan boşanma sayıları çiftlerin bu süreci atlattığına işaret etmektedir. Bu sebepten ötürü yakın ilişkilerde böylesine önemli derecede hasar bırakan aldatmanın meydana gelmesinde etkili olan faktörlerin araştırılması yakın ilişkiler için önem arz etmektedir.

Yakın ilişkilerde önemli olan kişilerin ilişkilerinin kalitesini, doyumunu, evlilik süreçlerini etkileyen bir diğer kavram ise kişinin doğumundan itibaren oluşmaya başlayan ve anne-bebek arasındaki iletişime bağlı meydana gelen bağlanma stilleridir. Yakınlık kurma çabası ve bunu sürdürme isteği olarak tanımlanan bağlanma, bebek ile bakım veren arasında oluşan duygusal bağdır (Bowlby, 2014: 11, 2020: 36). Bağlanma sürecinin güvenli olması için bu süreç kesintisiz, sıcak ve içten olmalıdır (Bowlby, 2014: 4-5; Bowlby, 2020: 25). Anne-bebek arasındaki bu sürecin örüntüsü incelenerek Ainsworth ve arkadaşları (1978: 22-28) tarafından bağlanma stillerine ilişkin üç kategori oluşturulmuştur. Bu kategoriler güvenli, kaygılı- kararsız ve kaçınan bağlanma olarak adlandırılmıştır. Daha sonra Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çalışmalarına paralel olarak yetişkin bağlanma stilleri açıklanmaya çalışılmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227; Hazan ve Shaver, 1987: 511-524). Bartholomew ve Horowitz (1991: 227) bu kategorilendirmeyi dört başlık altında güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız olarak ele almıştır. Hazan ve Shaver (1987: 511-524) ise Ainsworth ve arkadaşlarının (1978: 22- 28) çalışmasında olduğu gibi güvenli, kaygılı- kararsız ve kaçınan olmak

üzere üç başlık altında incelemiştir. Bu araştırmada da Hazan ve Shaver (1987: 511)'in kategorilendirmesi tercih edilmiştir.

Anne-bebek arasındaki davranış örüntülerinin incelenmesi sonucunda oluşturulan daha sonra yetişkinlere uyarlanan çalışmalara göre güvenli bağlanan kişiler yakın ilişki içerisinde olduklarında herhangi bir tedirginlik yaşamazlar ve ikili ilişkilerinde genellikle rahatlardır. Sevecen ve sıcak davranırlar. Terk edileceklerine dair akılcı olmayan inançları mevcut değildir (Hazan ve Shaver, 1987: 522). Kaygılı-kararsız bağlanan kişiler ise iletişimde oldukları kişilerin duygu değişimlerine karşın sürekli aktif durumdadırlar ve sürekli yakınlık kurma çabası içindedirler. Partnerleri tarafından reddedileceklerine ilişkin düşünceleri sürekli aktiftir ve bu düşüncelerine yönelik partnerlerinde sürekli bir ipucu arayışı içindedirler (Levine ve Heller, 2019: 77- 103). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ise ilişkilerinde hep mesafe içindedirler, partnerlerine güvenme noktasında zorlanırlar ve ilişkilerinde çok yakın olma taraftarı değildirler (Hazan ve Shaver, 1987: 522; Levine ve Heller, 2019: 104-120).

Evli bireylerin evlilik süreçlerinde ve ilişki içerisinde oluşan süreçlerde etkili olan aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri üzerinde etkili olabileceği düşünülen ve bu süreçlerin oluşumunu etkileyebileceği düşünülen kavram ise ben durumlarıdır. Davranış kalıpları olarak değerlendirilen ben durumları tutarlı ve sistemlidir. Kişinin bir olay veya davranış karşısındaki algılamalarını ve hislerini içerir (Berne, 2020: 13). Ebeveyn ben durumu, yetişkin ben durumu ve çocuk ben durumu olmak üzere üç başlık altında incelenen ben durumlarında ebeveyn ben durumu koruyucu ve eleştirici; çocuk ben durumu ise uygulu ve doğal olmak üzere iki alt başlık altında incelenmektedir (Berne, 2020: 13). Eleştirici ebeveyn ben durumu kişinin yanlışlarını bulan, onu sınırlandıran, kesin ve katı kuralları içinde barındıran davranış örüntülerini içerirken, koruyucu ebeveyn ben durumu ise ebeveynlerimizden aldığımız davranış örüntülerinin sevecen, şefkatli ve koruyucu tarafıdır (James ve Jongeward, 2016: 102-105). Yetişkin ben durumunda mantık ve akılcı olma ön plandadır. Kişiler duygularının olayları etkilemesine izin vermezler. Durumları nesnel bir şekilde değerlendirir ve ona uygun sistemli ve tutarlı davranışlarda bulunurlar (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 43). Doğal çocuk ben durumunda ise

ebeveynlerin benimsemiş olduğu sınırlar ve davranış örüntüleri devre dışıdır. Bu ben durumunda kişinin keyfi yerindedir ve içinde bulunduğu durumdan, hayattan zevk alma durumu söz konusudur. Uygulu çocuk ben durumunda ise kişi çevresindeki kişilerin beklentilerine ve onların kurallarına uygun olarak davranış sergiler. Burada takdir görmek veya ilgi çekmek kişinin istediği ve bunun için çabaladığı davranış örüntülerini içerir (Stewart ve Joines, 2021: 61-66).

Bu davranış örüntüleri kişilerde bir bütün halinde bulunur ve durumlar karşısında bu durum değişebilir. Buraya kadar aktarılan bilgilerden ve alanyazındaki araştırmalardan hareketle kişinin ilişkilerinde benimsemiş ve geliştirmiş olduğu aynı zamanda olaylar karşısında kullanmış olduğu davranış örüntülerinin evli kişilerin romantik ilişkilerinde özellikle de aldatma eğilimleri ve benimsenen bağlanma stili noktasında etkili olacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesinin de bu noktada yardımcı olacağı düşünülmektedir.

1.1. Problem

Romantik ilişki yaşayan çiftlerin ilişkilerini bir adım daha ileriye taşıma şekli olarak ortaya çıkan evlilik süreci çiftlerin birbirlerine karşı verdikleri sadakat sözünü de beraberinde getirmektedir (Tarhan, 2020: 92). Evlilik sürecinde bazen durumlar çiftlerin istekleri ve beklentileri doğrultusunda ilerlemez. Bu süreçte çatışmaların meydana gelmesi kaçınılmaz bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunun gibi durumlarda çiftlerden birinin eşine karşı vermiş olduğu sadakat sözü değerini kaybetmekte ve aldatma eylemi ortaya çıkmaktadır. Çift ve aile terapisinde en çok karşılan problem olan aldatma, boşanma nedenlerinde de üçüncü sırada yer almaktadır (Sungur, 2017: 199-200; Türkiye İstatistik Kurumu, 2021). Son zamanlarda aldatmaya bağlı olarak gelişen boşanma durumlarının artması, çift ve aile terapisine taleplerin fazlalığı aldatmaya neden olan durumların araştırılması gerekliliğini oluşturmuştur. Farklı kuramcılar tarafından farklı şekilde alınan aldatma ve aldatma eğiliminde karşımızda farklı bileşenler çıkmaktadır.

Aldatma eğilimi gibi ikili ilişkilerin temelini oluşturan yapılardan birisi de bağlanma stilleridir. Bağlanma stilleri bakım veren ile bebek arasında oluşan

duygusal bir bağ olarak değerlendirilmektedir ve bu duygusal bağın oluşturulma durumuna göre farklı bağlanma stilleri çıkmaktadır. Bu bağlanma stilleri güvenli olduğu gibi güvensiz (kaygılı- kararsız, kaçınan) de olabilmektedir (Ainsworth vd., 1978; Bowlby, 2020). Kişilerin benimsemiş olduğu bağlanma stili özellikle ikili ilişkilerinde ve romantik ilişkilerinde etkili olmaktadır.

Kişilerin belirli olaylar ve durumlar karşısında benimsemiş olduğu davranış örüntüleri ve hisleri ise ben durumu olarak tanımlanmaktadır. Ben durumları tutarlıdır ve aynı anda oluşur (Berne, 2020: 13). Kişilerin olayları anlamlandırma veya günlük yaşamlarındaki bir duruma ilişkin tutumlarındaki sağlıklı tutumlar kişinin romantik ilişkilerinde de aksaklıklara ve bazı problemlere yol açabilir ve bu durumlar kişilerin ikili yaşantılarında benimsemiş oldukları bağlanma stillerine göre değişiklik gösterebilir. Bu sebepten ötürü bu çalışmada kişinin bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerinin kişinin benimsemiş olduğu baskın ben durumuna göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmaktadır.

Baskın ben durumuna göre aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin farklılık gösterme durumuna ek olarak çalışmanın bağımlı değişkenleri olan aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmektedir. Demografik değişken olarak cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sahibi olma durumu incelenmiştir. Evlenme biçimi flört, görücü usulü, flört+ görücü usulü olarak üç kategoride incelenirken evlilik süresi 1- 5 yıl, 6- 10 yıl, 11- 15 yıl, 16- 20 yıl ve 21+ yıl olmak üzere beş kategoride incelenmiştir.

1.2. Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın genel amacı evli bireylerin sahip olmuş oldukları baskın ben durumlarına göre aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin farklılık gösterip göstermediğini çalışmaktır. Ayrıca bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin de çeşitli demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini çalışmak amaçlanmıştır.

Bu bağlamda aşağıdaki sorulara cevap aranmaktadır:

1. Evli bireylerin aldatma eğilimleri;

- a) Cinsiyete,
 - b) Evlilik süresine,
 - c) Evlenme biçimine,
 - d) Çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık göstermekte midir?
2. Evli bireylerin bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan);
 - a) Cinsiyete,
 - b) Evlilik süresine,
 - c) Evlenme biçimine,
 - d) Çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık göstermekte midir?
 3. Evli bireylerin aldatma eğilimleri baskın ben durumlarına göre farklılık göstermekte midir?
 4. Evli bireylerin bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan) baskın ben durumlarına göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Evlilik kurumundaki en önemli faktörlerden biri kişilerin evlenirken eşine vermiş olduğu sadakat sözüdür (Tarhan, 2020: 92). Fakat değişen koşullar, duygular, çiftler arasındaki tartışmalarla birlikte bu sadakat sözü bazen etkisini yitirmektedir ve eşler arasındaki ilişki zarar görmektedir. Son yıllarda boşanmaların artması boşanma nedenleri arasında aldatmanın da üçüncü sırada yer alması bu durumu destekler niteliktedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2021). Boşanma durumunun kendisi bir travmatik durum olarak değerlendirilirken boşanma durumuna aldatma eyleminin eşlik etmesi durumu daha da baş edilmesi zor bir hale getirmektedir.

Aldatma, aldatılan kişide de aldatan kişide de travmatik etkilere yol açmaktadır. Bu etkiler ilişki için yıkıcı olduğu kadar kişinin ruhsal durumu, yaşam kalitesi için de önemli bir tehdit unsurudur (Sungur, 2017: 208). Aldatılan kişilerde görülen depresyon, travma sonrası stres bozukluğu, yüksek stres düzeyi de bu durumun önemini göstermektedir (Gordon vd., 2004: 1393). Aldatmanın kişilerin hayatında birçok noktada olumsuzluklara yol açması aldatmanın önemi belirtmektedir. Bu noktada aldatmanın ortaya çıkış sürecinde etkili olan durumların belirlenmesi bu çalışmanın önemini vurgulamaktadır.

Aldatmanın kişinin hayatında oluşturduğu olumsuzlukların yanında bağlanma stilleri de sağlıklı ikili ilişkiler için büyük bir önem arz etmektedir. Alanyazın incelendiğinde bağlanma stilleri birçok değişken ile ilişkili bulunmuştur. Kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma, ilişki doyumu (Balcı, 2021), evlilik kalitesi (Hollist ve Miller, 2005: 46), evlilik doyumu (Meyers ve Landsberger, 2002: 159) ile negatif yönde; ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif sendromlar (Balcı, 2021), olumsuz çatışma yönetim biçimleri ve aldatma eğilimi (Kantarıcı, 2009: 57), depresyon (Murphy ve Bates, 1997: 835) ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Diğer yandan güvenli bağlanma güven ve umut (Simmons vd., 2009: 233), benlik saygısı (Terzi ve Çankaya, 2009: 1), ilişkiyi sürdürme (Dainton, 2007: 283) ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Güvensiz bağlanma stillerinin ilişkilerde olumsuz sonuçlara yol açması, güvenli bağlanmanın ise ilişkilerde olumlu sonuçlara katkı sağlaması bağlanma stillerinin doğasını ve nedenlerini anlamak hem önleyici hem de müdahale hizmetleri açısından katkı sağlayacaktır.

Aldatmanın yol açtığı olumsuzluklar ve bağlanma stillerinin yakın ilişkilere etkisi değerlendirildiğinde bu duruma neden olan, ortaya çıkmasında rol oynayan faktörlerin belirlenmesi ve bunlara yönelik yapılacak olan önleyici, iyileştirici ve koruyucu çalışmalar aile birliği ve kişilerin yaşam kaliteleri, ilişki doyumları, evlilik uyumları gibi durumlar açısından önem arz etmektedir. Bu da araştırmanın gerekliliğini göstermektedir. Ayrıca aldatma davranışının günümüzde sıklıkla karşılaşılan bir durum olması ve ilişkilerde problem oluşturmaya hızla devam etmesi araştırmanın güncel sorunların çözümüne katkı sağlayacağını desteklemektedir.

Birçok değişken açısından incelenen aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri baskın ben durumları açısından ele alınmamıştır. Bu sebepten dolayı çalışma orijinal ve özgündür. Alanyazında ele alınmamasına bağlı olarak bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin baskın ben durumuna göre incelenmesi hem kuramsal hem de uygulamaya yönelik alana katkı sağlayacaktır ve uygulama ve eyleme yönelik hizmetlerde işlevsel bir rol üstlenecektir. Ayrıca bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin çeşitli demografik değişkenlere göre değerlendirilmesi risk gruplarının tespit edilmesi, uygulama sürecinde ise hizmetlerin planlanması ve organize

edilmesinde etkili olacaktır. Faktörlerin ve dinamiklerin anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada elde edilen bulgular linke erişim sağlayabilen ve oluşturulan online formu dolduran en az 1 yıldır evli olan 301 kişi ile sınırlıdır.

Araştırmada incelenen aldatma eğilimi “Aldatma Eğilimi Ölçeği”, bağlanma stilleri “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II” ve ben durumları ise “Ben Durumları Ölçeği” nin ölçmüş olduğu niteliklerle sınırlıdır.

Araştırmada toplanan veriler Covid- 2019 pandemi sürecinde toplanmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre erkek-kadın katılımcı arasında dengesizlik mevcuttur.

Betimsel tarama modeline dayalı bir araştırma olduğu için neden-sonuç ilişkisinden bahsetmek söz konusu değildir.

1.5. Tanımlar

Aldatma Eğilimi: Kişiyi aldatma eylemine sevk eden ve aldatma davranışının meydana gelmesinde etkili olan yönelme sürecidir.

Bağlanma: Bir bireyin bir başka kişide yakınlık bulma çabası ve bulduğunda ise bunu devam ettirme davranışı olarak tanımlanan duygusal bir süreçtir (Bowlby, 2020: 252).

Güvenli Bağlanma: Diğer bireyler ile temas kurma konusunda huzursuz olmayan ve çoğu zaman sevecen ve sevgi dolu olan kişilerin sahip olduğu bağlanma stilidir. Güvenli bağlanma stili partnerlerini kaybetmeye ilişkin yoğun kaygıları bulunmayan kişileri temsil eder (Levine ve Heller, 2019: 124; Hazan ve Shaver, 1987: 522).

Kaygılı-Kararsız Bağlanma: Bu bağlanma stiline sahip olan kişiler partnerlerine karşı oldukça yoğun bir duygu durumu içerisindeyler. Genellikle partnerlerinin ilgisini yetersiz ve samimiyetsiz bulan kişiler bu bağlanma stiline sahiptir. Bu

bağlanma stiline sahip kişilerin terk edileceklerine dair mantıklı olmayan düşünceleri mevcuttur (Sümer ve Güngör, 1999: 74).

Kaygılı-Kaçınan Bağlanma: Bu bağlanma stili, ilişkilerinde oldukça mesafeli olan ve yakın temasta bulunmakta problem yaşayan kişiler ile karakterizedir. Partnerlerine karşı olan güvenleri en düşük seviye olduğu gibi ilişkilerinde yoğun bir şüphe durumu içinde olan kişiler bu bağlanma stiline sahiptir (Hazan ve Shaver, 1987: 522; Sümer ve Güngör, 1999: 74).

Ben Durumları: Eş zamanlı olarak oluşan birbiri ile uyumlu düşünce, his ve davranış örüntüleridir (Berne, 2020: 13). Kişinin çocukken içinde bulunduğu, ebeveynlerinden görüp içselleştirdiği tüm durumları ve bu durumlarla ilgili anlamlandırmaları ve izlenimleri kapsar (James ve Jongeward, 2016: 24).

Koruyucu Ebeveyn Ben Durumu: Karşısındaki kişilere karşı destekleyici konumda olan ve genellikle kaygı düzeyleri yüksek olan kişilerin ilişkilerini ve duruşlarını açıklayan ben durumudur. Bu ben durumunda yoğun bir şekilde karşıdaki kişiyi koruma duygusu hakimdir. Karşısındaki kişilerin ihtiyaçlarına duyarlı olması ben durumunun yararlı bir yönü iken dengenin kaybolması ve karşısındaki kişiye değil de kendilerine yönelik eğilimlerinin artması ben durumunun yararsız yönü olarak ele alınmaktadır (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 45-49).

Eleştirici Ebeveyn Ben Durumu: Prensipte sahibi olan kişilerin bulunduğu bu ben durumunda bu kişilerin kontrol etmeye yönelik istekleri oldukça fazladır. Görev verme eğilimleri yüksek ve ne yapılması gerektiği konusunda baskın tavırları olan kişilerin ben durumlarını açıklar. (Akkoyun, 2001; Stewart ve Joines, 2021: 66).

Yetişkin Ben Durumu: Oluşan davranış örüntülerinde herhangi bir durumun etkisi yoktur ve durumlar nesnel bir şekilde ele alınmıştır. Şartlara en uygun şekilde yaklaşımın mevcut olduğu ben durumudur. Geçmiş ve şuanın analizi yapılarak uygun davranışlar sergilenmesine olanak sağlar (Akkoyun, 2001).

Doğal Çocuk Ben Durumu: Birinin takdirini veya desteğini görmek için bir maskeye ihtiyaç duymayan kişilerin davranış örüntülerini içerir. Bu davranış örüntülerinde herhangi bir duruma ya da kişiye uyma eğilimi yoktur. Neşeli ve içten

olması yararlı bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır fakat kişinin kendine yönelik olan davranışlarının zararlı boyuta ulaşması bu ben durumunun yararsız yönüdür (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 46-47).

Uygulu Çocuk Ben Durumu: Ebeveynlerin zihnindeki profile uygun davranışlar sergileme eğiliminin var olduğu bu ben durumunda ebeveynlerin veya çevrenin dikkatini çekme durumu mevcuttur. Bu ben durumunda olan kişiler amacına uygun şekilde davrandığında istediğine ulaşır ve bu durum bu ben durumunun yararlı yönü iken dikkat çekmek amacı ile zarar verme eğiliminin yüksek olması bu ben durumunun yararsız yönüdür (Akkoyun, 2001; Stewart ve Joines, 2021: 63-64).

Baskın Ben Durumu: Ebeveyn, yetişkin ve çocuk ben durumlarından birinin diğerlerinin etkinliğini bastırarak bir durum karşısında uygun olmasa da aktif bir biçimde kullanılmasıdır (Dusay ve Dusay, 1979).

1.5.1.Kısaltmalar

TA: Transaksiyonel Analiz

EB: Eleştirici Ebeveyn Ben Durumu

KB: Koruyucu Ebeveyn Ben Durumu

Y: Yetişkin Ben Durumu

UÇ: Uygulu Çocuk Ben Durumu

DC: Doğal Çocuk Ben Durumu

BÖLÜM 2

LİTERATÜR

Çalışmanın bu bölümünde ilk olarak araştırmanın bağımlı değişkenleri olan aldatma eğilimi ve bağlanma stilleri ilgili kuramsal bilgilere yer verilmiştir. Ardından araştırmanın diğer değişkeni olan ben durumları ele alınmıştır.

2.1. Aldatma

2.1.1. Aldatma Kavramına İlişkin Kuramsal Görüş

Aldatma, duygusal romantik ilişkilerde özellikle sadakat sözünün verilmiş olduğu evliliklerde önem arz eden bir konudur. Boşanmaya yol açan sebepler arasında ilk üçte ve terapistlerin ve danışmanların en çok zorlandıkları sorunlar arasında yer alan aldatma, farklı kişiler tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır (Sungur, 2017: 199-200). Sözlük anlamı eşlerden birinin karşısındakine sadakatsizlik ve ihanet etmesi olan aldatma Gurman (2002) tarafından bireyler arasında oluşan duygusal bağı zedeleyen gizli romantik, cinsel veya duygusal ilişki olarak tanımlanmıştır. Diğer tanımlamada ise Levine (2005: 143) aldatma veya sadakatsizlik eylemini herkes tarafından kabul gören evlilik kurallarına aykırı bir hareket olarak değerlendirmiştir ve kişinin eşine ve vermiş oldukları söze karşı bir ihanet olarak görmüştür.

Var olan evlilik kurallarının karşıt bir eylemi olan aldatma Drigotas ve Barta (2001: 177) tarafından da kişilerarası ilişkileri düzenleyen kuralların dışında yakın ilişki içinde bulunan bireylerin duygusal veya fiziksel bir ilişki yaşamaları olarak ele alınmıştır. Atwood ve Schwart (2002: 38-40)'e göre aldatma ise karşılıklı sadakat sözü vermiş kişilerden birinin diğerine karşı bu sözü yok sayması ve söz verdiği kişiden ayrı olarak başka biri ile yakınlık kurması olarak tanımlanmıştır. Kurulan bu yakınlık sonucu olarak ilişki ve kişiler zarar görmektedir.

Sungur (2017: 198) ise aldatma kavramını tanımlayan diğer kişilerden farklı olarak sadakatsizlik ve aldatma kavramlarını ayrı ayrı incelemiştir. Sadakatsizlik kişinin ilişkide bulunduğu kişi dışında başka kişi veya kişilerle duygusal ve/veya fiziksel bir ilişki yaşaması sonucu ortaya çıkan durumun var olan ilişkinin standartlarının yok sayılmasıdır. Aldatma ise kişinin sadakatsizlik eyleminin mecburi sonucu olarak meydana gelen eylemleri ve söylemleri ifade eder. Bu eylemler ve söylemlerde kişi dürüst değildir. Kişinin eylemlerinde ve söylemlerinde yalan mevcuttur. Sadakatsizlik bireyin kendi isteği ve tercihi ile meydana gelirken aldatma sadakatsizlik sonucu ortaya çıkmaktadır.

Weeks ve Keçe (2019: 17) ise Sungur (2017: 198)'un aldatma tanımına yakın bir tanım yapmıştır ve sadakatsizlik kavramı ile aldatma kavramını birbirlerinden farklı kavramlar olarak ele almıştır. Sadakatsizlik kişinin saklı bir şekilde ortaya koyduğu bir seçim olarak ele alınmıştır ve bu seçimde kişi *“duygusal ve cinsel olarak sadece birbirine özel olma”* sözünü yok sayar ve isteyerek eşini kandırmayı devam ettirir. *“Sadakatsizlik kişinin zaaflarını, isteklerini, beklentilerini ve ihtiyaçlarını ortaya çıkarır.”* Aldatma ise kişinin seçim sonucu ortaya koyup sürdürmekte olduğu sadakatsizliğin kişinin ilişkide olduğu kişi tarafından öğrenilmesi, eylemin açık hale gelmesidir. Sadakatsizlik ahlaki ve kişisel bir çerçevede ele alınırken aldatma ilişkisel olarak değerlendirilmektedir ve etkileri yıkıcıdır.

Sadece cinsel yakınlıktan ibaret olmayan aldatma, evliliklerin bitişinde önemli bir öneme sahiptir (Blow ve Hartnett, 2005; Shackelford, 1998: 135). Solomon ve Teagno (2011) aldatma eyleminin ortaya çıkmasında korku, yalnızlık ve öfke duygularının hakim olduğunu belirtmiştir. En çok yaşanan öfkeye bağlı olarak gelişen aldatmalarda intikam duygusunun baskın olduğu gözlemlenirken yalnızlık duygusuna bağlı olarak gelişen aldatmada birey ilişkisine karşı bir aidiyet hissetmemektedir ve eşine karşı uzaklaşma söz konusudur. Korkuya bağlı olarak gelişen aldatma ise bireyin değersizlik duygusuyla ilişkilendirilir. Birey ilişkisinden uzaklaşmaya çalışırken çaresiz bir biçimde farklı yollara başvurur. Bu farklı yollar da genellikle bireyin aldatma davranışı ile sonlanır.

2.1.2. Aldatma Davranışının Sınıflandırılması

Aldatma kavramına ilişkin alanyazın incelendiğinde aldatma kavramı farklı durumlara göre farklı başlıklar altında incelenmiştir. Blow ve Harnett (2005: 220) aldatma eylemini üç kategoride incelemiştir. Bunlar duygusal aldatma, cinsel eylem içerikli aldatma ve duygusal ve cinselliğin bir arada olduğu aldatma olarak ele alınmıştır. Çiftlerden birinin duygusal ilişkide iken başka birine karşı romantik duygular beslemesi, duygu yoğunluğuna bağlı olarak yakınlık kurması veya aşık olması duygusal aldatma olarak ele alınırken kişinin eşi dışında başka biri ile cinsel bir birliktelik yaşaması cinsel eylem içerikli aldatma olarak değerlendirilmektedir. Bu eylemlerin ikisinin de birlikte bulunması da aldatmanın bir diğer türünü ortaya çıkarmaktadır.

Levine (1998: 208) ise aldatmayı dört başlık altında incelemiştir. Bunlar başka bir kişiye yoğun duygular beslemek, sadece cinsellik, boşluk doldurma ve gerçek olmayan hayali cinsel ilişki. İlkinde kişi ilişkide olduğu kişiden farklı olarak bir başka kişiye karşı yoğun duygular besler, âşık olur. Sadece cinsellik olan aldatmada ise birey karşısındaki kişiye karşı yoğun duygular beslemeden cinsellik açısından bir birliktelik yaşar. Bir diğer aldatma türü olan boşluk doldurmada ise birey ilişkide olduğu kişiyle bir başkasını bulana kadar beraberdir. Kalıcı bir süreç değildir ve duygusallıktan ziyade cinselliğin olduğu bir türdür. Gerçek olmayan hayali cinsel ilişkide ise fotoğraf ve videolar kullanıldığı gibi internet ortamında yapılan cinsel eylemler ve mastürbasyon gibi eylemler de bu aldatma başlığı altında incelenmektedir.

Subotnik (2007) ise *“aldatmalar serisi, kaçamak, romantik aşk aldatması ve uzun süreli aldatma”* olmak üzere aldatmayı dört başlık altında ilişkilerde meydana gelen süreçlere odaklanarak incelemiştir. “Aldatmalar serisi”nde duygusal yoğunluğun olmadığı ve uzun sürmeyen gündelik ilişkiler veya uzun seneler süren fakat bu süreçte defalarca eşlerden birinin diğerine ihanetini içeren evlilikler karşımıza çıkmaktadır. “Kaçamak”ta ise eşler arasındaki ilişkinin süresi uzun olsa da eşler duygusal anlamda birbirlerine çok yakın değildir. “Romantik aşk aldatması”nda ise kişi biriyle herhangi bir temas içinde değildir fakat duygusal anlamda eşinin dışında bir kişiye yoğun duygular içindedir. “Uzun süreli aldatma” ise kişinin

duygularında yaşamış olduğu kararsızlık sonucu ortaya çıkmaktadır ve kişi bu kararsızlığa bağlı olarak içinde bulunduğu durumu sürdürür ve bu durumun sonucunda herhangi bir karara varamamasına bağlı olarak sürecin uzun bir zaman dilimine yayılmasına neden olur (Subotnik, 2007: 169-190).

Sungur (2017: 202-205) ise tüm sadakatsizliklerin aynı olmadığını hepsinin ortaya çıkmasında farklı nedenler olduğunu belirtmiştir. Hepsini aynı başlık altında toplamanın zor olduğunu belirtse de altı başlık altında incelemiştir. (1) *Yeni bir yaşama kapı açan sadakatsizlik*: Bu sadakatsizlik türünde eylemi gerçekleştiren taraf için ilişkiye dair olan bağlar anlamını yitirmiştir. Fakat ilişkide olduğu kişiye bunu açıkça dile getirmek kişi için kolay bir şey değildir. Kişi içinde bulunduğu durumla birlikte yeni bir süreci başlatmaktadır ve bundan dolayı herhangi kötü bir duygu hissetmemektedir. (2) *Üç bacaklı sadakatsizlik*: Evlilik süreci iki bacaklı olarak nitelendirilmektedir. Ve süreçte problemler ve sıkıntılar artmaya başladığında bu iki bacak yetersiz hale gelmektedir ve bu süreçte dengeyi sağlayabileceğine inanılan üçüncü bacak sürece ortak olur. Sadakatsizlik eyleminde bulunan eş ne tam olarak ilişki içinde bulunduğu eşi ile kalabilir ne de diğer kişiye tam olarak gidebilir. Her iki kişi ile de sürece devam etme isteği hakimdir. (3) *İntikam amacıyla yapılan sadakatsizlik*: Diğer sadakatsizlik türlerine göre daha kısa zamanlıdır ve ilişkide kırılan ve üzülen eşin diğerini kırmak ve üzme amacıyla yapılan sadakatsizliktir. Daha önce dile getirilmemiş öfke veya sonradan öğrenilen sadakatsizlik bu süreçte tetikleyici bir unsurdur. (4) *Kendini yeniden fark etmek amacıyla yapılan sadakatsizlik*: Kişi evlilik sürecinde eşi tarafından ilgisiz bırakıldığını düşünür ve eşinin buna karşı kayıtsız olduğu düşüncesine sahiptir. Kişi eşinin kayıtsızlığını ortadan kaldırmak için bu eyleme yönelir. Genellikle kısa sürer ve cinsel birliktelik içermez. (5) *Yakın ilişkilerden korkmaya bağlı olarak gelişen sadakatsizlik*: Kendini yakın bir ilişkiye ait hissetmekten hoşlanmayan ve bunu duygusal tehlike olarak nitelendiren kişilerin yöneldiği sadakatsizlik türüdür. Kişi hem yakın ilişki kurmak istemekte hem de bu ilişkiye başladıktan sonra akışta kendini kaybetmekten korkmaktadır. Kişiler yakın bir ilişki içindeyken panik yaşarlar ve bu panik duygusunu azaltmak amacıyla başka bir kişiye yönelirler. (6) *Fırsatçılık ya da deneysel amaç taşıyan sadakatsizlik*: Cinselliğin ön planda olduğu sadakatsizlik

türüdür. Uygun ortam ve şartların sağlanması kişiler için sadakatsizliğe zemin hazırlamaktadır.

Weeks ve Keçe (2019: 38) ise aldatma kavramını altı başlık altında incelemiştir. Kişinin farklı heyecan arama isteği ile ortaya çıkan (1) *anlık aldatma*, eşler arasındaki cinsel doyumsuzluğa bağlı olarak ortaya çıkan ve diğer kişiyle olan ilişkide cinselliğin hakim olduğu (2) *fiziksel aldatma*, cinselliğin baskın olmadığı duygusal nedenlerin sebep olduğu (3) *duygusal aldatma*, fiziksel veya duygusal bir durum yokken bilişsel anlamda kişinin kendini buna hazırlamasını içeren (4) *zihinsel aldatma*, sadece cinselliğin olduğu ve duygusal bağın kurulmadığı eşi cezalandırma isteğinin hakim olduğu (5) *intikam için aldatma* ve son olarak da internet aracılığı ile gerçekleşen duygusal veya cinsel birlikteliğin hakim olduğu (6) *sanal aldatma* ele alınan başlıklardır.

Farklı kuramcılar tarafından farklı isimlerle kategorilendirilmiş olsa da tüm sınıflandırmaların içeriğinde ortak noktalar karşımıza çıkmaktadır. Bu ortak noktalar cinsellik ve duygusallığın varlığı, aldatma davranışının süresi ve aktif veya reaktif olma durumudur. Ayrıca internetin günlük yaşamdaki etkinliğinin günden güne artmasına bağlı olarak da sanal aldatma literatüre eklenmiştir.

2.1.3. Aldatmanın Sonuçları

Bireylerin aldatma eyleminin türüne göre farklı tepkiler verdikleri ve farklı sonuçlara yol açtığı gözlemlenmiştir. Cinsel aldatma bireyde kızgınlık yaratırken duygusal aldatma kıskançlık duygusunu tetiklemektedir. Duygusal aldatma her iki cinsten de duygusal olarak daha çok kırılabilirliğe ortamı çıkmasına neden olurken cinsel aldatmada kızgınlık ve tikslenme hakimdir (Polat, 2006: 28-29). Aldatma her zaman boşanma ile sonuçlanmasa da evliliğin sürekliliğini ve dinamiğini olumsuz anlamda etkilemekte hatta yıkıcı etkiler oluştururken aile ilişkileri, çocukların gelişimleri ve eşlerin mental ve beden sağlığı için ciddi tehlike yaratmakta ve hoş olmayan deneyimlere yol açmaktadır (Blow, 2005: 92; Levine, 2005: 143; Weil, 1975: 725).

Sungur (2017: 208-222) sadakatsizliğin sonuçlarının sadakatsizlik öncesi ilişkinin durumuna, duruma maruz kalan eşin eyleme yönelik olan düşüncelerine,

eylem içinde bulunan eşin eylem sonucundaki tutum ve davranışlarına ve sosyal destek sistemine göre değişeceğini belirtmiştir ve bu sürecin etkilerini sadakatsizliğe maruz kalan eş ve sadakatsizlik eylemini gerçekleştiren eş açısından farklı şekillerde ele almıştır. Sadakatsizliğe uğrayan eşte *“kimlik kaybı, özel olma duygusunun kaybı, kendilik saygısının kaybı ve bu süreçte eşini yeniden kazanabilmek için inanılan değerlerden vazgeçme, söylenen yalanlara inandığı ve sadakatsizliği görmezlikten gelmeye yönelik çabalar gösterdiği için hissedilen kendine yönelik öfke ve suçluluk, düşünce süreçleri üzerinde kontrol kaybı, tekrarlayan ve hoşla gitmeyen davranışlar üzerinde kontrol kaybı, adalet ve kontrol duygusunun kaybı, diğer insanlarla kurulan bağın kaybı, amaç ve yaşama isteğinin yok olması”* gibi sonuçlar ortaya çıkarken sadakatsizlik eylemini gerçekleştiren eşte *“şaşkınlık, çaresizlik, belirsizlik, öfke, yalnızlık, suçluluk ve utanç, umutsuzluk”* gözlemlenmektedir (Sungur, 2017: 208-222).

Kişinin hayatında birden fazla farklı alanda sonuçlara özellikle de kötü sonuçlara yol açan aldatmanın ruh sağlığına yönelik olumsuz etkilerinden birisi de depresyona sebep olmasıdır. Cinsel aldatma depresyona yol açan faktörler arasında ilk sıralarda yer almaktadır. Aldatılan eşte yoğun bir öfke duygu durumu hakimken buna kendini değersiz hissetme ve intikam düşüncesi eşlik eder (Tarhan, 2020: 99).

Aldatma, ikili romantik ilişkilerde meydana gelen bir yıkım olması sebebi ile genellikle sonuçlarının da iki kişiyi ilgilendirmesi beklenmektedir. Fakat aldatma çiftler kadar çevresindeki kişileri de etkileyerek geniş bir kitlede olumsuzluklara yol açmaktadır. Özellikle çocukların ebeveynlerinin arasındaki bu aldatma durumunu öğrenmeleri aile ortamını olumsuz etkilemekte ve çocuklar için de önemli problemlere yol açmaktadır. Bu durum arkadaş çevresini, ebeveynlerin ailesi de etkileyerek etki ağını olumsuz bir şekilde genişletir (Blow, 2005: 96; Levine, 2005: 143).

Aldatma sonuçları değerlendirildiğinde genellikle psikolojik ve ruhsal sıkıntılar ön plana çıkmakta ve aile yapısını etkileme düzeyi ele alınmaktadır. Fakat aldatma travmatik deneyimlere neden olabildiği gibi çiftler arasında fiziksel şiddetin ortaya çıkmasına da neden olmaktadır. Eşin aldattığının öğrenilmesi veya buna

yönelik bir inancın olması çiftler arasında fiziksel ve cinsel şiddetin ortaya çıkmasını tetiklemektedir (Goetz ve Shackelford, 2009: 226; Kaighobadi vd., 2009: 1033).

Alanyazından hareketle kişilerin hayatlarının her noktasında travmatik etkiler yaratan aldatma hem toplum hem de ilişkilerdeki taraflar için istenmeyen bir durumdur. Duyguların yoğunluğu aldatmanın ilk öğrenildiği zaman kadar yoğun olmasa da etkisini uzun yıllar boyunca göstermektedir ve kişilerin acısı, değersizlik duyguları tamamen etkisini kaybetmemektedir (Blow, 2005: 94). Kişilerin bu duyguyla baş etmek için terapiye veya danışmaya olan ihtiyaçlarının artması ve aldatmaya bağlı olarak boşanma oranlarının son yıllarda artış göstermesi bu noktada müdahalenin ve önleyici hizmetlerin gerekliliğini göstermektedir. Bu noktada atılması gereken adımlardan ilki de bu durumun ortaya çıkmasına neden olan faktörlerin belirlenmesidir.

2.1.4. Aldatmaya Zemin Hazırlayan Faktörler

Aile birliğinin temelden sarsılmasına hatta aile birliğinin yok olmasına neden olan aldatma sağlıklı duygusal-romantik ilişkiler için ve kişilerin yaşam kaliteleri için bir tehdit unsurudur. Bu sebepten ötürü aldatmaya zemin hazırlayan faktörlerin incelenmesi ve bu faktörlerin ortadan kaldırılması eşlerin sağlığı ve ilişkilerin dinamiği açısından önem arz etmektedir. Alanyazın incelendiğinde aldatma eyleminin ortaya çıkmasında etkili olan durumlar farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde ele alındığı görülmüştür.

Evliliklerinde mutlu olmayan bireylerin evliliklerinde mutlu olanlara oranla daha çok aldatmaya yatkın oldukları bulunurken evlilikte ilişki kalitesinin düşük olması ve bireylerin evliliklerinden yüksek doyum alamamaları aldatma davranışının ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Atkins vd.,2005: 470; Kubat, 2012: 55; Kantarcı, 2009). Blow ve Hartnett (2005: 225) erkeğin eğitim durumu kadının eğitim durumundan daha alt konumda ise kadında aldatma davranışının ortaya çıkma ihtimalinin yüksek olduğunu belirtmiştir. Ayrıca bireylerin içinde buldukları ilişkide cinsel olarak tatmin olamamaları da aldatma davranışının ortaya çıkmasında etkilidir (Dollahite ve Lambert, 2007).

Aldatmanın ortaya çıkmasına zemin hazırlayan faktörler cinsiyetlerde farklılık göstermektedir. Glass ve Wright (1985: 1101) tarafından yapılan çalışmada kadınlar için duygusal tatminsizlik, erkekler için ise cinsel tatminsizlik aldatma davranışının ortaya olasılığını arttırmaktadır. Aynı zamanda erkeklerin tarihsel süreç içinde kadınlardan daha çok iş ortamında bulunmaları ve bu sebeple daha çok kişi ile etkileşim içinde olmaları erkeklerin aldatma davranışı sergilemelerine zemin hazırlamaktadır (Greeley, 1994: 9).

Yeniçeri ve Kökdemir (2006: 646-648) tarafından yapılan araştırmada ise aldatmanın ortaya çıkmasında etkili olan davranışlar aşağıdaki şekilde sıralanmıştır:

- Cinsellik: Araştırma kadınların evlilik öncesi cinsel ilişkiye sıcak bakmaması nedeniyle erkeklerin evlilikten önce cinsel ilişki yaşadıklarını ve kadınların da bu duruma anlayış gösterdiğini göstermiştir.
- İntikam: Bu davranışın kadınlarda daha çok görülmesi ve daha çok ilişkide bulunulan kişiye karşı öfkeli olma, karşısındakini cezalandırma isteği ya da sadece inat için olduğu bulunmuştur.
- Sosyal Geçmiş: Bireyin erken evlenmesi, baskıcı bir çevrede büyümesi, görücü usulü evlilik aldatmaya zemin hazırlamaktadır.
- Suçlama: Daha çok kadınların aldatmasına zemin hazırlayan bu faktörde erkeklerin eşlerine çok fazla zaman ayırmaması ya da kendi ebeveynleri ile kıyaslamaları etkili olmaktadır.
- Baştan Çıkma: Erkeklerin aldatmasında daha çok etkili olan bu faktör erkeklerin hayır diyebilme özelliğine sahip olamamalarına bağlı olarak ortaya çıkmaktadır.
- Uyarıcı Arayışı: Hem erkeklerde hem de kadınlarda etkili olan bu faktör bireylerin yeni heyecan istemeleri, tek düze yaşamdan sıkılmaları, farklı eğlence arayışlarına bağlı olarak ortaya çıkmaktadır.

Sungur (2017: 245-247) ise evlilikte sadakatsizliğe zemin hazırlayan faktörleri çiftlerin çatışma temaları ve düzeyleri, duygusal yakınlık düzeyleri, fiziksel yakınlık düzeyleri ve ilişkide beklentiler olmak üzere dört başlıkta incelemiş ve bu

başlıklar altında belirli sorulara cevap verilmesi gerektiğini belirtmiştir. Bu sorulara verilen cevaplardaki olumsuzlukların sadakatsizliğe zemin hazırladığını belirtmiştir.

Weeks ve Keçe (2019: 73-80) ise aldatmaya zemin hazırlayan faktörlerin cinsiyete göre farklılaştığını belirterek kadınlar ve erkekler için ayrı ayrı ele almışlardır. Kadınlarda duygusallığın hakim olduğu bir süreç karşımıza çıkarken erkeklerde cinselliğin ön planda olduğu bir süreç hakimdir. İlişkide yaşanan problemler, etkili iletişim kuramama, kişinin kendisini mutlu hissetmemesi, ilişkisinden fiziksel ve duygusal olarak tatmin olmaması, kişinin tekdüze ve tek eşli yaşamdan sıkılması vb. durumlar ilişkilerde aldatma eyleminin ortaya çıkışını hızlandırmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde aldatmaya zemin hazırlayan faktörler farklılık göstermektedir. İlişkilerde yaşanan duygusal veya cinsel tatminsizlik, kişinin kendini gösterme ihtiyacı, farklılık arama isteği, dürtüsellik ve çevresine yönelik onay ihtiyacı kişiyi aldatma davranışına sevk etmektedir (Weeks ve Keçe, 2019: 73-80). Kişiyi aldatmaya sevk eden durumlardan birisi de kişinin aldatma eğiliminin yüksek olmasıdır.

2.1.5. Aldatma Eğilimi

Aldatma davranışının ortaya çıkmasında etkili olan durumlardan birisi de kişinin aldatma eğilimidir. Kişinin aldatma eğiliminin yüksek olması ilişkiler için bir risk faktörüdür. Polat (2006: 64-88) tarafından yapılan araştırmada evlilik uyumu, cinsiyet, flört süresi ve sosyoekonomik düzeyin kişinin aldatma eğiliminde etkili olduğu bulunmuştur. Erkeklerin aldatma eğilimlerinin kadınlardan daha yüksek olduğu da araştırmada bulgularla desteklenmiştir. Ayrıca erkeklerin madde bağımlılığının olması da aldatma eğilimini arttırmaktadır (Atkins vd., 2005: 470).

Kişinin gelir durumunun artması ve eşlerden sadece birinin iş yaşamında aktif olması da kişinin aldatma eğilimi üzerinde belirleyici bir faktördür. Atkins ve arkadaşları (2001: 73) tarafından yapılan araştırmada yıllık gelirin artmasıyla birlikte aldatma eğiliminin de arttığı ve eşlerden birinin çalışma yaşamında aktif olmamasına bağlı olarak risk faktörünün yükseldiği belirtilmiştir.

Blow ve Harnett (2005: 226)'e göre bireyin sahip olduğu bağlanma stili de aldatma eğilimi üzerinde etkilidir. Güvenli bağlanmaya sahip bireylerin ilişki içerisinde oldukları kişiyi aldatma eğilimleri diğer bağlanma stillerine sahip bireylere göre daha düşüktür. Ayrıca bireyin yetiştiği ortam da bireyin aldatma eğilimini etkilemektedir. Büyüdüğü çevrede aldatma geçmişine sahip bireylerin olması kişinin aldatmasına zemin hazırlamakta aldatma eğilimini arttırmaktadır. Bireyin aldatma davranışını bir kere gerçekleştirmesi olması da diğer aldatmalara zemin hazırlamaktadır. Knopp ve arkadaşları (2017: 2301) tarafından yapılan araştırmada aldatan bireyin tekrar aldatma eğilimi diğer bireylere oranla 3 kat daha fazladır.

Alanyazın incelendiğinde aldatmaya ilişkin araştırmalar oldukça azdır ve toplumun bu konuya ilişkin tutumu da araştırmalarda sınırlılık yaratmaktadır. Fakat toplumda var olan aldatmaların ve buna bağlı olarak gelişen olumsuz durumların etkisi azımsanmayacak derecededir ve her geçen gün artmaktadır. Toplum ve kişiler üzerinde bıraktığı acı verici deneyimlerin etkisinin azaltılması ve sağlıklı bir ilişki ağının oluşturulması gerekmektedir. Bu noktada aldatma eğiliminin ortaya çıkmasında ve artmasında etkili olan faktörlerin belirlenmesi ve müdahale planlarının oluşturulması önem arz etmektedir.

2.1.6. Aldatma Eğilimi İle İlgili Yapılmış Yurt İçi Çalışmalar

Polat (2006: 57-69) tarafından örneklem olarak evli bireylerin seçildiği araştırmada ise bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri farklı değişkenlerle birlikte incelenmiştir. Yapılan araştırmada erkeklerin aldatma eğilimi kadınlara göre daha yüksektir. Ayrıca evlilik uyumu ile aldatma eğilimi arasında negatif yönde anlamlı ilişki, aldatma eğilimi ile çatışma eğilimi arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişilerin evlilik uyumları yükseldikçe aldatma eğilimleri azalmaktadır fakat çatışma eğilimleri yükseldikçe aldatma eğilimleri artmaktadır.

Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimlerinin ve çatışma yönetim biçimlerinin incelendiği araştırmada Kantarcı (2009: 54-59) güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip bireylere göre daha düşük aldatma eğilimine sahip olduğunu belirtmiştir. Ayrıca güvensiz bağlanma

stiline sahip bireylerin çatışma yönetim biçimlerinden olumsuz olanları tercih ettikleri ve olumsuz çatışma yönetim biçimleri ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Erkeklerin kadınlara göre aldatma eğilimleri daha yüksekken kadınların olumlu çatışma yönetim biçimlerini tercih etme oranları daha yüksektir.

Çavuşoğlu (2011: 40-48) tarafından yapılan bağlanma stilleri, evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada kişilerin evlilik uyumları arttıkça aldatma eğilimlerinin azaldığı bulunmuştur. Ayrıca evliliğin ilk yıllarında (0-5 yıl) ve 20 yıl ve daha uzun süre evli olan bireylerde aldatma eğilimi yüksek çıkmıştır. Fakat aldatma eğilimi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Tortamış (2014: 87-94) tarafından yapılan çalışmada ise evli bireylerin romantik kıskançlık düzeyleri ve aldatma eğilimleri şema terapi modeli çerçevesinde incelenmiştir. Araştırma sonucunda kadınlarda kopukluk ve reddedilmişlik şema alanları ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki, erkeklerde ise zedelenmiş özerklik ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca kadınlarda ve erkeklerde anneye yönelik aşırı izin verici ebeveyn algısı ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken kadınlarda babaya yönelik aşırı izin verici ebeveyn algısı erkeklerde ise babaya yönelik cezalandırıcı ve aşırı izin verici ebeveyn algısı aldatma eğilimini pozitif yönde anlamlı şekilde yordamıştır.

Güzel (2016: 48-58) tarafından yapılan çalışmada aldatma ve affetme eğilimi şema terapi modeli çerçevesinde incelenmiştir. Araştırma bulgularında kadınların aldatma eğilimi erkeklerin aldatma eğiliminden yüksek bulunmuştur. Şema modellerinden kusurluluk, tehditlere karşı dayanıksızlık ve cezalandırma şemaları ile aldatma eğilimi arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken ayrıcalık şeması ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Şatroğlu (2017: 64-75) tarafından evli bireylerle yapılan çalışmada evli bireylerin aldatma eğilimleri, bilişsel duygu düzenleme ve kişilik özellikleri birlikte incelenmiştir. Araştırma sonucunda evli erkeklerin evli kadınlara göre daha fazla

aldatma eğilimi içinde olduğu bulunmuştur. Ayrıca kişilik özelliklerinden nevrozizm pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordarken özdenetim aldatma eğilimini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır. Plana tekrar odaklanma ve diğerlerini suçlama da bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutu olarak aldatma eğilimini pozitif yönde anlamlı şekilde etkilemiştir.

Salman, Karaaziz ve Keskindağ (2018: 377) tarafından evli bireylerle yapılan çalışmada ise bireylerin çatışma eğilimleri, evlilik uyumları ve aldatma eğilimleri incelenmiştir. Bireylerin evlilik uyumları ile çatışma eğilimleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunurken çatışma eğilimi ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bireylerin evlilik uyumları arttıkça çatışma eğilimleri azalmakta fakat çatışma eğilimleri arttıkça aldatma eğilimi artmaktadır.

Yurtseven (2019: 79-81) yetişkinlerle yaptığı çalışmada erken dönem uyum bozucu şemaları, yakın ilişkilerde psikolojik eğilimleri ve aldatma eğilimlerini incelemiştir. Araştırma sonucunda bireylerin aldatma eğilimleri ile Young Şema Ölçeği'nin bazı boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu boyutlardan cezalandırıcılık, ilişki korkusu, ilişkide izlenim ayarlama, dışsal ilişki kontrolüne ait puanlar arttıkça aldatma eğilimine ait puanların da arttığı gözlemlenmiştir. İlişki doyumu, ilişkide kendine güven, ilişkide girişkenlik ve içsel ilişki kontrolüne ait puanlar arttıkça da aldatma eğilimi puanlarında düşüş gözlemlenmiştir.

Demir ve Kumcağız (2020: 137) tarafından yapılan evli bireylerin yalnızlık düzeyleri ve aldatma eğilimleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca birden fazla evlilik yapanların tek evlilik yapanlara göre aldatma eğilimleri ve yalnızlık düzeyleri daha yüksektir. Yalnızlık düzeyi ile aldatma eğilimi arasındaki ilişki de pozitif yönde anlamlı bulunmuştur. Bireylerin yalnızlık düzeyleri arttıkça aldatma eğilimleri de artış göstermektedir.

Kayıkcı (2020: 54-58) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin depresyon, çocukluk travmaları, erken dönem uyumsuz şemaları ve aldatma arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre erkeklerin aldatma eğilimi kadınların aldatma eğiliminden yüksektir. Erken dönem uyumsuz

şemaların alt boyutları olan duygusal istismar, duygusal ihmal ve kopukluk ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

2.1.7. Aldatma Eğilimi İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı Çalışmalar

Mark, Janssen ve Milhausen (2011: 971) tarafından heteroseksüel çiftelerde sadakatsizliği incelemek amacıyla yapılan araştırmadan erkeklerin “performans tehdidi” sebebiyle cinsel uyarılma ve cinsel ketlenme eğilimlerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Buna bağlı olarak düşük cinsel engelleme eğilimi ortaya çıkmaktadır bu da aldatma eğilimini yükseltmektedir. Kadınlarda ise ilişkideki mutluluğun düşük olması, cinsel tutum ve değerler açısından çiftler arasındaki uyumun yetersiz ya da düşük olması aldatma davranışının ortaya çıkmasında etkili bulunmuştur. Ayrıca olumsuz duygu durumları her iki cinste de aldatma davranışının ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamaktadır.

Ong, Poon, Sibya ve Macapogal (2014: 93) tarafından yapılan araştırma bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Bağlanma stilleri ile fiziksel ve duygusal aldatmaya yönelik eğilim arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırma sonuçlarına göre güvenli bağlanmaya sahip bireylerin aldatma eğilimleri en düşük çıkmıştır. Güvensiz bağlanma stillerinden kaçınan bağlanmaya sahip bireyler hem duygusal hem de fiziksel aldatma da en yüksek eğilimi gösteren grup olmuştur. Ayrıca erkeklerin kadınlara oranla aldatma eğilimleri daha yüksektir.

Jia, Ing ve Lee (2016: 126) tarafından yapılan araştırmada kişilik faktörleri ile aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Karanlık üçlü-narsisizm, psikopati, makyavelizm- ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken Beş Büyük Faktörden vicdanlılık alt boyutu ile aldatma eğilimi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki, dışadönüklük ve uyumluluk alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kişilerin vicdanlılık puanları arttıkça aldatma eğilimleri azalmakta fakat dışadönüklük ve uyumluluk puanları arttıkça aldatma eğilimleri de artmaktadır. Ayrıca HEXACO Kişilik Envanteri'nin alt boyutu olan dürüstlük-tevazu boyutuna ait puanlar düştükçe aldatma eğilimi artmaktadır.

Alavi, Mei ve Mehrinezhad (2018: 49) tarafından yapılan araştırmada aldatma eğilimi ile karanlık üçlü arasındaki ilişki incelenmiştir. Karanlık üçlü (narsisizm, Makyavelizm, psikopati) puanları yüksek olanların daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu bulunmuştur. Makyavelizm ve psikopati alt boyutları ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken narsisizm ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca ilişki deneyimi narsisizm ve psikopati ile aldatma eğilimleri arasında aracı rol oynamıştır.

Yurt içinde ve yurt dışında yapılan bütün çalışmalarda aldatma eğilimi kavramı birçok değişkenle ilişkili bulunmuştur. Ruh sağlığı ve aile birliği için oldukça önemli bir kavram olduğu alanyazında tartişılmıştır. Cinsiyet, ekonomik durum, evlilik süresi, evlilik uyumu, ilişki tatmini ve bağlanma stilleri aldatma eğilimi ile ilişkili bulunan kavramlardan bazılarıdır. Bu çalışmada da transaksyonel analiz baskın ben durumlarına göre aldatma eğilimi incelenecektir

2.2. Bağlanma Stilleri

2.2.1. Bağlanma Kavramının Kuramsal Temeli

Bağlanma kuramı, etiyoloji ve psikanalitik kuramın kavramlarından yararlanılarak ortaya atılan bir kişilik gelişim kuramıdır (Sarı, 2008: 26). Bowlby bu süreçte ilk olarak uyum sorunu yaşayan çocukları incelemiştir. Uyumsuz çocuklar üzerinde gözlem yapan Bowlby ilk gencin hırsızlıktan okuldan kovulan, kararlı bir anne tutumuna sahip olmayan çevreden soyutlanmış çok uzak fakat aynı zamanda sevecen bir çocuk olduğunu fark etmiştir. İkinci çocuk ise sürekli Bowlby'nin etrafında bulunan ve onu takip eden kaygılı bir çocuktur. Uyumsuz çocukların sevgiden yoksun ve hırsızlık yapmaya yatkın olduğunu fark eden Bowlby çalışmalarından sonra bu durumları çocukların ayrılık geçmişlerine ve buna bağlı olarak ortaya çıkan yoksunluk durumu ile ilişkilendirmiştir (Bowlby, 2020: 25). Bu gözlemlerinden sonra Bowlby anne ile çocuğun arasında oluşan bağı ve o bağın zarar görmesine yönelik ortaya çıkan yoksunluk ve ayrılık durumları üzerinde çalışarak kuramın temellerini atmıştır (Bretherton, 1992: 759).

Bağlanma kuramının geliştirilmesinde etkili olan John Bowlby'e göre bağ, ortam ve zaman kavramının çok daha ilerisinde iki bireyi birbirine bağlayan duygusal yapıdır (Brisch, 2019: 17). Bowlby sağlıklı bir gelişim için bu bağ oluşum sürecinin sıcak, içten ve kesintisiz bir şekilde sağlanması gerektiğini savunmuştur. Çocuğun ya da bir bireyin biriyle bağ kurması halinde çocuk o bireyle temas kurma çabası içinde olur ve yakınlık arar ve bu davranışı belirli durumlarda yapmaya daha çok yatkındır. Böylelikle bireyin bağlanma davranışı yakınlık kurmak ya da var olan yakınlık durumunu korumak için farklı eylemlerde bulunması olarak karşımıza çıkar (Bowlby, 2014: 25-36).

Bebek ve anne arasında oluşan duygusal yakınlık bebeğin yaşama tutunma şansını artırır. Aynı zamanda bu duygusal bağ bebeğin bir duruma karşı göstermiş olduğu korku, endişe ve rahatsızlık durumlarının anne tarafından fark edilebilmesine ve bunun sonucunda bebeğin rahatlamasına olanak sağlarken anne bebek için "güvenli üs" konumuna gelir (Cooper vd., 1998: 1380-1397). Ayrıca bebek bakım veren kişiden ayrılıp geri geldiğinde, bulunduğu yerde güven ve rahatlama duyguları hakimse bakım veren kişi "güvenli sığınak" görevi görür. Bu süreçte bebeğin yakınlık kurma çabası, güvenli üs ve güvenli sığınak olarak belirtilen kavramlar bağlanmanın fonksiyonlarını ortaya koymaktadır (Shaver vd., 1988; Fraley ve Shaver, 2000).

Bowlby (2020) bebeklerin annelerinden belirli bir süre ayrı kaldıklarında birbirlerine yakın ve aynı sırada tepkiler gösterdiğini gözlemlemiştir. Bu tepkiler sırasıyla *karşı koyma*, *çaresizlik* ve *kopmadır*. Karşı koyma basamağında çocuk ilk olarak bakım veren kişiyi aktif olarak arama çabası gösterir. Bu çabaya ağlama ve diğer kişilerin yakınlık ve sakinleştirme çalışmalarına karşı koyma davranışı eşlik eder. İkinci basamakta olan çaresizlik basamağında ise çocuk bakım veren kişiye ulaşamamış olmanın verdiği hayal kırıklığı ve üzüntüsü içindedir. Son basamak olan kopma basamağında ise çocuğun bakım verenden duygusal olarak uzaklaşması ve arama çalışmalarına son vermesi ile sonuçlanır.

Bakım veren bireyin bebeğin ihtiyaçlarına cevap verme hızına ve tarzına bağlı olarak bağlanma stilleri ortaya çıkmaktadır. Bu süreçte bebek kendisine ve diğer bireylere yönelik bazı şemalar geliştirir. Geliştirilen bu şemalar zihinsel

modeller ya “İçsel Çalışan Modeller” olumlu olduğu gibi olumsuz da olabilir (Bowlby, 2020: 12). Bağlanma figürünün bebek için güvenli bir üs oluşturabilmesi ve bebeğin ihtiyaçlarına cevap verebilmesi modelin ilk boyutunu oluştururken bebeğin kendisini diğerleri tarafından sevmeye layık biri olarak algılaması modelin ikinci boyutunu oluşturur (Bowlby, 2020: 266). Eğer bebek bakım veren kişi tarafından sevilmiş ve ihtiyaçlarına anında karşılık bulmuş ise olumlu zihinsel model geliştirir. Başkalarına karşı da güven geliştiren bu bebekler diğer bireylere karşı sevgi de beslerler. Fakat bakım veren kişi bebeğin ihtiyaçlarına anında karşılık vermemiş ya da sıcak davranmamış mesafeli olmuş ise bebek olumsuz zihinsel model geliştirir. Kendilerini sevmedikleri gibi başkalarına karşı reddedici, soğuk ve mesafelidir (Sarı, 2008: 29).

Çocuğun sahip olduğu bağlanma stili ve zihinsel modeli bakım veren kişinin- bu kişi genelde annedir-erişilemez olduğu ya da yoğun bir acı, korku, kaygı ve hastalık gibi durumlarda aktif olur (Bowlby, 2014: 4). Bireyin bu durumlarda hissetmiş olduğu duygunun derecesi birey ile bakım veren kişi arasındaki ilişkinin düzeyine göre değişiklik göstermektedir. Bu ilişki olumlu ise birey mutlu ve güvende hisseder. Ama aralarındaki ilişkinin gidişatını olumsuz etkileyen bir durum ile karşı karşıya ise birey endişeli ve kızgın olur. Kıskançlık hissedebilir. Fakat bu ilişki zarar görmüşse bireyde yas ve depresyon süreci karşımıza çıkar (Bowlby, 2014: 5).

2.2.2. Bebeklikte Bağlanma

Bebekler yaşamlarının ilk 6-7. ayına kadar bağlanma davranışlarını kendi istekleri doğrultusunda tek bir kişiye yönlendirirler. Bu kişi bebeğin isteklerine ve sorunlarına ve zorluk yaşadıkları noktada olumlu ve bilinen bir tepki veren kişidir. Bu bağlanma süreci 2-3 sene sürebilir (Hazan ve Shaver, 1994: 4).

Ainsworth ve arkadaşları (1978: 22-28) tarafından yapılan “Yabancı Durum” araştırmasında 12-18 aylık bebekler gözlemlenmiştir. Bu araştırma sırasında bebekler ilk olarak kısa bir süre için annelerinden uzak bırakılır ve ortama yabancı biri dâhil edilir ve bebek yabancı ile baş başa bırakılır. Sonra anne tekrar ortama dahil edilir. Bu süreçte bebeklerin bağlanmalarının nasıl etkin hale geldiği ve bebeklerin annelerine nasıl tepki verdiklerini gözleme amaçlanmıştır. Bu araştırma

sonucunda üç bağlanma stili tespit edilmiştir. Güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma.

Güvenli bağlanma stiline sahip bebekler anneleri ortamdaki ayrılınca kısa bir süre gerginlik yaşamakta fakat daha sonra bu gerginlik halini bırakarak ve panik olmadan annelerini ve anneleriyle olan yakın temaslarını aramaktadırlar. Anneleri ile yakın temas sağlamaları halinde ise gerginliklerini bırakmaları çok kısa sürmekte ve anneleri dışında var olan çevreyle olan etkileşimlerine kaldıkları yerden devam etmektedirler. Bu bağlanma stiline sahip çocukların ebeveynleri ya da bakım veren kişi bebeğin ihtiyaçlarına karşı duyarlıdır ve anında cevap vermektedirler. Bakım veren kişinin çocuğun ihtiyaçlarına karşılık vermesi ve karşılığın zamanında olması bebek için bağlanma figürünün ulaşılabilir olduğu düşüncesini destekler (Ainsworth vd., 1978: 22-28; Bowlby, 2014: 14-17; Sümer ve Güngör, 1999: 73).

Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip bebekler ise anneleri ortamdaki ayrılınca oldukça gergin ve öfkeli bir tutum sergilerler. Bu bebekler o an ortamda bulunan başka biriyle iletişim kurmaya karşı direnç gösterirler. Bu bebekler anneleri geri döndüğünde de öfkeli ve gergin ruh hallerini kolay kolay terk edemezler ve çevreyle olan etkileşimlerine devam etmekte zorlanırlar. Kaygılı-kararsız bağlanan bebekler bu süreçte annelerinin yanlarından ayrılmamak konusunda oldukça ısrarcılardır. Bu bebeklerde bu süreçte karşı koyma davranışı baskın bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip bebeklerin bakım veren kişileri, bebeğin isteklerine ve ihtiyaçlarına gerekli zamanda cevap vermemiş ya da tepkisiz kalmıştır (Ainsworth vd., 1978: 22-28; Bowlby, 2014: 37-40; Main ve Hesse, 1990: 161-182).

Kaygılı-kaçınan bağlanma stiline sahip bebekler ise anneleri ortamdaki ayrıldığında herhangi bir tepki göstermemiş duruma karşı nötr kalmışlardır. Fakat bu bebekler anneleri ortama geri döndüğünde annelerine karşı temas kurmakta direnç göstermektedirler. İlgilerini çevrelerinde olan oyunlara oyuncaklara yönlendirirler (Ainsworth vd., 1978: 22-28). Kaygılı-kaçınan bağlanma stiline sahip bebeklerin bakım verenleri, bebeklerin ihtiyaçlarına ya da fiziksel yakınlık kurma isteklerine karşı kabul edici bir tutum sergilememişlerdir (Main ve Hesse, 1990: 161-182).

2.2.3. Yetişkinlikte Bağlanma

Bowlby (2013: 114)'a göre bağlanma “*beşikten mezara*” kadar süren bir davranıştır. Bebeklik döneminde anne ile bebek arasında kurulan duygusal bağ yetişkinlik döneminde de ikili ilişkilere yansıtmakta ve varlığını sürdürmektedir. Bebek bağlanması ile yetişkin bağlanmasının benzer yanları olsa da bazı noktalarda farklılıklar mevcuttur (Weiss, 1982: 171-184). Bebek bağlanmasında herhangi bir karşılıklı durum söz konusu değilken yetişkin bağlanmasında karşılıklı bir durum vardır. Bebek bağlanması yetişkin bağlanmasının aksine tamamlayıcıdır. Bebek bağlanmasında bakım veren ve bakım alan kişi farklıdır. Fakat yetişkin bağlanmasında kişi her iki pozisyonda da bulunabilir (Main vd., 1985: 99-102). Bebeklerin kendilerini güvende hissetmeleri fiziksel temasla tam olarak mümkün olurken bu durum yetişkinlerde hissedilen yakınlıkla da sağlanabilir (Sroufe ve Waters, 1977: 1184). Bebeğin bağlanması anne veya babaya yönelik olurken yetişkin bağlanması bir akrana ya da cinsel partnere yönelik olur. Yetişkin bireylerde “*bağlanma, bakım ve cinsellik*” bir bütün olarak bağlanma sistemini oluşturur (Shaver vd., 1988; Weiss, 1982: 171-184).

İki kişi arasında yaşanan duygusal ilişkiyi bir bağlanma olarak ele alan Hazan ve Shaver (1987: 511-512), Ainsworth ve arkadaşları (1978: 22-28) tarafından çocuklarla yapılan yabancı durum testi sonucu ortaya koymuş oldukları güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stillerini kaynak olarak yetişkin bağlanma stillerini geliştirmişlerdir.

Kaygılı-kararsız bağlanan yetişkinler, insanları etraflarında bağlı bir şekilde tutmak için oldukça yoğun çaba ve duygusal enerji harcarlar. Çok kolay aşık olan bu bireyler ilişkilerinde oldukça kıskanç tavır sergilerler. Bu kişilerin ilişkilerinde yoğun kaygı ve korku hakimdir (Collins ve Read, 1990: 645; Sümer ve Güngör, 1999: 74). Bu bireyler partnerlerinin kendilerine yeterli ilgiyi göstermediklerini ifade ederler ya ilgi gösterirken yeteri kadar istekli olmadıklarından yana şikâyet ederler (Levine ve Heller, 2019: 77-87). Ayrıca bu bireyler partnerlerine karşı takıntılı davranışlar içerisindedirler ve istikrarlı bir duygu durumuna sahip değildirler (Sümer ve Güngör, 1999: 74).

Kaygılı-kaçınan bağlanma stiline sahip yetişkinler ise bağlanma stilleri arasında en düşük oranda güven duygusuna sahip kişilerdir. İlişki süreci içinde olumlu olmayan düşünceler ve inançlar hakimdir (Sümer ve Güngör, 1999: 74). Bu kişiler yakın temasta olmayı güvenliklerini tehdit eden bir unsur olarak gördükleri için stresli ve gergin durumlarda yakın ilişkiler kurmaktan ve birileri ile temas halinde olmaktan hoşlanmazlar (Hazan ve Shaver, 1994: 6). Bu kişiler ilişkilerinde mesafeli olduğu gibi oldukça da şüphecidirler (Hazan ve Shaver, 1987: 522).

Bu iki güvensiz bağlanma stilinin yanında güvenli bağlanma stiline sahip bireyler hem duygusal ilişki içinde oldukları partnerleri ile hem de anne-babalarıyla ilişkilerinde pozitif deneyimlere ve düşüncelere sahiplerdir (Sümer ve Güngör, 1999: 74). Bu bireyler yaşamlarının ilk dönemlerinde aileleri ile içten ve samimi ilişkiler geliştirmişlerdir (Hazan ve Shaver, 1987: 512).

Hazan ve Shaver (1987: 522)'nin yetişkinler için tanımladığı üç bağlanma stilinden sonra Bartholomew ve Horowitz (1991: 227) Bowlby'nin içsel çalışan modeller düşüncesinden esinlenerek "Dörtlü Bağlanma Modeli" olarak adlandırdıkları bir sistem geliştirmişlerdir. Bu modelde kişinin kendine yönelik benlik algısı olumlu ve olumsuz; başkalarına yönelik olan algısı da olumlu ve olumsuz olmak üzere toplam dört uça incelenmiştir ve buna bağlı olarak dört farklı bağlanma stili ortaya çıkmıştır. Kişinin kendisine yönelik olan algısı eğer olumlu ise kendisinin başkaları tarafından sevmeye değer biri olarak görür. Fakat bu algı olumsuz ise kendisini değersiz ve sevmeye değer biri olmayarak görür. Eğer bireyin başkalarına karşı algısı olumlu ise kişi erişilebilir ve güvenilebilirdir fakat kişinin algısı olumsuz ise mesafeli ve kabul edici değildir. Bu dört uç dört tane bağlanma stilinin meydana gelmesini sağlamıştır. Bu bağlanma stilleri güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsızdır.

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli (Kaynak: Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227).

		Benlik Modeli	
		Olumlu	Olumsuz
Başkaları Modeli	Olumlu	Güvenli Bağlanma	Saplantılı Bağlanma
	Olumsuz	Kayıtsız Bağlanma	Korkulu Bağlanma

Güvenli Bağlanma: Bu bağlanma stiline sahip bireylerin kendilerine yönelik algıları olumlu iken başkalarına yönelik algıları da olumludur. Bu kişiler kendilerinin sevmeye layık biri olduğunun bilincine sahiplerdir. Aynı zamanda karşılarında bulunan kişiye karşı reddedici bir tutumun aksine kabul edici bir tutuma sahiplerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228). Bu bağlanma stiline sahip bireyler temas halinde olmaktan kaçınmazlar bununla birlikte kendi bağımsızlıklarını da koruyabilirler (Sarı,2008: 28). Bu bağlanma stili Hazan ve Shaver (1987: 522)'nin kuramındaki güvenli bağlanma ile benzer özellikler taşımaktadır.

Saplantılı Bağlanma: Bu bağlanma stiline sahip bireylerin kendilerine yönelik algıları olumsuzdur. Bu kişiler başkaları tarafından kendilerini sevmeye değer olarak görmezler. Fakat diğer bireylere karşı algıları olumludur. Diğer bireylere karşı reddedici bir tutum içine girmezler (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228). Bu bağlanma stili Hazan ve Shaver (1987: 522)'in kuramındaki kaygılı-kararsız bağlanma stili ile benzer özellikler taşımaktadır.

Korkulu Bağlanma: Bu bağlanma stili güvenli bağlanma stilinin tam tersi özelliklere sahiptir. Hem kendilerine yönelik algıları hem de diğer insanlara yönelik olan algıları olumsuzdur. Kendilerinin sevmeye layık biri olmadığını düşündükleri gibi diğer bireylere karşı da oldukça mesafelidirler. Kabul edici bir tutum içerisinde değildirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228).

Kayıtsız Bağlanma: Bu bağlanma stilinde ise saplantılı bağlanmanın tam tersi özellikler karşımıza çıkmaktadır. Bu kişilerin kendilerine yönelik algıları olumludur (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228). Fakat başkalarına yönelik olan algıları olumsuzdur. Bu kişiler bağımsızlıklarına oldukça fazla önem verirler ve diğerleri ile yakın ilişkide olmanın önemli bir şey olmadığı düşüncesine sahip oldukları için diğer bireylere yönelik reddedici bir tutum içerisindeyler (Bartholomew, 1990: 163; Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228).

Hazan ve Shaver (1987: 511-524)'nin kuramında ve Bartholomew ve Horowitz(1991: 227)'nin kuramında görüldüğü gibi bağlanma stiline göre yetişkinlerin diğer bireylerle olan ilişkileri değişiklik göstermektedir. Arend ve arkadaşları (1979: 950)'na göre de bebeklik döneminde bakımı yeterli düzeyde yapılmayan çocuklar ileri yaşlarda problemlili ilişkiler kurmaya eğilimlidirler.

2.2.4. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Yurt İçi Çalışmalar

Hamarta (2004: 73-82) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişken bağlanma stilleri açısından incelenmiştir. Yapılan araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinden güvenli bağlanma stiline sahip olan öğrencilerin diğer bağlanma stiline sahip (kayıtsız, korkulu, saplantılı) olan öğrencilere göre ilişkisel benlik saygıları puan ortalamaları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan üniversite öğrencilerinin ilişkisel depresyon puan ortalamaları ise güvenli bağlanan üniversite öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. İlişkisel saplantılı düşünme puan ortalaması ise saplantılı bağlanmaya sahip bireylerde anlamlı düzeyde diğer bağlanma stillerine sahip öğrencilere göre farklılık göstermiştir.

Sarı (2008: 82-96) tarafından yapılan araştırmada ise üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerde benimsemiş oldukları akılcı olmayan inançları, bağlanma stilleri ve ilişki doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırma sonucunda bireylerin kaygılı bağlanma boyutundan aldıkları puan yükseldikçe romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlardan aşırı beklentiler, zihin okuma, farklı düşünmek, fiziksel yakınlık ve cinsiyet farklılıkları alt boyutlarından aldıkları puanlarında yükseldiği,

bireylerin kaçınma boyutuna ait puanları yükseldikçe romantik sosyal zaman kullanımını ve fiziksel yakınlık alt boyutlarında aldıkları puanların yükseldiği fakat aşırı beklentiler ve zihin okuma alt boyutlarından aldıkları puanın düştüğü bulunmuştur. Bu bulgulara ek olarak kaygılı ve kaçınma bağlanma boyutlarının ve cinsiyet farklılıkları alt boyutunun ilişki doyumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur.

Sarı (2012: 49-51) tarafından en az 2 yıl evli bireylerin ebeveynlerini algılama biçimleri, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumlarını yordamaya ilişkin yapılan araştırmada bireylerin bağlanma stilleri ile evlilik doyumları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Kaygılı ve kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin evlilik doyumlarının düşük olduğu bulunmuştur.

Ünlü (2015: 55-64) tarafından yapılan araştırmada ebeveyni boşanmış bireylerde benlik saygısı, bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Bireylerin benlik saygısı ile yalnızlık puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunurken benlik saygısı ile kaçınma ve kaygılı bağlanma puanları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Ayrıca annenin eğitim durumu ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkinin pozitif, kaçınmanın ise negatif yönde olduğu bulunurken babası başka biriyle evlenen bireylerin kaygıları yüksek bulunmuştur.

Seyfi (2017: 42-44) tarafından yapılan çalışmada ise evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeyleri bağlanma stillerine göre incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda bağlanma stilleri ile aldatma eğilimi arasında bir ilişki bulunmazken kadınların affetme düzeyi ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Karabacak Çelik ve Çiftçi (2020: 898)'nin evli bireylerle yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin ve psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunu yordayıcı rolü incelenmiştir. Araştırmada evlilik uyumunun alt boyutları olan anlaşma ile ilişki boyutu, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş ile anlamlı şekilde ilişkili çıkmıştır. Evlilik uyumunun alt boyutları olan anlaşma ve ilişki boyutu güvensiz bağlanma stillerinde kaçınma ve kaygılı ile negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur.

Karlıoğlu ve Parlar (2020: 180) evli bireylerin bağlanma stillerinin depresyon d¼zeyleri ¼zerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucuna g¼re kaygılı ve kaçınan bağlanma stili ile depresyon arasında pozitif y¼nde anlamlı bir ilişki vardır. Bireylerin kaygılı ve kaçınan bağlanmaya ait puanları arttıkça depresyon d¼zeylerinde de artış yaşanmaktadır.

2.2.5. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı alışmalar

Senchak ve Leonard (1992: 51) yeni evlenen çiftlerle araştırma yapmıştır ve bu araştırmada bireyleri çift olarak incelemiştir. Yeni evlenen çiftlerin bağlanma stilleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelediği araştırmada güvenli bağlanmaya sahip çiftlerin (her iki birey de güvenli bağlanma stiline sahip) evlilik uyumları, g¼vensiz bağlanma stiline sahip çiftlere g¼re anlamlı d¼zeyde y¼ksek bulunmuştur.

Ognibene ve Collins (1998: 323) tarafından yapılan yetişkinlerle yapılan çalışmada bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonunda güvenli bağlanan bireylerin arkadaşlarından ve ailelerinden diğer bağlanma stiline sahip bireylere g¼re daha fazla destek algıladıkları ve stres durumunda daha çok sosyal destek arama girişiminde oldukları bulgusu elde edilmiştir. Kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin ise stres durumunda sosyal destek arama ihtimalleri d¼ř¼kt¼r ve kendilerini çevreden uzak tutma eğilimindedirler.

Ceglian ve Gardner (1999: 125) bağlanma stilinin birden fazla evlilik için bir risk olup olmadığını belirlemek için yapmış oldukları araştırmada kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin birden fazla evlilik yapmış olma ihtimallerinin daha y¼ksek olduğunu belirtmişlerdir. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise birden fazla evlilik yapma olasılıkları d¼ř¼kt¼r. Ayrıca daha ¼nce evlilik yapan biriyle evlilik yapan çiftlerin benzer g¼vensiz bağlanma stiline sahip olduğu bulunmuştur.

Butzer ve Campbell (2008: 141) evli çiftlerin bağlanma stilleri, cinsel doyumları ve ilişki doyumları ¼zerine yaptıkları araştırmada y¼ksek d¼zeyde kaygılı ve kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin d¼ř¼k d¼zeyde cinsel tatmin

yaşadıklarını ortaya koymuşlardır. Ayrıca çekingen eşe sahip olmanın da cinsel tatmin seviyesinde azalmaya sebep olduğunu belirtirken cinsellik ile evlilik doyumu arasında yüksek düzeyde ilişki olduğunu da belirtmişlerdir.

Ong ve arkadaşları (2014: 93) tarafından yapılan araştırmada bağlanma stilleri, aldatma türleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre erkeklerin üç sadakatsizlik türünü de (fiziksel, duygusal, hem fiziksel hem duygusal) gerçekleştirme eğilimlerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bağlanma stillerinden kaçınan bağlanma stiline sahip kişilerin, güvenli ve kaygılı bağlanma stiline sahip kişilere göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip oldukları bulunmuştur.

Shimberg ve arkadaşları (2015: 353) tarafından yapılan çalışmada ise bağlanma stilleri, empati, aldatma eğilimi ve narsisizm arasındaki ilişki incelenmiştir. Narsisizm ve güvensiz bağlanma stilleri ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylere göre aldatmaya yönelik tutumlarının olumsuz, aldatma eğilimlerinin düşük olduğu belirtilmiştir.

Bağlanma stilleri kişilerin hayatlarında temel sayılabilecek birçok noktada etkili olmaktadır. Özellikle duygusal romantik ilişkilerde ilişki doyumu, evlilik uyumu, evlilik doyumu gibi noktalarda etkili bir kavramdır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin bu noktada olumlu sonuçlara ulaşması, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin ise bu noktalarda sorun yaşamaları bağlanma stillerinin kişinin yaşamına etkisi bakımından önemini göstermektedir.

2.3. Baskın Ben Durumları ve Transaksiyonel Analiz

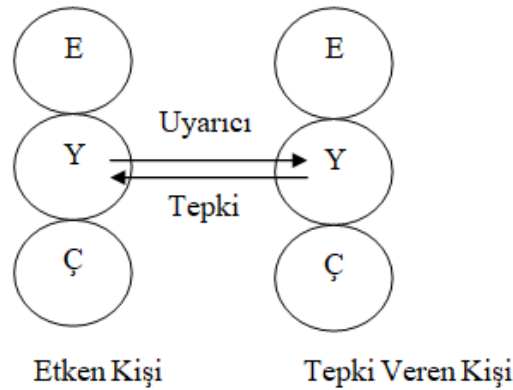
2.3.1. Transaksiyonel Analize İlişkin Kuramsal Görüş

1950'li yıllarda Eric Berne tarafından ortaya atılan İşlemsel Çözümleme Yaklaşımı olarak da bilinen Transaksiyonel Analiz (TA), insanı hümanistik açıdan ele alarak iletişim, psikopatoloji, kişilik ve gelişim gibi alanlarda görüş geliştiren bir yaklaşımdır (Akkoyun, 2001: 4). Kurama göre *transaksiyon* kavramı karşılıklı iletişimde ortaya çıkar ve uyarıcı-tepki ikilisinden meydana gelen sosyal ilişkilerin

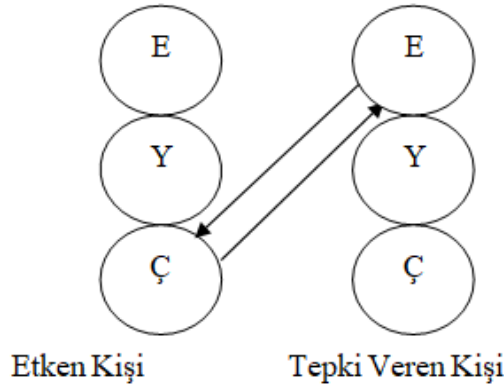
temel unsurdur. Bu durumda taraflardan birinin karşıdakiinin farkında olduğuna dair bir işaret vermesi veya iletişimde bulunması *transaksiyonel uyarı* olarak değerlendirilirken karşı tarafın bunu cevaplaması *transaksiyonel yanıt* olarak değerlendirilmektedir. Hem uyarının hem de yanıt veren kişinin yetişkin ego durumundan iletişim kurması en basit transaksion olarak değerlendirilir. Üç çeşit transaksion vardır. Bunlar tamamlayıcı transaksion, çapraz (kapalı) transaksion ve gizil transaksion (Berne, 2020: 50-56; Stewart ve Joines, 2021: 111-123)

Tamamlayıcı transaksion: İlişkiyi başlatan kişi de bu ilişkiye tepki verecek kişi de mesajları doğru algılar ve buna uygun olarak cevap verir. Bu durum istenilen bir durum olup sağlıklı ilişkilerin temelini oluşturur (Berne, 2020; 50). Tamamlayıcı transaksionların bir diğer özelliği de beklenti oluşurmaya yönelik bir durumunun olmasıdır. Sürekliliği bulunan bir iletişimde tamamlayıcı transaksionlar bir zincir oluşurmaktadır ve bu durum korunduğu takdirde iletişim sonsuza kadar devam edebilir (Stewart ve Joines, 2021: 114).

şekil 2. Yetişkin-Yetişkin Tamamlayıcı Transaksion (Berne, 2020: 51).

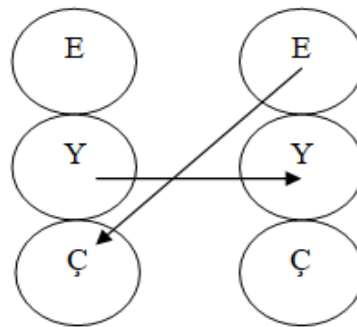


Şekil 3. Ebeveyn- Çocuk, Çocuk- Ebeveyn Tamamlayıcı Transaksiyonu (Stewart ve Joines, 2021:113).



Çapraz (kapalı) transaksyon: Tamamlayıcı transaksyonun tersi olarak karşımıza çıkmaktadır. Kişi iletişimde bulunurken karşısındaki kişiye bir ben durumundan iletişim teklifi gönderir. Fakat burada kişi iletişim teklifi bulunduğu ben durumundan farklı bir ben durumundan tepki alır. Bu durumda kişiler arasındaki iletişim sekteye uğrar ve kesilir (Stewart ve Joines, 2021: 115). Bu duruma bağlı kişilerin sosyal ilişkileri zarar görmekte ve iş hayatında, evlilik, aşk veya arkadaşlıklarda da karşımıza problem olarak çıkmaktadır (Berne, 2020; 52).

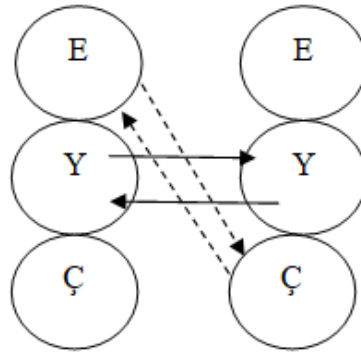
Şekil 4. Yetişkin-Yetişkin, Ebeveyn-Çocuk Çapraz Transaksiyonu (Stewart ve Joines, 2021: 115).



Gizil transaksyonlar: Bu transaksyon üründe açığa vurulmayan, saklanan gizli etkileşimler mevcuttur (Berne, 2020: 55). İletişim anında verilen iki mesaj mevcuttur. Bunlardan birisi saklanmayan, açık olan sosyal düzeyde bir mesajdır. Fakat verilen ikinci mesaj gizlidir ve psikolojik düzeydedir. Bu noktada iletişimin

sonucunu da psikolojik düzeyde verilen gizli mesaj belirler (Stewart ve Joines, 2021: 117-121).

Şekil 5. Dubleks Gizil Transaksiyon: Sosyal Düzey Yetişkin-Yetişkin, Yetişkin-Yetişkin; Psikolojik Düzey Ebeveyn-Çocuk, Çocuk-Ebeveyn. (Stewart ve Joines, 2021: 118).



Berne tarafından kuramın benimsemiş olduğu ana düşünce “insanlar dünyaya prens veya prenses olarak gelirler, ancak daha sonra kurbağaya dönüşürler. Tedavinin amacı da insanların yeniden prens veya prenses olmalarına yardımcı olmaktır.” şeklinde belirtilmiştir (Akkoyun, 2001).

Berne (1961) bir davranışın meydana gelmesinde farklı bileşenlerin bir araya gelmesi gerektiğini belirtmiştir. Bu bileşenlerin en önemlisi ve temelinde yatan sosyal varlık olan insanın diğer insanlarla ve çevresiyle ilişki kurma ihtiyacıdır. Bu durum temas (sıvazlanma) ihtiyacı olarak adlandırılmaktadır. Dokunma yani temas kişinin varlığının onanması ihtiyacını karşılamaktadır ve bu kişinin biyolojik olarak varlığını sürdürmesi sürecinde gereklidir. Bebeklik döneminde bu ihtiyaç daha çok fiziksel olarak karşılanırken ileriki dönemlerde psikolojik olarak da karşılanması gerekmektedir (Ak. Akkoyun, 2001; 6-8). Sıvazlama eyleminde birey karşısındaki kişinin varlığını kabul ettiğini onu tanıdığını gösterir. Bu sıvazlama eylemi karşılıklı olarak yapıldığında ise transaksion kavramı karşımıza çıkmaktadır (Berne, 2020: 33).

Bu yaklaşıma göre her birey önemli ve kıymetlidir, kişinin davranışları onaylanmasa bile kişinin varlığı reddedilmemelidir. Bu düşünce “İnsanlar Okeydir”

olarak ele alınmıştır. Ayrıca bireyler istedikleri tüm şeyleri gerçekleştirebilme yeterliğine sahiptir ve bu yeterlik doğrultusunda yeni hedefler seçmek ve eylemler ortaya koymak için kalıplaşmış olanın dışına çıkmalıdır ve amaçları bu yönde olmalıdır (Arı, 1989). Aynı zamanda birey bu amaçlar doğrultusunda kendi kararlarını kendisi verebilir zaman içerisinde bu kararlarında değişiklik yaşayabilir. Fakat bu süreçte davranışlarının ve yaptığı tüm şeylerin sorumluluğu almalıdır (Akkoyun, 2001). Bu üç temel düşünce transaksyonel analiz kuramının temel dayanaklarını oluşturmaktadır (Steiner,1979).

Kişinin içinde bulunduğu ana ilişkin karar almasında geçmişteki yaşantılarının etkisinin olduğunu savunan TA kuramı, kişinin yaşamının tümünde etkili olan “karar günleri” olduğunu belirtir ve bu karar günlerini şu şekilde açıklamaktadır:

Çocuklar sekiz yaşına kadar kendi değerlerine ilişkin bir kavram oluştururlar. Ayrıca başkalarının değerlerine ilişkin de düşünceler oluştururlar. Süreç içinde bunları incelerler ve ne anlam ifade ettiğini ve bunlardan hangi bölüme dahil olacaklarını ve nasıl dahil olacaklarını belirlerler. Bunlar çocukların karar günlerini oluşturur. Bu karar günleri erken çocukluk döneminde yapılırsa eğer gerçeklikten uzak olma ihtimali yüksektir ve mantıkdışı ve çarpıtılmış olması olasıdır. Çünkü bu süreçte çocukların yaşama olan algıları sınırlıdır. Bu süreçte çarpıtılan algılar ve düşünceler tehlikesiz olabileceği gibi çok tehlikeli derecelerde problemlere yol açabilir (James ve Jongeward, 2016: 38).Kişinin hayatında önemli bir noktada olan karar günleri, kişinin yaşamının ilerleyen dönemlerinde aktif olarak kullanacağı “ben durumlarını”, “ilişkilerini”, içinde bulunabileceği “ruhsal durumları” ve kişinin “yaşam senaryolarını” belirler (Arı, 1989: 20).

2.3.2. Ben Durumları

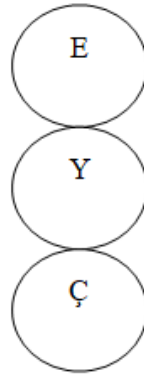
Ego ya da ben durumları “aynı anda oluşan tutarlı düşünme, hissetme ve davranma biçimleri” olarak tanımlanmıştır (Berne, 2020: 13; Corey, 1991: 6). Mabee (1989: 30) ise ego durumlarını sürekli olarak sergilenen davranışların meydana gelmesinde etkili olan kişilik özellikleri olarak tanımlamıştır. Bu düşünme, hissetme ve davranma biçimleri kişinin diğer insanlarla olan yaşantısında kendini gösteren

öznel deneyimlerden meydana gelmektedir. Öznel deneyimler doğum öncesinden başlayarak oluşur. Bu öznel deneyimler ise kişinin benliğini meydana getirmektedir. Benlikte ve kişinin yaşantılarında değişiklik yaşanabilir ve bu yaşanan değişiklikler sonucunda bireyin ego durumları aktif hale gelir (Massey, 1996: 95).

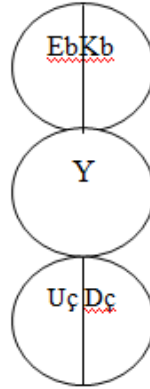
Ego durumları psikanalizde tanımlanan id (ilkel benlik), ego (benlik) ve süperego (üst benlik) gibi sadece teoride yer alan kavramlar değildir, gerçektir ve gözlenebilir. Her bireyin sahip olduğu ve benimsediği üç ego durumu vardır. Bu ego durumları kişinin içinde bulunduğu duruma ve zamana göre uygun olan biçimde aktif hale gelir (Berne, 2020; 14).

Ego durumları, şimdiki zamanda gerçekte var olan birini ve bu kişinin geçmiş yaşantısını bütünü ile temsil eder (Akkoyun, 2001: 16). Ego durumları yapısal ve fonksiyonel olmak üzere iki şekilde analiz edilir. Yapısal analiz daha çok kişilik psikolojisinde tercih edilir ve bireyin içyapısını anlamaya yöneliktir. Fonksiyonel analiz ise iletişim psikolojisinde tercih edilir ve insan ilişkilerini anlamakta kullanılır (Joiner, 1976; Akkoyun, 2001). Bu ego durumları şunlardır: Ebeveyn ben durumu, yetişkin ben durumu ve çocuk ben durumu.

Şekil 6. Ben Durumların Kolaylaştırılmış Yapısal Diyagramı (Berne, 2020: 45).



Şekil 7. Ben Durumlarının Fonksiyonel Yapısı (Stewart ve Joines, 2021: 62).



2.3.2.1. Ebeveyn ben durumu

Kişinin hayatında paylaşımda bulunduğu ebeveyn figürlerine ait duygu, düşünce ve davranış örüntüleridir. Kişi yaşamında önemli olarak gördüğü bir otorite figürünün sahip olduğu duygu, düşünce ve davranış takımını bir bütün olarak algılar ve bunları saklar (James ve Jongeward, 2016: 95; Stewart ve Joines, 2021: 48). Baş etmesi gereken bir durumla karşılaştığında veya durumlar istediği gibi gitmediğinde bu kayıtları kullanıyorsa ebeveyn ego durumunu aktif hale gelmiştir (Akkoyun, 2001). Aktif hale gelen ebeveyn ego durumu kendini iki şekilde belli eder. *Dolaylı şekilde ortaya konan ebeveyn ego* durumunda pasif bir durum söz konusudur. Kişi edilgen yapıdadır. Annesinin veya babasının davranış örüntülerini taklit etmekten öte ebeveynlerinin istek ve arzularına göre kendisini şekilde ortaya konan ebeveyn ego durumunda ise birey ebeveynlerinden birinin yerine geçerek onların davranış örüntülerini uygular. Burada kişi aktif durumdadır. Dolaysız ortaya konan ebeveyn ego durumunda “*Benim yaptığımı yap.*” mesajı verilirken dolaylı ortaya konan ebeveyn ego durumunda “*Benim yaptığımı değil, söylediğimi yap.*” mesajı verilir (Berne, 2020: 46).

Ebeveyn ego durumunun iki temel işlevi vardır. Bunlardan ilki kişinin gerçek yaşamındaki çocuklarına karşı ebeveynlik rolünü başarılı şekilde sergilemesi ve varlığını başarılı bir şekilde sürdürmesidir. Ebeveyn ego durumunun bu işlevinin önemi ebeveynsiz büyüyen kişilerin aile hayatlarında kendisini göstermektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçen süreçte kişinin ebeveynlerinden birinin olmaması

kişinin ileride çocuk büyütme konusunda kendi ebeveynliği sürecinde problemler oluşturmaktadır. Diğer işlevi ise ebeveyn ego durumu kişinin sakladığı, içselleştirdiği davranış, duygu ve düşünceleri içerdiği için kişinin tepkilerinin otomatikleşmesine yardım etmektedir. Kişi günlük rutinlerinde ve önemsiz durumlarında ebeveyn ego durumunu aktif hale getirerek zaman ve enerji noktasında kazanç sağlar (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 48). Bir kişiye “*Şu an sen ebeveyn ego durumundasın*” demek “*Sen şimdi ebeveynlerinden biriyle benzer ruh halindesin, onlarla benzer tutum içerisinde sin, aynı jest ve sözcükleri kullanıyorsun.*” demektir (Berne, 2020: 43).

Ebeveynlerin çocukları için öncelikli olarak yaptıkları şey çocuklarının bir tehdit durumunda bununla nasıl baş edeceklerini ve nasıl tutum, değer ve yargı oluşturacaklarına karar vermektir (Deniz, 2002: 25). Bu süreçte ebeveynin benimsemiş olduğu düşünce ve tutumlarına bağlı olarak ebeveyn ben durumu karşımıza iki şekilde çıkar: Koruyucu ebeveyn ben durumu ve eleştirici ebeveyn ben durumu. (Akkoyun, 2001; Deniz, 2002: 25).

Koruyucu ebeveyn ben durumu; merhametli, ilgili, karşısındakine önem veren, bağışlayan ve destekleyen yapıdadır. Koruma eğilimleri ve kaygı düzeyleri yüksektir. Oldukça anlayışlı olan bu kişiler aynı zamanda diğer kişilere de karşı merhametli ve kabul edicilerdir (Akkoyun, 2001; James ve Jongeward, 2016: 102). İlişkilerinde güvenilir bir tutum içerisinde olan bu kişiler ilişkilerinde besleyicidirler ve ilişkilerine karşı özenlidirler (Stewart ve Joines, 2021: 66).

Yararlı koruyucu ebeveyn; karşısındaki bireyin istek ve ihtiyaçlarına karşı hassastır ve bu istek ve ihtiyaçlara uygun şekilde cevap verir. Kişi başkalarının istek ve ihtiyaçlarına karşılık verirken doğal ve içtendir. Bunu kendisi istediği için yapmaktadır. Alakası ve ilgisi sahte değildir (Akkoyun, 2001; Stewart ve Joines, 2021: 66). **Yararsız koruyucu ebeveyn;** uçlarda bir tutum benimsemektedir. İzin verme veya otorite kurma noktasında orta noktayı sağlayamazlar. Karşısındaki kişinin istek ve ihtiyaçlarına karşı hassas değildirler, kendi isteklerine göre davranma eğilimindedirler (Akkoyun, 2001).

Eleştirici ebeveyn ben durumu; kontrol edici ebeveyn ben durumu olarak da bilinir. Bu ben durumunu benimseyen kişiler prensipleri vardır ve görev vermeye

karşı eğilimleri yüksektir. Aşırı koruyucu olan bu kişiler inatçı bir yapıdadırlar (Akkoyun, 2001). Bu kişiler içinde buldukları kültürün değerlerini ve kurallarını benimsemişlerdir ve bunlara uygun olarak davranırlar. Kendileri buna uygun davrandıkları gibi diğer kişilerin de uygun davranmaları için sürekli yönlendirme durumundadırlar (James ve Jongeward, 2016: 103; Nelson Jones, 2012). Yararlı eleştirici ebeveyn adaletlidir. Kendisi veya bir başkasının hakkını savunma konusunda hiç çekinmezler ve bu noktada ısrarcılardır (Akkoyun, 2001).

2.3.2.2. Yetişkin ben durumu

Bireyin varlığının devam etmesinin şartı olan yetişkin ben durumu, kişinin “şimdi ve burada” durumunda verdiği tepkilerin sonucunda ortaya çıkan diğerlerinden bağımsız duygu düşünce ve davranışların tümüdür. Kişi karşılaştığı sorunlara nesnel olan bilgileri analiz ederek çözüm getirir. Bu çözümler kişinin hayatının akışında karşılaştığı problemlerde etkili sonuçlar ortaya çıkarır. Bu süreçte tüm olasılıklar değerlendirilerek bir sonuca ulaşılır (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 47- 49; Stewart ve Joines, 2021: 67). Yetişkin ben durumunda kişi geçmişle kişinin içinde olduğu anla ilgilenecek ebeveyn ve çocuk ben durumlarının hareketlerini düzenler ve ikisi arasında objektif bir yol izler (James ve Jongeward, 2016: 198).

Kişiliğin akılcı yönü olan yetişkin ben durumu sağlıklı ilişkiler için temel bir koşuldur. Yetişkin ben durumunun tahribatı sonucu ilişkilerde hasar meydana gelebilmektedir ve akılcı yönün devre dışı kalmasıyla kişi uygun olmayan tutum ve davranışlar sergileyebilir (Berne, 2020: 48; Dökmen, 1996; James ve Jongeward, 2016: 198). Sağlıksız ilişkilerin ortaya çıkmasına neden olduğu için TA kuramı için hasar görmüş yetişkin ben durumunun onarılması ve tekrar düzenlenmesi temel amaçlardandır (Arı, 1989: 27-28). Kişiye “*Sen şu an yetişkin ego durumundasın.*” demek “*Sen şu an içinde yer aldığın durumun analizini objektif bir şekilde yapmış ve bu süreçte gördüğün problemleri veya ulaştığın sonuçları tarafsız bir biçimde belirtiyorsun.*” demektir (Berne, 2020: 43).

2.3.2.3.Çocuk ben durumu

Kişilik için en önemli olan çocuk ben durumu bir çocuğun neşesinin, sevimliliğinin ve yaratıcılığının aile hayatını etkilemesi gibi kişinin hayatında da önemli derecede etki yaratır. Çocuk ben durumunda kişinin sorunlarla baş etmesi kendi öznel deneyimlerine ve algılama biçimine dayanmaktadır. Doğuştan getirilen ve çocuklukta biriktirilen malzemelerden oluşmaktadır. Eğer bu biriktirilen veya doğuştan getirilen birikimler olumlu değilse ve sağlıksızsa karşımıza karmaşık yapıda olumlu sonuçlar ortaya koymayan bir çocuk durumu çıkar (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 46-47).

Bir kişinin çocuksu davranışlar sergilemeye başladığı an çocuk ben durumuna geçtiğine işaret etmektedir. Ciddiyetten uzak, nüktedan, içten ve dürtüsel davranışlar sergilerler (Arı, 1989: 29). Berne (2020), “ *Her erkeğin içinde küçük bir oğlan çocuğu, her kadın da kafasında bir kız çocuğu taşır.*” diyerek herkesin zaman içerisinde çocuk ben durumuna geçtiğini belirtmiştir. Bir kişiye “*şu an sen çocuk ben durumundasın*” demek “*verdiğin cevap ya da göstermiş olduğun tepki ve bu tepkinin altında yatan amaç küçük bir çocuğun tepkisi.*” demektir (Berne, 2020: 43). Doğal çocuk ben durumu ve uygulu çocuk ben durumu olmak üzere çocuk ben durumları iki başlık altında incelenmektedir.

Doğal çocuk ben durumunu benimseyen birey ebeveynlerine karşı tepkide bulunma noktasında mesafelidir. Kişinin davranışları kendiliğinden oluşmaktadır. Birinin davranışını taklit etme veya ona uyma eğilimi yoktur (Akkoyun, 2001). Duygularını saklamaktan çekinmeyen bu kişiler hareketlerinde de dürtüsel davranmaktadırlar. Davranışlarında düşünmeden hareket ederek eğitimsiz bir çocuk gibi tutumlar sergilerler (James ve Jongeward, 2016: 120-122). Kişi bu ben durumunda iken ebeveynlerinin vereceği tepkileri düşünmezler ve ebeveynlerinin tutum ve kalıplarından bağımsız şekilde hareket ederler. **Yararlı doğal çocuk ben durumu** eğlenceli ve samimidir. Kişilerle ile çabuk kaynaşan bir yapıdır. Fakat **yararsız doğal çocuk ben durumunda** kişinin kendine yönelik davranışları sağlıklı değildir ve zarar verici boyuta ulaşır (Akkoyun, 2001).

Uygulu çocuk ben durumu karşımıza ebeveynlerinin isteklerine ve beklentilerine uygun şekilde davranan kişilerde çıkar. Kişiler bu durumu uyum sağlamak için istenilen kılıfa girerler. Bu uyum sağlama sürecine boyun eğme ve içe kapanma davranışları eşlik edebilir. Davranışlarının kaynakları ebeveynlerinden biridir (Akkoyun, 2001; Berne, 2020: 46-47; James ve Jongeward, 2016: 126-130). Hareket ederken kendilerini bir gözün izlediğini düşünerek hareket ederler. Ebeveynlerinin tutumlarına ve kurallarına yönelik hareket ettiklerinde bunları sorgulama ihtiyacı hissetmezler (James ve Jongeward, 2016: 126-130). **Yararlı uygulu çocuk** kendisi için değerli olan kişilere uygun hareketlerde bulunduğu için amacına ulaşır ve bu süreçte sakin davranır. Fakat **yararsız uygulu çocuk** dikkati kendisine çekmek amacıyla saldırgan eylemlerde bulunarak sözel ve fiziksel olarak çevresine zarar verebilir (Akkoyun, 2001).

2.3.2.4. Baskın ben durumu

Baskın ben durumu, kişinin var olan diğer ben durumlarını etkisiz kılarak sadece tek bir ben durumunda yoğun bir enerji sarf etmesi ve davranış, tutum ve düşüncelerini bu ben durumuna göre şekillendirmesidir (Dusay ve Dusay, 1979). Ben durumlarının her birini sürekli değişken olarak ele alıp incelemek de mümkün (Buluş ve Atan, 2016; Tüfekçi, 2008; Şamatacı, 2013). Fakat diğer taraftan kişinin en baskın ben durumunu belirleyip incelemek de mümkündür (Arı, 1989; Deniz, 2002). Bu durumda baskın ben durumu kişinin en yoğun kullandığı ben durumu onun diğer ben durumlarını büyük oranda etkisiz kılarak davranışlarına ve tercihlerine en fazla etki eden ben durumunun el alınmasıdır. Bu çalışmada da baskın ben durumları analiz sürecinde bağımsız değişken olarak kullanılmıştır. Kişilerin günlük yaşamlarında hangi ben durumunu aktif olarak kullanıp diğerlerini etkisiz kıldığına dair analiz yapılmıştır.

2.3.2.5. Ben Durumlarının Yapısal Özellikleri

TA kuramı ben durumlarının yerinde ve zamanında uygun bir şekilde kullanılmasıyla birlikte sağlıklı iletişim sürecinin oluşacağını ifade etmektedir. Kişi içinde bulunduğu duruma uygun ben durumu ile hareket ettiğinde süreç başarı ile tamamlanır. Fakat bu süreç uygun bir şekilde ilerlemezse ve ben durumlarının içeriği

birbirine karışırsa ben durumlarında bazı değişiklikler meydana gelir (Akkoyun, 2001; Stewart ve Joines, 2021: 101).

Kişi iletişim sürecinde iken sürekli olarak aynı ben durumunda kalırsa ya da duruma uygun ben durumuna geçiş yapamazsa iletişimde kopukluklar oluşur ve ikili ilişkilerde sorunlar meydana gelir. Kişilerin bu sorunları ise bütünleşmiş ben durumu, bulaşma ve dışlama olarak ele alınmaktadır. (Dusay ve Dusay, 1979; Dökmen, 1996; Stewart ve Joines, 2021: 101). Bu durumlar yapısal patoloji olarak değerlendirilmektedir (Stewart ve Joines, 2021: 101). **Bütünleşmiş ben durumlarında** ben durumları arasında var olan sınırlar kaybolmuştur ve ebeveyn ben durumu, yetişkin ben durumu ve çocuk ben durumunun sınırları bir bütün haline gelmiştir. Kişi davranışta bulunurken yetişkin ben durumuna uygun şekilde davranır (Dusay ve Dusay, 1979).

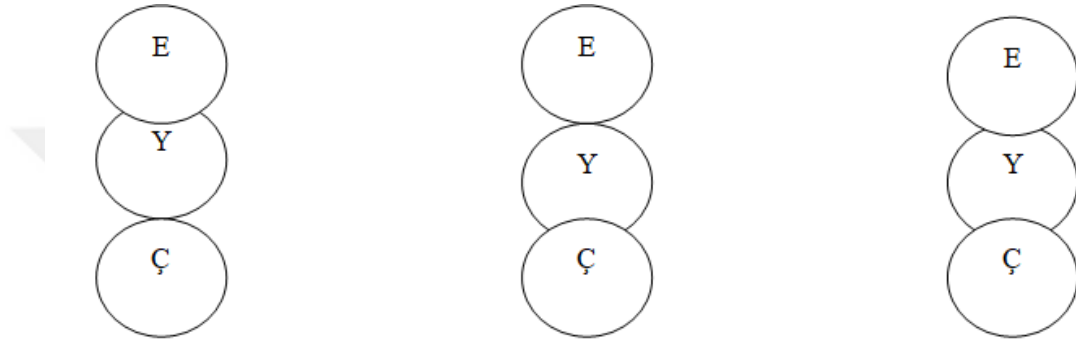
Ben durumlarında bulaşma gerçekleştiğinde ise bir ego durumunun içeriği ile diğer ego durumunun içeriği birbirine karışmıştır. Bir durumla karşı karşıya kalan kişi hangi ben durumuna yönelik tutum geliştireceğine karar veremez ve iletişimde kopukluklar meydana gelir. Üç çeşit ben durumu bulaşması mevcuttur. Bunlar ebeveyn bulaşması, çocuk bulaşması ve çifte bulaşma (James ve Jongeward, 2016: 237; Stewart ve Joines, 2021:101-105).

Ebeveyn bulaşması durumunda ebeveyn ben durumu ile yetişkin ben durumunun sınırları birbirine karışmıştır. Ön yargıların da içerisinde yer aldığı bu bulaşma türü öğretilmiştir ve kişi kendisini haklı olarak kabul etmektedir. Bu bulaşma türünün içinde yer alan kişiler aynı zamanda kendilerinden bahsederken birinci tekil şahıs yerine ikinci tekil şahıs kullanmayı tercih etmektedirler (Akkoyun, 2001; Stewart ve Joines, 2021: 101).

Çocuk bulaşması durumunda kişi hissettiği duygulara göre bir tutum benimser ve davranışlarını buna göre aktive eder. Kişi çocukluk döneminde sahip olduğu düşünceleri yetişkin hayatına uyarlamaya çalışır. Burada travmatik deneyimleri olan kişiler farklı düşünceler ortaya çıkabilir (Stewart ve Joines, 2021: 103).

Çifte bulaşma durumunda ebeveyn ben durumu ile çocuk ben durumunun sınırları birbirine karışmış olup kişi her ikisi ben durumunda da tepki vererek davranışlarının içeriğini karıştırmaktadır ve bunların her ikisinin de doğru olduğu inancına sahiptir. Kişinin yaşamının tümünde var olan akılcı olmayan inançlar, bilişsel çarpıtmalar burada yer almaktadır (Stewart ve Joines, 2021: 104).

Şekil 8.Ebeveyn Bulaşması-Çocuk Bulaşması-Çifte Bulaşma (Stewart ve Joines, 2021: 102).



Ben durumlarında dışlama meydana geldiğinde birey bir durum karşısında bir ya da birden fazla ben durumunu devre dışı bırakmaktadır ve belirli bir ben durumunda sabit kalmaktadır (Stewart ve Joines, 2021: 105). Kişi kendisini tehdit altında hissettiğinde bu ben durumunu tercih eder ve bu durum kolay kolay değişmez (Harris, 2020: 141). Bu olay üç şekilde meydana gelmektedir. Ebeveyn ben durumunu devre dışı bırakan insanlar, yetişkin ben durumunu devre dışı bırakan insanlar ve çocuk ben durumunu devre dışı bırakan insanlar (Stewart ve Joines, 2021: 105).

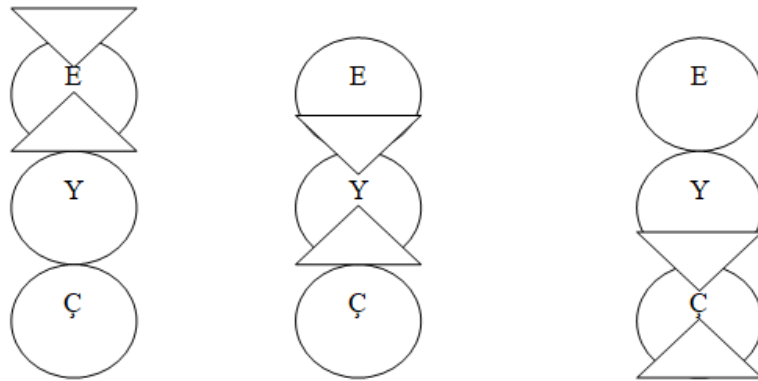
Ebeveyn ben durumu devre dışı bırakıldığında kişi ebeveyn ben durumunun beraberinde getirmiş olduğu kuralları ve kısıtlamaları da devre dışı bırakır. Sabit olarak benimsemiş oldukları bir kuralları yoktur, durumlara ve şartlara göre bu kurallarını esnetebilirler (Stewart ve Joines, 2021: 105).

Yetişkin ben durumu devre dışı bırakıldığında ise kişi objektifliğini ve gerçekliği kavrama yetisi kaybetmiştir. Kişi içinde bulunduğu anın farkında olmadan ebeveyn ben durumu ile çocuk ben durumunun arasında git-gel yaşar. Bu durum

sonucunda duygular da davranışlar da karışık bir hale gelir. Bu kişilerin davranışları gerçeklik ile olan bağlantının kopmasına bağlı olarak tuhaflaşmıştır (Harris, 2020: 141; Stewart ve Joines, 2021: 105).

Çocuk ben durumunu devre dışı bırakan insan, duygularını da devre dışı bırakmış sayılır. Çünkü kişi günlük yaşantısında duygularını dile getirirken çocuk ben durumlarını kullanır. Fakat çocuk ben durumu devre dışı bırakıldığında karşımıza duygularını bilmeyen, hissetmeyen kişiler çıkar (Stewart ve Joines, 2021: 105). Bu kişiler genellikle çocukluklarına dair anılarını hatırlamaz ya da çocukluklarına dair saklamış oldukları bir birikimleri yoktur (Harris, 2020: 142).

Şekil 9.Dışlanmış Ebeveyn-Dışlanmış Yetişkin-Dışlanmış Çocuk (Stewart ve Joines, 2021; 106).



2.3.2.6. Ben Durumlarını Tanılama

Yukarıda bahsedilen ben durumlarını tanılamak için bazı kriterler belirlenmiştir. Klinik tanılama için aşağıdaki sıranın izlenmesi gerektiği belirtilmiştir (Stewart ve Joines, 2021: 87-94).

- Davranışsal Tanılama: Bireyin konuşurken seçtiği sözcükler, ses tonu ve ses frekansı, jest ve mimikleriyle birlikte beden hareketlerinin incelenmesi ile yapılmaktadır.
- Sosyal Tanılama: Kişi iletişimde olduğu kişilerle iletişim sürecinde incelenir. Kişi hangi uyarıcı- tepki ilişkisini aktif olarak kullanmaktadır?

- Tarihsel Tanılama: Bireyin geçmiş yaşantıları da analiz edilerek şu an içinde bulunulan duruma ve hissedilen duyguya sentezlenir.
- Fenomonolojik Tanılama: Kişinin kendi hayatını analiz etmesiyle yapılır. Doğruluk oranı yüksektir.

Aşağıdaki tabloda ego durumları tanılamak için ipuçları verilmiştir. Fakat aşağıda verilen kategorilerden bir ipucunun bulunması tanılama sürecinde yanıltıcı olabilir.

Tablo 1: Ego Durumlarını Tanılama İpuçları (Kaynak: Akkoyun, 2001).

	İfadeler	Beden Dili	Mimikler	Ses Tonu
Ebeveyn Ben Durumu	Gereklilik bildiren ifadeler Kesin ifadeler (asla- her zaman vb.) Ben olsaydım, ben sana demiştim vb. Başkalarının düşüncelerini önemseme (Komşular ne der?) Canını sıkma, korkma, iyi ol vb.	Parmağını kullanmak, Omuza ve masaya vurma Ayakla yere vurma Sırt sıvazlama El ovuşturma, kol kovuşturma	Azarlayıcı bir yüz ifadesi Kaş çatma, kaldırma Onaylayıcı baş hareketi Küçümseyen bakış Alaycı gülümseme Kızgın,Sevecen Sempatik bakış	Cesaret verici Azarlayıcı Cık cık sesi Büyükleme Destekleyici
Yetişkin Ben Durumu	5N-1K soruları İhtimal, seçenek ve sonuç ifadeleri Gerçeğin denenmesi Neden-sonuç ilişkisine odaklanma “İstatistiklere göre”	Dik beden duruşu Göz teması Alakalı görünme Olayları parmakla işaret etme Geribildirim verme Karşı tarafın dinleyip dinlemediğini kontrol etme	Düşünceli Dikkatli İlgili Meraklı	Sakin ve güven veren Araştırmacı Bilgi veren Açık ve anlaşılır şekilde duygusal olmayan
Çocuk Ben Durumu	İstemiyorum-istiyorum Korkuyorum-Benim Herkes beni sevsin istiyorum Benimki daha iyi Kimse beni sevmiyor Senin yüzünden	Tırnak yeme Parmak emme Konuşmak için söz isteme Sokulma, kıvrılma, büzüşme, yayılma,geride durma Neşeli,heyecanlı duruş Tetikte bekleme,hırçınlık	Ağlamaklı, kırgın gözler Dudak büzme Hayran bakışlar	Kıkırdama,gülme Mırıldanma,tatlı konuşma Dalga geçme Surat asarak konuşmama Hızlı ve yüksek sesle konuşma

2.3.3. Yaşam Pozisyonları

Kişi kendisini ve çevresinde var olan kişileri anlamlandırırken benimsemiş olduğu bir tutum vardır. Kişinin benimsemiş olduğu bu tutumlar kişinin yaşamının tümünde etkili olduğu gibi tüm yaşamı boyunca da devam eder (Stewart ve Joines, 2021: 179). Bu süreçte kişinin hayatında var olan dört yaşam pozisyonu vardır:

1. Ben OK değilim- Sen OK'sin.
2. Ben OK değilim- Sen OK değilsin.
3. Ben OK'im- Sen OK değilsin.
4. Ben OK'im- Sen OK'sin. (Harris, 2020: 76).

Bebeklerin dünyaya geldiklerinde “Ben Ok'im Sen Ok'sin.” pozisyonunda oldukları kabul edilir. Fakat bebek ile bakım veren kişi arasındaki iletişimde kopukluk meydana gelirse bebek farklı bir pozisyona geçiş yapar (Stewart ve Joines, 2021: 181). Temel güven duygusunun ve temasta olmanın başlıca faktör olduğu bu süreçte bebek ilk olarak yaşamının erken yıllarında “Ben Ok değilim sen Ok'sin. ” pozisyonunu dener. Bu süreçte belirli denemeler yapıldıktan sonra bebek karar verir ve ilk üç pozisyondan birini seçer. Bilinçli olarak seçilmeyen bu üç yaşam senaryosuna karşılık olarak dördüncü yaşam pozisyonu olan “Ben Ok'im sen Ok'sin” yaşam senaryosu bilinçli yapılan bir tercihtir ve sağlıklı olandır (Harris, 2020: 76-84; Stewart ve Joines, 2021:179-186).

Ben Ok değilim sen Ok'sin, bebeklik döneminde karşılaşılan ve kişinin benimsemiş olduğu ilk pozisyonudur. Kişi kendisine bakım veren ile temas halinde olduğu için o kişi Ok'sin. Fakat kendisine olan algıları olumsuzdur ve kaçınma mevcuttur. Bu süreçte depresif bir tablo karşımıza çıkmaktadır (Harris, 2020: 77; Stewart ve Joines, 2021:183).

Ben Ok değilim sen Ok değilsin pozisyonunda kişi ne kendisinin ne de çevresindekilerin değerli ve yeterli olduğuna dair bir inanç ve tutum geliştirmemiştir ve bu süreçte kişiye yönelik bakım veren kişiden bir temas gerçekleşmemiştir. Sağlıksız durumların ortaya çıkmasına zemin hazırlayan bu pozisyonda kişi bir

sonuca, amaca ulaşamaz ve dışadönük bir tutum geliştiremezler (Alisinanoğlu, 1995: 25-26; Harris, 2020: 80-82; Stewart ve Joines, 2021: 182-183).

Ben Ok'im sen Ok değilsin pozisyonunda kişi çevresindekilerle bir yarış içerisindedir ve bu yarışta kendisinin hep önde olduğu inancına sahiptir. Paranoid bir durum olarak değerlendirilen bu pozisyon kişilik bozuklukları arasında da değerlendirilmekte ve başkalarına yönelik zarar verme eylemlerini içermektedir (Stewart ve Joines, 2021: 186).

Ben Ok'im sen Ok'sin sağlıklı ve olması istenen pozisyonudur. Diğer üç pozisyonun aksine bilinçli olarak ortaya çıkmaktadır ve çoğu kişi için kalıcı bir pozisyonudur. Düşünce, inanç ve eylem bir bütün olarak pozisyonda hakimdir (Harris, 2020: 84; Stewart ve Joines, 2021: 182).

En çok sahip olunması istenen pozisyon “ben Ok'im sen Ok'sin” olması beklenmektedir fakat en çok karşılaşılan pozisyon “ben Ok değilim sen Ok'sin”dir. Kişi bu yaşam pozisyonunun getirmiş olduğu olumsuz duygularla başa çıkabilmek için ise oyunlara başvurmaktadır (Harris, 2020: 85).

2.3.4. Oyunlar

Belirli bir amaç doğrultusunda ilerleyen ve amacı açık bir şekilde belirtilmeyen gizli transaksiyon dizileri oyun olarak tanımlanmaktadır. Kişilerin temas kurma isteğine bağlı olarak ortaya çıkan bu gizli transaksiyonlar akla yatkınmış gibi görünse de kullanışlı değildir (Berne, 2020: 15). İçlerinde tuzakları barındırırlar (Harris, 2020: 85).

Kişinin temas kurma isteğine bağlı olarak ortaya çıksa da oyunun bitmesi durumunda kişiler arasındaki temas kopar ve kişide olumsuz bir duygunun ortaya çıkmasına zemin hazırlar. Kişinin çocuklukta kullandığı olumsuz ego durumuna paralel olarak ortaya çıkan bu oyunlar farklı düzeylerde sınıflandırılmaktadır (Stewart ve Joines, 2021: 150).

Birinci düzeydeki oyunlar kişinin çevresindekiler tarafından kabul edilebilir düzeydedir. İkinci düzeydeki oyunlarda ise telafisi mümkün olmayan durumlar

yaşanmaz fakat yine de kişinin çevresindekiler oynanan oyunların farkında değildir. Üçüncü düzeydeki oyunlar da ise telafisi mümkün olmayan durumlar yaşanır ve kötü ortamlarda son bulur (James ve Jongeward, 2016: 167-195).

2.3.5. Transaksiyonel Analiz Ben Durumları İle İlgili Yapılmış Yurt İçi Çalışmalar

Arı (1989: 93-133) tarafından yapılan araştırmada ise üniversite öğrencilerinin baskın ben durumları ile bazı özlük nitelikleri, atılganlık ve uyum düzeyleri incelenmiştir. Kızlar koruyucu ebeveyn ben durumu ile uygulu çocuk ben durumunda erkeklere göre daha yüksek puan alırken erkekler yetişkin ben durumunda kızlardan daha yüksek puan almıştır. Baskın uygulu çocuk ben durumu ile atılganlık arasında negatif yönde ilişki bulunurken yetişkin ben durumu ile atılganlık arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Uyum düzeylerine göre baskın ben durumları incelendiğinde ise uyum düzeyi en yüksek baskın yetişkin ben durumu olurken uyum düzeyi en düşük kişiler baskın ben durumu doğal çocuk olan kişiler olmuştur.

Bacanlı (1995: 155-163) tarafından Türk ve Amerikan toplumlarında hoş karşılanan ve hoş karşılanmayan sıfatları belirlemek için yapılan araştırmada Türk toplumunda eleştirel ebeveyn ben durumuna ait olan sıfatlar hoş karşılanırken doğal çocuk ben durumuna ait sıfatlar hoş karşılanmamıştır. Amerikan toplumunda ise doğal çocuk ben durumuna ait sıfatlar hoş karşılanırken koruyucu ebeveyn ben durumuna ait sıfatlar hoş karşılanmamıştır.

Akbağ (2000: 96-146) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada öğrencilerin stresle başa çıkma tarzları olumsuz otomatik düşünceler ve transaksiyonel analiz ego durumları ve bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Bu araştırmada öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceleri ile eleştirel ebeveyn ve uygulu çocuk ego durumları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Olumsuz otomatik düşünceler koruyucu ebeveyn, doğal çocuk ve yetişkin ego durumlarını da negatif yönde anlamlı şekilde yordamıştır. Aynı zamanda stresle başa çıkma tarzları ile ego durumları arasındaki ilişki de incelenmiştir ve problem odaklı başa çıkmanın türleri olan kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım ile ego

durumları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu ilişki eleştirel ebeveyn ve uygulu çocuk ile negatif yönde iken koruyucu ebeveyn, yetişkin ve doğal çocuk ego durumları ile pozitif yöndedir.

Deniz (2002: 85-110) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin karar verme stratejileri ve sosyal beceri düzeylerinin baskın ben durumlarına göre incelendiği araştırmada uygulu çocuk, koruyucu ebeveyn ve doğal çocuk ben durumu baskın olan kişiler yetişkin ben durumu baskın olan kişilere oranla kararsız karar verme puanları daha yüksek bulunmuştur. İçtepisel karar verme puanlarında ise doğal çocuk ben durumu baskın olan bireyler koruyucu ebeveyn, uygulu ve yetişkin ben durumu baskın olan kişilere göre daha yüksek puan almışlardır.

Yücealan (2007: 94-109) tarafından üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerinin çeşitli değişkenler ve baskın ben durumlarına göre incelendiği araştırmada üniversite öğrencilerinin 2/3'ü baskın koruyucu ebeveyn ben durumunda bulunmuştur. Öğrencilerin baskın ben durumlarına göre yakın ilişkileri farklılık göstermemiştir. Fakat cinsiyetlere göre baskın ben durumlarının yakın ilişkiler üzerindeki etkisi anlamlıdır ve eleştirici ebeveyn ben durumu ile doğal çocuk ben durumunda kızların yakın ilişki puan ortalaması erkeklere göre daha yüksek ve anlamlıdır.

Tüfekçi (2008: 71-103) tarafından yapılan çalışmada ise romantik ilişkide bulunan genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir ve bu ilişki transaksiyonel analiz ben durumları açısından ele alınmıştır. Erkeklerin ve kadınların aşka ilişkin tutumları ve ben durumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Erkekler özgeci ve oyun gibi aşka yönelirken kızlar tutkulu aşka eğilim göstermişlerdir. Aşka ilişkin tutumlar ve ben durumları arasındaki ilişki incelendiğinde ise tutkulu aşka ilişkin eğilim arttıkça koruyucu ebeveyn puanında artış gözlemlenirken arkadaşça aşk da ise eleştirel ebeveyn puanı artış göstermiştir fakat doğal çocuk puanında ise tam tersi olarak düşüş yaşanmıştır. Mantıklı aşk da ise uygulu çocuk ile pozitif yönde ilişki kurulmuştur fakat doğal çocuk ile olan ilişki negatif yöndedir. Sahiplenici aşka olan ilişkin tutum incelendiğinde ise eleştirel ebeveyn ile yetişkin ben durumlarıyla negatif yönde ilişki uygulu çocuk ben durumuyla ise pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca özgeci aşka ilişkin

tutumlar incelendiğinde genç yetişkinlerin özgeci aşka yönelik eğilimleri arttıkça eleştirel ebeveyn ben durumuna ait puanlarının düştüğü koruyucu ebeveyn ve uygulu çocuk ben durumuna ait puanlarının ise arttığı gözlemlenmiştir.

Şamatacı (2013: 62-80) tarafından affetme ve ben durumlarının incelendiği araştırmada çiftlerin kendilerini ve eşlerini algıladıkları ben durumları kullanılmıştır. Araştırma sonucunda affetme eğilimi ile yetişkin ve koruyucu ebeveyn ben durumu arasında pozitif anlamlı ilişki bulunurken eleştirici ebeveyn ben durumu ile doğal çocuk ben durumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca incinme düzeyi ile yetişkin ben durumu arasında negatif ilişki bulunmuştur. Kişilerin eşlerini eleştirel ebeveyn ya da doğal çocuk ben durumunda görme durumları arttıkça incinme düzeyleri artarken eşlerini yetişkin ben durumunda gören kişilerin incinme düzeyleri azalmaktadır.

Buluş ve Atan (2016: 36) öğretmen adaylarıyla yaptığı çalışmada bağlanma stilleri ve ben durumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda güvenli bağlanma stili yetişkin ego durumu ve doğal çocuk durumu ile pozitif yönde anlamlı asi çocuk ben durumu ile de negatif yönde anlamlı derece ilişkili çıkmıştır. Korkulu bağlanma altın ve asi çocuk ben durumu ile pozitif yönde ilişkiliyken koruyucu ebeveyn ben durumu ile negatif yönde anlamlı çıkmıştır. Saplantılı bağlanma doğal, altın ve asi çocuk ben durumu ile pozitif yönde ilişkiliyken yetişkin ben durumu ile negatif yönde ilişkili çıkmıştır. Kayıtsız bağlanma ise eleştirel ebeveyn, doğal, asi ve altın çocuk ben durumu ile pozitif yönde ilişkili, koruyucu ebeveyn ile de negatif yönde anlamlı çıkmıştır.

2.3.6. Transaksiyonel Analiz Ben Durumları İle İlgili Yapılmış Yurt Dışı Çalışmalar

Wood (1984: 4) tarafından uygulanan ve TA'nın kişilik özellikleri ile arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada yapılan TA uygulamasından sonra kişilerin atılganlıklarında pozitif durumlar meydana gelirken kişilerin bireylere olan bağımlılığı azalmış, ortadan kalkmıştır.

Zvelc (2010: 8) ilişkisel şemalar ve ben durumları ile yaptığı araştırmada savunmacı ilişki şemalarının çocuk ve ebeveyn ben durumunda etkin olduğunu belirtirken, değişim ve dönüşüm içinde olan ilişki şemalarının yetişkin ben durumunda etkin olduğunu belirtmiştir

Jaiswal ve Srivastava (2013: 7) tarafından bankacılık sektöründe çalışanların ben durumları ile çatışma yönetim tarzları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre çocuk ben durumunu benimseyen çalışanların rekabet tarzını yani kendilerinin kazanması diğerlerinin kaybetmesine yönelik tarzı benimsedikleri, yetişkin ben durumundaki bireylerin ise uzlaşmacı bir tavır benimsedikleri görülmüştür. Ebeveyn ben durumundaki çalışanların ise çocuk ben durumundaki gibi rekabet tarzını benimsedikleri görülmüştür.

Ciucur (2013: 576) ben durumları ile büyük beşli kişilik faktörleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucunda eleştirel ebeveyn ve doğal çocuk ben durumu ile uyumluluk alt boyutu, uygulu çocuk ben durumu ile duygusal kararlılık alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunurken doğal çocuk ile dışadönüklük, uygulu çocuk ile özdenetim alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre doğal çocuk ben durumuna ait puan yükseldikçe kişilerin dışadönük olma durumu artmakta, uyumluluk puanı ise düşmektedir. Uygulu çocuk ben durumuna sahip olanların duygusal kararlılık düzeyi düşük iken özdenetimleri yüksektir. Eleştirel ebeveyn ben durumuna sahip olanların ise uyumluluk düzeyi düşüktür.

Ben durumları özellikle de baskın ben durumları bireylerin romantik ilişkilerinde, günlük yaşam biçimlerinde ve sosyal ilişkilerinde farklı noktalarda (atılganlık, uyum, çatışma çözme, stresle baş etme vb.) oldukça etkili olmaktadır. Yetişkin ben durumu dışındaki ben durumuna sahip kişilerin akılcı ve işlevsel olmayan düşünce ve davranış kalıplarına bağlı olarak ikili ilişkilerde problem yaşamaları olasıdır. İkili ilişkilerde özellikle de romantik ilişkilerde karşılaşılabilecek problemler arasında olarak aldatma ve güvensiz bağlanma stilleri yer almaktadır. Buna bağlı olarak kişinin sağlıklı ve istenen baskın yetişkin ben durumunda olması kişinin hayatının birçok noktasında işlevsellik kazanmasına ve karşılaştığı veya karşılaşıacağı problem alanlarında sağlıklı bakış açısını içselleştirmesine katkı

sağlayacaktır. Ayrıca aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin de baskın ben durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak aldatma eğilimi ve bağlanma kavramlarının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma kapsamında bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin baskın ben durumuna göre farklılık gösterip göstermediği incelendiğinden dolayı betimsel tarama modeli tercih edilmiştir. Tarama (survey) araştırması belirlenmiş bir grubun belirli özelliklerini netleştirmek için yapılan bir araştırma modelidir. Bu süreçte belirlenen özellikleri ölçmek için farklı ölçme araçları kullanılır ve en iyi sonuca ulaşılmaya çalışılır. Tarama araştırmalarının en önemli avantajı büyük bir örneklem grubu hakkında bilgi vermesidir (Büyüköztürk vd., 2012: 14).

Bağımsız değişkene göre bağımlı değişkenlerin farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi araştırmanın temel amacını yansıtmaktadır. Bu sebepten ötürü değişkenler arasındaki durumun eksiksiz ve dikkatli incelenmesi temel alındığı için betimsel (descriptive) araştırma tercih edilmiştir. Eğitim alanında da oldukça tercih edilen betimsel araştırma yöntemi kişilerin, grupların ya da ortamların hakkında fikir sahibi olunmasına katkı sağlar (Büyüköztürk vd., 2012: 22). Bu çalışmada da evli bireylerin aldatma eğilimleri ve bağlanma stilleri, ben durumları, cinsiyet, evlilik süresi, yaş, çocuk sayısı gibi değişkenler açısından incelenmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yer alan evli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleminin belirlenmesi zaman, maliyet ve ulaşılabilirlik durumu göz önünde bulundurulmuştur. Bu sebepten ötürü seçkisiz olmayan uygun/ elverişli örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Ben Durumları Ölçeği Google Form’a aktarılarak link oluşturulmuştur ve bu linkin internet ortamında paylaşılması

ile veri toplanmıştır. Araştırma ölçeklerinin bulunduğu link sosyal medyada (Facebook, Instagram) yer alan araştırma toplulukları aracılığı ile dağıtılmıştır. Araştırmanın örneklemini link aracılığı ile ulaşılan 301 evli birey oluşturmaktadır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler aşağıdaki tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler

Değişken		N	%	Min	Max	\bar{x}	Ss
Cinsiyet	Kadın	256	85,00				
	Erkek	45	15,00				
	Toplam	301	100				
Yaş				20	64	32,86	8,32
Eğitim Düzeyi	İlkokul	8	2,60				
	Ortaokul	8	2,70				
	Lise	53	17,60				
	Lisans	124	41,20				
	Lisansüstü	108	35,90				
	Toplam	301	100				
Evlilik Süresi	1-5	174	57,80				
	6-10	59	19,60				
	11-15	15	5,00				
	16-20	16	5,30				
	21+	37	12,30				
	Toplam	301	100				
Evlilik Biçimi	Flört	225	74,80				
	Görücü Usulü	29	9,60				
	Flört+ Görücü Usulü	47	15,60				
	Toplam	301	100				
Çocuk Durumu	Yok	135	44,90				
	Var	166	55,10				
	Toplam	301	100				

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma problemine uygun olarak literatür taraması yapılmıştır ve araştırma sürecinde araştırılacak değişkenleri geçerliği ve güvenilirliği yüksek bir biçimde ölçecek ölçekler seçilmiştir. Veri toplanma sürecine başlamadan önce ölçekleri geliştiren veya uyarlayan kişilerden gerekli izinler alınmıştır.

Araştırmaya katılan evli bireylerin bağlanma stilleri ve aldatma eğilimleri baskın ben durumları açısından incelenmiştir. Araştırma kapsamında analiz edilecek

veriler dört ölçme aracı ile toplanmıştır. Bu ölçme araçları; Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, Aldatma Eğilim Ölçeği ve Ben Durumları Ölçeği'dir.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanmış olup katılımcıların evlilik süreleri, evlenme biçimleri, çocuk sayıları, ekonomik durumları ve bir uzmandan ihtiyaç duydukları psikolojik danışma düzeyine ilişkin sorulardan oluşmaktadır.

3.3.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II: Fraley ve arkadaşları (2000: 350-365) tarafından geliştirilen ölçek Selçuk ve arkadaşları tarafından (2005: 1-11) tarafından Türkçe'ye çevrilmiş, Türk örneklemini üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek Türkçe'ye çevrilirken standart çeviri-tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır ve üç uzmanın çevirisi sonucu gerekli işlemlerden sonra tek ölçek haline getirilmiştir. Ölçek toplam 36 madde ve 2 alt faktörden oluşmaktadır ve 7'li Likert tipi tercih edilmiştir (1=Hiç Katılmıyorum ve 7=Tamamen Katılıyorum). Ölçeğin tek sayılı 18 maddesi kaygılı bağlanmayı ölçerken çift sayılı 18 maddesi kaçınan bağlanma stilini ölçmektedir. İlgili maddelere ait puanlar toplanmakta ve iki alt boyuta ilişkin puan elde edilmektedir. Elde edilen yüksek puanlar ilgili bağlanma stilinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Ölçeğin her iki alt boyutu da oldukça yüksek iç tutarlığa sahiptir. Kaçınma boyutuna ait Cronbach alfa katsayısı .90 iken kaygı boyutuna ait Cronbach alfa katsayısı ,86 olarak rapor edilmiştir. Test- tekrar test yönteminden elde edilen güvenirlik katsayıları ise kaygı boyutunda .82 iken kaçınma boyutunda ise .81 olarak rapor edilmiştir (Selçuk vd., 2005: 8). Bu çalışmada ise kaygılı bağlanma alt boyutuna ait Cronbach alfa katsayısı .88 bulunurken kaçınan bağlanma alt boyutuna ilişkin Cronbach alfa katsayısı da .88 bulunmuştur.

3.3.3. Aldatma Eğilim Ölçeği: Polat (2006: 52-58) tarafından yüksek lisans tezi kapsamında sosyal mübadele kuramının varsayımlarından yola çıkarak geliştirilmiştir. Kuramın varsayımları kapsamında maddeler ödül veya bedel olacak şekilde kişinin aldatma eğilimini ölçmesine yönelik olarak hazırlanmıştır. İlk olarak 34 maddelik hazırlanan ölçek hakem yargısı ile 32 maddeye düşürülmüştür. Daha sonra aldatma eylemi içinde bulunan kişilerle görüşülmüş ve o kişilerin gerekçelerine

bağlı olarak ölçeğe sekiz madde eklenmiştir. Madde analizi için 100 evli bireyle çalışılmıştır. Bu kişilerin evlilik süreleri en az bir yıldır ve farklı eğitim düzeylerine sahiplerdir. Madde seçimi yapılırken “*maddelerin toplam puan korelasyonları, t değerleri, boş bırakılan maddelerin oranları, kararsızlık durumunu ortaya çıkaran maddelerin oranı ve katılımcıların geri dönütleri*” göz önünde bulundurulmuştur. Yapılan madde analizi sonucunda anlaşılmayan, karışıklığa yol açtığı düşünülen ve amaca hizmet etmeyen on madde çıkarılmıştır ve ölçek 30 madde olarak son halini almıştır. Beşli Likert tipinin (5=Tamamen katılıyorum, 1=Tamamen katılmıyorum) tercih edildiği ölçekte 18 madde olumlu iken 12 madde olumsuzdur. Olumlu olan maddeler aldatma eğilimine yönelikken olumsuz maddeler bu durumun tersi durumundadır. Bu sebepten dolayı ölçeğin 4, 9, 10, 11, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 27, 28. maddeleri ters puanlanmaktadır. Kişinin ölçekten aldığı puan yükseldikçe aldatma eğilimi de yükselmektedir. Geçerlik ve güvenirlik çalışması için 104 evli birey ile çalışılmıştır. Geçerlik çalışması için eşini daha önce bir kez aldatan ve hiç aldatmayan olmak üzere iki grup oluşturulmuştur ve bu kişilerin ölçekten aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda eşini daha önce aldattığını iddia eden grubun aritmetik ortalaması $X=101,60$ iken eşini hiç aldatmayan grubun aritmetik ortalaması $X=66,00$ olarak bulunmuştur. Bu da ölçeğin geçerli bir ölçek olarak kabul edilmesini sağlamıştır. Ölçeğin güvenirliğini hesaplamak için ise Cronbach alfa ve iki yarım güvenirliği tercih edilmiştir. Cronbach alfa katsayısı .95 bulunurken iki yarı güvenirliği .95 olarak bulunmuştur. Test- tekrar test yöntemi uygulandığında ise ölçeğin güvenirlik katsayısı .84 olarak rapor edilmiştir (Polat, 2006: 58). Bu da ölçeğin kararlı olduğunu göstermiştir. Bu çalışmada ise Cronbach alfa katsayısı .91 bulunmuştur.

3.3.4. Ben Durumları Ölçeği: Arı (1989: 81-89) tarafından doktora tezi kapsamında geliştirilmiştir. Ölçeğin oluşturulma süreci iki aşamadan oluşmaktadır. İlk olarak dilimizde yer alan ve insanı niteleyen sıfatları belirlemek amacıyla Türkçe sözlükler kullanılmıştır ve 228 sıfattan oluşan bir liste hazırlanmıştır. Farklı alanlarda çalışan on uzman hakemin görüşlerine başvurulmuştur ve bir değerlendirme yapmaları istenmiştir. Değerlendirme sonucunda sekiz ve sekizden yüksek puan alan 141 sıfat tercih edilmiştir. Daha sonra ise transaksyonel analiz kuramı ile ilgili doktora düzeyinde eğitim veren ve çalışmaları bulunan altı hakemden birinci aşamada

oluşturulan ölçeği beş ben durumu için değerlendirmeleri istenmiştir. Bu değerlendirme sürecinde de beşli Likert tipi tercih edilmiştir. Değerlendirme sonucunda 3,6 ve üzeri ortalamaya sahip olan sıfatlar tercih edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla iki yol tercih edilmiştir: Uzman görüşlerinin birbiri ile tutarlı olması ve testin tekrarı. Uzmanların vermiş oldukları puanlar arasındaki korelasyonların hesaplanmasında “sınıf içi korelasyon” yolu tercih edilmiştir ve EB için $r = .95$, KB için $r = .93$, YBD için $r = .96$, DÇ için $r = .89$ ve UÇ için $r = .91$ tutarlık katsayıları bulunmuştur. Testin tekrarı yoluyla yapılan analizde ise EB için $r = .78$, KAB için $r = .83$, YAB için $r = .81$, DÇ için $r = .77$ ve UÇ için $r = .74$ bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında da güvenilirlik çalışmalarında olduğu gibi iki yol tercih edilmiştir: Mantıksal yaklaşım ve istatistiksel analiz. Mantıksal yaklaşımda sıfatların seçiminde yer alan uzmanların görüşleri arasındaki tutarlıktan faydalanılmıştır. Yapı geçerliği için ise kuramda yer alan ben durumlarının açıklamaları ile ölçekte yer alan alt ölçeklerin açıklamaları karşılaştırılmış ve birbiri ile uyumlu olduğu gözlenmiştir. Ayrıca literatürde yer alan ve Türkçe’ye Akkoyun ve Bacanlı (1988) tarafından çevrilen Gough ve Heilbroun Sıfat Tarama listesi ile geçerliği test edilmiştir. Her iki grubu da her iki ölçek verilmiştir ve EAB için $r = .87$, KAB için $r = .91$, YBD için $r = .93$, DÇBD için $r = .76$ ve UÇ için $r = .70$ korelasyon katsayıları tespit edilmiştir ve .01 düzeyinde anlamlılık bulunmuştur. Bu da ölçeğin benzer ölçeklerle uyumlu ve geçerli olduğunun dayanağı olarak gösterilmiştir. Arı (1989: 87- 89), ölçeğin puanlamasında ise her sıfat için 0-4 arasında değişen sabit 5 değeri bulunduğunu belirtmiştir. Katılımcının seçmiş olduğu sıfatlar hakemler tarafından belirlenen sıfat listesindeki puanlar baz alınarak hesaplanır. Bu işlem sonucunda her ben durumu için puan elde edilmektedir. Elde edilen bu puanlar ölçekten alınabilecek en yüksek puana bölünür. Bu işlem her ben durumu için ayrı hesaplanır. Bu işlem sonucunda katılımcının bütünde yer alan ben durumları puanları belirlenir. Bu puanlamadan sonra ben durumlarına ilişkin elde edilen en yüksek puanın ait olduğu ben durumu baskın ben durumu kabul edilir. Bu çalışmada da diğer çalışmalarda olduğu gibi (Arı, 1989; Deniz, 2002; Yücealan, 2007) baskın ben durumu tercih edilmiştir ve her bir katılımcı için en yüksek puanda olan tek bir ben durumu baskın ben durumu olarak kabul edilmiştir. Bu işlem bilgisayarla da

hesaplanabildiği için bu çalışmada bilgisayarda hesaplanmıştır. Hesaplama işleminde Microsoft Excel programı kullanılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için veri toplama işlemine başlamadan önce gerekli olan etik ve idari izinler alınmıştır. Veriler, online ortama aktarılan bir form aracılığı ile ilgili kişilere link göndererek toplanmıştır. Araştırmanın amacı, önemi ve kapsamı hakkında katılımcılar bilgilendirilmiş olup gönüllülük ve gizlilik esasları özellikle vurgulanmıştır. Bu bilgilendirmeden sonra gönüllü olan evli kişilerden veri toplanmıştır. Kişilerin formu doldururken içten ve dürüst olmaları vurgulanarak araştırma sonuçlarının sadece araştırma için kullanılacağı ve gizli kalacağı belirtilmiştir ve katılımcılara kimliklerine veya kişisel bilgilerine dair herhangi bir bilgi sorulmamıştır. Veri toplama süreci Aralık 2020 tarihinde başlamış olup Mayıs 2021 tarihinde sonlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi, SPSS 25.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında değerlendirilmiş olup .05 anlamlılık düzeyi esas alınmıştır. İlk olarak verilerin istatistiksel analizlere uygunluğu test edilmiştir. Bu doğrultuda ilk olarak veri setinde yer alan uç değerler Mahalonobis uzaklığı kullanılarak tespit edilmiştir ve bu noktada .001'den küçük olan dokuz uç değer veri setinden çıkarılmıştır. Veriler online ortamda toplandığı için kayıp veri bulunmamaktadır bu sebepten dolayı da kayıp veri analizine gerek duyulmamıştır.

Analizlerde hangi testlerin (parametrik /nonparametrik) kullanılacağını belirlemek ve verilerin normalliğini belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Değerlerin -1 ile +1 aralığında olması verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Hair vd., 2013). Verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler ve Verilerin Normalliği

	Min	Maks.	X	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Aldatma Eğilimi	30,00	107,00	50,88	16,81	.93	.26
Bağlanma Stilleri						
Kaygılı Bağlanma	1,11	6,50	3,38	1,08	.45	-.21
Kaçınan Bağlanma	1,00	5,78	2,68	1,00	.33	-.49

Tablo 3'e göre çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde tüm değerlerin -1 ile +1 aralığında dağılım gösterdiği gözlemlenmiştir. Buna göre verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.

Bu çalışmanın amacına uygun olarak baskın ben durumlarının belirlenmesi aşamasında ise Arı (1989)'nın geliştirmiş olduğu hesaplama yöntemi kullanılmıştır. Bu durumda her katılımcının beş ben durumundan en yüksek olan puanı baskın ben durumu olarak belirlenmiştir ve baskın ben durumları değişkeni alanyazındaki diğer çalışmalarda da (Arı, 1989; Deniz, 2020; Yücealan, 2007) olduğu gibi kategorik değişken olarak ele alınmıştır. Baskın ben durumlarına ilişkin dağılım Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Baskın Ben Durumlarının Dağılımı

Baskın Ben Durumu	N	%
Eleştirici Ebeveyn Ben Durumu	39	13,00
Koruyucu Ebeveyn Ben Durumu	150	49,80
Yetişkin Ben Durumu	61	2,30
Uygulu Çocuk Ben Durumu	16	5,30
Doğal Çocuk Ben Durumu	35	11,60
Toplam	301	100,00

Araştırmanın genel amacı, evli bireylerin bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) ile aldatma eğilimlerinin baskın ben durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda veriler normal dağılım

gösterdiği için Bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Tek yönlü ANOVA testinde sonuçların anlamlı çıkması üzerine farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Post-hoc Testi yapılmıştır. Varyansların tümü homojen dağıldığı için verilerde Tukey Testi tercih edilmiştir.



BÖLÜM 4

BULGULAR VE YORUM

Çalışmanın bu bölümünde amaca uygun olarak yapılan istatistiksel analizlere ve bu analizler sonunda elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Çalışmanın amacına yönelik olarak bağlanma stilleri ve aldatma eğilimlerinin baskın ben durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgulara ve değişkenlerin (bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi) demografik değişkenlere göre farklılıklara dair bulgularına yer verilmiştir.

4.1. Aldatma Eğiliminin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Dair Bulgular

Araştırmanın birinci alt problemi “evli bireylerin aldatma eğilimleri demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu nedenle araştırmada evli bireylerin aldatma eğilimleri çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Demografik değişken olarak ise cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sahibi olma durumu ele alınmıştır.

4.1.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin aldatma eğilimlerinin cinsiyet değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 5’ te verilmiştir.

Tablo 5: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	sd	p
Aldatma Eğilimi	Kadın	256	49,00	15,39	-3,71	54,13	,000
	Erkek	45	60,31	19,42			

Yapılan analiz sonucunda Levene Testi'ne göre varyansların homojen dağılmadığı test edilmiştir ($p < .05$). Bu sebepten dolayı varyansların homojen dağılmadığı durumdaki değerler incelenmiştir. Tablo 4'e göre evli bireylerin aldatma eğilimleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t_{(54,13)} = -3,71, p < .05$). Bu farklılık erkeklerin aldatma eğilimleri ortalamalarının ($\bar{X}=60,31$), kadınların aldatma eğilimleri ortalamalarından ($\bar{X}=49,00$) yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu görülmektedir.

4.1.2. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin evlilik süreleri beş kategori halinde incelenmiştir. 1-5, 6-10, 11-15, 16-20 ve 21 yıl ve üzeri olarak incelenen evlilik sürelerinde ikiden fazla kategori olduğu için evli bireylerin aldatma eğilimlerinin evlilik süresi değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 6' da verilmiştir.

Tablo 6: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Evlilik Süresine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Evlilik Süresi	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Aldatma Eğilimi	1-5 Yıl	174	49,33	16,23	Gruplar Arası	946,63	4	236,66	.87	.485
	6-10 Yıl	59	53,58	15,96	Gruplar İçi	80936,86	296	273,44		
	11- 15 Yıl	15	50,07	17,55	Toplam	81883,49	300			
	16- 20 Yıl	16	51,50	20,13						
	21+ Yıl	37	52,46	16,83						
	Toplam	301	50,70	16,52						

Yapılan Tek Yönlü ANOVA analizine göre evli bireylerin aldatma eğilimleri, bireylerin evlilik sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F_{(4-296)} = .87, p = .485$). Analizden elde edilen bilgiler doğrultusunda aldatma eğiliminin evlilikteki süreye göre farklılaşmadığı görülmektedir.

4.1.3. Evlenme Biçimine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin evlenme biçimleri flört, görücü usulü ve flört ile görücü usulünün birlikte olması şeklinde üç kategori halinde incelenmiştir. Evli bireylerin aldatma eğilimlerinin evlenme biçimi değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 7’ de verilmiştir.

Tablo 7: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Evlenme Biçimine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Evlenme Biçimi	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Aldatma Eğilimi	Flört	225	51,82	17,28	Gruplar Arası	1168,52	2	584,26	2,16	.117
	Görücü Usulü	29	48,31	15,40	Gruplar İçi	80714,97	298	270,86		
	Flört+ Görücü Usulü	47	46,79	12,53	Toplam	81883,49	300			
	Toplam	301	50,70							

Yapılan Tek Yönlü ANOVA sonucuna göre evli bireylerin aldatma eğilimleri kişilerin evlenme biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F_{(2-298)}= 2,16$, $p=.117$). Aldatma eğilimi, kişilerin flört evliliği yapması ya da görücü usulü evlenmesine göre farklılaşmamaktadır.

4.1.4. Çocuk Sahibi Olmaya İlişkin Bulgular

Evli bireylerin aldatma eğilimlerinin çocuk sahibi olup olmamaya göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 8’ de verilmiştir.

Tablo 8: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Çocuk Sahibi Olma Durumu Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları

Ölçek	Çocuk Sahibi Olma Durumu	N	\bar{X}	Ss	T	sd	p
Aldatma Eğilimi	Yok	135	51,85	17,47	1,09	299	.275
	Var	166	49,76	15,70			

Tablo 8'e göre evli bireylerin aldatma eğilimleri çocuğun varlığına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($t_{(299)} = 1,09$, $p > .05$). Elde edilen bulgulara göre çocuk sahibi olma durumu evli bireylerin aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır.

4.2. Bağlanma Stillerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Dair Bulgular

Araştırma kapsamında ikinci problem olarak “evli bireylerin bağlanma stilleri demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?” ele alınmaktadır. Bu sebepten ötürü evli kişilerin sahip oldukları bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sahibi olma durumu açısından incelenmiştir.

4.2.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınan) cinsiyet değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 9’ da verilmiştir.

Tablo 9: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t-testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	sd	p
Kaygılı	Kadın	256	3,40	1,12	.81	299	.421
	Erkek	45	3,26	.90			
Kaçınan	Kadın	256	2,70	1,02	.52	299	.604
	Erkek	45	2,61	.90			

Yapılan analiz sonucunda kaygılı bağlanma stiline ait Levene Testi'ne göre varyansların homojen dağıldığı test edilmiştir ($p > .05$) ve analizlere varyansların homojen dağıldığı durumdaki değerler dikkate alınmıştır. Tablo 9'a göre evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($t_{(299)} = .81$, $p > .05$). Elde edilen bulgulara kişinin kaygılı bağlanma stiline sahip olup olmama durumu cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Kaçınan bağlanma stiline ilişkin yapılan analizde Levene Testi'ne göre varyansların homojen dağıldığı tespit edilmiştir ($p > .05$) ve analizlere varyansların homojen dağıldığı durumdaki değerler dikkate alınarak devam edilmiştir. Tablo 9'a göre kaçınan bağlanma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($t_{(299)} = .52, p > .05$).

4.2.2. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular

Evlilik süresi beş kategori halinde 1-5, 6-10, 11-15, 16-20, 21 yıl ve üzeri şeklinde ele alınmıştır. Evli bireylerin bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınan bağlanma) evlilik süresi değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla evlilik süresindeki kategori ikiden fazla olduğu için tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 10' da verilmiştir.

Tablo 10: Evli Bireylerin Bağlanma Stillерinin Evlilik Süresine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Evlilik Süresi	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Kaygılı Bağlanma	1-5 Yıl	174	3,36	1,11	Gruplar Arası	1,01	4	.25	.21	.932
	6-10 Yıl	59	3,43	.99	Gruplar İçi	352,28	296	1,20		
	11- 15 Yıl	15	3,20	1,48	Toplam	353,29	300			
	16- 20 Yıl	16	3,39	.94						
	21+	37	3,46	1,05						
	Toplam	301		1,09						
Kaçınan Bağlanma	1-5 Yıl	174	2,58	1,06	Gruplar Arası	6,05	4	1,51	1,52	.198
	6-10 Yıl	59	2,76	.84	Gruplar İçi	295,24	296	1,00		
	11- 15 Yıl	15	2,61	1,03	Toplam	301,28				
	16- 20 Yıl	16	3,02	.79						
	21+	37	2,92	.97						
	Toplam	301	2,68	1,00						

Tablo 10'a göre evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları, bireylerin evlilik sürelerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F_{(4-296)} = .21, p = .932$).

Kaçınan bağlanma puan ortalamalarının evlilik süresine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Tek Yönlü ANOVA sonuçlarına göre ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F_{(4-296)}= 1,52, p= .198$).

4.2.3. Evlenme Biçimine İlişkin Bulgular

Evlenme biçimleri flört, görücü usulü ve flört ile görücü usulünün birlikte olması şeklinde üç kategori halinde incelenmiştir. Evli bireylerin bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınan bağlanma) evlenme biçimi değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11: Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin Evlenme Biçimine Göre Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Evlenme Biçimi	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Kaygılı Bağlanma	Flört	225	3,31	1,02	Gruplar Arası	6,01	2	3,01	2,58	.078
	Görücü Usulü	29	3,41	1,02	Gruplar İçi	347,28	298	1,17		
	Flört+ Görücü Usulü	47	3,70	1,37	Toplam	353,29	300			
	Toplam	301	3,38	1,09						
Kaçınan Bağlanma	Flört	225	2,61	1,01	Gruplar Arası	4,67	2	2,33	2,35	.098
	Görücü Usulü	29	2,95	.84	Gruplar İçi	296,61	298	1,00		
	Flört+ Görücü Usulü	47	2,86	1,04	Toplam	301,28	300			
	Toplam	301	2,68	1,00						

Tablo 11’e göre evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları kişilerin evlenme biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F_{(2-298)}= 2,58, p=.078$). Kaygılı bağlanma da olduğu gibi kaçınan bağlanma puan ortalamaları da evlenme biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($F_{(2-298)}= 2,35, p=.098$).

4.2.4. Çocuk Sahibi Olmaya İlişkin Bulgular

Evli bireylerin bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınan bağlanma) çocuk değişkenine göre ölçekten aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 12’ de verilmiştir.

Tablo 12: Evli Bireylerin Bağlanma Stillерinin Çocuk Sahibi Olma Durumları Göre Bağımsız Örneklem t- testi Sonuçları

Ölçek	Çocuk Sahibi Olma Durumu	N	\bar{X}	Ss	T	sd	p
Kaygılı Bağlanma	Yok	135	3,28	1,10	-1,56	299	.120
	Var	166	3,47	1,07			
Kaçınan Bağlanma	Yok	135	2,50	1,00	-2,95	299	.003
	Var	166	2,84	,98			

Kaygılı bağlanma stili ile çocuk durumunun incelendiği analizde Levene Testi’ne göre varyansların homojen dağıldığı test edilmiştir ($p>.05$) ve analizlere varyansların homojen dağıldığı durumdaki değerler dikkate alınmıştır. Tablo 11’e göre evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($t_{(299)} = -1,56, p>.05$). Kişinin çocuğunun olup olmaması kişinin kaygılı bağlanma stiline ait puanlarda farklılık oluşturmamaktadır.

Kaçınan bağlanma stili ile çocuk durumunun incelendiği analizde Levene Testi’ne göre varyansların homojen dağıldığı test edilmiştir ($p>.05$) ve analizlere varyansların homojen dağıldığı durumdaki değerler dikkate alınmıştır. Tablo 12’ye göre evli bireylerin kaçınan bağlanma stili çocuğun varlığına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t_{(299)} = -2,95, p<.05$). Kişinin çocuk sahibi olması veya olmaması kaçınan bağlanma stiline ait puanlarda farklılaşmaktadır. Bu farklılık ise çocuğu olanların kaçınan bağlanma puan ortalamalarının ($\bar{X}=2,84$) çocuğu olmayanların kaçınan bağlanma puan ortalamalarından ($\bar{X}=2,50$) yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Analiz sonuçlarına göre çocuğu olan evli bireylerin daha fazla kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu, çocuğu olmayanların ise daha az kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu gözlemlenmektedir.

4.3. Aldatma Eğiliminin Baskın Ben Durumuna Göre İncelenmesine Dair Bulgular

Araştırma kapsamında üçüncü alt problem olarak “evli bireylerin aldatma eğilimleri baskın ben durumlarına göre değişmekte midir?” ele alınmıştır. Baskın ben durumları, eleştirici ebeveyn ben durumu, koruyucu ben durumu, yetişkin ben durumu, uygulu çocuk ve doğal çocuk olmak üzere beş kategori halinde incelenmiştir. Elde edilen tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 13: Evli Bireylerin Aldatma Eğilimlerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Baskın Ben Durumu	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Aldatma Eğilimi	Eleştirici Ebeveyn	39	54,62	17,14	Gruplar Arası	4779,58	4	1194,90	4,59	.001
	Koruyucu Ebeveyn	150	48,68	15,66	Gruplar İçi	77103,91	296	260,49		
	Yetişkin	61	48,36	15,23	Toplam	81883,49	300			
	Uygulu Çocuk	16	48,25	11,82						
	Doğal Çocuk	35	60,17	19,84						
	Toplam	301	50,70	16,52						

Tablo 13’e göre aldatma eğilimi baskın ben durumlarına göre farklılık göstermektedir ($F_{(4-296)}= 4,59, p<.05$). Bu farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc testi yapılmıştır. Varyanslar homojen dağıldığı için Tukey Testi yapılmıştır. Tukey Testi sonuçlarına göre doğal çocuk ben durumu baskın olan evli bireylerin ($\bar{X}= 60,17$), koruyucu ebeveyn ben durumu baskın olan evli bireylere ($\bar{X}=48,68$) göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu görülmektedir. Test sonucunda elde edilen bir diğer sonuca göre ise doğal çocuk ben durumu baskın olan evli bireyler ($\bar{X}= 60,17$), yetişkin ben durumu baskın olan evli bireylere ($\bar{X}=48,36$) göre daha yüksek aldatma eğilimine sahiptir. Diğer ben durumlarına göre aldatma eğilimi anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

4.4. Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumuna Göre İncelenmesine Dair Bulgular

Araştırma kapsamında dördüncü alt problem olarak “evli bireylerin bağlanma stilleri baskın ben durumlarına göre değişiklik göstermekte midir?” ele alınmıştır. Baskın ben durumları, eleştirici ebeveyn ben durumu, koruyucu ben durumu, yetişkin ben durumu, uygulu çocuk ve doğal çocuk olmak üzere beş kategori halinde incelenirken bağlanma stilleri kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olmak üzere iki alt faktörden alınan puanlara göre incelenmiştir.

4.4.1. Kaygılı Bağlanma Stiline İlişkin Bulgular

Kaygılı bağlanma stiline ait puan ortalamalarının baskın ben durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 14’te verilmiştir.

Tablo 14: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Baskın Ben Durumu	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Kaygılı Bağlanma	Eleştirici Ebeveyn	39	3,70	.98	Gruplar Arası	23,44	4	5,86	5,26	.000
	Koruyucu Ebeveyn	150	3,50	1,15	Gruplar İçi	329,84	296	1,11		
	Yetişkin	61	2,88	.80	Toplam	353,29	300			
	Uygulu Çocuk	16	3,66	.83						
	Doğal Çocuk	35	3,22	1,16						
	Toplam	301	3,38	1,09						

Tablo 14’e göre kaygılı bağlanma stiline ait puan ortalamaları baskın ben durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir ($F_{(4-296)}= 5,26$, $p<.05$). Bu farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc testi yapılmıştır. Varyanslar homojen dağıldığı için Tukey Testi tercih edilmiştir. Tukey Testi sonucuna baskın ben durumu eleştirici ebeveyn olan bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları ($\bar{X}=3,70$), yetişkin ben durumu baskın olan bireylerden ($\bar{X}=2,88$) daha yüksektir. Eleştirici ebeveyn ben durumuna sahip kişilerin yetişkin ben durumuna sahip kişilerden daha fazla kaygılı bağlanmaya sahip oldukları gözlemlenmiştir. Ayrıca koruyucu ebeveyn

ben durumu baskın olan evli bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamaları ($\bar{X}=3,50$) da yetişkin ben durumu baskın olan bireylerin kaygılı bağlanma puan ortalamalarından ($\bar{X}=2,88$) yüksek bulunmuştur. Sonuçlara göre hem koruyucu ebeveyn ben durumu baskın olan bireyler hem de eleştirici ebeveyn ben durumu baskın olan bireyler yetişkin ben durumu baskın olan bireylere göre daha yüksek kaygılı bağlanma puan ortalamasına sahiptir. Diğer ben durumlarına göre ise kaygılı bağlanma puan ortalamaları anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

4.4.2. Kaçınan Bağlanma Stiline İlişkin Bulgular

Evli bireylerin sahip olmuş oldukları kaçınan bağlanma stiline ait puan ortalamalarının baskın ben durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda tek yönlü ANOVA yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 15’te verilmiştir.

Tablo 15: Evli Bireylerin Kaçınan Bağlanma Stillerinin Baskın Ben Durumu Açısından İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Ölçek	Baskın Ben Durumu	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Kaçınan Bağlanma	Eleştirici Ebeveyn	39	2,97	.91	Gruplar Arası	15,92	4	3,98	4,13	.003
	Koruyucu Ebeveyn	150	2,67	.96	Gruplar İçi	285,36	296	,96		
	Yetişkin	61	2,43	1,00	Toplam	301,28	300			
	Uygulu Çocuk	16	3,38	1,22						
	Doğal Çocuk	35	2,53	,99						
	Toplam	301	2,68	1,00						

Tablo 15’e göre kaçınan bağlanma stiline ait puan ortalamaları baskın ben durumlarına göre farklılık göstermektedir ($F_{(4-296)}= 4,13$, $p<.05$). Bu farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc testi yapılmıştır. Varyanslar homojen dağıldığı için Tukey Testi tercih edilmiştir. Tukey Testi sonuçlarına göre uygulu çocuk baskın ben durumuna sahip kişilerin kaçınan bağlanma stili puan ortalamaları ($\bar{X}=3,38$), yetişkin ben durumu baskın olan kişilerin kaçınan bağlanma stili puan ortalamalarından ($\bar{X}=2,43$) ve doğal çocuk ben durumu baskın olan bireylerin kaçınan bağlanma stili puan ortalamalarından ($\bar{X}=2,53$) daha yüksek bulunmuştur.

Uygulu çocuk ben durumu baskın olan kişilerin, yetişkin ve doğal çocuk ben durumu baskın olan kişilere göre daha fazla kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu söylenebilir. Diğer ben durumlarına göre kaçınan bağlanma stili anlamlı bir farklılık göstermemiştir.



BÖLÜM 5

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde evli bireylerin baskın ben durumuna göre aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin (kaygılı ve kaçınan) farklılaşp farklılaşmadığına dair bulgular tartışılmıştır. Ayrıca aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin demografik değişkenler açısından incelenmesine yönelik bulgular da bu bölümde tartışılmıştır. İlk olarak her bir araştırma sorusunun sonuçları ilgili alanyazındaki önceki bulgular ışığında tartışılmıştır. İkinci bölümde ise çalışmanın sınırlılıklarına ve önerilere yer verilmiştir. Evli bireylere ve danışmanlara süreçle yönelik öneriler verilirken araştırmacılara gelecekteki araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

5.1. Sonuçlar

Kişilerin evliliklerindeki en önemli faktörlerden biri olan ve çiftlerin birbirine karşılıklı olarak vermiş oldukları sadakat sözüne zarar veren en ciddi problemlerden birisi aldatmadır. Bu araştırmada da ilk olarak evli bireylerin aldatma eğilimleri çeşitli demografik değişkenler açısından ele alınmıştır. İncelenen demografik değişkenler cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sahibi olma durumudur.

Araştırma sonuçlarına göre evli bireylerin aldatma eğilimleri cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Bu farklılık erkeklerin aldatma eğilimi puanlarının kadınların aldatma eğilimi puanlarından yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Alanyazındaki çalışmalar da bu bulguyu desteklemektedir (Greeley, 1994: 9; Polat, 2006: 66; Kantarcı, 2009; Demir ve Kumcağız, 2020; Ong vd., 2014: 93). Erkeklerin kadınlara göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip olması kadınlara göre iş yaşamında daha fazla aktif olmaları, uzun yıllardır devam eden erkek egemenliği düşüncesine sahip olmaları, tek gecelik ilişkileri aldatma olarak değerlendirmemeleri de bu eğilimin fazla olmasına sebep olabilir. Bu durum toplumsal cinsiyet rollerinden

de kaynaklanabilir. Ayrıca kadın ve erkeklerin ilişkiden beklentilerindeki farklılık da aldatmaya veya geçici ilişkilere dair algılarını etkileyebilir.

Diğer bir bulgu ise aldatma eğiliminin evlilik süresine göre farklılık göstermediğidir. Alanyazındaki çalışmalarda evliliğin ilk yıllarında (0-5) ve 20+ yıllık evliliklerde aldatma eğiliminin yükseldiğine dair çalışmalar mevcuttur (Çavuşoğlu, 2011: 43). Fakat bu çalışmada bir farklılık bulunmamıştır. Bu da aldatma eğiliminin evliliğin herhangi bir yılında karşılaşılabilecek bir olgudan ziyade evlilik süresinde bağımsız bir tutum olarak ele alınabileceği düşüncesini destekler niteliktedir. Evliliğin ilk yıllarının eşlerin birbirine uyum süreci olarak değerlendirilmesi ya da uzun süreli evliliklerin güvenilir olarak görülmesi düşüncesi ile de uyuşmamaktadır. Bu çalışmanın bulgusuna göre önceki bulgudan farklı olarak çiftlerin uyum sürecinde olmaları ya da artık ilişkilerinin uyum sürecini tamamlamış olmaları aldatma eğilimini etkilememektedir.

Çalışmanın bir diğer bulgusu ise aldatma eğiliminin evlenme biçimine (flört, görücü usulü, flört+görücü usulü) göre farklılık göstermemesidir. Alanyazında bu bulguyu destekleyen çalışmalar da mevcuttur (Kubat, 2012: 41). Flört ederek evlenen çiftlerin sorunsuz evlilik hayatı olacağına dair ya da çiftlerin birbirini tanımadan, romantik süreçler olmadan yapılan evliliklerin sağlıklı olacağına dair toplumda hakim olan bir inanç vardır. Fakat bu araştırma sonuçları göstermektedir ki kişilerin aldatma eğilimi evlilik biçimine göre değişmemekte; flört edilerek yapılan evliliklerde de görücü usulü yapılan evliliklerde olduğu gibi aldatma ihtimali vardır.

Çocuk sahibi olma durumuna göre aldatma eğiliminin farklılaşmasının incelendiği durumda ise çocuk sahibi olanlar ile çocuk sahibi olmayanların aldatma eğilimi anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Bu da çocuğun eşler arasındaki ilişkide bağlayıcı ya da tamamlayıcı bir rol üstlenmediğini varsayımını destekler niteliktedir. Çocuğun eşler arasındaki ilişkide iyileştirici rol oynadığı düşüncesine sahip olan toplumun bu düşüncesinin doğru olmadığı anlamına da gelebilir.

Araştırmanın bir diğer bulgularını ise bağlanma stillerinin demografik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu oluşturmaktadır. Aldatma eğiliminde olduğu gibi bağlanma stillerinde de cinsiyet, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk

sahibi olma durumu incelendiği araştırmada bağlanma stilleri kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma olmak üzere iki alt başlık altında ele alınmıştır.

Bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğinin incelendiği bulgulara göre hem kaygılı bağlanma puan ortalamaları hem de kaçınan bağlanma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. İlişkilerde sürekli olarak kaybedilme korkusu yaşayan ve sürekli temas halinde olmak isteyen kaygılı bağlanma stiline sahip evli bireylerde ya da ilişkilerinde yakın temastan hoşlanmayan kaçınan bağlanma stiline sahip evli bireylerde bu durum hem kadınlarda hem de erkekler için farklılık göstermemektedir (Hazan ve Shaver, 1994: 6). Bu da çiftlerin evlilik sürecinde benimsemiş oldukları bağlanma stilinin cinsiyetin ötesinde başka değişkenlerden etkilendiğine işaret etmektedir.

Evlilik süresi ile bağlanma stillerinin incelendiği bulgular da ise hem kaygılı bağlanma hem de kaçınan bağlanma evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Sürekli yakın temasta olma isteği ve partnerini kaybetmeye yönelik yoğun düşünceler ile karakterize olan kaygılı bağlanmanın evliliğin ilerleyen yıllarında azalması beklenen bir durumdur (Sümer ve Güngör, 1999: 77). Ya da evliliğin ilk yıllarında güven problemi ve çiftlerin birbirine uyum sürecinin etkisi ile temasın sınırlı olması ya da güven duygusunun tam olarak gelişmemesine bağlı olarak şüphenin var olmasıyla kaçınan bağlanmaya ait puan ortalamalarının yüksek olması beklenmektedir. Fakat bulgulara göre anlamlı bir farklılığın olmaması yıllar içinde çiftlerin temasa yönelik bakış açılarının ya da eşlerine yönelik olan duygularının değişiminde etkili olmadığını desteklemektedir. Bu da evlilik sürecinin dinamik yapısı gereği bağlanma üzerinde farklı bileşenlerin etkisinin olabileceğini göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusunu ise evlenme biçimine göre bağlanma stillerinin farklılaşma durumu oluşturmaktadır. Flört ederek evlenen kişilerin ilişkilerinde daha az kaygılı ve daha az kaçınan bağlanma stiline sahip olmaları beklenebilir. Görücü usulünde ise çiftlerin aralarında henüz flört durumundaki gibi bir bağ olmadığı düşünüldüğü için hem kaçınan hem kaygılı bağlanmaya ait puan ortalamalarının daha yüksek olması beklenebilir. Fakat araştırma bulgularına göre kaygılı bağlanma puan ortalamaları da kaçınan bağlanma puan ortalamaları da evlilik

biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bağlanma stillerinin evlilik doyumu (Karabacak Çelik ve Çiftçi, 2020; Sarı, 2012), ilişki doyumu (Sarı, 2008) gibi değişkenlerle olan ilişkisi değerlendirildiğinde flört eden kişiler için de görücü usulü ile evlenen kişiler için de sürecin farklılık göstermediği söylenebilir.

Çocuk sahibi olma durumuna göre kaygılı bağlanma puan ortalamaları anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Çocuk sahibi olan evli bireylerin de çocuk sahibi olmayan evli bireylerin de kaygılı bağlanmaya dair puan ortalamalarının değişiklik göstermemesi çocuğun bu süreçte etkili bir bileşen olmadığını göstermektedir. Fakat kaçınan bağlanma puan ortalamaları çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Çocuk sahibi olan evli bireylerin kaçınan bağlanmaya ait puan ortalamaları çocuğu olmayanlara göre daha yüksektir. Bu da evli kişilerin çocuk sahibi olduktan sonra kişilerin üzerinde hissettikleri sorumluluk duygusu veya kendi kişisel alanlarının daralması daha kaçınan bir tutum içine girmelerine sebep olabilir.

Evli bireylerin baskın ben durumlarına göre aldatma eğilimlerinin farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan araştırmada, baskın ben durumlarına göre aldatma eğiliminin anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu farklılık ise baskın ben durumu doğal çocuk olan kişilerin, baskın koruyucu ebeveyn ve yetişkin ben durumdan daha yüksek aldatma eğilimine sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Baskın doğal çocuk ben durumunun hareketlerinde dürtüsel davranması, çevresindeki düşünce kalıplarına bağlı kalmaması ve istediği biçimde hareketlerini sınırlandırmadan hareket etmesi aldatma eğiliminin yüksek olmasını kuramsal olarak desteklemektedir (Akkoyun, 2001; James ve Jongeward, 2016: 120). Özellikle yararlı doğal çocuk ben durumunda kişilerin dışadönük hareketlerinin fazla olması da bu durum için bir tehdit unsuru oluşturmaktadır (Ciucur, 2013: 576; Jia vd., 2016: 126). Koruyucu ebeveyn ben durumunun ilişkilerde güvenilir ve merhametli olması karşısındakinde yıkıcı hasarlar bırakan aldatmaya yönelik tutumlarının olumsuz olması ve doğal çocuk ben durumuna göre aldatma eğilimlerinin düşük olması beklenen ve istenen bir durumdur, Yetişkin ben durumunun ise sağlıklı ilişkilerin temelini oluşturması ve yetişkin ben durumunda olan kişilerin objektif düşünme yetisine sahip olmaları doğal çocuk ben durumuna göre mantık çerçevesinde hareket

etmelerine bağlı olarak aldatma eğilimlerinin dk olması literatür açısından desteklenen bir durumdur (Arı, 1989: 30-32; Berne, 2020: 13-14).

Baskın ben durumuna göre kaygılı bağlanma stili puan ortalamalarının farklılaşma durumunun incelendiği çalışmada ise kaygılı bağlanma stili puan ortalamaları baskın ben durumuna göre anlamlı farklılık göstermiştir. Bu farklılık ise baskın eleştirici ebeveyn ben durumu ile baskın koruyucu ebeveyn ben durumu puanlarının baskın yetişkin ben durumu puanlardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Koruyucu ebeveyn ben durumuna sahip kişilerin endişeleri yüksektir. Aynı zamanda da karşısındakine karşı merhametli ve koruyucu davranma eğilimindedirler ve ilişkilerinde karşı tarafı oldukça önemserler (Akkoyun, 2001; James ve Jongeward, 2016: 102). Bu durumun yakın temasın çok önemli olduğu, kişinin partnerinin düşüncelerini, davranışlarını oldukça önemsediği için yüksek düzeyde korku ve kaygı içinde olan kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde baskın olması literatür açısından desteklenen bir durumdur (Sümer ve Güngör, 1999: 74). Eleştirici ebeveyn ben durumunda ise kişi sürekli olarak davranışlarını kontrol altında tutmaya çalıştığı için objektif ve sağlıklı iletişim sürecinde bulunan yetişkin ben durumunda olan kişiye göre kaygılı bağlanma puan ortalamasının yüksek olması beklenen ve kuramsal açıdan desteklenen bir durumdur (James ve Jongeward, 2016: 103).

Baskın ben durumuna göre kaçınan bağlanma stili puan ortalamalarının farklılaşma durumları incelendiğinde ise baskın ben durumuna göre kaçınan bağlanma stiline ait puan ortalamalarının da anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu farklılığın kaynağı ise baskın uygulu ocuk ben durumuna sahip olan bireylerin yetişkin ve doğal ocuk ben durumu baskın olan bireylere göre daha yüksek kaçınan bağlanma puan ortalamasına sahip olmalarıdır. Uygulu ocuk ben durumuna sahip olan kişiler çevrelerinde bulunan kişilerin beklentilerine yönelik davranır ve burada bir boyun eğme vardır (Akkoyun, 2001). Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin ise yakın ilişkilerden hoşlanmaması bunlardan kaçınması uygulu ocuk ben durumunun da içtenlikten uzak olmasıyla bu kişilerin ilişkilerinde mesafeli ve soğuk davranmaları beklenmektedir. Araştırma sonuçları da bu durumu destekler niteliktedir. Aynı zamanda ilişkilerinde düşünmeden hareket eden ve herhangi birinin

baskısı altında kalmayan doğal çocuk ben durumu, uygulu çocuk ben durumunun aksine ilişkilerinde mesafeli bir tutum sergilemezler ve bir maske takmak zorunda kalmazlar (James ve Jongeward, 2016: 120). Kuramsal temele dayanarak uygulu çocuk ben durumuna sahip olan kişilerin yetişkin ve doğal çocuk ben durumuna sahip olan kişilere göre daha yüksek kaçınan bağlanma puan ortalamasına sahip olmaları araştırmada beklenen bir sonuçtur.

5.2. Öneriler

Yapılan araştırmalara ve bulgulara göre evli bireylerin aldatma eğilimleri ve bağlanma stilleri baskın ben durumuna göre farklılık göstermektedir. Aynı zamanda demografik değişkenler de bu değişkenler üzerinde farklılıklara sebep olmaktadır. Aldatmanın toplumda ve evliliklerde ortaya çıkardığı yıkıcı hasar ciddi problemlere yol açabilmekte bazen boşanma ile sonuçlanmasa da kişilerin hayatında travmatik sonuçlar doğurabilmektedir. Aynı zamanda bağlanma stilleri de ilişkileri ve dolayısıyla evliliği de etkileyen önemli bir faktördür. Özellikle kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri birçok olumsuz değişkenle ilişkilidir. Bu sebeple aldatma eğilimini ve bağlanma stillerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve bunlara yönelik önleyici ve iyileştirici müdahalelerin yapılması hem toplum hem de bireysel ruh sağlığı için önemli olmaktadır. Bu çalışma kapsamında aldatma eğilimi ve bağlanma stillerinin baskın ben durumu ve bazı demografik değişkenlere yönelik farklılıklarına dair elde edilen bulgular ışığında bazı öneriler sunulmaktadır.

Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler

1. Erkeklerin aldatma eğiliminin kadınlara oranla yüksek olmasına bağlı olarak bu konuda erkeklere yönelik bilinçlendirme ve sosyal-kültürel değerler kapsamında farkındalık çalışmaları yapılabilir. Psikolojik danışmanlar özellikle evlilik ve çift danışmanlığında bu bulgu göz önünde bulundurulmalıdır.
2. Araştırmada elde edilen bulgularda da baskın doğal çocuk ben durumu yetişkin ben durumuna göre daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduğu görülmüştür. Bu sebepten psikolojik danışmanlar bu bilgiyi gerek danışmalarda gerekse önleyici çalışmalarda kullanabilir.

3. Baskın ben durumlarına göre kişinin bağlanma stili de farklılık göstermektedir. Bu sebepten kişilerarası ilişkiler sürecinde ve çift danışmanlığı sürecinde psikolojik danışmanlar tarafından bu bilgi kullanılabilir.

Yeni Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Aldatma eğiliminde ve hem kaçınan bağlanma stilinde hem de kaygılı bağlanma stilinde baskın yetişkin ben durumunun diğerlerine oranla daha düşük puanlara sahip olduğu bulunmuştur. Bu durum yapılacak olan boylamsal ve deneysel çalışmalarla sınanabilir.
2. Tamamlayıcı transaksyonların etkin biçimde kullanılmasına ve bu durumun ortaya çıkaracağı bulgulara yönelik yeni araştırmalar ve çalışmalar yapılabilir.
3. Ben durumlarının bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi üzerindeki etkisine yönelik yapılacak olan psiko-eğitim programları, bireysel ve grup programlarının etkililiği test edilebilir.
4. Evli bireylerden veri toplama sürecinin zorluğu planlanarak araştırmalar planlanmalıdır ve çiftlerin bu süreçte birbirlerinden bağımsız olarak sürece katılımları sağlanmalıdır.

BÖLÜM 6

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S.; Blehai, M. C.; Waters, E. ve Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akbağ, M. (2000). *Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Üniversite Öğrencilerinde Olumsuz Otomatik Düşünceler, Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ve Bazı Değişkeler Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversite Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Akkoyun, F. (2001). *Transaksiyonel Analiz: Psikolojide İşlemsel Çözümleme Yaklaşımı* (4.Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Akkoyun, F. ve Bacanlı, H. (1988). Gough ve Heilbrun Sıfat Tarama Listelerinin Uyarılma Ve Geçerlik Çalışması, 14- 16 Eylül V. *Ulusal Psikoloji Kongresi*, İzmir.
- Alavi, M.; Mei, T. K. ve Mehrihezah, S.A. (2018). The Dark Triad of Personality and Infidelity Intentions: The Moderating Role of Relationship Experience, *Personality And Individual Differences*, 128, 49-54.
- Alisinanoğlu, F. (1995). *Üniversite Öğrencilerinin Ben (Ego) Durumları İle Ana- Baba Tutumlarını Algılamalarını Etkileyen Bazı Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arend, R.; Gove, F. L. ve Sroufe, L. A. (1979). Continuity Of Individual Adaptation From Infancy to Kindergarten: A Predictive Study Of Ego Resiliency and Curiosity in Preschoolers, *Child Development*, 50(4), 950-959.
- Arı, R. (1989). *Üniversite Öğrencilerinin Baskın Ben Durumları ile Bazı Özlük Niteliklerinin, Ben Durumlarına, Atılganlık ve Uyum Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversite Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Atkins, D. C.; Baucom, D. H. ve Jacobson, N. S. (2001). Understanding Infidelity: Correlates in A National Random Sample, *Journal of Family Psychology*, 15(4), 735-749.
- Atkins, D. C.; Baucom, D. H.; Yi, J. ve Christensen, A. (2005). Infidelity in Couples Seeking Marital Therapy. *Journal Of Family Psychology*, 19(3), 470-473.
- Atwood, J. D. ve Schwartz, L. (2002). Cyber-Sex: The New Affair Treatment Considerations, *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 1(3), 37-56.
- Bacanlı, H. (1995). Sifat Tarama Listesinde Beğenilen Ve Beğenilmeyen Özellikler. Konya Selçuk Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, *Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 2, 155-163.
- Balcı, E. S. (2021). *The Predictive Role of Insecure Attachment Styles On Relationship Centered and Partner Focused Obsessive Compulsive Symptoms: The Mediator Role of Relationship Satisfaction and Intention of Infidelity*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective, *Journal of Social and Personal Relationship*, 7(2), 147-178.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four- Category Model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226- 244.
- Berne, E. (2020). *İnsanların Oynadığı Oyunlar: İnsan İlişkilerinin Psikolojisi*. (Çev. Handan Ünlü Haktanır). İstanbul: Diyojen Yayıncılık.
- Blow, A. J. (2005). Face It Head On: Helping A Couple Move Through The Painful And Pernicious Effects On Infidelity, *Journal Of Couple & Relationship Therapy*, 4 (2-3), 91-102.
- Blow, A. J. ve Hartnett, K. (2005). Infidelity in Committed Relationships II: A Substantive Review, *Journal of Marital And Family Theraphy*, 31(2), 217-233.

- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma Ve Kayıp: Cilt II: Ayrılık, Kaygı ve Öfke*. (Çev. Tuğrul Veli Soylu) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2014). *Güvenli Bir Dayanak: Ebeveyn- Çocuk Bağlanması ve Sağlıklı İnsan Gelişimi*. (Çev. Sarp Güneri). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bowlby, J. (2020). *Bağlanma*. (Çev. Tuğrul Veli Soylu). İstanbul: Pinhan.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth, *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Brisch, K. H. (2019). *S.A.F.E. Ebeveyn ve Çocuk Arasında Güvenli Bağlanma*. (Çev. Mehtap Albay Baker) İstanbul: Zahrada Yayınları.
- Buluş, M. ve Atan, A. (2016). Öğretmen Adaylarında Ego Durumlarının Bağlanma Tarzlarını Yordama Gücü, *Ege Eğitim Dergisi*, 17(1), 36-61.
- Buss, D. M. (1994). *The Evolution of Desire: Strategies of Human Mating*. New York: BasicBooks.
- Butzer, B. ve Campbell, L. (2008). Adult Attachment, Sexual Satisfaction, and Relationship Satisfaction: A Study of Married Couples, *Personal Relationships*, 15(1), 141-154.
- Büyüköztürk, Ş.; Kılıç Çakmak, E.; Akgün, Ö. E.; Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Ceglian, C. P. Ve Gardner, S. (1999). Attachment Style: A Risk For Multiple Marriages?, *Journal of Divorce & Remarriage*, 1(2), 125-139.
- Ciucur, D. (2013). A Transactional Analysis Group Psychotherapy Programme For Improving The Qualites and Abilities of Future Psychologist, *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 78, 576- 580.
- Collins, N. L. ve Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples, *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.

- Cooper, M. L.; Shaver, P. R. ve Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation, And Adjustment in Adolescence, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Corey, G. (1991). *Theory and Counseling and Psychotherapy*. Kaliforniya: Brooks/ Cole Publishing Company.
- Cüceloğlu, D. (2021). *Evlenden Önce* (9.Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dainton, M. (2007). Attachment and Marital Maintenance. *Communication Quarterly*, 55(3), 283-298.
- Demir, Y. ve Kumcağız, H. (2020). The Relationship Between Loneliness Level and Deception Tendencies in Married Individuals, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30(1), 137-144.
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri Ve Sosyal Beceri Düzeylerinin TA- Baskın Ben Durumları Ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Dollahite, D. C. ve Lambert, N. M. (2007). Forsaking All Others: How Religious Involvement Promotes Marital Fidelity in Christian, Jewish and Muslim Couples, *Review of Religious Research*, 48(3), 290-307.
- Dökmen, Ü. (1996). *Sanatta Ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları Ve Empati* (3. Basım). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Drigotas, S. M. ve Barta, W. (2001). The Cheating Heart: Scientific Explorations of Infidelity. *Current Directions In Psychological Science*, 10(5), 177-180.

- Dursun, S. (2016). *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimlerinin ve Evlilik Doyumlarının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dusay, M. ve Dusay, K. M. (1979). Transactional Analysis. (Editör: Raymond Corsini). *Current Psychotherapyises*. Peacock Publishers.
- Fraley, R. C. ve Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions, *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Fraley, R. C.; Waller, N. G. ve Brennan, K. A. (2000). An Item Response Theory Analysis of Self-Report Measures of Adult Attachment, *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Glass, S. P. ve Wright, T. L. (1985). Sex Differences in Type of Extramarital Involvement And Marital Dissatisfaction, *Sex Roles*, 12, 1101-1120.
- Goetz, A. T. ve Shackelford, T. D. (2009). Sexual Coercion in Intimate Relationsh,Ps: A Comparative Analsis of The Effect of Women's Infidelity And Men's Dominance And Control, *Archives of Sexual Behavior*, 38, 226-234.
- Gordon, K. C.; Baucom, D. H. ve Snyder, D. K. (2004). An Integrative Intervention For Promoting Recovery From Extramarital Affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(2), 213-232.
- Greeley, A. (1994). Marital Infidelity, *Society*, 31, 9-13.
- Glass, S.P. (2002). Couple Therapy After The Trauma of Infidelity. (Editörler: A. S. Gurman ve N.S. Jacobson) , *Clinical Handbook of Couple Therapy*.New York: The Guilford Press, 488-507.
- Güzel, İ. (2016). *Yakın İlişkilerde Aldatma ve Affetme Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Hair, J. F.; Ringle, C. M. ve Sarstedt, M. (2013). Editorial - Partial Least Squares Structural Equation Modeling: Rigorous Applications, Better Results and Higher Acceptance, *Long Range Planning*, 46(1-2), 1-12.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon Ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Harris, T. A. (2020). *Ben Ok'im Sen Ok'sin*. (Çev Edt. Muzaffer Şahin). İstanbul: Okuyan Yayınları.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized As An Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationship, *Psychological Inquiry*, 5(1), 1- 22.
- Hendrick, S. S. (2016). *Yakın İlişkiler Psikolojisi*. (Çev. Ali Dönmez, Ayda Büyükaşahin Sunal, Işıl Çoklar, Meltem Güler Ve Nur Taluy). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Hollist, C.S. ve Miller, R.B. (2005). Perceptions Of Attachment Style And Marital Quality in Midlife Marriage, *Family Relations*, 54(1), 46-57.
- Jaiswal, B. ve Srivastava, P. (2013). The Effect of Transactional Analsis Ego States on Conflict Management Styles, *Journal Of Soft Skills*, 7(2), 7-12.
- James, M. ve Jongeward, D. (2016). *Kazanmak İçin Doğarız: Gestalt Deneyleriyle Kişiler Arası İlişkiler Analizi*. (Çev. Buket Konur). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Jia, T. L.; Ing, H. K. ve Lee, M. C. C. (2016). A Review of Personality Factors on Relationship Infidelity, *Jurnal of Psikologi Malaysia*, 30(1), 126-141.
- Joines, V. S. (1976). Differentiating Structural and Functional, *Transactional Analysis Bulletin*, 6(4), 377-380.

- Kaighobadi, F.; Shackelford, T. K.; Popp, D.; Moyer, R. M.; Bates, V. M. ve Liddle, J.R. (2009). Perceived Risk of Female Infidelity Moderates The Relationship Between Men's Personality and Partner- Directed Violence, *Journal of Research in Personality*, 43(6), 1033-1039.
- Kantarıcı, D. (2009). *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karabacak Çelik, A. ve Çiftçi, M. (2020). Evli Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Psikolojik İyi Oluşlarının Evlilik Uyumlarını Yordayıcı Rolü, *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 9(2), 898-918.
- Karlıoğlu, B. ve Parlar, H. (2020). Evli Bireylerde Bağlanma Stillerinin Depresyon Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, *Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(3), 180-187.
- Kayıkçı, S. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Depresyon, Çocukluk Çağı Travması, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Aldatma Davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Knopp, K.; Scott, S.; Ritchie, L.; Rhoades, G. K.; Markman, H. J. ve Stanley, S. M. (2017). Once A Cheater, Always A Cheater? Serial Infidelity Across Subsequent Relationships, *Archives Of Sexual Behavior*, 46, 2301-2311.
- Kubat, D. E. (2012). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi Ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Levine, A. ve Heller, R. (2019). *Bağlanma: Aşkı Bulmanın Ve Korumanın Bilimsel Yolları*. (Çev. Ebrar Güldemler). İstanbul: Aganta Kitap.
- Levine, S. B. (1998). Extra Marital Sexual Affairs. *Journal of Sex &Marital Therapy*, 24 (3), 207-216.

- Levine, S. B. (2005). A Clinical Perspective On Infidelity, *Sexual and Relationship Therapy*, 20(2), 143-153.
- Mabee, F. M. (1989). *A Transactional Analysis Approach to Understanding Traditional Versus Nontraditional Career Choice And Level of Vocational Identity in College Women*, Yayınlanmamış Tez, Florida Eyalet Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Florida.
- Main, M. ve Hesse, E. (1990). Parents' Unresolved Traumatic Experiences are Related to Infant Disorganized Attachment Status: Is Frightened And/Or Frightening Parental Behavior The Linking Mechanism?. (Editörler: Mark T Greenberg, Dante Cicchetti Ve E. Mark Cummings). *Attachment In The Preschool Years*. Illinois: University of Chicago Press, 161-182.
- Main, M.; Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to The Level of Representation, *Monographs of The Society For Research in Child Development*, 50(1/ 2), 66-104.
- Mark, K. P.; Janssen, E. ve Milhausen, R. (2011). Infidelity in Heterosexual Couples: Demographic, Interpersonal, and Personality- Related Predictors of Extradyadic Sex, *Archives of Sexual Behavior*, 40(5), 971-982.
- Massey, R. F. (1996). Transactional Analysis As A Social Psychology, *Transactional Analysis Journal*, 26(1), 91-99.
- Meyers, S. ve Landsberger, S. (2002). Direct and Indirect Pathways Between Adult Attachment Style And Marital Satisfaction, *Personal Relationship*, 9(2), 159-172.
- Murphy, B. ve Bates, G. W. (1997). Adult Attachment Style and Vulnerability to Depression. *Personality And Individual Differences*, 22(6), 835-844.
- Nelson Jones, R.(2012). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Ognibene, T. C. ve Collins, N. L. (1998). Adult Attachment Styles, Perceived Social Support and Coping Strategies, *Journal of Social And Personal Relationships*, 15(3), 323-345.

- Ong, A.; Poon, P.; Sibya, S. ve Macapagal, E. (2014). Gender, Adult Attachment Styles, and The Tendency to Commit Dating Infidelity: A Mixed Methods Study, *Phillippine Journal Of Psychology*, 47(1), 93-116.
- Polat, D. (2006). *Evli Bireylerin Evlilik Uyumları, Aldatma Eğilimleri Ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Salman, N.; Karaaziz, M. ve Keskindağ, B. (2018). Examining Relationships Between Marital Adjustment, Tendency For Conflict and Cheating Among Married Couples, *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 377-388.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları Ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sarı, T. (2012). *Evli Bireylerin Ebeveyn Alguları, Otomatik Düşünceleri Ve Bağlanma Stillерinin Evlilik Doyumu İle İlişkisi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Selçuk, E.; Günaydın, G.; Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin Bağlanma Boyutları İçin Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri- II'nin Türk Örneğinde Psikometrik Açıdan Değerlendirilmesi, *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Senchak, M. ve Leonard, K. E. (1992). Attachment Styles and Marital Adjustment Among Newlywed Couples, *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(1), 51-64.
- Seyfi, S. (2017). *Evli Bireylerin Aldatma Eğilimleri ve Affetme Düzeylerinin Bağlanma Stillерine Göre İncelenmesi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Shackelford, T. K. (1998). Divorce As A Consequence of Spousal Infidelity. (Editör: Victor C. De Munck). *Romantic Love and Sexual Behaviour: Perspectives From The Social Sciences*.London: Praeger, 135-137.

- Shaver, P. ve Hazan, C. (1987). Being Lonely, Falling In Love, *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 105-124.
- Shaver, P.; Hazan, C. ve Bradshaw, D. (1988). *Love As Attachment*. RJ: Yale University Press.
- Shimberg, J.; Josephs, L. ve Grace, L. (2015). Empathy As A Mediator of Attitudes Toward Infidelity Among College Students, *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 42(4), 353-368.
- Simmons, B.L.; Gooty, J.; Nelson, D. L. ve Little, L. M. (2009). Secure Attachment: Implications For Hope, Trust, Burnout and Performance. *Journal of Organizational Behavior*, 30(2), 233-247.
- Solomon, S. D. ve Teagno, L. J. (2011). Making Up is Hard To Do. *Couples Therapy After Infidelity*.
- Sroufe, L. A. ve Waters, E. (1977). Attachment As An Organizational Construct, *Child Development*, 48(4), 1184–1199
- Steiner, C. (1979). The Pig Parent, *Transactional Analysis Journal*, 9(1), 26-37.
- Stewart, I. ve Joines, V. (2021). *Günümüzde TA: Transaksiyonel Analiz'e Yeni Bir Giriş*. (Çev. Füsün Akkoyun, Serap Tekinsav- Sütçü, Olca Sürvegil- Dalkılıç ve Nilgün Sağlam- Uras). Ankara: Serbest Kitaplar.
- Subotnik, R. (2007). Cyber-İnfidelity. (Editör: P. R. Peluso). *Infidelity: A Practitioner's Guide To Working To Working With Couple In Crisis*. New York: Taylor And Francis, 169-190.
- Sungur, M. Z. (2017). *Aşk, Evlilik, Sadakatsizlik: Şeytan Üçgeni*(48. Baskı). Ankara: Büyükada Yayıncılık.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

- Şamatacı, G. (2013). *Romantik İlişkilerde Affetme: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir İnceleme*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şatıroğlu, G. (2017). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi, Bilişsel Duygu Düzenleme ve Kişilik Özellikleri*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tarhan, N. (2020). *Mutlu Evlilik Psikolojisi: Öncesiyle Sonrasıyla Evlilik*(30. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Terzi, Ş. ve Cihangir Çankaya, Z. (2009). The Predictive Power of Attachment Styles on Subjective Well Being and Coping With Stress of University Students. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1-11.
- Tortamış, M. (2014). *Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Düzeyi ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tüfekçi. S. (2008). *Romantik İlişkilerde Genç Yetişkinlerin Aşka İlişkin Tutumları Ve Kişilik Özellikleri: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir Değerlendirme*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2021). <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2020-37211> adresinden 07.04.2021 tarihinde alınmıştır.
- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni Boşanmış Bireylerde Benlik Saygısı, Yalnızlık Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Weeks, G. R. ve Keçe, C. (2019). *Aldatma ve Sadakatsizlik: İlişkilerin Çıkmaz Sokakları* (2. Baskı). Ankara: Pusula Yayınevi.
- Weil, M. W. (1975). Extramarital Relationships: A Reappraisal. *Journal of Clinical Psychology*, 31(4), 723-725.

- Weiss, R. S. (1982). Attachment In Adult Life. (Editörler: C. M. Parkes Ve J. Stevenson Hinde). *The Place of Attachment in Human Behavior*. New York: Basic Books, 171-184.
- Wood, D. W. *The Effects of Transactional Analysis Training on Certain Aspects of Feminine Female Sex Role Orientation*. Dissertation Abstracts International,4.
- Yeniçeri, S. ve Kökdemir, D. (2006). University Students' Perceptions of, and Eplanations for, Infidelity: The Development of The Infidelity Questionnaire (INFQ), *Social Behavior And Personality*, 34(6), 639-650.
- Yurtseven, C. S. (2019). *Yetişkinlerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Yakın İlişkilerde Psikolojik Eğilimler ve Aldatma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yücealan, Ö. B. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerinin Bazı Değişkenler ve Baskın Ben Durumları (TA) Açısından İncelenmesi*.Yayımlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Zvelc, G. (2010). Relational Schemas Theory and Transactional Analysis, *Transactional Analysis Journal*, 40(1), 8-22.

BÖLÜM 7

EKLER

EK- 1: Etik Kurul İzni

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARLARI

TOPLANTI SAYISI
16

KARAR SAYISI
2020/243

KARAR TARİHİ
03.12.2020

KARAR NO: 2020/243

Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi Kübra KABA'nın, "Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Ben Durumlarının Aracı Etkisi" tez çalışması kapsamında evli bireylere uygulamak istediği anket soruları Etik Kurulumuzca incelenmiş olup ilgili çalışmanın araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olmak koşulu ile uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna;

Oy birliği ile karar verildi.

EK- 2: Demografik Bilgi Formu

Değerli Katılımcılar,

Bu araştırma Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı kapsamında Kübra KABA tarafından Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR'ün danışmanlığında yapılmaktadır. Araştırmada evli bireylerin bağlanma stilleri ve aldatma değişkeni ile kişilerin benimsemiş oldukları ben durumları arasındaki ilişki incelenmektedir. Ölçekleri doldurmanız yaklaşık olarak 5-10 dakika sürmektedir.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Araştırma kapsamından vermiş olduğunuz cevaplar ve kimlikler tamamen gizli tutulacak olup sadece bilimsel araştırma için kullanılacaktır. Ölçekleri doldururken yer alan maddelerden size en uygun olanı işaretlemeniz araştırmanın güvenilirliği için oldukça önemli olduğu için sizden içten ve samimi cevaplar vermeniz beklenmektedir. Araştırmaya vermiş olduğunuz katkı için teşekkür ederiz.

1. Cinsiyetiniz?

2. Yaşınız?

3. Eğitim Düzeyiniz?

a. Okur- Yazar

b. İlkokul

c. Ortaokul

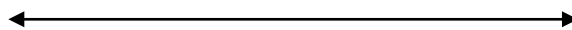
d. Lise

e. Lisans

f. Lisansüstü

4. Ekonomik Durumunuzu Nasıl Değerlendirirsiniz?

1 2 3 4 5 6 7



Çok Düşük

Çok Yüksek

5. Kaç Yıldır Evlisiniz?

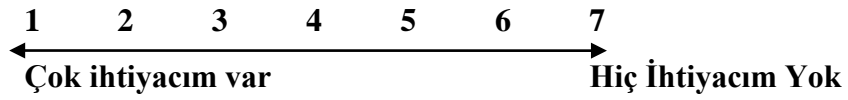
6. Kaçınıcı Evliliğiniz?

7. Evlenme Biçiminiz Nedir?

- a. Flört
- b. Görücü usulü
- c. Flört+ Görücü Usulü
- d. Diğer

8. Çocuk Sayısı ?

9. Şu anda bir uzmandan psikolojik yardım almaya ne kadar çok ihtiyacımız var?



EK- 3: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

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

Hiç Kararsızım / Tamamen
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsemişim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona	1	2	3	4	5	6	7

duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.							
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımдан geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7

28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yaklaştığında gergin hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, “gerçek ben”den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

EK 4: Aldatma Eğilim Ölçeği

Bu ölçekte, evliliğiniz ile ilgili duygu ve düşüncelerinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derecede katıldığınızı ya da katılmadığınızı cevap için ayrılan yere (X) koyarak işaretleyiniz.	Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1. Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim.					
2. Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.) , bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.					
3. Zaman zaman, beni daha mutlu edebilecek bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					
4. Eşimden aldığım cinsel doyum düşük olsa da, başkasıyla birlikte olmayı düşünmem.					
5. Evliliğimi artık kurtaramayacağımı hissettiğimde (her şeye rağmen devam edecek ya da boşanmayla sonuçlanacak), hayatımda başka birinin olması için açık kapı bırakırım.					
6. Eşim kendine ayrı bir sosyal çevre edinip onlarla yoğun bir ilişki içine girdiğinde; ben de ortak ilgilerimizi, hobilerimizi paylaşacağım bir partnerle vakit geçirmeyi deneyebilirim.					
7. Eşimden daha güzel/yakışıklı, çekici bir partnerle birlikte olmayı da düşünürüm.					
8. Giderek eşime olan sadakatim azalıyor.					
9. Evliliğimdeki romantizm bitse de, bunu bir başkasıyla gidermeyi düşünmem.					
10. Eşimden baka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
11. Sevgi, anlayış ve desteğe ihtiyacım olduğunda; yine de bu isteğime eşimden başka bir partnerin karşılık vereceğine inanmıyorum.					
12. Eşimle yaşayamadığım fantezileri gerçekleştirebileceğim bir teklif aldığımda, bunu değerlendirebilirim.					
13. Eşimin kıskanç davranışları, baka bir partnere yönelmeme neden olabilir.					
14. Salt farklı bir heyecan yaşamak için, eşimden başkasıyla birlikte olmam.					

15. Tek eşlilik bana göre değil.					
16. Eşimden ayrılmayı düşünsem de, başka biriyle birlikte olmam.					
17. Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağını sanmıyorum.					
18. Eşimin fiziksel çekiciliği azalsa da, başka bir insanı çekici olduğu için tercih etmem.					
19. Eşimin yoğun ilgisi, beni başka bir partnere itebilir.					
20. Eşimle anlaşmasam da “keşke başka biriyle evli olsaydım” diye düşünmem.					
21. Eşim bakımsız olduğunda, bakımlı ve hoş biriyle birlikte olmayı isterim.					
22. Eşim karı-koca rolünü, ana-baba rolünün arkasına atarsa başkasıyla birlikte olabilirim.					
23. Evliliğimi hiçbir koşulda riske atmam.					
24. Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, ben de bir başkasıyla birlikte olmayı denerim.					
25. İlişkimiz rutinleştğinde yeni heyecanlar yaşamak için başkasıyla birlikte olabilirim.					
26. Elimde olmadan, salt ortamın uygun olması nedeniyle; başkasıyla birlikte olabilirim.					
27. Eşim bana zaman ayırmasa da, hayatıma baka bir partneri almayı düşünmem.					
28. Karşımdaki insan istedi diye, onunla birlikte olmam.					
29. Eşim başkasıyla birlikte olmamı hak ediyor.					
30. Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

EK-5 : Ben Durumları Ölçeği

Aşağıda insanı niteleyen 95 sıfat verilmiştir. Sizden istenen “sizi nitelediğini- sizin bir özelliğiniz” olarak düşündüğünüz sıfatları işaretlemenizdir. İşaretlemeniz gereken sıfat sayısında bir sınırlama yoktur.

1. Aksi	33. Yufka Yürekli	65.Yumuşakbaşlı
2. Alaycı	34. Başkasını Düşünen	66. Uyumlu
3. Asık suratlı	35. Sevecen	67. Tedirgin
4. Ciddi	36. Hoş sohbet	68.Mızımız
5. Eleştirici	37.Kibar	69.Kötümser
6. Gururlu	38. Samimi	70. Olgun
7. İdealist	39. Açık fikirli	71. Telaşlı
8. Katı	40. Akıllı	72. Atılğan
9. Kibirli	41.Dikkatli	73.Duygusal
10. Kuralcı	42. Dürüst	74. Gamsız
11. Ön yargılı	43. Düşünceli davranan	75.Girişken
12. Resmi	44.Dakik	76.Hayalperest
13. Titiz	45. Gerçekçi	77.Heyecanlı
14. Otoriter	46.Mantıklı	78. Maceracı
15. Sabit Fikirli	47.Temkinli	79. Meraklı
16. Kararlı	48. Sorumluluk alabilen	80. Neşeli
17. Öfkeli	49.Tutarlı	81. Sabırsız
18. Sınırlı	50. Açık sözlü	82. Sempatik
19. Tedbirli	51. Adil	83. Sevimli
20. Anlayışlı	52. Bağımsız	84. Sıcakkanlı
21. Cana yakın	53.Zeki	85. Şakacı
22. Cömert	54.İradeli	86. Yaratıcı
23. Geçimli	55. Düzenli	87. Doğal
24. Güvenilir	56. Uslu	88.Seksi
25. Hoşgörülü	57.Ağırbaşlı	89. Cesur
26. İçten	58. Bağımlı	90.Korkusuz
27. İlgili	59. Çekingen	91. Korkak
28. Merhametli	60. Nazik	92. Nüktedan
29. Sabırlı	61. Saygılı	93.Asi
30. Sırdaş	62. Sessiz	94. Rahat
31. Vefakar	63.Terbiyeli	95. Soğukkanlı
32. Yardımsever	64. Tutuk	

EK-6 : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II Ölçeği Kullanım İzni

Kübra Kaba
Alıcı: emre.selcuk

7 Mayıs Cum 22:55

⋮
↩
☆

Merhabalar hocam. Ben Düzce Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında yüksek lisans öğrencisi Kübra KABA. Tez çalışmam için sizin Türkçeye uyarlamış olduğunuz Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II'yi kullanmak istiyorum. Bu noktada sizin izniniz bizim için önemli. Kullanmaya izin verirseniz çok memnun olurum. İyi çalışmalar dilerim.

Emre Selcuk
Alıcı: ben

8 Mayıs Cmt 09:57

⋮
↩
☆

Elbette kullanabilirsiniz, izin almanıza gerek yok. İyi çalışmalar,
emre

Emre Selçuk
Associate Professor of Psychology
Faculty of Arts and Social Sciences
Sabanci University
Istanbul, Turkey
Website: <http://myweb.sabanciuniv.edu/emreselcuk>

EK- 7: Aldatma Eğilim Ölçeği Kullanım İzni

YESTERDAY 10:46 PM

Demet hanım, iyi akşamlar. Mail yolu ile ulaşmayı denedim fakat geri dönüş alamayınca ve izniniz gerekli olduğu için buradan yazmak istedim. Ben Düzce Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında yüksek lisans öğrencisiyim. Tez çalışmam için sizin izniniz dahilinde geliştirmiş olduğunuz Aldatma eğilim ölçeğini kullanmak istiyorum. Şimdiden Teşekkür ederim, iyi çalışmalar.

11:52 AM

Merhabalar, ölçeği kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar dilerim.
Demet Polat

EK- 8: Ben Durumları Ölçeği Kullanım İzni



Kübra Kaba

Alıcı: ramazanari2

8 Eki 2020 Per 09:33



Merhabalar hocam. Ben Düzce Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalında Yüksek lisans öğrencisiyim. Tez çalışmam için ölçek araştırmaktayım. Siz de izin verirseniz ve uygun görürseniz ben durumları ölçeğini ve değerlendirme formunu paylaşmanı mümkün müdür ?
İyi günler, iyi çalışmalar



ramazan arý

Alıcı: ben

8 Eki 2020 Per 15:22



Kübra hanım merhaba. Ben Durumları Ölçeğinin değerlendirme formu dahil Doktora Tezime bende maalesef yok. Alinc ve iade edilmedi. Hacettepe Üniversitesi Kütüphanesinden veya YÖK ten bulabilirsiniz. Ben Durumlarının puanlanması tezlerin ekinde var. Ancak CV Basic programı ile yazılmış bir programdır. Programı Excell olarak yazdırım kullanabilirsiniz. Başarılar. Dr. Ramazan ARI

