

T.C.
ORDU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ROMANTİK
İLİŞKİLERİNDE KENDİLERİNİ AÇMA DÜZEYLERİ VE
KISKANÇLIKLARININ İLETİŞİM TEPKİLERİNE GÖRE
DEĞERLENDİRİLMESİ**

Emine NAZLI

Danışman

Doç. Dr. ÖMER KARAMAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ORDU 2021

ÖĞRENCİ BEYAN METNİ

Yüksek Lisans/Doktora/Sanatta Yeterlik tezi olarak savunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Kendilerini Açma Düzeyleri ve Kıskançlıklarının İletişim Tepkilerine Göre Değerlendirilmesi ” adlı çalışmamın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmadan yazdığımı ve yararlandığım kaynakların “Kaynakça” bölümünde gösterilenlerden farklı olmadığını, belirtilen kaynaklara atıf yapılarak yararlandığımı belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

.... /..../ 2021

Emine NAZLI, 20530900012

Canım Babam Erkan Nazlı ve Canım Annem Hatun Nazlı'ya

ÖNSÖZ

Tüm hayatım ve eğitim sürecim boyunca bana güzel olanaklar sunan, maddi ve manevi her daim yanımda duran ve bugünlere gelmemde paha biçilemez emeği olan sevgili annem Hatun Nazlı ve sevgili babam Erkan Nazlı'ya sonsuz sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunarım. Her zaman varlıklarını, desteklerini hissettiren tez sürecinde yardımlarını esirgemeyen sevgili kardeşim Doğukan Nazlı, biricik yiğenim Asil Ozan Gül ve sevgili ablam Nesrin Nazlı Gül'e teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca anlatımı, anlatırken düşündürmesi ve anlayışıyla bilgilerini benimle paylaşan, süreç içerisinde beni dinleyip anladığını hissettiren, tez konumun belirlenmesi ve tez süresi boyunca yardımlarını benden esirgemeyen sayın Doç. Dr. Ömer Karaman'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans boyunca eğitimime katkı sağlayan ve anlayışıyla kendine hayran bıraktıran sayın Doç. Dr. Selen Demirtaş Zorbaz'a ve lisans ve yüksek lisans eğitimlerim boyunca bilgilerini benimle paylaşan diğer tüm öğretmenlerime teşekkürlerimi sunarım.

Tez yazım süreci boyunca desteklerini ve yardımlarını benden esirgemeyen Muzaffer Tutaş ve diğer tüm arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım. Burada ismini belirtmediğim tüm katılımcılara ve desteği geçen herkese teşekkürlerimi sunarım.

Emine NAZLI

Mayıs 2021, Ordu

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	i
İÇİNDEKİLER	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
KISALTMALAR VE SİMGELER.....	vi
TABLOLAR DİZİNİ	vii
GİRİŞ	1
1. 1. PROBLEM DURUMU	1
1. 2. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	6
1. 3. PROBLEM CÜMLESİ.....	6
1. 4. ALT PROBLEMLER.....	6
1. 5. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	6
1. 6. SAYILTILAR	9
1. 7. SINIRLILIKLAR	9
1. 8. TANIMLAR.....	9
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	10
2. 1. ROMANTİK İLİŞKİ	10
2. 2. KENDİNİ AÇMA	11
2. 2. 1. Kendini Açmanın Tanımı ve Genel Özellikleri.....	11
2. 2. 2. Kendini Açmanın Boyutları.....	14
2. 2. 3. Kendini Açma İle İlgili Kuramlar.....	15
2. 2. 4. Kendini Açmanın Öğeleri.....	19
2. 2. 5. Kendini Açmanın Birey Açısından Yararları	19
2. 2. 6. Kendini Açmayı Etkileyen Faktörler.....	20
2. 2. 7. Romantik İlişkide Kendini Açma	21
2. 3. ROMANTİK KISKANÇLIK	22
2. 3. 1. Romantik Kıskançlığın Nedenleri ve Romantik Kıskançlığı Harekete Geçiren Etmenler	24
2. 3. 2. Romantik Kıskançlığa Kuramsal Yaklaşım.....	25
2. 3. 3. Romantik Kıskançlığın Etkileri	33

2. 4. ROMANTİK KISKANÇLIK KARŞISINDA GÖSTERİLEN İLETİŞİM TEPKİLERİ.....	34
2. 5. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	36
2. 5. 1. Romantik Kıskançlıkta Kendini Açma İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	36
2. 5. 2. Romantik İlişkide Kendini Açma İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	38
2. 5. 3. Romantik Kıskançlık ve Romantik Kıskançlık Karşısında Gösterilen Tepkilerle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	41
2. 5. 4. Romantik Kıskançlık ve Romantik Kıskançlık Karşısında Gösterilen Tepkilerle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	44
3. YÖNTEM.....	47
3. 1. ARAŞTIRMA MODELİ.....	47
3. 2. ÇALIŞMA GRUBU	47
3. 3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	49
3. 3. 1. Kişisel Bilgi Formu.....	49
3. 3. 2. Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği (RİKADÖ).....	49
3. 3. 3. Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği (KKGİTÖ)	50
3. 4. İŞLEM	51
3. 5. VERİ ANALİZİ	52
4. BULGULAR.....	54
5. TARTIŞMA	63
DEĞERLENDİRME VE SONUÇ.....	73
SONUÇLAR	74
ÖNERİLER	75
KAYNAKÇA.....	76
ÖZGEÇMİŞ	97

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ROMANTİK İLİŞKİLERİNDE KENDİLERİNİ AÇMA DÜZEYLERİ VE KISKANÇLIKLARININ İLETİŞİM TEPKİLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

Emine NAZLI

Ordu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı,
Yüksek Lisans, /2021

Doç. Dr. Ömer KARAMAN

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin cinsiyet, ilişki uzunluğu ve ilişki deneyimine göre değişkenliğinin incelenmesi alt amaçları oluşturmaktadır.

Çalışma grubu 81'i erkek, 179'u kadın olmak üzere 260 kişiden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.00 paket programından yararlanılmıştır.

Bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki vardır. Romantik ilişkide kendini açma düzeyleri toplam puanı ile yıkıcı-kaçıngan iletişim tepkileri arasında olumsuz ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ile kıskançlıkta rakip odaklı iletişim tepkileri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı cinsiyet, ilişki sayısı ve ilişki süresine göre anlamlı bir değişiklik göstermemektedir. Kıskançlıkta gösterilen yapıcı iletişim tepkilerinde cinsiyet ve ilişki sayısına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Yapıcı iletişim tepkilerinde, ilişki süresine göre anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Yıkıcı- kaçıngan iletişim tepkilerinde cinsiyete, ilişki sayısına ve ilişki süresine göre anlamlı bir farklılık yoktur. Rakip odaklı iletişim tepkilerinin kadın öğrencilerde daha düşük olduğu görülmüştür. Rakip odaklı iletişim tepkileri ilişki sayısına ve ilişki süresine göre anlamlı bir değişiklik göstermemektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar literatür ışığında tartışılmış ve sonraki çalışmalar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Romantik ilişki, kendini açma, kıskançlık, kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri

ABSTRACT

THE EVALUATION OF UNIVERSITY STUDENTS' LEVELS OF SELF DISCLOSURE IN ROMANTIC RELATIONSHIPS AND THEIR JEALOUSY ACCORDING TO COMMUNICATION REACTIONS

Emine NAZLI

Ordu University, Institute of Social Sciences, Department of Educational Sciences, Post- Graduate, /2021

Assoc. Dr. Ömer KARAMAN

The purpose of this research is to examine the relationship between the level of university students' self disclosure in romantic relationship with the communication responses shown in the face of jealousy. Examining the variability of the relationship between the level of self disclosure in a romantic relationship and the communication responses shown in the face of jealousy according to gender, relationship duration and relationship experience constitutes sub-objectives.

The study group consists of 260 people, including 81 males and 179 females. Personal Information Form, Self- Disclosure in Romantic Relationship Scale and Communication Reactions Against Jealousy Scale were used to collect data. The SPSS 25.00 package program was used in the analyze of the data.

According to the findings, there is a positive and significant correlation between university students' levels of self- disclosure in romantic relationship and constructive communication responses in jealousy. The overall score of self-disclosure levels in romantic relationships with destructive- avoidant communication reactions in jealousy are found to have a negative and significant correlation. There is no significant relationship between the overall score of self-disclosure in romantic relationships and rival- focused communication responses in jealousy.

The overall score of the level of self- disclosure in romantic relationship does not show a significant difference according to gender, number and duration of relationship. According to gender and number of relationships, there is no significant difference in the constructive communication response indicated in jealousy. According to the duration of the relationship, there is significant difference in constructive communication responses. There is no significant difference in destructive- avoidant communication reactions according to gender, number of relationships and duration of relationship. Female students have scored lower on rival- focused communication responses in jealousy. Rival- focused communication reactions do not show a significant change according to the number of relationships and the duration of the relationship. The results obtained from the research were discussed in the light of the literature and recommendations were presented for subsequent studies.

Keywords: Romantic relationship, self- disclosure, jealousy, the communicative responses to jealousy

KISALTMALAR VE SİMGELER

ANOVA	: Tek Yönlü Varyans Analizi
CRJ	: Kıskançlığa Karşı İletişimsel Yanıtlar Ölçeği
Çev.	: Çeviren
Ed.	: Editör
KD	: Karşılaştırma Düzeyi (KD)
KDseç	: Seçenekler İçin Karşılaştırma Düzeyi
KKGİTÖ	: Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği
Örn.	: Örnek
RİKADO	: Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği
SPSS	: Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (Statistical Package for the Social Science)
s.	: Sayfa
vd.	: ve diğerleri

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1 Çalışma Grubuna İlişkin Frekans ve Yüzde Değer Değerleri.....	48
Tablo 2 Ölçeklerin Mevcut Araştırma İçin Cronbach Alfa Değerleri.....	51
Tablo 3 Üniversite Öğrencilerinin Öğrencilerinin Ölçeklerin Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Betimsel Analizleri	53
Tablo 4 Cinsiyet Türüne Göre T- Testi Sonuçları.....	48
Tablo 5 İlişki Süresine Göre Anova Sonuçları.....	56
Tablo 6 İlişki Sayısına Göre Anova Sonuçları.....	58
Tablo 7 Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkide Kendini Açma ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Arasındaki İlişki	59
Tablo 8 Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyinin Yordayıcısı Olarak Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkilerinin Standart Çoklu Regresyon Analizi.....	62

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1 Yakın İlişkilere Karşı Memnuniyetsizliğe Verilen Tepkiler Tipolojisi.... 31

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmada sunulan problem durumu ele alınmış, araştırmanın amacı ve önemi açıklanmış, araştırmanın sayıltıları ve sınırlılıkları ifade edilmiş ve araştırma ile ilgili önemli kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

1. 1. PROBLEM DURUMU

İnsan varoluşunun bir parçası olan sosyallikten kaynaklı yaşamın güçlü bileşenlerinden birini ilişkiler oluşturmaktadır (Önder, 2019). Romantik ilişki, evlilik öncesinden başlayıp evlilik ve birlikte geçirilen süreyi içinde barındıran ilişki şeklidir (Hendrick ve Hendrick, 2006). İnsanlar mutlu olmak ümidiyle flört ilişkilerini başlatsalar da insanların ilişkilere yönelik öğretileri, içinde buldukları çevrenin etkisi, mevcut ilişkilerine yönelik beklentileri gibi durumlar uyumsuzluklara ve problemlere yol açabilmektedir. İnsanların romantik ilişkiye dair sıkıntılarla en fazla karşı karşıya kaldıkları dönemleri, genel olarak üniversite yılları oluşturmaktadır (Utkan, 2016). Üniversite eğitiminin başladığı yıllar, ergenlik döneminin bitimine ve genç yetişkinlik döneminin başlarına denk gelmektedir. Bu dönemdeki bireylerin temel gelişim görevlerinden biri ise yakın ilişkiler kurmaktır. Bireylerin bu dönemde yaşamını beraber devam ettireceği kişiyi bulmaları yönünden yakın ilişkiler kurmaları oldukça önemlidir (Turan, 2009).

Yaşanılan romantik ilişkiler evlilik süreci öncesinde olumlu veya olumsuz deneyimlerin oluşmasını sağlar. Buna göre tecrübe edilen ilişki sayısının bireyin daha sonraki ilişkilerine etkisi olduğu öngörülebilir. Kişinin önceki ilişkilerinde ilişki problemleri, iletişim becerileri gibi konularda birçok yaşantı elde ettiği düşünülebilir. Bu yaşantılar, kişinin sonraki ilişkilerinde davranışlarını şekillendirebilir. Bununla birlikte insanların üniversite yıllarında tecrübe ettiği ilişkiler, gelecekteki eşlerini belirlerken ortaya çıkan kriterleri etkilemektedir. Bu nedenle üniversite yıllarında yaşanan ilişkilerin dikkatle devam ettirilmesi ve iyi bir şekilde değerlendirilmesi gereklidir (Özabacı, 2004). Bunu sağlamakta etkili bir şekilde kendini açma ile elde edilmektedir (Gündoğdu, 2010).

Kendini açma bireyin kendi duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını karşısındaki kişiye veya kişilere sözel olarak anlatmasıdır (Yılmaz, 2010). Bir samimiyet eylemi ve ilişkiyi sürdürme stratejisi olarak hizmet etmektedir (Sprecher ve

Hendrick, 2004). Kendini açma davranışı, tüm insanlarda bulunmaktadır ve genel olarak bütün ilişkilerin merkezindedir. Kendini açma, ilişkileri şekillendiren ve ilişkilerden şekillenen bir süreç ortaya çıkarmaktadır (Willems, Finkenauer ve Kerkhof, 2020). Kişi ilişkide kendini açtığı anda karşısındaki insan onu daha fazla tanıyabilir ve ilişki derin bir boyut kazanabilir. Bununla birlikte ilişki süresi ilerledikçe bireyler daha fazla veya daha az açılımda bulunabilir. Kendini açma düzeyi ile evlilik süresi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmanın sonucunda kendini açma düzeyinin evlilik süresi içinde azaldığı görülmüştür (Antill ve Cotton, 1987). Buna göre kişinin yaşadığı ilişkinin süresi ile kendini açma düzeyi birbiriyle ilişkili olabilir.

Kendini açma benlik, yaş, açılımda bulunulan kişi ve konu gibi etmenlerden etkilenebilmektedir. Cinsiyetin de kendini açmayı etkileyen etmenlerden biri olduğu belirtilmektedir (Yılmaz, 2010). Yapılan bazı araştırmalarda kendini açmanın cinsiyete göre değişebileceği düşünülmüştür (Ataşalar, 1996; Sprecher ve Hendrick, 2004; Dizmen, 2006; Gündoğdu, 2010; Şahin, 2011; Arslan, 2018; Gürer, 2019). Bazı çalışmalarda kendini açma düzeyinin kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür (Ataşalar, 1996; Dizmen, 2006). Kadınların ve erkeklerin beyinde yapısal, biyokimyasal ve fizyolojik farklılıklar vardır. Bu farklılıklar kadınların ve erkeklerin düşünme biçiminin, davranışlarının ve tutumlarının farklı olmasına yol açabilir (Eşel, 2005). Cinsiyete göre farklılıklar sadece biyolojik nedenlerden ortaya çıkmamaktadır. Toplumsal ve kültürel değerler de farklılıklara yol açabilmektedir. Kadınlar ve erkekler yaşamlarının ilk yıllarından itibaren farklı davranışlara maruz kalmaktadır (Görmüş, Aydın ve Ergin, 2013). Toplumsal süreç içerisinde kız çocuklarına sakin, yumuşak, fedakar davranışlarda bulunmaları öğretilirken; erkeklere rekabetçi, girişken, atılgan roller biçilmektedir (Tan, 2000; Akt., Kuzgun ve Sevim, 2004). Öğretiler ve roller kadın- erkek ilişkilerinde bireylerin davranışlarını etkileyebilir. Bu nedenle bir davranış olan kendini açma düzeyinin cinsiyetle ilişkili olabileceği öngörülmüştür.

Çeşitli etmenlerden etkilenebilen kendini açmanın gerekenden çok az veya çok fazla olması uyumsuz davranışların artmasına yol açabilmektedir. Kendini açmanın uygunluğu önemlidir (Ağlamaz, 2006). Kendini açma becerisini uygun bir şekilde kullanmak; bireylerin samimi ilişkiler geliştirmesinde, bireylerin

ilerlemesine yardımcı olacak ortamın oluşmasında, iletişim çatışmalarını gidermede, kendilerini mutlu hissetmelerinde, sağlam bir kişiliğin oluşumunda ve çeşitli benzer durumlarda etkili olmaktadır (Gündoğdu, 2010 s. 750- 751). Kendini açma davranışı bireylerin ilişki geliştirmesi, güvenmesi ve ilişkinin sağlıklı şekilde yürütülmesinde etkilidir (Yılmaz, 2010). Buna göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile ilişkide problemlere yol açabilen romantik kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri arasında bir ilişki olabileceği düşünülebilir.

Romantik ilişkilerde ortaya çıkan problemlerin önemli sebeplerinden biri kıskançlıktır (Curun ve Çapkın, 2014). Bu durum kıskançlığın en güçlü ve en ezici duygulardan biri olmasından kaynaklanmaktadır (Akt., Taşın, 2015). Kıskançlık, kişinin sosyal çevresinde değer verdiği biriyle olan ilişkisini ya da ilişkideki konumunu kaybetme korkusundan kaynaklı hissettiği endişe, kuşku, üzüntü, öfke ve güvensizlik gibi birçok duyguyu kapsayan bilişsel, duygusal, davranışsal ve durumsal çok boyutlu bir kavramdır (Malkoç ve Erginsoy, 2008 s. 4). Kıskançlık hissedildiğinde genel olarak kızgınlık, üzüntü, keder, suçluluk, güvensizlik, hayal kırıklığı, kendini diğer kişiyle karşılaştırma, özgüven kaybı ve utanç gibi birçok negatif durum oluşmaktadır. Kıskançlık hissini zihinsel ve duygusal alanlardaki negatif etkisinin beraberinde davranışsal boyutta da ciddi etkileri olabilmektedir. Kişi, günlük hayatta asla yapmayacağı davranışı o an kıskançlığın etkisi ile yapabilmektedir (Taşın, 2015, s. 28).

Romantik kıskançlık, önem verilen bir ilişkinin kaybedilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek tehlikeli bir durum ile karşı karşıya kalınmasıyla ortaya çıkan karmaşık bir duygu olarak tanımlanmıştır. Bu duygu kimi zaman ilişkide heyecan oluşturmakta kimi zaman ise ilişkinin kötü yanı olabilmektedir (Pines, 1998). Romantik kıskançlık mevcut ilişkinin bitimine yol açabilen, ilişkinin niteliğinin ve ilişkiden alınan doyumun eksilmesine neden olabilen bir problem olarak belirtilmektedir. İlişkinin sürekliliğini sağlamak ve ilişkiden daha fazla keyif almak amacıyla bu sorunu yok etmek ya da bu sorunla uygun bir şekilde baş edebilmek önemli bir yol olmaktadır (Bulut, 2019, s. 2). Romantik kıskançlık memnuniyetsizlik, ayrılık, şiddet gibi birçok olumsuz sonuçla ilişkili olabilmektedir. Yine de kıskançlıklarını yapıcı yollar kullanarak ifade eden kişilerin olumsuz sonuçları yaşama olasılığı daha düşük olmakta ve kıskançlığa

rağmen mutlu olabilmektedirler. Bazı araştırmacılar, kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinin değiştirilebileceğini belirtmiştir. Bu nedenle insanların kıskançlık durumunda nasıl iletişim kurduklarını anlamak önemlidir (Guerrero, Hannawa ve Babin, 2011).

İnsanlar kıskançlıkla baş ederken bazı davranışlar sergilemektedir. Bu davranışlarla ilişkili dördü ana kategori altında, onbir iletişim tepkisi bulunmaktadır. Bu tepkiler: Telafi edici restorasyon ve bütünleştirici iletişimi kapsayan yapıcı iletişim; sessizlik ve inkar içeren kaçınma; rakibi ele geçirme, gözetleme, rakiple temaslar ve rakibi aşağılama işaretleri içeren rakip odaklı iletişim; olumsuz iletişim, karşı kıskançlık başlatma, şiddet içeren yıkıcı iletişimdir. Yıkıcı iletişim ve daha az ölçüde rakip odaklı iletişim, ilişkisel tatmin ile olumsuz bir şekilde ilişkilendirilirken; yapıcı iletişim olumlu bir şekilde ilişkilidir (Guerrero vd., 2011). Kıskançlık karşısında yapıcı baş etme yolları kıskançlığın olumsuz etkisini azaltmakta hatta olumlu yönde etkileyebilmekteyken; yıkıcı yollar ilişkide kalıcı hasarlar bırakabilmektedir (Hoşoğlu, 2017).

İnsanlar, kıskançlıkla başa çıkmaya çalışırken değişik davranışlar sergiler ve stratejilerden yararlanırlar (Hoşoğlu, 2017). Kıskançlık durumunu yenmek için erkeklerin ve kadınların verdiği tepkilerin incelendiği bir araştırmada erkeklerin daha çok alkol kullanmaya, kendine öfkeye, rakip kişiyi tehdit etmeye; kadınların ise tek olduklarında ağlamaya, çekiciliğini artırmaya çalışmaya ve birlikte olduğu kişiyi rakip kişinin onunla ilgilenmediğine inandırma çabasına meyilli oldukları görülmüştür (Sharpsteen, 1991). Birçok araştırmada romantik kıskançlık ya da kıskançlıkta verilen iletişim tepkilerinin cinsiyete göre değişkenliği incelenmiştir. Araştırmaların sonucunda cinsiyet ile romantik kıskançlık ya da kıskançlıkta ortaya çıkan iletişim tepkilerinin ilişkili olduğu görülmüştür (Demirtaş ve Dönmez, 2006; Akça, 2014; Martínez- León, Peña, Salazar, García ve Sierra, 2017; Hoşoğlu, 2017; Saleem, Nazeer ve Durrani, 2020).

İlişkinin süresi, çiftin birlikteliklerinin başlangıcından mevcut zamana kadar geçen süreyi kapsamaktadır. Bu çalışmada, deneyimlenen ilişki sayısı olarak kişinin mevcut ilişkilerinden önce yaşadığı romantik ilişki sayıları anlatılmak istenmektedir. Bazı çalışmalarda ilişki süresi ve deneyimlenen ilişki sayısı ile romantik kıskançlık düzeyi ya da romantik kıskançlıkta verilen

tepkilerin ilişkili olduğu düşünülmüştür (Utkan, 2016; Hoşoğlu ve Sevim, 2019). Kıskançlıkla baş etmek için yapıcı ve yıkıcı yöntemlere başvurmayı en iyi yordayan değişkenlerden biri olarak ilişkinin süresi belirtilmiştir (Demirtaş, 2004). Kıskançlığı da içeren romantik ilişki niteliklerinin, yaş ve ilişki uzunluğu ile nasıl geliştiğinin incelendiği bir araştırmada kıskançlık için yaşın temel etkileri ve her nitelik için ilişki uzunluğunun temel etkileri olduğu bulunmuştur (Lantagne ve Furman, 2017). Buna göre mevcut araştırmada romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve romantik kıskançlıkta gösterilen tepkiler arasındaki ilişkide cinsiyet, ilişki uzunluğu ve deneyimlenen ilişki sayısı değişkenlerinin incelenmesi gerektiği öngörülmüştür.

Yukarıdaki belirtilen ilgili literatürlere dayanarak evlilik öncesi romantik ilişkilerin bireylere olumlu ya da olumsuz etkileri olduğu ve kendini açmanın ve kıskançlıkta gösterilen tepkilerin bu ilişkilerin sürdürülmesinde önemli kavramlar olduğu söylenebilir. İlişki sürecinde kendini açma davranışının eşlerin birbirlerini daha iyi tanımalarında, yaşanan problemlerin çözülmesinde, ilişkinin sağlıklı sürdürülmesinde ve ilişkide güvenin oluşmasında rolü bulunabilir. Kıskançlıkta gösterilen yapıcı iletişim tepkileri, kendini açma davranışını içermektedir ve ilişkiye olumlu etkileri olmaktadır (Bevan, 2011; Hoşoğlu ve Sevim, 2019). Yıkıcı- kaçınan iletişim tepkilerinde ise umursamama, inkar, sessizlik gibi bireyin kendini açmaktan kaçındığı davranışların olduğu görülmektedir (Akça, 2014). Kıskançlık sonucu ortaya çıkan yıkıcı tepkiler iletişim problemleri, ilişkinin bitmesi ve fiziksel şiddet gibi olumsuz yaşantılara yol açabilir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyindeki artışın bireylerin birbirlerini daha iyi tanımalarını ve güvenin gelişmesini sağlayarak kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri kullanımının artması veya yıkıcı tepkilerin etkisini azaltma ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Literatür taramasında yurt içinde ve yurt dışında romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişki ile ilgili bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu eksiklik ve yukarıdaki açıklamalar göz önünde bulundurularak mevcut çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin araştırılmasının gerekli olduğu düşünülmüştür.

1. 2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile romantik kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bununla birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin cinsiyet, mevcut ilişkinin süresi ve deneyimlenen ilişki sayısı değişkenleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1. 3. PROBLEM CÜMLESİ

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasında ilişki var mıdır?

1. 4. ALT PROBLEMLER

1. Cinsiyete göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasında farklılık var mıdır?
2. Deneyimlenen ilişki sayısına göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasında farklılık var mıdır?
3. Mevcut ilişkinin süresine göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasında farklılık var mıdır?

1. 5. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

İnsanlar diğer kişilerle iletişime geçme, iletişimi sürdürme gayretindedir (Dikmen, 2014). Başka bir ifadeyle, insanlar tek başlarına değil başka insanlarla ilişki içinde olmaya ihtiyaç duyan sosyal varlıklardır (Güney ve Kavas, 2018). Birey, kişiler arası ilişkiler geliştirerek dış dünya ile etkileşime girer. Bu etkileşimdeki ilişkilerin sağlam kurulması için gerekli kişiler arası yeterlilikler kazanılmalıdır. Bireyin kendi hislerini ve fikirlerini paylaşabilmesi, diğer kişi tarafından doğru anlaşılabilmesi için kişinin uygun bir biçimde anlatımda bulunması gereklidir. İki insanın iletişim sürecinde karşılıklı olarak açılımda bulunma durumu, onların yakın sosyal ilişki oluşturup oluşturamayacağına etkili olabilmektedir (Deniz, 2002).

Romantik ilişki, partnerlerin karşılıklı ya da tek taraflı olarak ilişkiyi sonlandırmak istemelerine kadar sosyal ilişki ve faaliyetlere genel olarak birlikte katılmaları ve ilişkilerini devam ettirmeleridir (Straus, 2004). Romantik ilişkiler ergenlik ve genç yetişkinlik döneminin önemli bir ögesidir (Bahadır, 2006). Bu dönemlerde yaşanan romantik ilişkiler, bireylerin ilişki yeteneklerinin gelişmesini sağlayabilmektedir (Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015). Bu dönemde yaşanan kötü ilişkiler, bireylerin öz güvenlerini ve kendilerine yönelik algılarını olumsuz etkileyebilmektedir. Tam tersi olarak yaşanan iyi ilişkilerin ise bireye olumlu etkileri olmaktadır (Utkan, 2016). Samimi bir ilişkinin oluşturulmasında ve sürdürülmesinde kendini açma merkezi bir roledir (Collins ve Miller, 1994).

Yaşanan ilişkilerden doyum almada olumlu bir etkiye sahip olan iletişim becerilerinden kendini açma kişinin kendi duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını başka bireye veya bireylere sözel olarak aktarmasıdır (Yılmaz, 2010, s. 34). Daha kısa bir şekilde kendini açma, kişinin kendisi ile ilgili konularda başka insana paylaşımında bulunmasıdır (Collins ve Miller, 1994). Paylaşımında bulunma süreci, evlilik öncesi romantik ilişkiler ve evlilik ilişkileri gibi pek çok samimi ilişki tarzında iletişimin önemli bir kısmını oluşturmaktadır (Derlega, Metts, Petronio ve Margulis, 1993). Açılım, oluşturulması arzulanan ilişkinin boyutuna, samimiliğine ve derinliğine göre farklılıklar sergilemektedir (Doğruyol ve Uzun, 2019). Bireylerin, kişiler arası ilişkilerde kendilerini açması ilişkinin başlaması ve aralarındaki güvenin gelişmesinde etkilidir. Bununla birlikte hissedilen sorunlara yönelik kendini açmadan çözüm bulmanın da olanağı zayıftır (Yılmaz, 2010).

Romantik kıskançlık kişinin partneri ile gerçek ya da hayali bir rakip arasında mevcut veya potansiyel ilişkinin algılanmasıyla oluşan benlik saygısına, ilişkinin varlığına ve kalitesine yönelik tehditleri izleyen karmaşık düşünceler, duygular ve eylemlerdir (White, 1981a). Romantik kıskançlık çift ve rakip için ölüme kadar gidebilen sonuçlara neden olmasından dolayı halk sağlığında önemli bir olgudur (Martínez- León vd., 2017). Bu duygu sonucunda bazı tepkisel davranışlar sergilenmektedir. Romantik ilişkilerde kıskançlığın, yansıtılma biçimine göre ilişkiye olumlu veya olumsuz etkileri olmaktadır (Bulut, 2019). Hissedilen kıskançlık durumları sonucunda ortaya çıkan tepkiler, bu davranışın olağan veya olağan dışı olarak kategorize edilmesinde tepkinin miktarı ve bireyin bunun üstesinden gelebilmesiyle ilişkili olduğundan önemlidir (Guerrero, 1998).

Kıskançlık karşısında ortaya çıkan tepkiler yapıcı, yıkıcı, rakip odaklı ve kaçınan iletişim biçimleri kullanılarak yansıtılmaktadır. Romantik ilişkilerde görülen kıskançlık karşısında bireylerin kendilerine saygı duyması, bütünleştirici iletişim kurması, durum karşısında kendi duygularını açması ve tekrarlayıcı telafiler kullanması gibi birçok davranış yapıcı iletişimi oluşturmaktadır. Kıskançlık karşısında yapıcı iletişim tepkilerinin, kişilerin ilişkilerinden aldıkları doyum ile olumlu bir ilişkisi vardır (Hoşoğlu, 2017). Yatırım kuramına göre yapıcı tepkiler konuşma ve bağlılık davranışlarıyla ifade edilmektedir. Bu davranışlar ilişki yatırımı ve ilişki doyumunun artmasıyla bağlantılıdır (Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986). Buna göre ilişkinin sağlıklı sürdürülmesinde etkisi olduğu olduğu düşünülen romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve ilişkide sorunlara neden olabilen kıskançlık karşısında verilen tepkiler arasındaki ilişkinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Romantik ilişkide kendini açma kavramının ulaşılan yurt içi çalışmalarda evli bireylerde yoğunlaştığı görülmüştür (Çağ ve Yıldırım, 2017; Gürer, 2019; Dur, 2020). Ulaşılan yurt dışı çalışmalarda ise romantik ilişkide kendini açmanın ilişki türü (Kito, 2005; Welker, Baker, Padilla, Holmes, Aron ve Slatcher, 2014), sosyal kaygı (Sparrevohn ve Rapee, 2009; Cuming ve Rapee, 2010) gibi değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Alanyazınına bakıldığında kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri ile ilgili ulaşılan yurt içi araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür (Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez, 2006; Hoşoğlu, 2017; Hoşoğlu ve Sevim, 2019). Ulaşılan yurt dışı çalışmalarda ise romantik kıskançlıkta gösterilen tepkiler ile kıskançlıkla ilgili duygular (Guerrero, Trost ve Yoshimura 2005), kişilik (Gehl, 2010), ilişki memnuniyeti (Guerrero vd., 2011), ilişki bakımı (Kennedy- Lightsey, 2018) gibi değişkenler arasındaki ilişkinin incelendiği görülmüştür. Alanyazını incelendiğinde yurt içi ve yurt dışında yapılan, romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencilerinin kendini açma düzeyleri ve romantik kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma, literatürdeki söz konusu eksikliğin giderilmesini sağlayacağı için önemlidir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin ortaya konulmasının evlilik öncesi sürece yönelik bu kavramlarla ilgili farkındalık

oluşturacağı, romantik ilişkide ve kıskançlığın yıkıcı etkilerini azaltmada kendini açma davranışına dikkat çekeceği düşünülmektedir.

1. 6. SAYILTILAR

Çalışmada kullanılan ölçeklerin ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin anketlere gerçek düşüncelerini iletecek şekilde samimi cevaplar verdikleri varsayılmaktadır.

Örneklemin, evreni yeterli düzeyde temsil ettiği varsayılmaktadır.

1. 7. SINIRLILIKLAR

Araştırmanın katılımcıları en az altı aydır romantik ilişkisi olan çeşitli üniversitelerde okuyan öğrencilerden oluşturulmuştur. Araştırma çevrimiçi olarak katılım sağlayan, en az altı aydır romantik ilişkisi olan ve çeşitli üniversitelerde okuyan öğrenciler ile sınırlıdır.

Araştırma “Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği (RİKADÖ)”, “Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği (KKGİTÖ)” ve kişisel bilgi formundan sağlanan verilerle sınırlıdır.

1. 8. TANIMLAR

Romantik İlişki: Flört, birlikte yaşama, evlilik ve diğer uzun süreli birlikteliklerde kendini gösteren önemli bir kişilerarası ilişkidir (Hendrick ve Hendrick, 2006).

Kendini Açma: İnsanların, başka kişilerle kendi hisleri ve düşünceleriyle ilgili bilgileri paylaşmasıdır (Çetinkaya, 2005).

Romantik İlişkide Kendini Açma: Bireylerin kendisiyle ilgili konularda partnerine paylaşımında bulunmasıdır (Katz, Goldston, Cohen ve Stucker, 1963).

Romantik Kıskançlık: Bireyin bir rakibin varlığıyla mevcut ilişkisinin sonlanması ya da sonlanmasına yönelik algıladığı tehdit sonucu ortaya çıkan olumsuz duygu durumudur (Mathes ve Severa, 1981).

Romantik Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri: Kıskançlıkla başa çıkmak için sergilenen davranışlardır (Hoşoğlu ve Sevim, 2018).

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde romantik ilişki, kendini açma, romantik kıskançlık, kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri ile ilgili kuramsal bilgilerden ve ilgili araştırmalardan bahsedilmiştir.

2. 1. ROMANTİK İLİŞKİ

Romantik ilişki ya da aşk kimi zaman bireysel bir ilişki, kimi zaman bireysel ilişkilerin özel bir unsuru, kimi zaman da kişinin diğer bireye hissettiği belirli bir hissi nitelendirmek için kullanılmaktadır (Atak ve Taştan, 2012). Aşk, son dönemlerde psikoloji sahasında yapılan araştırmalarda yer alan temalardan biri haline gelmiştir. Aşkın tanımı insandan insana ve kültürel yapıya göre değişiklik göstermektedir. Aşk samimiyet, bağlanma, güvenme, saygı ve sevgi tarzında çeşitli hisleri de kendisiyle birlikte ortaya çıkarmaktadır (Atak ve Taştan, 2012).

Sevgi duyulan insanla karşılıklı bir biçimde iletişim ve anlayış esasları ile oluşturulan duygusal bir bağ şeklinde tanımlanan romantik ilişkiler yetişkinlik çağının ilk zamanları, 19- 26 yaşlarındaki insanlarda en önemli psikososyal gelişim ödevlerinin içinde bulunmaktadır (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Romantik ilişki, kadın ve erkek arasında oluşan ihtiras, bağlılık ve duygusal bağ kombinasyonu sonucu ortaya çıkan bir ilişki şekli olarak ifade edilmektedir (Gizir, 2013). Romantik ilişki, farklı yaş gruplarında da görülebilmektedir. Karşı cinse yönelik ilk ilgi genel olarak ergenlik çağlarında başlamaktadır. Ergenlik çağında tecrübe edilen romantik ilişkiler, genellikle eğlence ve birlikte tecrübe kazanmak hedefiyle oluşturulup kısa süre sonra sonlanmaktadır (Feiring, 1996; Akt., Küçükarslan ve Gizir, 2014). Yetişkinliğe geçişin ilk evrelerinde ise ilişkiler daha ciddi bir boyut kazanmakta duygusal bağ ve bağlılık hislerini içermektedir. Bu sebeple üniversite okuyan bireylerin romantik ilişkilerle ilgili algıları, beklentileri ve fikirleri bu kişilerin ilişkisel bir bakış açısı elde etmesini sağlamakta, kimlik ve kişilik gelişimine etki ederek genç yetişkinlik çağında deneyimlenen ilişkilerin gelişmesinde ve ileride evlilik hayatlarının kalitesinde önemli olmaktadır (Küçükarslan ve Gizir, 2014, s. 149).

Olumlu romantik ilişkiler ergenlik çağından beri kişinin kendine duyduğu güveni arttırmakta (Larson, 1988), benliğine yönelik algılarını sağlamlaştırmakta,

(Larson, ve Richards, 1991), toplumsal ve duygusal adaptasyonlarını kolaylaştırmakta (Carlson ve Rose, 2007) ve kişiye önemli bir sosyal destek noktası (Connolly ve Konarski, 1994) sunmaktadır. İlişkilerdeki negatif deneyimlerin ise üniversite okuyan bireylerde strese neden olduğu ve bununla birlikte çatışmalara ve cinsel hislerle başa çıkma problemlerine yol açtığı, romantik ve toplumsal ilişkileri denetim altında tutmayla ilgili türlü zorlukları meydana getirdiği belirtilmektedir (Gizir, 2013; Küçükarslan ve Gizir, 2014).

2. 2. KENDİNİ AÇMA

2. 2. 1. Kendini Açmanın Tanımı ve Genel Özellikleri

Her insanın kendine ait bir dünyası bulunmaktadır. Kişi, kendi şartları doğrultusunda kendine bir dünya meydana getirir ve buradan farklı insanlara ulaşarak onlarla iletişime geçer (Dikmen, 2014). İnsanlar, yakın ilişkiler geliştirmeye yönelik ihtiyaç hissetmektedir (Myers, 1999). Bir ilişkinin başlaması ise kendini açma davranışı olmadan zor olmaktadır (Çağ, 2016). Kendini açma, bireysel bir durum olmakla birlikte insanların toplumsal hayatlarında ve diğer bireylerle birlikte geçirilen zamanlarda kişinin sosyal hali olarak görülür. İnsanlar arasında kurulan ilişkilerin sağlıklı ilerlemesinde kendini açmanın oldukça önemli bir işlevi bulunmaktadır (Çetinkaya, 2009). Buna göre bütün bireylerin kendini açmada ve diğer insanlarla iletişim kurmada yeterli olmayı arzuladığı söylenebilir (Yüksel, 1997).

Kendini açma, bireyin paylaşacağı konuya ve paylaşacağı kişilere yönelik tercihinin dayanan iletişim şeklidir. Sevgi ve karşılıklı kendini açma, kişinin iletişime girme isteğini attırmaktadır (Pearce, Sharp, Wright ve Slam, 1974). Kendini açmada kişinin buna istekli olması gerekir ve başka insanlar tarafından çaba gösterilmeden hemen ulaşılabilecek bilgilerinden ziyade daha gizli ve derin konuları içermelidir. Zorla yapılan bir açıklamadan veya gönülsüz olarak boş bulunup söylenmek istenmeyen bir şeyi söyleyivermekten farklı bir kavramdır (Pearce ve Sharp, 1973). Kendini açma, iletişimde ana unsuru meydana getirmektedir. Sağlam ve uzun soluklu ilişkilerin gelişmesinde önemli bir etkidir. Kişinin gönüllü bir şekilde karşısındaki insana kendi duygu, düşünce ve eğilimlerini anlatmasıyla sağlıklı olarak süreç tamamlanır (Dikmen, 2014).

Kendini açma iletişim becerilerindedir ve bireylerin daha çok doyum alabilecek ilişkiler oluşturmada etkilidir. Kişiler arası iletişimin fiili kısmında bulunan kendini açma kişinin kendine ait his, fikir ve ihtiyaçlarıyla ilgili bilgileri bir farklı kişiyle sözel yollarla paylaştığı bir iletişim sürecidir (Ağlamaz, 2006). Başka bir tanıma göre ise kişinin kendini açması kendi özelliklerini, olumlu ya da olumsuz taraflarını, neşe, mutluluk ve üzüntü gibi çeşitli hislerini, fikirlerini, dileklerini, taleplerini, başarabildiklerini ve becerilerini kendisine göre doğru insan veya insanlarla konuşarak ya da konuşmayarak çeşitli şekillerde anlatmasıdır (Çetinkaya, 2009). İnsanlar her gün pek çok hislerini ve fikirlerini başkalarına aktarmaktadır. Kişi duygularını ve düşüncelerini etrafında ilişki geliştirdiği kişilerle paylaşmak ve ilişki geliştirdiği insanları da anlamak ister (Yüksel, 1997). Doğru bir şekilde kendini açmanın ileri seviyede farkındalık, güven, içtenlik ve gizlilik unsurlarıyla bağlantılı olduğu söylenebilir (Ağlamaz, 2006).

Son yıllarda açılma ile ilgili yapılan bilimsel araştırmalarda eskiden kendini açmanın bir kişilik yönelimi şeklinde algılandığı görülmektedir. Fakat ilerleyen süreçte kendini açmanın sosyal karşılıklı mübadele biçiminde algılandığı yaygın bir fikir oluşmuştur (Çakır, 1994). Yine de kendini açmanın bir tür kişilik özelliği, davranış olayı olduğu söylenebilir. İnsanların karşılıklı olarak birbirlerine açık olmaları ve kendilerini açıklamaları olarak tanımlanan kendini açma kavramını ilk kez söyleyen kişi M. Jourard (1971)'dir (Chen, 2014). Jourard, bu kavramı ilk olarak The Transparent Self isimli kitabında ortaya atmıştır. O kendini açmanın, kişinin kendisiyle ilgili bilgileri anlatarak kendini diğer insanlara tanıttığı süreç ve bireyin kişilik oluşturmada önemli bir yolu olduğunu iddia etmiştir. Hiç kimseye açılmada bulunmayan insanların, kendini tanıtmaya ve kendini geliştirmek adına bir fırsatı kaçırdığını belirtmektedir (Akt., Dikmen, 2014).

Açılım sonucunda, dinleyen kaçınılmaz bir biçimde dönütte bulunur. Kendini açmanın ardından görülen sonuçların bir kısmı istenen ve bir kısmı ise istenmeyen sonuçlar olmaktadır. Bazıları negatif, bazıları pozitifdir (Miller ve Knapp, 1998). İnsanların kendini açma davranışını uygun seviyede sergilemesinin kişinin iyiliğine pozitif yönde etkisi olmaktadır (Ağlamaz, 2006). Kendini anne ve babasına, arkadaşlarına ve diğer cinsiyetten birine uygun düzeyde açabilen

kişilerin daha güvenli bağlanma gösterdikleri kabul edilmektedir (Çetinkaya ve Akbaba, 2011).

Kendini açmanın insanlar arası ilişkilerde belirli bir güvene dayanarak ilerlemesi uygun ortam ve zaman ile alakalı olmaktadır ve bireylerin öz saygısını arttırmaktadır (Çetinkaya, 2009). Eğer vakitsiz bu davranış sergilenirse kötü sonuçlara neden olabilir ve ilişkiyi zedeleyebilir (Farber, 2006). Bununla birlikte kişinin bir sınır çizmeden veya bir ayırt etme olmadan kendi hislerini, düşüncelerini ve özel hayatını bütünüyle açık bir şekilde karşıdaki kişiyle paylaşması, kişiyi ilişkilerde göstermeciliğe/teşhirciliğe çekebilecek riskli durumlardandır (Çetinkaya, 2016).

Kendini açma davranışı insanların özel yaşamında temel bir yere sahiptir. Kendini açma romantik ilişkiler, terapi ortamları ve çevrimiçi platformlar gibi çeşitli ilişki ortamları içinde gerçekleşebilmektedir (Nguyen, Bin ve Campbell, 2012). Verilen bilgiler, kişinin herkes tarafından kolayca bilinebilen özellikleri gibi açık konuların yanında; bireyin dünya görüşü, inanç sistemi, değerleri, eğilimleri, hisleri, gereksinimleri ve hayalleri gibi daha kapalı konularda da olabilmektedir. Bireyin anlattığı bilginin değerine göre ne kadar paylaşıldığı, geçen süre, konunun farklılığı ve derinliği değişebilmektedir. Anlatılan konuların bazıları diğerlerine göre daha gizli ve derin olabilir. Örneğin; insanların düşünceleri, duyguları, istekleri ve hayalleri ile ilgili paylaşımlarının temel hakikatler ile ilgili açıklamalarına göre daha içten ve yoğun düzeyde olduğu kabul edilmektedir (Arslan, 2018).

Kendini açmada karşılıklık vardır. Karşılıklık ile kendini açan bireyin, karşısındaki insanında açılımda bulunmasına yönelik isteği kastedilmektedir. İlişkilerin doyum verici bir biçimde ilerlemesi karşılıklılığın oluşmasıyla kazanılabilir (Derin, 2016). İletişimde olan kişilerden bilgi paylaşımında bulunan taraf, karşısındaki insanda bir kuvvet elde eder. Diğer bireyde paylaşımında bulunduğu ilişki dengelenmektedir. Bunun zıttı bir durum olarak, tek taraflı paylaşımında bulunulmasıyla denge oluşmayabilir. Bu durum paylaşımında bulunan kişinin açıklamalarından dolayı mahcup hissetmesine, çekinmesine ve sıkıntılı durumlara neden olmaktadır ve ilişkinin bitmesine yol açabilmektedir (Beebe, Beebe ve Ivy, 2004; Akt., Özşenler, 2013).

Kendini açmada karşılıklılığın hangi yolla oluştuğu üç şekilde açıklanabilir: İlki güven- hoşlanma yaklaşımına dayanır. Kendini açma, açılımda bulunan bireyin karşısındaki insana güvenini arttırdığı ve paylaşımda bulunan bireye yönelik beğeniye çoğalttığı için karşı tarafın kendini açmasını sağlayabilir. İkinci açıklama ise sosyal kurallara dikkat çeken eşitlik kuramını temel almaktadır. Dinleyen kişi samimiyet oluşturmak ve gelen iletiye yönelik bir cevap vermek için sosyal kurala uyarak karşı açılımda bulunabilir. Son olarak ise, kişi açılımda bulunan bireyi model alarak kendisi de açılımda bulunabilir (Derlega ve Berg, 1987). Kendini açma sürecinde, iki tarafta karşılıklı olarak paylaşımda bulundukça ve karşılıklı kendilerini açmaya devam ettikçe birbirlerine destek olma durumları artmaktadır (Derin, 2016). Kişilerin birbirlerine destek olmadığı, dayanışmanın az olduğu ilişkilerde kendini açma ve samimiyet daha az olmaktadır (Wheless, 1976).

Kendini açma davranışı, çeşit ve kalite açısından geçmiş türü ve hikaye türü olarak iki şekilde incelenmiştir. Geçmiş türü kendini açma; kişinin daha önceden sahip olduğu ama artık olmayan hislerini, düşüncelerini ve tecrübelerini anlatmasıdır. Kendini açmanın konusu ya da verilen bilgi geçmişte olup bitmiştir. Hikaye tarzı kendini açmada ise kişi çoğunlukla mevcut an ve mekanda olarak duygularından, tecrübelerinden ve düşüncelerinden bahsetmektedir (Egan, 1970; Akt., Çetinkaya, 2005). Kişi kendini hikaye tarzında açtığı anda ortam ve zaman yönünden herhangi bir ayırım olmadığı için paylaşım karşılıklı şekilde sürebilmekte ve bu şekilde kendini açma ilişkinin gelişmesine yardımcı olmaktadır (Çetinkaya, 2016).

2. 2. 2. Kendini Açmanın Boyutları

Kendini açmanın boyutları dürüstlük- kesinlik, açılma niyeti, açılmanın miktarı, iletinin olumluluğu veya olumsuzluğu, samimiyetin kontrolüdür (Wheless ve Grotz, 1976). Başka bir çalışmada kendini açmanın dört boyutu olduğu belirtilmiştir. Bu boyutlar; genişlik, derinlik, devamlılık ve karşılıklı olmaktır (Cozby, 1973). Genişlik boyutu, paylaşılan konunun miktarını anlatmaktadır. Derinlik, açılan konudaki içtenliği ve karşılıklılık, kendini açan bireye karşısındaki kişinin de aynı biçimde açılımda bulunması anlamına gelmektedir (Üstündağ, 2006). Devamlılık ise kişilerin kendilerini ne kadar sürede açtıklarını, bireylerin ilişki süresini, kendini açmanın sürekliliğinin ne seviyede

olduğu ve kişilerin kendini açma miktarını içermektedir (Omarzu, 2000; Seamon, 2003).

2. 2. 3. Kendini Açma İle İlgili Kuramlar

Kendini açma davranışını inceleyen bazı kuramlar bulunmaktadır. Bu bölümde sosyal etkileşim, sosyal nüfuz, johari penceresi, benzerlik ve bağlantısal diyalektik kuramlarına yer verilmiştir.

Sosyal Etkileşim Kuramı

Kendini açma, insan ilişkilerinde bireylerin kişisel bilgilerini karşılıklı şekilde paylaşmalarını kapsamaktadır (Demirhan, 2002). Sosyal etkileşim ve sosyal nüfuz yaklaşımları kendini açmada karşılıklılık, samimi ilişkilerin gelişmesinde ödül elde etme ve sorumluluk konularında birleşmektedir. İki yaklaşım da açılmanın insan insana ilişkilerin gelişimindeki görevini ifade etmekte ve bir çerçeve ortaya koymaktadır (Üstündağ, 2006).

Kendini açma, kişiler arası iletişimde yaşanan karışık bir süreçtir. İnsanlar açıldığında karşılıklı şekilde birbirlerini anladıklarını düşünmeleri ve değerli hissetmeleri samimi ilişkiler yoluyla elde edilebilen en önemli ödüllerdendir (Demirhan, 2002). Kendini açmanın fark edilen ve fark edilmeyen olası etkileri olabilmektedir. Bu davranış ile ilişkinin gelişimi arasında birbirine etki eden ve dönüşümlü bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre kendini açma ilişkinin tarifine, yönüne, miktarına veya yapısına etki ettiği gibi ilişkinin yapısı da kendini açmanın anlamını ve sonucunu etkilemektedir (Hartley, 1999; Akt., Ağlamaz, 2006).

Sosyal Nüfuz Kuramı

Sosyal nüfuz kuramı, Altman ve Taylor tarafından ortaya atılmıştır. Kişilik ve ilişkilerin geliştirilmesi konularına dikkat çeker. Kendini açmayı ilişkilerin ilerlemesinde öncelikli araç olarak ele almaktadır. Kendini açmada genişlik, ilişkinin ilk evrelerinde daha fazladır. Derinlik ilişkinin sonraki evrelerinde artmaktadır (Üstündağ, 2006). Bu kurama göre kendini açmanın temel anlamı, ilişkilerin sıradan düzeyden daha samimi seviyeye doğru ilerlemesidir (Demirhan, 2002).

Gizlilik, kendini açma seviyesini düzene sokarak sosyal etkileşimin dengesini sağlayan ve kendini açma ve gizlemeye dair bireysel sınır üzerinde seçici denetleme barındıran canlı bir süreçtir (Altman, 1976). Bu kuramda insanın kişiliği, katmanların birbirini sardığı soğan benzeri tabakalı bir yapı şeklinde betimlenmiştir. Bu tabakalar, kişiye özgüdür ve genelden özele doğru üç tanedir. En dıştaki tabakayı kişi ile ilgili başka insanlar tarafından görülebilen genel konular oluşturmaktadır (Yılmaz, 2010). Bu yapı daha gizli ve özel bilgilerden oluşan diğer tabakalara doğru ilerlemektedir (Dur, 2020).

Kendini açmanın derinlik ve genişlik olmak üzere iki önemli boyutu vardır. Derinlik, kişilerin daha içsel ve kişisel bilgilerde açılımda bulunmasını kapsamaktadır. Genişlik ise ilişki, bilgi ve konu gibi kavramları içermektedir (Derin, 2016). Sosyal nüfuz kuramına göre insan ilişkilerinde kendini açma genişse, derin bir biçimde ilerler. Tersine dar ise kişiler arası iletişim rastlantısal ve derine inmeden meydana gelir. İnsanlar arasındaki ilişkilerde derinlik ne kadar fazla ise diyaloglarda da o kadar farklılık oluşur. İletişimde konuşulanlar sıradan ve yüzeysel konularsa kişilerin aralarındaki ilişkinin de derinliği az ve sıradan olmaktadır. Paylaşılan bilgiler özel olduğunda samimi ilişkiler kurulmaktadır ve konular detaylı şekilde aktarılmaktadır (Kaya, 2013). Özel ve içten bilgileri paylaşan insanlar, karşısındaki kişiler tarafından arkadaşça ve dostça algılanmaktadır. Bu insanlar paylaşımda bulunduğu kişilerce açılımda bulunamayanlardan daha pozitif ve güvenilir bir imaj oluşturmaktadır (Aker, 1996).

Johari Penceresi

Bu kuram bireyin kişisel bilgilerinin farkında olması ve diğer kişilerin bunları bilmesine göre dört kısımda incelenmiştir. Kuramı oluşturanlar Joe Luft ve Harry Ingham'dır (Çetinkaya, 2016). Doğan Cüceloğlu, Johari penceresi ile ilgili çalışmalar yapan araştırmacılardandır. Johari penceresini *kendini tanıma penceresi* şeklinde kullanarak, Türk literatürüne bu kavramı katmıştır (Dur, 2020). Johari penceresine göre kişinin açılımda bulunmasında kendisine ait farkındalığının olması önemlidir (Çetinkaya, 2016). İnsanların hayatları boyunca kendileri hakkında her şeyi bilmeleri mümkün değildir. Birey, kendini tanımayı ve kendi hakkında yeni yönler keşfetmeyi sürekli sürdürmektedir (Cüceloğlu, 1996).

kişinin sorunlarıyla ne kadar aynıysa iki kişi birbirlerini o kadar cazip görmekte ve ilişki başarılı algılanmaktadır (Sürgevil, 2008).

Bağlantısal Diyalektik (İletişimsel Başarı) Kuramı

İlişkiler zıtlıklar içermektedir. İletişimsel başarı yaklaşımı ilişkideki açıklılığı ve kapalılığı, anlamlılığı, koruyuculuğu diyalektik gerilim şeklinde incelemektedir (Demirhan, 2002). Bu yaklaşıma göre kendini açma hislerin, benliğin ve gereksinimlerin farkındalığını ve yüksek seviyede güveni beraberinde getirmektedir. Kişisel konuların paylaşılma sınırları, bilgi gelişimini denetleme ve güven açılmada önemli unsurları oluşturur. Açılmanın insan insana ilişkilerdeki etkisi, basit bir sebep- sonuç ilişkisiyle açıklanamaz. Kendini açma davranışının sınırlarının oluşturulması, bilgi değişiminin denetimi ve gizliliğin miktarı unsurları karışık bir biçimde ilişkilidir (Ağlamaz, 2006).

Açılma davranışı, ikili sınır bulundurur. İlişki sınırı ve benlik sınırından meydana gelen bu ikili sınıra göre kişinin açılmaya karar vermesinin, algıladığı riskin düzeyiyle bağlantılı olduğu belirtilmektedir (Demirhan, 2002). Wheelless 'e göre açılmanın niceliğinde ilişkideki yakın olma (derinlik), dürüstlük, maksat (niyet) ve pozitiflik boyutlarının etkisi bulunmaktadır (Akt., Dizmen, 2006). Bu yaklaşıma göre insan insana ilişkilerde içtenliği ve güveni kazanmak için kendini açma her ne kadar gerekli olsa da, incinebilme yönü sebebiyle insanlar karşılıklı bir şekilde tedbirler almalıdır. Buna göre açıklık ve kapalılık arasındaki karşıt çelişki, kişisel konuları paylaşmada ya da saklamada kişinin kendi kararına bağlı olmaktadır (Demirhan, 2002).

Kendini açmanın beş fonksiyonu bulunur. Bunlar (Derlega, 1987; Akt., Ağlamaz, 2006):

Anlatım: Anlatmaya izin vermektir.

Benlikte içsel açıklık: Kişinin öznel durumunu, inançlarını ve fikirlerini ifade ederek açıklamasıdır.

Sosyal onay: Başka insanlardan gelen dönütlerdir.

İlişki Gelişimi: Samimi ilişkiler oluşturmada öznel bilgilerin paylaşılmasıdır.

Sosyal Kontrol: Bireyin açıldığı konunun gizliliğinin düzenlenmesi, bilgilerin aktarımının denetimi ve riskin azaltılmasıdır.

2. 2. 4. Kendini Açmanın Öğeleri

Kendini açmanın öğeleri bilgi verir olması, uygunluk, esneklik, ulaşılabilirlik ve dürüstlük olmak üzere beş kavramı içermektedir (Dizmen, 2006).

Bilgi verir olması: Açılan insan kendisiyle alakalı konularda bilgi vermektedir (Dizmen, 2006).

Uygunluk: Açılmanın en önemli unsurudur. Her kendini açma, meydana geldiği çevre ve bilginin öncülüğünde ele alınmalıdır. Açılma dinleyen bireyi sıkmadıkça uygun olmaktadır. Kendini açmanın uygunluğu ile psikolojik uyum, insanların rolleri ve ortamın ilişkisi bulunmaktadır (Hargie, 1981; Akt., Dizmen, 2006).

Esneklik: Genişlik ve derinliği değiştirebilme kabiliyetidir. Buna göre esnek bireyler, açılımda bulunurken paylaşımın özünü ve düzeyini değiştirebilme kabiliyetini ellerinde bulundurur. Esnek olmayan bireyler, konuyu ve ortamı dikkate almadan benzer biçimde açılımda bulunmaktadır (Dizmen, 2006).

Ulaşılabilirlik: Kendisi ile ilgili bilgi elde etmede bireyin kolaylık seviyesidir (Dizmen, 2006).

Dürüstlük: Açılımdaki etki ve dönüttür. Kişi açılımda bulunurken, samimiyet ve dürüstlüğe özen gösterilmesi gereklidir (Hargie, 1981; Akt., Dizmen, 2006).

2. 2. 5. Kendini Açmanın Birey Açısından Yararları

Herhangi bir sorun anlatılmadığı sürece ortadan kalkmasına yönelik eyleme geçme zorlaşmaktadır. Kendini açma, kişinin yaşamındaki problemlerin çözümünde etkilidir. İnsanlar sorunlarını başkalarına anlatarak problemlerine yönelik çözüm bulmada diğer bireylerin yardımından yararlanabilir (Gültekin, 2001). Kendini çok az açan bireyler, yalnızlık hissini daha çok hissetmektedir. Buna bağlı olarak diğer kişilere oranla daha çok çökkünlük yaşayabilmektedir (Gürel, 2015). Bununla birlikte kendini açma, diğer kişilerin gereksinimlerine zıt düşen bireysel amaçların doyuma ulaştırılması için kullanılabilir (Üstündağ, 2006).

Bireylerin fikirleri ve ihtiyaçları kelimelere dökülüp söylenmediği sürece netlik kazanmaz ve saklı kalır. Kişiler, kendilerini açtıklarında birbirlerini daha iyi anlarken; kendi hislerini ve düşüncelerini renklendirme ve biçimlendirme fırsatını da elde etmektedirler. Kendini açma bireyin kendini daha iyi tanımasını

sağlamaktadır. Daha samimi ilişkiler oluşturulmasını sağlar. İnsanlar arasındaki iletişimi güçlendirir. Bir kişi kendini açtığında karşısındaki bireyin de ona açılması kolaylaşır. Bireyin boşuna enerji kullanımını sonlandırır. Kişinin fikirlerini ve sergilediği davranışı paylaşması suçluluk hissedilen şeyi ortaya çıkardığından ona daha objektif bakılmasını sağlar ve suçluluk hissini azaltır (Öztürk, Sağlık Terlemez, Gündüz, Yüksel ve İpekli, 2011).

2. 2. 6. Kendini Açmayı Etkileyen Faktörler

Kendini açmayı etkileyen pek çok etmen bulunmaktadır. Örneğin; kendini açma benlik, kişilik, diğer insanlara yönelik güven duygusu, ebeveyn tutumları, yaşıt grupları, kendini açmanın gerçekleştiği ortam, açan ile karşısındaki birey arasındaki ilişki, açanın cinsiyeti, dinleyen kişi ya da grubun büyüklüğü ve paylaşılacak konunun önemi gibi çeşitli faktörlerden etkilenmektedir (Yılmaz, 2010).

İnsanların açılmalarını etkileyen etmenlerden biri benlik problemidir. Özellikle genç bireyler benliğine yönelik birçok problemi sonuçlandıramamışsa; benliğini kaybetme korkusu ile karşı karşıya kalabilmektedir. Bu durum kişinin kendine dönmesine neden olur (Dikmen, 2014). Kişiliği ve bununla alakalı olarak güven hissi kendini açmayı etkileyen etmenlerdendir. Güven yaşamın erken yıllarında oluşmaktadır. Çocuğun ebeveynleriyle olan ilişkisi üzerine temellenmektedir (Erkan ve Kaya, 2012). Kendini açmada diğer insanlar açısından ulaşılabilir olmak önemlidir (Dikmen, 2014). Sosyal kaygı, insanların diğer kişilerle iletişimden kaçınmasına yol açar (Derin, 2016). Bu kaygıyı yaşayan kişiler, insan insana ilişkilerde arzuladıkları izlenimi oluşturamayacaklarına ya da oluşturamadıklarına dair dışlanma konusunda endişe duyarlar. Sonucunda kişiler bireyselliğe yönelmektedirler (Leary ve Kowalski, 1993).

Cinsiyet kendini ifade etmede etkili bir unsurdur. İnsanlar açılımda bulunurken farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıklar cinsiyetler üzerinden açığa çıkmaktadır. Cinsiyet, diğer bireye ne şekilde davranışta bulunulacağına etki eden en temel yöndür. Bunun temel sebebi kız ve erkeklerin değişik şekilde büyütülmesidir. Kadınlardan başkalarıyla ilgilenmesi, ilişkide açılımda bulunması beklenirken; erkeklerden hedefe odaklı konuşması beklenmektedir. Bununla birlikte karşıdaki kişinin bedensel görünüşü davranış şeklini ve iletişimi

etkileyebilmektedir (Dikmen, 2014). Kendini açmayı etkileyen diğer bazı faktörlerin yaş, doğum sırası, fiziksel ve sosyal yakınlık, kabullenme, yalnızlık, etnik grup (Hargie, 1981), stres (Schneider, 1986) sosyoekonomik düzey (Ingodabsby, 1983), sosyal ve kültürel etmenler (Jourard, 1971) olduğu belirtilmiştir (Akt., Dizmen, 2006).

2. 2. 7. Romantik İlişkide Kendini Açma

Romantik ilişkiler, insanların bir gruba ait hissetmelerini sağlarken; insanlar arasındaki ilişkilerin oluşmasında faydası olan samimiyet, paylaşma, uyum ve kendini açma davranışlarının da gelişmelerine katkı sağlamaktadır (Kalkan ve Yalçın, 2012). Hoşlanmanın ilişkinin olumlu yönde olmasında zamanlama, içtenlik ve açılım bağlamında etkisi olmaktadır (Hendrick, 1997). Romantik ilişkide kendini açma bireyin kendisi ve ilişkisi ile ilgili çeşitli konularda partnerine açılımda bulunması şeklinde tanımlanabilir. Kendini açma gerçekleşmeden ilişkinin ortaya çıkması güçleşmektedir (Çağ, 2016).

Bir ilişkinin oluşabilmesi için ilk olarak kişilerden birinin diğerinden hoşlanması, onunla ilgili konulara merak duyması ve bu konuları öğrenmeyi arzulaması, son olarak ise karşıdaki kişinin kendisi ile ilgili daha çok bilgilenmesini istemesi gereklidir. Bu şekilde kişi kendisine ait duygu, düşünce ve tecrübelerine yönelik bilgi vermektedir (Derlega vd., 1993). İlişkinin başında açılımda bulunmanın, hoşlanmanın ilerlemesini sağlamak ve kişilerin birbirlerini tanımlarına yardımcı olmak gibi işlevleri olduğu söylenebilir (Üstündağ, 2006, s. 65).

Paylaşımında bulunma diğer insanların değerleri, kişiliği ve bireysel kabiliyetleri gibi konularda belirsizliğin azalmasında rol oynayarak ilişkinin ilerlemesine katkı sağlayabilmektedir. Günlük yaşantılar ile ilgili açılımda bulunma sorgulama ve öğrenmeye özendirerek ilişkinin devam etmesinde önemli bir taktiktir. Kendini açma ilişkinin bitirilmesinde de kullanılabilir. Kimi ilişkiler eşlerin isteyerek bir girişimi olmadan yavaş yavaş biter. Birçok ilişkide ilgiyi bitirmek ve kendini açmanın olmaması, ilişkinin bitmesini sağlamak için yararlanılan taktiksel bir iletişim tarzı olarak düşünülebilmektedir (Üstündağ, 2006, s. 65).

2. 3. ROMANTİK KISKANÇLIK

Evrimsel çerçevede romantik ilişki, insanın çoğalma isteğinin; psikanalitik çerçevede ise çocuğun anne ve babasıyla ilişkilerinin ve bu ilişkilerde gözlemlendiği ve tecrübe ettiği yaşamın benliğine dokunan özleri arayışının ve büyük oranda tüm duygu gereksinimlerini giderme isteğinin bir sonucudur. Bu ilişki, mutlu olmanın tek nedeni olmasada tüm romantik ilişkilerde mutluluğa yönelik işaretler vardır (Önder, 2019).

Duygular, insanların kendi yargılarını ve tercihlerini içeren istekli durumlardır (Utkan, 2016). Kıskançlık, ilişkiyi korumak ve devamlılığını sağlamak için gösterilen korku ve öfke kaynaklı bir tepkidir. Çoğu duygu araştırmacısına göre, kıskançlık birincil duygu değildir. Bunun yerine daha temel, merkezi ve birincil duyguların bir türevi veya karışımı olarak kabul edilir (Buunk, Angleitner, Oubaid ve Buss, 1996). Başka bir tanıma göre kıskançlık, bir rakibin ortaya çıkması sebebiyle mevcut ilişkinin bitmesi ya da ilişkinin bitmesine yönelik bir tehdit sonucunda yaşanan negatif duygu durumudur (Mathes ve Severa, 1981).

Romantik kıskançlık, değerli bir ilişkiye yönelik algılanan tehdide karşı karmaşık bir tepkidir (Pines ve Friedman, 1998). Kıskançlık, değerli görülen bir ilişkinin sonlanmasına ya da yapısının hasar görmesine sebep olabilecek gerçek ya da hayali bir tehdit karşısında gösterilen negatif ve karmaşık bir tepkidir (Tortamış, 2014). Kıskançlık insanın sevdiği kişiyle oluşturduğu ilişkisinin gerçekten kötüleşmesi ve riske girmesiyle oluşan öfke, üzüntü ve korku senteziyle varlığını gösteren duyguların tamamıdır (DeSteno ve Salovey, 1996). Bu duygu kişinin öz saygısına, ilişkinin geleceğine ve niteliğine yönelik bir tehdit şeklinde algılanmaktadır (Alpay, 2009). Buna göre romantik kıskançlığın, bireyin partnerini başka bir kişiye kaptıracağı ya da ilişkisini kaybedeceği algısı sonucu ortaya çıkan birçok duyguyu içinde barındıran karmaşık bir tepki olduğu söylenebilir.

Kıskançlık kişinin yetiştirilme şekli, içinde yaşadığı kültürün değerleri ve aile içi ilişkileri ile bağlantılıdır. Kıskançlığın algılanması kültürden kültüre farklılaşır. Bu duygu büyük oranda tüm toplumlarda yaşanmaktadır. Tüm insanlar hayatında farklı miktarlarda da olsa kıskançlık hissetmektedir (Akça, 2014).

Kıskançlık yakın ilişkilerde görülen önemli problemlerin birisidir. Çiftler arasında fiziksel şiddete ve ölüme neden olabilmektedir (Çurun ve Çapkın, 2014). Üzüntü yaşatan bir his olmasına karşın tüm insanlar az ya da çok kıskançlık hissetmektedir ve kıskanılmayı talep etmektedir. Bunun nedeni kıskançlığın ilişkiyi devam ettirme isteği ilgili olmasıdır. İlişkinin geleceğine dair beklenti seviyesi fazla olan ve ilişkinin bitmesini istemeyen kişilerde kıskançlık daha fazla görülmektedir (Pines, 2003).

Kıskançlığa neden olan etmenler öz saygı ve bireyin kimliği ile ilgilidir. Kıskançlık, bireyin kendisini istenen kişi ve güçlü şekilde hissetmesine yönelik öznel hipotezlerinin bir yansımasıdır. Kişinin sevgiden noksan olduğu çocukluk ve gençlik çağlarına kadar ulaşmaktadır. Buna göre kıskançlık, bireyin onurunun zedelendiği ve çaresiz olduğu zamanda karşısına çıkan duruma gösterdiği geç tepki olarak kabul edilmektedir. Aşırı kıskançlık hisseden kişilerin genel olarak bağımlı, kaygılı, güvensiz, mutsuz, dış denetim odaklı, nevrotik, kestirip atan, mütevazı ve negatif kararlarda bulunan bireyler olduğu söylenmektedir (Curun ve Çapkın, 2014).

Kıskançlığın birçok boyut vardır. Bu boyutlar duygusal, bilişsel ve davranışsaldır. Kıskançlığın duygusal unsurları, kıskançlığı tetikleyici bir davranış ortaya çıktığında kıskanan kişinin hissettikleridir. Düşünsel boyut, kişinin partnerinin başka biriyle ilişki yaşadığı veya onu aldattığına dair kuşkuları ve düşünceleridir. Davranışsal boyut ise bireyin bu düşüncelerinin ve kuşkularının gerçek olup olmadığını öğrenmek adına sergilediği hareketlerdir (Pfeiffer ve Wong, 1989).

Kıskançlıkta bireyde kendisinin olarak algıladığı kişisel ve özel şeyi farklı bir insana kaptırdığı duygusu ve kendisinin olan şeyin artık diğer kişinin olacağına dair bir düşünce oluşmaktadır. Kişi fiziksel olarak çekici algılanma konusunda hassas ise rakibin çok çekici olması kıskançlığın şiddetinin artmasına yol açmaktadır. Bireyin partneri ile rakip arasında uyum arttıkça kıskançlığın dozu artacaktır. Kıskançlık, sadece arzulanan ilişkinin bir rakibe kaptırılması durumunda oluşmamaktadır. Bu şekilde bir durumun olma ihtimali de kıskançlığı ortaya çıkarabilmektedir. Kişinin bu durumda hissettiği korku genellikle hayalidir. Ancak çoğunlukla kıskançlığın devam etmesinde sadece bir sebep bile yeterli

olabilmektedir. Kıskançlık, içsel ve dışsal etmenleri içinde barındıran karışık bir tepki olarak kabul edilmektedir (Ben- Ze'ev, 2010).

Kıskançlığın içsel unsurlarını çoğunlukla dıştan anlaşılmayan duygular, düşünceler ve bedensel işaretler oluşturur. Kıskançlık acı, kızgınlık, öfke, haset, hüznün, korku, keder ve aşağılanma duygularını barındırmaktadır. Kıskançlıkla ilgili düşünceler şunları içerebilir: Kızgınlık (Bana nasıl böyle bir yalan söyledin?), kendini suçlama (Nasıl bu kadar kör ve aptal olabildim?), rakiple karşılaştırma (Ben o kadar seksi, çekici, akıllı, başarılı değilim), toplumsal imaj için endişelenme (Herkes biliyor ve bana gülüyor), kendine acıma (Ben bu dünyada tamamen yalnızım, kimse beni sevmez). Kafaya kan sıçraması, terleme, nefes almada zorluk ve uyuyamama gibi bedensel tepkiler görülebilir. Dışsal unsurlar ise problemle ilgili konuşma, bağırma, dalga geçme, cevap verme ve kaba kuvvet kullanma gibi rahatça görülebilen davranışları içermektedir. İnsanlarda kıskançlığın dışsal unsurlarını, içsel unsurlarına göre daha fazla yönetebilme gücü bulunmaktadır. Kişiler, kıskançlıkla mücadele ederken duygularını yönetebilmenin güçleştiğini düşünürler ama kıskançlığın ortaya çıkmasına neden olan düşüncelerini değiştirerek duygularını yönetebilirler (Pines, 1998).

2. 3. 1. Romantik Kıskançlığın Nedenleri ve Romantik Kıskançlığı Harekete Geçiren Etmenler

Romantik kıskançlıkta duygular, davranışlar ve düşünceler normal seviyeden anormal seviyeye doğru çokluk, süreklilik ve içgörü yönünden farklılaşmaktadır. Bazı durumlarda kıskançlık normalden uzaklaşarak anormal bir boyut kazanmaktadır (Kingham ve Gordon, 2004). Kıskançlığın miktarı ve öğeleri insandan insana değişebilmektedir. Kıskançlığı tetikleyen olayın düzeyi her insanda değişik biçimde oluşmaktadır. Romantik kıskançlık bireyin yaşadığı kültür, önceki ilişki deneyimleri ve aile yapısından kaynaklanan bireysel yatkınlık ile ortaya çıkaran sebep arasındaki etkileşim sonucunda oluşmaktadır. Bireyin kıskançlığa yatkın olması kesin olarak kıskançlık yaşanacak anlamına gelmemektedir. Kıskançlığı ortaya çıkaracak bir durum gerçekleşmediği sürece kıskançlık yaşanmayabilir (Pines, 1998).

Kıskançlık yaşayan kişilerin benzer iki yaşantıları olduğu görülmüştür. Bunlardan ilki bu kişilerin çocuklukta ebeveynlerin biri ya da her ikisi tarafından terk edilmiş olmalarıdır. Kişinin annesi ya da babası veya her ikisi aileyi bırakmış, ölmüş ya da duygusal yönden çocuğa kendini hissettirememiştir. Bu yaşantıya sahip olan kişilerin partnerlerini kaybetmekten korktukları zamanlarda ise çocukluk çağında yaşadıkları etkileyici olayla ilgili olarak kıskançlık yaşadıkları tespit edilmiştir. İkinci ortak nokta, kişinin yaşamının ilk yıllarında pozitif bir erkek figürünün olmamasıdır. Bu durum çocuğun yaşamında babanın var olmaması, kişiye zarar veren bir babanın varlığı ya da babanın uzak, soğuk, yargılayıcı ve ilişkide içtenliğe yer vermeyen biri olmasından dolayı ortaya çıkabilmektedir (Pines, 2003).

Partnerin herhangi bir ortamda rakibe ilgi göstermesi, karşı cinsten biri ile cinsel birliktelik yaşaması ve başka kişi ile romantik ilişki yaşamaya başlaması durumları kıskançlığı ortaya çıkarabilmektedir (Demirtaş, 2004; Alpay, 2009). Kıskançlığı tetikleyen etmenler dört grupta ele alınmıştır. Bunlar partnerin eski ilişkilerinden biriyle iletişimde bulunması, karşı cinsten biriyle ilgilenmesi, başka kişinin partnerle ilgilenmesi ve partnerin karışık davranışlarda bulunmasıdır. Bu harekete geçirici durumlar, partnerin ve ilişkinin yitirilmesi noktasındaki korku ve kaygıyla ilişkili olarak kıskançlığı meydana getirmektedir (Sheets, Fredendall ve Claypool, 1997).

İlişki doyumu, kıskançlığa etkileyen etmenlerden biridir (Houser, 2009). İlişkiden alınan doyumun düzeyi arttıkça kıskançlık daha fazla yaşanmaktadır. Bununla ilgili bir araştırmanın sonucunda doyum veren ve değerli görülen bir ilişkide daha çok kıskançlık hissedildiği görülmüştür (Demirtaş, 2004).

2. 3. 2. Romantik Kıskançlığa Kuramsal Yaklaşım

Bu bölümde romantik kıskançlıkla ilgili psikodinamik yaklaşım, evrimsel yaklaşım, bilişsel- duygusal yaklaşım, sistemik yaklaşım, transaksiyonel, kişilerarası ilişkiler ve yatırım kuramları incelenmiştir.

Psikodinamik Yaklaşım

Psikodinamik yaklaşımın kurucu Sigmund Freud'tur. Bu yaklaşıma göre kıskançlık, hüznün gibi normal olarak tanımlanabilecek duygusal durumlardan biridir. Eğer bir insan hiç kıskançlık hissetmediğini savunuyorsa bu şiddetli bir

bastırma mekanizmasıyla açıklanabilir. Sonuç olarak, bu savunmada olan kişi kıskançlığı büyük oranda bilinçaltında yaşamaktadır. Kıskançlık evrenseldir ve tüm insanlar için kaçınılmaz bir duygudur (Freud, 1998/2013). Psikodinamik yaklaşım kıskançlığı çözülmemiş çocukluk deneyimlerinin bir sonucu olarak görmektedir (Pines, 1992). Kıskançlığın oluşmasına özgüven eksikliğinin, erken çocukluk çağında hissedilen korkuların ve gerçek olmamış beklentilerin neden olduğunu savunmaktadır (Taşın, 2015).

Yaşamın ilk yıllarında insanlar zamanlarının neredeyse hepsini aile üyeleriyle birlikte geçirmektedir. Aşk ve özdeşleşme objesi aile üyelerinden biri olmaktadır. Kişinin ilk cinsel hisleri aileden birine yönelmektir (Bigler, 1995). Bu yönelim kız çocuklarda babaya, erkek çocuklarda anneye olmaktadır. Karşı cinse ilgi duyan çocuğun güçlü bir rakibi vardır. Bu rakip erkek çocuklar için baba, kız çocuklar için annedir. Çocuk bu güçlü rakip karşısında yenilgi yaşayacaktır (Murdock, 2012; Akt., Demir, 2019). Kişi romantik ilişkisinde karşı cinsten üçüncü bir insanın varlığını bir tehlike şeklinde algılar, çocukluk çağında yaşadığı o acı yeniden ortaya çıkar ve kıskançlık duymasına sebep olur (Pines, 1998). Psikodinamik yaklaşıma göre üç tür kıskançlık vardır. Bunlar; normal- yarışmacı, yansıtılmış ve sanrısız kıskançlıktır (Freud, 1998/2013).

Yarışmacı (Normal) Kıskançlık: Sevilen varlığı kaybetme düşüncesinin verdiği acı ve narsisist yaradan kaynaklanmaktadır. Bu tarz kıskançlıkta başarılı rakibe karşı düşmanlık duyguları ve kayıptan dolayı kendini sorumlu tutmaya çalışan az ya da çok öz eleştiri mevcuttur. Normal kıskançlık olarak adlandırılrsa da bu kıskançlığın hep mantıklı ve gerçekçi olduğu ve egonun denetimi altında ortaya çıktığı anlamına gelmemektedir. Normal kıskançlık, her zaman bilinçaltı unsurlar barındırır. Bunun nedeni ise kıskançlığın esasında çocukluk çağına kadar dayanması ve bilinçdışı bir süreç biçiminde çalışmasıdır (Freud, 1998/2013).

Yansıtılmış Kıskançlık: Bilinçaltına itilen ihanet dürtüleri veya mevcut bir ihanetten dolayı ortaya çıkar. İhanet eden ya da farklı birini arzulayan ama harekete geçemeyen birey, bunu eşine yansır. Kendisinin yapmayı arzuladığı ya da gerçekleştirdiği durumları partneri yapıyormuş gibi onu suçlar ve kıskançlık davranışları sergiler (Akça, 2014).

Sanrısız Kıskançlık: Birey temelde ihanete yönelik bastırılmış dürtülerin etkisi altındadır. Sanrısız kıskançlık paronayanın bir çeşitidir. Burada kıskançlık objesi kıskanç kişiyle aynı cinsiyetten olan bireydir. Freud, çocukluğun ilk zamanlarında cinselliğin her iki cinsiyete yönelik olduğunu düşünmektedir. Fakat olgunlaşma ve sosyalleşme ile beraber çocukların cinsel eğilimleri genellikle karşı cinsle doğru yönelmektedir. Eşcinsel duygular süreç içerisinde bastırılır ve yetişkinlikte bilinçli ya da bilinçsiz yeniden ortaya çıkabilir. Bu eşcinsel ilgi sanrısız kıskançlığın öncelikli sebebidir. Bu yönelime karşı kendini korumaya çalışan kişi, partnerini rakipten hoşlanmakla suçlar (Pines, 1998).

Evrimsel Yaklaşım

Evrimsel kuramını oluşturan Darwin, kıskançlığın temelinde evrimsel sebeplerin olduğunu belirtmiştir. Kıskançlık, içgüdüsel bir duygudur ve neslin sürekliliği için gereklidir. İçinde bulunulan ilişkiyi koruma fonksiyonu vardır. Evrimsel teorisi genel olarak kıskançlığı, cinsiyet farklılıkları üzerinden açıklamıştır (Kendrick ve Trost, 1997). Evrimsel teorisi erkeklerin, partnerlerinin cinsel sadakatsizliklerinden daha çok etkilendiği; kadınların ise partnerlerinin duygusal sadakatsizliklerinden daha fazla rahatsız olduğunu savunmaktadır (Boburka, 2020). Kıskançlık, duygusal ve cinsel olarak iki tür şeklinde incelenmektedir. Cinsel kıskançlık, kişinin partnerinin başka biri ile cinsel birliktelikte bulunduğunu öğrenmesi veya bu durumdan kuşulanmasıdır. Duygusal kıskançlık ise kişinin partnerinin karşı cinsten başka biri ile duygusal ilişkisi olduğunu öğrenmesi ya da bu durumdan kuşulanmasıdır (Madran, 2008).

İnsan üreme biyolojisinin önemli cinsiyet farklılığı, kadınlarda bulunan doğurganlık özelliğidir. Hiçbir kadın biyolojik anne olduğundan şüphe duymamıştır. Bunu göre erkekler, kadınların başına gelmeyecek bir probleme maruz kalmaktadır. Bu problem, çocukların kendilerinden olup olmadığı konusundaki şüphedir. İnsanın ortaya çıktığı zamandan bugüne kadar babalık konusundaki bu belirsizlik ve şüphe durumu devam etmiştir. Bu nedenden dolayı cinsel aldatılma durumunda erkek, başka kişinin çocuğuna babalık yapma olasılığıyla karşılaşmaktadır. Harcadığı bedensel enerji, maddi ve manevi birikimleri tehlikeye düşmektedir. Bununla birlikte belki de kişi tüm imkanlarını kendi kanından olmayan bir çocuğa iletmektedir (Buss, 2018).

Bir eşin cinsel sadakatsizliği, kadının ebeveynlik konusundaki kesinliğini tehlikeye atmaz. Çocuk, eşinin cinsel sadakatsizliğinden bağımsız olarak kendisine aittir. Kadınlar eşi başka bir kadınla ilgilenirse zamanını, enerjisini, kaynaklarını, ebeveynlik yatırımını, korumacılığını ve bağlılığını kaybetme riskiyle karşı karşıya kalmaktadır. Duygusal yönden aldatılma kadınlar için ilişkinin kaybedilme riskini ortaya çıkarmaktadır. Buna göre kadınlar bu tarz bir aldatılmayla karşılaşmaktan daha çok tedirgin olmakta ve bu gibi aldatılmada daha fazla kıskançlık yaşamaktadırlar (Buunk vd., 1996).

Bilişsel- Olgusal Yaklaşım

Bilişsel değerlendirme yaklaşımından kıskançlık tecrübeleriyle birlikte ortaya çıkan davranışların, duyguların ve düşüncelerin açıklanmasında yararlanılmaktadır. Bu kuram, duyguların çevredeki uyarıcıya verilen zihinsel tepkilerin sonucunda ortaya çıktığı varsayımını temel almaktadır (Lazarus, 1991; Lazarus ve Lazarus, 1994; Akt: Houser, 2009). Lazarus tarafından ortaya atılan bilişsel- olgusal yaklaşımı bazı araştırmacılar (örn. Hupka, 1981; Mathes, 1991; White, 1981a) kıskançlığa uyarlayarak somut duruma getirmişlerdir. Bu kurama göre insanlar içinde buldukları durumları sürekli ve kademeli biçimde değerlendirmektedirler. Bu kuram olaylarla karşılaşıldığında birincil değerlendirme, ikincil değerlendirme ve yeniden değerlendirmenin gerçekleştirildiğini savunmaktadır (Demirtaş, 2004).

Birincil değerlendirme, insanın mevcut durumunu iyilik hali açısından inceler. Pozitif ve ılımlı durumlar insanın iyilik durumunu artırır (Lazarus, Kanner ve Folkman, 1980; Akt., Demirtaş, 2004). Mevcut durum strese neden oluyorsa ikincil değerlendirmeye geçilir. İkincil değerlendirme durumun üstesinden gelmeye fayda sağlayabilecek seçenekleri incelenir. Yeniden değerlendirme ise baş etme davranışının ardından şartların tekrar değerlendirilmesidir. Bu değerlendirme olayın strese neden olmaktan çıktığını, önemsiz ya da ılımlı-pozitif olduğunu gösteriyorsa kişi diğer problemlere ve çözümlere yönelebilir. Tekrar değerlendirmenin ardından durum strese neden olmaya devam ediyorsa, yeni bir çözüm yöntemi seçilir ve harekete geçilir. Bu süreç olay strese neden olmaktan çıkana dek sürer (Demirtaş, 2004).

Bilişsel- olgusal kuramı kıskançlıkla ilgili açıklamalar için temel alan ilk araştırmacı White'dır (Demirtaş, 2004). White'a göre (1981a) kıskançlık kişinin benlik saygısı ve/veya ilişkisine yönelik tehditlerden kaynaklanan bir duygu, düşünce ve davranış kompleksidir (White, 1981b). Bilişsel- olgusal yaklaşım kıskançlığa uyarlandırıldığında birey (B), eşi (E) ve rakibinden (R) oluşan bir üçgen ortaya çıkmıştır (Demirtaş, 2004). B- E- R üçgeninde, kişi partnerini almak isteyen bir rakiple karşılaşmıştır. Genellikle, B'nin E'de R'ye oranda daha fazla hakkı bulunmaktadır. Ancak olağandışı durumlar görülebilir (Örn. R E'yi, E ile B evli olmasına rağmen daha eskiden tanıyor olabilir) (Demirtaş, 2004). Ancak, E üzerinde hakkı olması yönünden iki tarafta aynı durumdaysa bu kıskançlık değil, bir yarış olarak değerlendirilmektedir. E üzerinde R, B'den daha fazla hak sahibiyse B'nin içinde bulunduğu durum romantik hasettir. Bunun nedeni ise B'nin, R'ye ait olan bir şeyi elde etmek istemesidir (White, 1981b).

Transaksiyonel Yaklaşım

Bu kurama göre kıskançlığı harekete geçiren yalnızca tek bir şart yoktur ve kıskançlık, kültürden bağımsız olarak değerlendirilemez. İnsan, ilişkileriyle ilgili düşüncelerini ve yargılarını sosyal ortamlarını esas alarak oluşturmaktadır. İnsanlar olayları yorumlarken ve anlamlandırırken içinde buldukları sosyal ortamın kural ve değerlerini referans olarak kullanmaktadırlar (Bringle, 1991; Akt., Demirtaş, 2004). Bu kurama göre partnerin başka bir kişi ile ilişki kurması ilişki ödülleri azalması ya da kaybedilmesi riskini ortaya çıkarıyorsa kıskançlık görülmeye başlar. İlişkiye karşı tehditler, yalnızca partnerin ve ilişkinin yitilmesiyle değil, farklı birçok kayıpla ilgili olabilmektedir. Bu kayıplar zaman kaybı, ilişki kaybı, pozisyon kaybı, yetersizlik algısı, kişisel alana karışma, negatif duygu durumu ve partnere karşı nefret duyguları gibi geniş bir alanda olabilmektedir (Bringle, 1995).

Transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlık sadece romantik ilişkilerde yaşanmamaktadır. İş, aile ve arkadaşlık gibi birçok ilişkide de kıskançlık mevcuttur. Romantik kıskançlık, diğer kıskançlık çeşitlerine göre daha kuvvetli, daha stres verici, daha karışık ve belirgindir (Demirtaş, 2004). Transaksiyonel kuramda, kıskançlığın meydana gelmesine yol açan üç ana değişken bulunmaktadır. Kıskançlığın ortaya çıkması için bu değişkenlerin bir arada olması

gereklidir. Tek başına bir değişken kıskançlığı ortaya çıkaramamaktadır. Bu değişkenler bağlanma, güvensizlik duygusu ve uyarılabilirliktir (Demirtaş, 2004).

Bağlanma, karşılıklı bağımlılıktır (Bringle ve Buunk, 1985; Akt., Demirtaş, 2004). Yatırım gerektiren bir ilişkide bulunulduğunda ve gelecekle ilgili beklenti olduğunda, ilişki zarar görürse ya da biterse bazı kayıplarla karşı karşıya kalınmaktadır. Buna göre yatırım ve sonuçlara yönelik beklenti arttıkça bağlanma da artmaktadır. Bağlanmanın artması ise kıskançlığı ortaya çıkaran durumlara gösterilen tepkilerin şiddetinin artmasına neden olmaktadır (Bringle, 1991; Akt., Demirtaş, 2004). Güvensizlik duygusu kişinin, partnerinin ilişkilerine bağlılığına dair algısıyla ilgilidir. Bağlanma, güvensizlik hissi ile beraber kıskançlığa neden olmaktadır. Partnerin ilişkiye bağlılık seviyesi ve yatırımı azaldıkça güvensizlik hissi artmaktadır (Erber ve Erber, 2001). Kıskançlığı meydana getiren durumlara gösterilen duygusal tepkilerin kuvvetini arttıran bir başka etmen, uyarılmaya eğilimdir. Bu eğilim, gösterilen duygusal tepkilere ek olarak geleceğe yönelik zihinsel değişiklikler de oluşturmaktadır (Utkan, 2016).

Transaksiyonel kuram kıskançlığın içsel ve dışsal değişkenlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıktığını belirtmiştir (Bringle, 1991; Akt., Demirtaş, 2004). İçsel ve dışsal değişkenlerin önemi insandan insan değişmektedir. Her insanda aynı değildir (Bringle, 1995). Bu kurama göre kıskançlık ikiye ayrılmaktadır. Bunlar kuşkucu kıskançlık ve tepkisel kıskançlıktır. Kuşkucu kıskançlıkta, tepkileri daha çok içsel değişkenler etkilemektedir. Kaygı, öfke, şüphe ve üzüntü daha belirgindir. Partnere saplantılı bir güvensizlik bulunmaktadır. Sanki kişi kıskançlığı tetikleyici faktörleri bulma çabası içindedir. Partnerin hareketlerini devamlı kontrol eder ve açığını bulmaya çalışır. En küçük bir tetikleyici, ortada anlamlı kanıtlar bulunmasa bile aşırı tepkiye neden olmaktadır. Tepkisel kıskançlıkta, tepkileri daha çok dışsal değişkenler etkilemektedir. Bu kıskançlık, ilişkinin gerçek anlamda zarar gördüğü ve geribildirimlerin görülür bir biçimde azaldığı olağandışı durumlarda gösterilen kıskançlıktır (Demirtaş, 2004).

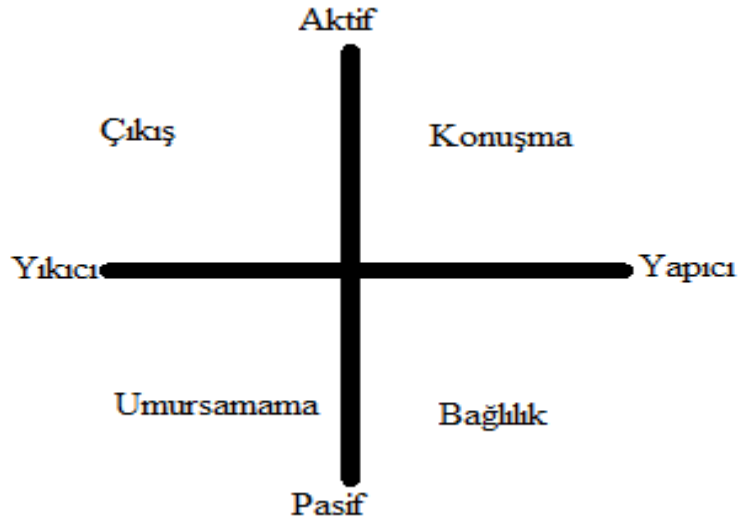
Yatırım Kuramı

Yatırım kuramı, Thibaut ve Kelly (1959) tarafından oluşturulan karşılıklı bağımlılık yaklaşımına ait karşılaştırma düzeyi (KD) ve seçenekler için karşılaştırma düzeyi (KDseç) kavramları üzerine temellendirilmiştir. Rusbult

(1980) tarafından önerilen yatırım kuramı ilişkilerin oluşması, sürekliliği ve sonlanması konuları üzerinde durmaktadır. Bu yaklaşıma göre insanlar ilişkilerinin doyum verici olup olmadığı hakkında karar verirken karşılaştırma düzeyi, ilişkilerini sürdürüp sürdüremeyecekleri kararını alırken de seçenekler için karşılaştırma düzeyi kriterlerinden yararlanmaktadır (Houser, 2009, s. 20).

Kişisel karşılaştırma seviyesi, bireyin mevcut ve geçmiş ilişkilerinden sağladığı kazancı değerlendirmesi ile çevresindeki diğer ilişkileri gözlemlemesi sonucu oluşmaktadır. Yatırım kuramına göre, ilişkiden kazanılan ödüller bireyin karşılaştırma seviyesinin üstüne geçtiğinde kişinin o ilişkiden doyum aldığı söylenmektedir. Bireyin ilişkisinden kazandıkları karşılaştırma seviyesini karşılayamadığında ya da bu düzeyin aşağısında kaldığında birey doyumsuzluk yaşamaktadır. Seçenekler için karşılaştırma ise, bireyin mevcut ilişkisi dışında ulaşabileceği farklı potansiyel ilişkilerden sağlayacağı kazançları vurgulamaktadır (Houser, 2009).

Rusbult tarafından ortaya konan yatırım kuramında kıskançlık ve diğer ilişki sorunlarına yönelik dört temel kategori belirlenmiştir. Bunlar çıkış, konuşma, bağlılık ve umursamama'dır. Bu tepkiler iki boyutta birbirinden farklıdır. Boyutlar yapıcı- yıkıcı ve aktif- pasiftir (Rusbult vd., 1986).



Şekil 1 Yakın İlişkilere Karşı Memnuniyetsizliğe Verilen Tepkiler Tipolojisi (Rusbult vd., 1986, s. 47).

‘Çıkış tepkisi’ aktif olarak yıkıcı bir şekilde davranmaktır. Ayrılmak, tehdit etmek ve ilişkiyi sonlandırmak gibi davranışları içerir. Birey, ilişkisinden

daha çok öz saygısını korumayı hedeflemektedir. ‘Konuşma tepkisi’ sorunu konuşmak, soruna çözüm önermek, partneri rahatsız eden sorunları sormak ve çözüm aramak gibi davranışları içeren aktif ve yapıcı bir tepkidir. Burada hedef kişinin öz saygısının da ilişkisinin de korunmasıdır. ‘Bağlılık tepkisi’ zamana bırakmak, diğer insanlara karşı partneri savunmak ve ilişkinin düzelmesi için dua etmek gibi pasif ve yapıcı davranışları içeren tepkidir. Kişi öz saygısını korumayı değil, ilişkisini sürdürmeyi hedeflemektedir. İlişkinin normale döneceğini düşünmekte ve harekete geçmeden beklemektedir. ‘Umursamama tepkisi’ partneri görmezden gelmek, birlikte daha az zaman geçirmek, problemi tartışmayı reddetmek ve partnere kötü davranmak gibi yıkıcı ve pasif davranışları içeren tepkidir. Kişinin öz saygısı da ilişkinin devam etmesi de önemli değildir. Birey, olan soruna yokmuş gibi davranmaktadır. Çözmek için herhangi bir gayret göstermemektedir. Konuşma ve bağlılık gibi yapıcı tepkiler, ilişki yatırımının ve doyumunun artmasıyla ilişkilidir (Rusbult vd., 1986, s. 47- 48).

Sistemik Yaklaşım

Bu kuram bütünü, parçaların birbirleri ile etkileşiminden oluştuğunu belirtmektedir. Bununla birlikte bütün, bu parçaların herhangi birine ait olmayan özelliklere sahiptir. Diğerlerini etkileyen ve onlardan etkilenen parçalar ve onları örgütleyen ilişkiler bir sistem oluşturmaktadır. Buna göre bir aile üyesindeki sorunu ailedeki tüm üyeleri için içine katmadan, sadece sorunu olan insanla çalışarak anlamaya çabalamak anlamsız olacaktır. Aile üyelerinin birinde meydana gelen değişim, diğer üyelerin hepsinde bazı farklılıklar meydana getirmektedir (Utkan, 2016).

Sistemik kuram, kıskançlığın işlevsel olduğunu savunmaktadır. Partnerler arasında ortaya çıkan kıskançlık aslında ilişkideki mevcut bir problemi yansıtmaktadır. Bu kurama göre dikkat edilmesi gereken nokta kıskançlık sonucu meydana gelen davranışlar değil, ilişkinin kendisidir. Önemli olan kıskançlığın ilişkide neye hizmet ettiğidir. Kıskançlık, ilişkide iletişim aracı rolündedir (Dokur ve Profeta, 2006). Sistemik yaklaşım, kıskançlığın ilişki dinamiklerinin bir sonucu olduğunu belirtmektedir. Psikodinamik kuramdan farklı olarak bilinçdışı faktörler ile kıskançlığın düzeltilmesi arasında ilişki kurmaz. Bilinçdışı kökenlerin önemi yoktur. Önemli olan kişinin yer aldığı sistemlerin tümüdür. Sistemin içinde

öncelikle çift bulunur ve beraberinde çiftin soylarının yer aldığı toplumun kültürünün de etkisi bulunmaktadır (Pines, 1998).

2. 3. 3. Romantik Kıskançlığın Etkileri

Romantik kıskançlık, nasıl ortaya çıktığına ve kıskançlıkla başa çıkma şekline göre olumlu ve olumsuz olarak nitelendirilebilmektedir. Kıskançlık deneyimi, insanların kıskançlıklarını nasıl ifade ettiklerini etkileyen düşünceleri ve duyguları içerir. Buna karşılık kıskançlığın ifadesi, kıskançlığa karşı davranışsal ve iletişimsel tepkilerden oluşur (Buunk ve Dijkstra, 2006). Romantik kıskançlık çoğunlukla bireylerde korku, keder, üzüntü, aşağılanma, öfke, nefret, kıyaslama, suçluluk, utanç, kuşku, şanssızlık, çaresizlik ve kendine acıma gibi birçok negatif duyguyu oluşturmaktadır (Pines, 1998). Romantik kıskançlıkla ilgili negatif kabul edilebilecek altı duygu bulunmaktadır. Bunlar öfke, korku, keder, haset, cinsel uyarım ve suçluluk olarak belirtilmiştir (White ve Mullen, 1989; Akt., Tortamış, 2014).

Yapılan çoğu araştırmada insanların kıskançlığı çoğunlukla olumsuz terimlerle tanımladıkları görülmüştür. Kıskançlığın genellikle olumsuz veya kötü olarak kabul edilen çeşitli bireysel özelliklerle ilişkili olduğu belirtilmektedir. Kıskançlık düşük benlik saygısı, düşük özgüven, düşük güven duygusu, düşük empati, yalnızlık, onay ihtiyacı, nevrotiklik, depresyon ve düşmanlık duygusu ile ilişkilendirilmiştir (Attridge, 2013).

Kıskanç birey diğer kişilere güvenmez, kuşku hisseder ya da diğer insanların maskelerini indirmek için olağandışı aldatma senaryoları kurgular. Gerçek bir ihanete maruz kaldığında ise kendi senaryosu ile gerçek yaşantısı arasındaki ayrımın farkına varamaz ve olan biteni anlayamaz. Yalnızca kıskançlığın oluşturduğu duyguya dikkat eder. Bu sebeple hem sevemez hem de nefret edemez. Bu bilinmezlikte partnerinin yaşamına karışan kişi, partneri tarafından yalnız bırakılır (Blevis, 2010). Kıskanç birey çoğunlukla, ihtirasını kendi değerlendirmeleri ile bağlantılı olduğunu fark etmemektedir. Kişinin diğer duygular gibi kendi değerlendirmeleri ve düşünceleri sonucunda var olan kıskançlık kişiyi kötü yönde etkilemesiyle birlikte romantik ilişkisini ve bu ilişkiden alınan doyumunu da olumsuz yönde etkilemektedir (Pines, 1992; Akt., Utkan, 2016; Buunk, ve Dijkstra, 2006).

Kıskançlığın sevgi dolu bir ilişkinin bitimine (Sheets vd., 1997), uyumsuzluk ve cinsel işlev bozukluğu gibi çiftlerin cinsel yaşamındaki olumsuzluklara (De Silva, 1997) etkisi olabilmektedir. Kıskançlığın etkisiyle bazı insanlar normal hayatlarında yapmayacakları davranışları sergilemektedir (Carson ve Cupach, 2009). Kıskançlığın rakibe karşı saldırgan davranışlara ve partner şiddetine etkisi bulunmaktadır. Patolojik veya hastalıklı olarak adlandırılan aşırı kıskançlık cinayete yol açabilmektedir. Yıkıcı etkilerine rağmen, kıskançlığın bireyler ve ilişkiler üzerinde bazı olumlu etkileri de olabilir. Örneğin, bireyi ilişki tehditlerine karşı uyarır ve ilişkiyi koruyan davranışlara motive edebilir. Kıskançlığın birlikteliği sürdüren aşık olma duygusu ve birlikteliği sürdürme kararlılığı gibi niteliklerle olumlu bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (Attridge, 2013).

Romantik kıskançlık üç grupta kategorize edilmektedir. Bunlar sağlıklıdan sorunluya doğru tepkisel, sahiplenici ve kaygılı şeklindedir. Tepkisel kıskançlık, kişinin partnerinin başkasıyla flört etmesi veya başka biriyle cinsel birliktelik yaşaması gibi, gerçek bir ilişki tehdidinde verdiği doğrudan yanıttır. Endişeli kıskançlık, bireyin eşinin başka biriyle cinsel veya duygusal olarak ilişki kurduğuna dair düşünce ile birlikte endişe, şüphe, güvensizlik ve üzüntü duygularını deneyimlediği aktif bir bilişsel süreçtir. Sahiplenici kıskançlık, kıskanç bireylerin eşlerinin rakip kişilerle temas kurmasına karşı çıkmak gibi partnerlerinin üçüncü bir insanla temasını önleme çabalarını içerir (Buunk ve Dijkstra, 2006). Tepkisel kıskançlığın aşkın bir göstergesi olduğu belirtilerek sağlıklı olduğu ileri sürülmüştür. Tepkisel ve sahiplenici tarzda kıskançlığın çiftin birbirine yakın olması ile ilgisi bulunmaktadır. Ancak tepkisel olumlu, sahiplenicinin olumsuz olduğu belirtilmektedir (Attridge, 2013).

2. 4. ROMANTİK KISKANÇLIK KARŞISINDA GÖSTERİLEN İLETİŞİM TEPKİLERİ

Kıskançlığın genellikle romantik ilişkilerde memnuniyetsizlik, yıkıcı- çatışma davranışı, ayrılık ve şiddet dahil olmak üzere bir dizi olumsuz sonuçla ilişkili olduğu belirtilmektedir. Yine de kıskançlıklarını yapıcı yollarla ifade eden kişilerin bu olumsuz sonuçları deneyimleme olasılığı daha düşüktür ve kıskançlık deneyimine rağmen ilişkilerinden memnun olduklarını bildirme olasılıkları daha yüksektir. Bu nedenden dolayı insanların kıskançlıkta nasıl iletişim kurduklarını

anlamak önemlidir. Bununla birlikte, kıskançlık üzerine yapılan ilk çalışmaların çoğunda, davranışsal veya iletişimsel olmaktan ziyade psikolojik deneyimlere yani düşüncelere ve duygulara odaklanılmıştır (Guerrero vd., 2011, s. 224).

Kıskançlık, davranışlar ve kişilerarası iletişim yoluyla ifade edilmektedir. Kıskançlık ifadesi özel, kıskançlık duygusunun yansıtılmasında spontan olarak ortaya çıkan eylemleri ve başkalarına yönelik stratejik iletişimi kapsamaktadır. Kıskançlıkta dört boyut altında 11 spesifik iletişimsel tepki bulunmaktadır (Guerrero, 1998). Bu tepkiler iletişimi oluşturma ve iletişime engel olma çabası sonucu oluşan tepkilerdir (Guerrero, Andersen, Spitzberg ve Eloy, 1995):

- Hayal kırıklığı, üzüntü veya öfke gibi kıskançlıkla ilgili olumsuz duyguların sözel olmayan yolla ifade edilmesi,
- Bütünleştirici iletişim: Hissedilen kaygının ve duyguların partnere ifade edilmesi şeklinde sorun çözücü girişimler,
- Yıkıcı iletişim: Yapıcı iletişimin aksine kaba davranma veya eşine bağırma gibi davranışlar,
- Kaçınma/inkar: Hissedilen kıskançlığı yok sayma, kabul etmeme ve sohbeti bitirme şeklindeki davranışlar,
- Aktif mesafe koyma: Partnere yokmuş gibi davranma, ters ters bakma ve mesafeli davranma gibi davranışlar,
- Tehdit/şiddetli iletişim: Kaba kuvvet kullanma, bedensel şiddete ve tehdide başvurma gibi davranışlar,
- İzleme/gözetleme: Sevgilisinin ne yaptığı, nerede olduğunu sürekli kontrol etme gibi eylemler,
- Telafi edici yenileme stratejileri: Eşine hediye yollama ve kendini daha cazip hale getirmeye çalışma biçiminde ilişkinin iyileşmesine yardımcı olacak davranışlar,
- Eşini duygusal bakımdan yönlendirmeye yönelik manipülatif girişimler,
- Rakip ile iletişim kurarak eşinden uzak durması için ikaz etmeyi içeren rakiple iletişim,

- Hissedilen kıskançlık sebebiyle eşyalara zarar verme gibi şiddet davranışları.

Bu iletişimsel tepkilerin ilk altısı partnerle iletişim kurma veya iletişimden kaçınma çabalarını içerir. Kıskançlık tepkilerinin geri kalan biçimleri genellikle partneri hedef alsada, her zaman birey ile partner arasındaki doğrudan iletişimi içermez (Guerrero, 1998). Birey partneriyle doğrudan iletişim kuramadığında bunu gözleme- izleme davranışı, telafi edici yenileme stratejileri, manipülatif girişimler, rakiple iletişime geçme ve şiddet davranışları yoluyla dolaylı olarak gerçekleştirebilmektedir (Guerrero vd., 1995). Yıkıcı iletişim ve daha az ölçüde rakip odaklı iletişim, ilişki doyumu ile olumsuz şekilde ilişkilendirilirken, yapıcı iletişim olumlu şekilde ilişkilidir (Guerrero vd., 2011).

İletişimsel tepkiler yapıcı, yıkıcı, kaçınan ve rakip odaklı olmak üzere dört kategorileri altında incelenmektedir (Guerrero vd., 2011, s. 223):

- **Yıkıcı iletişim:** Olumsuz iletişim, karşı kıskançlık başlatma ve şiddet içeren yıkıcı davranışlardan oluşur (Guerrero vd., 2011).
- **Yapıcı iletişim:** Bütünleştirici iletişim ve telafi edici davranışları içermektedir (Guerrero vd., 2011).
- **Kaçınma/inkar:** Kaçınma, sessizlik ve inkar davranışlarını kapsamaktadır. Partnere kötü bakma, mesafeli davranma, ortamı terk etme ve partneri görmezden gelme gibi davranışları içermektedir (Metiner, 2017).
- **Rakip odaklı iletişim:** Rakibi ele geçirme, gözetleme, rakiple temaslar ve rakibi aşağılama işaretlerini içermektedir (Guerrero vd., 2011).

2. 5. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2. 5. 1. Romantik Kıskançlıkta Kendini Açma İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Araştırmanın bu kısmından romantik ilişkide kendini açma ile ilgili literatür taraması sonucunda ulaşılan bazı çalışmalara yer verilmiştir. Ulaşılan çalışmalarda genel olarak kendini açma davranışının farklı değişkenlerle ilişkisine odaklanıldığı görülmüştür (Ataşalar, 1996; Çetinkaya, 2005; Şahin, 2011; Gürel, 2015; Derin, 2016; Arslan, 2018). Flört ilişkisi, evlilik öncesi süreçler, evlilik gibi

romantik ilişkilerde kendini açma ile ilgili sınırlı sayıda çalışmaya rastlanmıştır (Çağ ve Yıldırım, 2017; Gürer, 2019; Dur, 2020).

Çağ ve Yıldırım (2017) tarafından evli kişilerin kendini açma düzeyini ölçen bir ölçek geliştirilmiştir. Çalışmanın sonucunda geliştirilen bu ölçeğin evli kişilerin kendini açma düzeyini ölçmede kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu görülmüştür. Ölçek üç boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar ilişkinin niteliği, farkındalık ve açıklıktır.

Dur (2020) tarafından evli kişilerin eşe kendini açma ve eş tükenmişlik seviyelerine etki eden sosyodemografik değişkenleri tespit etme ve evli kişilerin bu sosyodemografik değişkenlerle ilgili eşe açılma ve eş tükenmişlik profillerini ortaya koyma amacıyla bir çalışma yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Eşe Kendini Açma Ölçeği ve Eş Tükenmişliği Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda evli kişilerin eş tükenmişliği ile eşe kendini açma düzeyleri arasında orta seviyede, olumsuz ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Gürer (2019) yapmış olduğu çalışmada evli kişilerin evlilik doyumu ve eşe kendini açmaya etkisi olan değişkenler ile evlilik doyumu ve eşe kendini açma arasındaki ilişki incelenmiştir. Evli kişilerde evlilikten alınan doyum ile eşe kendini açma arasında yüksek düzeyde olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Cinsel davranış rahatlığı ve aynı eşi tercih etme değişkenleri evli kişilerin doyum almalarına ve kendilerini açmalarına anlamlı düzeyde etki etmektedir. Cinsiyet, yaş, öğrenim seviyesi, aile bireyleri, evlilikte geçen zaman, kaç çocuk olduğu ve eşlerin yaş farkı faktörleri evli kişilerde evlilikten alınan doyum ve eşe kendini açmayı anlamlı bir şekilde etkilememektedir. Gelir sağlayan iş, ailenin aylık kazancı, ev işlerinde eş yardımı ve eşin kök ailesinin karışması faktörlerinin evli kişilerin kendini açmasını anlamlı düzeyde etkilememektedir.

Çetinkaya ve Akbaba (2011) tarafından lisans öğrencilerinin kendini açma davranışı ile bağlanma tarzları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre üniversite öğrencilerinin diğer insanlara açtıkları bilgiler, açıldıkları kişiler yönünden anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Üniversite öğrencilerinin bağlanma tarzlarıyla kendini açma davranışları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmaktadır. Cinsiyet yönünden kişilere ve paylaşılan bilgiye göre kendini açma seviyesi kızların lehine anlamlı olarak farklılaşmaktadır.

Şahin (2011) tarafından lisans öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş, algıladıkları sosyal destek seviyeleri; cinsiyet, yaş, kardeş miktarı, en fazla hayatlarını geçirdikleri yer, ailenin maddi durumu, ebeveynlerin öğrenim hali, ebeveynlerin tutumuna göre incelenmiştir. Çalışmanın bulguları, cinsiyete göre kendini açmanın değiştiğini göstermiştir. Yaş, kardeş miktarı, en fazla hayatlarını geçirdikleri yerlere göre; kendini açma, öznel iyi oluş, algılanan sosyal destek puanları arasında manidar bir değişiklik tespit edilememiştir. Kendini açma puanlarının ailenin maddi durumu, ebeveynlerin öğrenim seviyesinden etkilendiği görülmüştür. Kendini açma, öznel iyi oluş, algılanan sosyal destek arasında ebeveyn tutumlarını göre manidar değişiklikler olduğu tespit edilmiştir. Kendini açma, öznel iyi oluş, algılanan sosyal destek puanları arasında olumlu doğrultuda yüksek seviyede; öznel iyi oluş ve açılma arasında olumlu doğrultuda orta seviyede ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

2. 5. 2. Romantik İlişkide Kendini Açma İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Derlega ve arkadaşlarının (1993) yapmış olduğu çalışmada yakın ilişkilerde kendini açmanın rolü incelenmiştir. Kitapta yakın ilişkilerde kendini açma sürecinin nasıl işlediği ve partnerlerin birbirleriyle ne şekilde etkileşime girdiklerini gösteren dört ana temaya odaklanılmaktadır. Bu temalardan ilki yakın ilişkiler ve kendini açmanın karşılıklılığı, ikincisi erkekler ve kadınlar arasındaki alt kültür farklılıklarının ilişkilerde kendini açmayı nasıl etkilediğidir. Üçüncü tema, kişisel bilgilerde kendini açma ile ilgili güvenlik açığının ve riskin partnerlerde gizlilik düzenlemesi konusunda endişeye ne şekilde yol açtığıdır. Son temayı stresli olaylar hakkında konuşma istekliliğiyle bağlantılı olan stresi azaltıcı kendini açmanın, hoş olmayan yaşam olaylarıyla başa çıkma yolu olması ve sosyal desteğe erişim sağlaması oluşturmaktadır.

Horne ve Johnson (2018) tarafından Alman Yakın İlişkiler ve Aile Dinamikleri Panel Analizi'nin birinci ve ikincisinde, 5.042 kişiden alınan samimiyet süreci modelinin verileri yoluyla yakın ilişkilerde kendini açma düzeyini tahmin etmede geleneksel cinsiyet rolü tutumları ve ilişki etkinliğinin katkıları incelenmiştir. Bulgular kadınların kendini açma ve ilişki etkinliği ölçümlerinde erkeklerden daha yüksek puan aldığını ancak geleneksel cinsiyet rolü tutumlarından daha düşük puanlar aldığını göstermiştir. Bununla birlikte

kendini açma ile ilişkilendirilemeyen geleneksel cinsiyet rolü tutumlarına kıyasla ilişki etkinliğinin kendini açma konusunda daha güçlü bir belirleyici olduğu saptanmıştır.

Kito (2005) tarafından kendini açma düzeyinin dört ilişki türünde (tutkulu aşk ilişkileri, arkadaşça aşk ilişkileri, hem cins arkadaşlıklar ve cinsiyetler arası arkadaşlıklar) Amerikan kültürü ve Japon kültürü arasında değişkenliği incelenmiştir. Katılımcılar 64 Amerikalı ve 81 Japon 145 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda Japon öğrenciler, ilişki türüne bakılmaksızın kendini açmada Amerikalı öğrencilerden daha düşük puan almıştır. Kendini açmanın hem Amerikalı katılımcılar hem de Japon katılımcılar için aynı cinsiyetten arkadaşlıklarda, cinsiyetler arası arkadaşlıklara göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Kendini açmanın hem Amerikalı hem de Japon öğrenciler için romantik ilişkilerde arkadaşlık ilişkilerinden daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Kendini açma ile tutkulu aşk arasındaki ilişki, kendini açma ile arkadaşça aşk arasındaki ilişkiye göre daha güçlü bulunmamıştır.

Sprecher ve Hendrick (2004) yapmış oldukları çalışmada uzun bir süre boyunca çiftlerin her ikisinden birçok kez toplanan verilerle ilişki içinde kendini açma incelenmiştir. Genç yetişkinlik döneminde olan romantik çiftin her iki üyesinden alınan boylamsal verilerle kendini açma ile hem bireysel özellikler (duyarlılık, öz saygı gibi) hem de ilişki özellikleri (memnuniyet, sevgi, bağlılık) arasındaki ilişki incelenmiştir. Genel olarak, erkeklerin ve kadınların aynı düzeylerde kendilerini açtıkları görülmüştür. Kendini açma ile benlik saygısı, bireysel özellikler, ilişki saygısı (yakın bir partner olarak güven) ve yanıt verme arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Kendini açma aynı zamanda ilişki kalitesiyle (memnuniyet, sevgi ve bağlılık) olumlu bir şekilde ilişkilendirilmiştir. Takip dalgalarında tipik olarak benzer, olumlu ilişkiler bulunmuştur ama çoğu durumda korelasyonlar anlamlı çıkmamış ve büyüklük olarak mütevazı bulgulara ulaşılmıştır. Tüm örnek için ölçüm 1'de, yüksek seviyedeki kendini açmanın hangi çiftlerin bir arada kaldığını ve hangilerinin zaman içinde ayrıldığını tahmin etme derecesini sınırlandırdığı söylenmektedir. Çalışma süresince birlikte olan çiftlerin alt örneğini (çoğunluğu ölçüm 5'e kadar evlenmiş olan) içeren bir analizde kendini açma düzeylerinde önemli bir farklılık görülmemiştir.

Tajmirriyahi ve Ickes (2020) tarafından benlik kavramı ve benlik netliği kavramlarının kendini açmadaki rolü incelenmiştir. Bu çalışmada benlik netliği ile kişinin romantik partnerine kendini açması arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yapılan üç çalışmadan ikisinde benlik kavramı netliğindeki varyans kontrol edildikten sonra benlik saygısının, kendini açmanın önemli bir yordayıcısı olmadığı görülmüştür. Çalışmada kavramsal ve deneysel olarak benlik saygısından farklı olan benlik açıklığının kendini açmanın önemli bir yordayıcı olduğu savunulmaktadır.

Erwin ve Pressler (2011) tarafından 143 üniversite öğrencisi ile önceki araştırmalarda aşk stilleri ve utangaçlık arasında olduğu kabul edilen ilişkinin, utangaçlık ile ilgili kendini açma kalıplarındaki farklılıklardan kaynaklanma olasılığı araştırılmıştır. Araştırmanın sonucu utangaçlık ve aşk stilleri arasında önemli ilişkiler olduğunu gösteren önceki araştırmalarla uyumlu bulunmuştur. Kendini açma ile utangaçlık arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır ancak kendini açma ile aşk stilleri puanları arasında bazı doğrudan bağlantılar olduğu görülmüştür.

Welker ve arkadaşları (2014) tarafından laboratuvarında oluşturulan çift arkadaşlıklarında, yüksek düzeyde kendini açma ve yakınlık oluşturma etkinlikleri yoluyla tutkulu aşk duygularının değişkenliği incelenmiştir. Çalışma 1’de (yüksek ve ya düşük) yakınlık oluşturma görevine rastgele atanan çiftler (ya yalnız ya da başka bir çiftle) diğer çiftlere kendilerini açtıklarında tutkulu aşk önemli ölçüde artış göstermiştir. Çalışma 2’de çiftin duyarlılığının, diğer çiftlerle yüksek düzeyde kendini açma etkileşimleri ardından tutkulu aşktaki artış üzerinde kendini açmanın etkilerine aracılık ettiğini görülmüştür.

Geçmiş araştırmalar bağlanma biçiminin ilişkilerde kendini açmayı öngördüğünü göstermektedir (Way ve Arsiwalla). Way ve Arsiwalla (2020) tarafından 202 kişi ile bağlanma stilleri ve kendini açma arasında olası bir aracı olarak uyku kalitesinin rolü incelenmiştir. Araştırmanın sonucu uyku kalitesinin bağlanma ve kendini açma arasındaki ilişkide aracı rolü olduğunu göstermiştir.

Kendini açma insanların kendilerini başkalarına tanıttıkları iletişimsel dinamik bir süreçtir. Kendini açma hem bireysel hem de ilişkisel esenliği katkı sağlar (Willems vd., 2020). Bu gibi nedenlerle Willems ve arkadaşları (2020)

tarafından ilişkilerde kendini açmanın nasıl ve neden geliştiğini, sürdürüldüğünü ve çözüldüğünü ortaya koymak amacıyla literatürdeki teorik ve ampirik araştırmalar gözden geçirilmiştir.

Inciong ve arkadaşları (2020) tarafından bir müdahale programı oluşturmak amacıyla uzun mesafeli ilişkileri olan bireylerin sevgi tutumu, duygusal kendini açığa vurma ve yatırım modeli arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 150 kişi ile yürütülmüştür. Karma model kullanılmıştır. Tutkulu ve özgeci aşk stili gösteren katılımcıların kendilerini açtıkları baskın duygu mutluluk ve ilişki doyumu olmuştur.

2. 5. 3. Romantik Kıskançlık ve Romantik Kıskançlık Karşısında Gösterilen Tepkilerle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Literatüre bakıldığında romantik kıskançlık karşısında verilen iletişim tepkileri ile ilgili yurt içinde yapılan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür (Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez, 2006; Hoşoğlu, 2017; Hoşoğlu ve Sevim, 2018; Hoşoğlu ve Sevim, 2019). Romantik kıskançlığın ise romantik ilişki inançları (Utkan, 2016), aldatma (Tortamış, 2014; Önder, 2019), bağışlama (Alpay, 2009), bağlanma (Taşın; 2015; Yeter, 2016; Metiner, 2017; Sümer, 2017), empati (Akça, 2014), yaşanan istismar durumu (Tunç, 2015), evlilik doyumu (Houser, 2009; Zeytinoğlu, 2013; Sümer, 2017; Girgin, 2018) gibi değişkenlerle ilişkisinin incelendiği görülmüştür.

Bulut (2019) tarafından romantik ilişki yaşayan kişilerde görülen kıskançlığın sosyodemografik değişkenler, ikili ilişkilerde güven ve kişilerin öz saygı seviyeleri ile ilişkisi incelenmiştir. Bilişsel kıskançlığın eğitim seviyesi, gelir seviyesi, romantik ilişkide güven ve öz saygıyla ilişkili olduğu; duygusal kıskançlığın ilişkinin geleceğine dair beklenti seviyesi ve romantik ilişkide güven ile ilişkili olduğunu; davranışsal kıskançlığın yaş, eğitim seviyesi, ilişkinin geleceğine dair umut seviyesi ve ilişkide güven ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Utkan (2016) tarafından üniversite eğitimine devam eden bireylerin romantik kıskançlık seviyeleri ile romantik ilişkilere özgü inançları arasındaki ilişki ve bu ilişkinin cinsiyet, kişinin kıskançlık yönünden kendini nasıl algıladığı, romantik ilişki tecrübeleri ve mevcut bir ilişkisinin olup olmaması gibi değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Öğrencilerin bütün kıskançlık seviyeleri ile

ilişkiye yönelik inançları arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İşlevsel olmayan ilişki inançları ile kıskançlık karşısında verilen tepkiler, yapıcı baş etme, kıskançlığın etkileri, yitirme korkusu arasında olumlu yönde manidar bir ilişki olduğu görülmüştür. İşlevsel olmayan ilişki inançları ile yıkıcı baş etme ve yetersizlik duygusu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Metiner (2017) tarafından 232 kişinin katılımıyla yürütülen çalışmada bağlanma seviyesinin kıskançlık üzerindeki etkisi ve duygusal zekanın bu ilişkideki aracı rolü incelenmiştir. Kıskançlık boyutlarının yaş, cinsiyet, eğitim seviyesine göre değişiklik göstermediği tespit edilmiştir. Duygusal kıskançlığın en net kıskançlık şekli olduğu ve duygusal kıskançlığın kaçınan ve kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bağlanma şekillerinin kıskançlığı yordadığı ve duygusal zeka boyutlarının aralarındaki ilişkide aracı bir rolü olduğu saptanmıştır. Öz saygının bağlanma ve kıskançlık arasındaki ilişkide etkisinin çok düşük seviyede olduğu görülmüştür.

Sümer (2017) tarafından romantik birlikteliklerde bağlanma tarzları, romantik kıskançlık ve ilişkiden alınan doyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu doğrultuda çalışma, yaşları 18- 61 arasında 460 kişi gerçekleştirilmiştir. Bağlanma biçimlerinin romantik kıskançlık seviyesini önemli ölçüde yordadığı, kaygılı bağlanma yükseldikçe kıskançlığında yükseldiği, kaçınmacı stil yükseldikçe kıskançlığın düştüğü görülmüştür. İlişkinin süresi ile kıskançlık, duygusal tepki, yitirme korkusu ve yapıcı baş etme metodu arasında olumsuz yönde bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir.

Hoşoğlu (2017) tarafından lisans öğrencilerinin romantik ilişkilerinde kıskançlıkla başa çıkma şekillerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Bununla birlikte üniversite okuyan kişilerin romantik kıskançlıkla başa çıkma şekilleriyle ilgili değişkenlerin belirlenmesine yönelik bir model denenmiş ve modelde bulunan değişkenlerin kadın ve erkek katılımcıları ne seviyede farklılaştırdığını araştırmak hedeflenmiştir. Üniversite öğrencilerinin romantik birlikteliklerinde kıskançlıkla baş edebilmek için başvurdukları başa çıkma şekillerinin cinsiyet, aldatılma durumu, ilişki sayısına göre anlamlı bir değişiklik gösterdiği; ilişki süresine göre anlamlı bir değişiklik göstermediği tespit edilmiştir. Modelin denenmesinde bütün katılımcılardan elde edilerek oluşturulan

ve kadın ve erkek katılımcılardan ayrı ayrı elde edilerek meydana getirilen uyum iyiliği puanlarının mükemmel uyum çizgileri içerisinde bulunduğu görülmüştür.

Akça (2014) tarafından lisans öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim seviyeleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bununla birlikte öğrencilerin kıskançlık ve empatik eğilim seviyelerinin farklı değişkenler açısından durumu incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanlarının artmasının kıskançlık ölçeğine olumlu yönde etkisi olduğu; yetersizlik sebebi ve yıkıcı baş etme alt boyutlarına ise negatif yönde etkisi olduğu görülmüştür. Cinsiyet faktörüne göre romantik kıskançlık ölçeğinin yapıcı baş etme boyutunda anlamlı bir değişiklik bulunurken, diğer alt boyutlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Demirtaş ve Dönmez (2006) tarafından romantik ilişki yaşayan bekar ve evli 454 kişi ile yürütülen çalışmada romantik ilişkilerde kıskançlık ile çeşitli kişisel, ilişkisel ve durumsal kavramlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Bununla birlikte yakın ilişkilerde kıskançlık ile yaş, cinsiyet, cinsiyet rolü eğilimi, öz saygı, ilişki şekli, partneri fiziksel olarak çekici bulma düzeyleri gibi farklı bireysel, ilişkisel ve durumsal faktörler arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bekar kişiler kendilerini evli kişilerden daha fazla kıskanç algılamaktadır. Cinsiyete göre ise bekar kadınlar evli kadınlardan, evli kadınlar ise evli erkeklerden daha fazla kıskançlık göstermektedir. Yaş, ilişkinin geleceğine dair beklenti seviyesi, ilişkiden alınan doyum ve eşini fiziksel olarak çekici görme düzeyi kıskançlık seviyesini en iyi yordayan faktörlerdir. Kıskançlıkta kadınlar erkeklerden, bekarlar evli kişilerden daha güçlü tepkiler göstermektedir. Kadınlar, erkeklere göre daha yapıcı; erkekler ise daha çok yıkıcı yollarla kıskançlığın üstesinden gelmeye çalışmaktadır.

Malkoç ve Erginsoy (2008) tarafından 107 öğrenci ile rekabetçi tutum özellikleri ile ilişkilere dair bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Rekabetçi tutum özelliklerinin, zihinsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık arasındaki ilişkide manidar düzeyde etkisi olduğu görülmüştür. Çok boyutlu kıskançlığın davranışsal niteliğinin, rekabetçi tutum yönlerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

2. 5. 4. Romantik Kıskançlık ve Romantik Kıskançlık Karşısında Gösterilen Tepkilerle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

León, Rodríguez, Palomino, Aparco ve Rodas (2018) tarafından Romantik İlişkilerde Duygusal İletişim Envanteri kıskançlık alt ölçeğinin geçerlilik, faktörsel değişmezliği ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubu 1176 lisans öğrencisinden oluşmaktadır. Ölçeğinin ilgili araştırmalarda kullanılabilirlik geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tandler ve Petersen (2020) tarafından yetişkinlerin romantik ilişkilerinde kendine şefkat ile romantik kıskançlık arasındaki ilişki ve öfke düşüncesinin ve affetme isteğinin bu ilişki üzerindeki olası aracı etkileri araştırılmıştır. Romantik kıskançlık, daha duygusal bir tür olan tepkisel ve daha bilişsel bir tür olan kaygılı olarak kavramsallaştırılmıştır. Çalışma sonucunda yaş ve cinsiyet kontrol edildiğinde öz şefkatin tepkisel ve kaygılı kıskançlığı yordadığını görülmüştür. Yüksek öz-şefkat sahibi insanların romantik kıskançlık yaşamaya daha az yatkın olduğu saptanmıştır. Affetme isteğinin tepkisel kıskançlık üzerindeki etkiler kısmen aracılık ettiği görülmüş ve kaygılı kıskançlık üzerindeki etkiler için anlamlı bir aracı rolü bulunmamıştır.

Hicks (2020) tarafından 336 üniversite öğrencisinin katılımıyla yetişkin bağlanma, romantik kıskançlık, eş değeri, ilişki yatırımı ve romantik ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonucunda romantik kıskançlığın bağlanma stilleri (hem endişeli hem de kaçınmacı) ile romantik ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı görülmüştür. Kaygılı bağlanmanın romantik kıskançlık yoluyla, romantik ilişkisel saldırganlık üzerindeki etkisinin daha yüksek eş değeri olan bireyler için daha güçlü olduğu görülmüştür. Kaçınmacı bağlanmanın ise romantik kıskançlık yoluyla romantik ilişkisel saldırganlık üzerindeki etkisinin ortalama eş değeri düzeyine sahip bireyler için daha güçlü olduğu saptanmıştır. İlişki yatırımının bu aracılı ilişkileri hiçbir düzeyde azaltmadığı tespit edilmiştir.

Saleem ve arkadaşları (2020) tarafından üniversite öğrencileri arasında cinsel kıskançlığın partner sadakatsizliği üzerindeki etkisinde cinsiyetin aracı rolü incelenmiştir. Cinsel kıskançlığın partner sadakatsizliği üzerinde % 59'luk bir

varyans gösterdiği görülmektedir. Cinsiyetin ise cinsel kıskançlık ile partner sadakatsizliği arasında önemli bir aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Martínez- León ve arkadaşları (2017) tarafından kıskançlık üzerine Aralık 2016 itibarıyla başlıca uluslararası veri tabanlarında ve platformlarda yayınlanan araştırmaların sistematik bir incelemesi gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya dahil etme kriterlerine uyan 230 çalışmanın sonuçları kıskançlıkla ilişkili değişkenlere göre sınıflandırılmıştır. Bu sınıflama kişisel değişkenler (cinsiyet, cinsel yönelim, hormonlar/kontraseptif kullanımı, öz saygı, bağlanma tarzı ve alkol kullanımındaki farklılıklar), kişilerarası değişkenler (romantik aşk, memnuniyet ve şiddet), sosyokültürel değişkenler (kültürlerarası karşılaştırmalar, rakip ve sosyal ağların özellikleri) şeklinde yapılmıştır.

Miller ve Maner (2008) tarafından sadakatsizliğin erkekler ve kadınlar için farklı olumsuz sonuçlara neden olmasından dolayı, kadınların ve erkeklerin sadakatsizliğin zararını azaltmayı amaçlayan farklı duygusal ve davranışsal tepkiler sergilediği hipotezi incelenmiştir. Partner sadakatsizliği durumunda erkeklerin daha çok öfke ve şiddet içeren tepkiler (özellikle erkek muhatabına karşı) sergilediği, kadınların ise daha çok üzüntü ve telafi edici sosyal ilişkilerden yararlanma eğiliminde olduğu görülmüştür.

Yoshimura (2004) yapmış olduğu çalışmada kıskançlık ifadelerinin hedefleri tarafından deneyimlenen ve ifade edilen duygusal ve davranışsal tepkilere odaklanılmıştır. Romantik kıskançlık hedeflerinin ifadesi olumlu ve olumsuz mesajların her ikisiyle de yanıt vermektedir. Olumlu iletişim, olumsuz duygu ifadesi ve şüpheli davranışa tepki olarak en yoğun şekilde olumlu duygular yaşandığı; yaşanan şiddete, olumsuz iletişime, şüpheli davranışa ve manipülasyon girişimlerine en yoğun şekilde olumsuz duygular yaşandığı; çeşitli koşullarda bütünleştirici davranışlarla yanıt verildiği; şiddet içeren ifadelerle karşılaşıldığında en saldırgan şekilde davranıldığı saptanmıştır. Hedeflerin duyguların değerini ve tepkilerinin yönünü tahmin ettiği görülmüştür.

Guerrero ve arkadaşları (2005) tarafından bağımsız olarak yürütülen iki çalışmada kıskançlıkla ilgili duygular ile iletişimsel tepkiler arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Her iki çalışmada da korku ve öfkenin kıskançlık deneyiminin merkezinde yer aldığı görülmüştür. Çeşitli duygu kombinasyonlarının kıskançlıkta

farklı iletişimseml tepkileri öngördüğü tespit edilmiştir. Örneğin, şiddetli iletişimin yüksek düzeyde düşmanlık ve düşük suçluluk duygusuyla yordandığı, rakiple iletişimin yüksek düzeyde tutku ve düşmanlıkla yordandığı görülmüştür. Bu sonuçlar, insanların yaşadıkları belirli duygulara bağlı olarak kıskançlığı farklı şekilde yansıtmaya olasılıklarının yüksek olduğunu göstermektedir.

Guerrero ve arkadaşları (2011) tarafından Guerrero, Andersen, Eloy, Spitzberg ve Jorgensen'in (1995) kıskançlığa karşı iletişimseml yanıtlar (CRJ) ölçeğinin gözden geçirilmiş bir versiyonunu test etmek ve CRJ'den alınan ölçümlerin ilişkisel memnuniyetle nasıl ilişkilendirildiğini incelemek için iki çalışma gerçekleştirilmiştir. Kıskançlıkta dört üst kategoriye giren 11 özel iletişimseml tepki belirlenmiştir. Yıkıcı iletişim ve daha az ölçüde rakip odaklı iletişim ilişkisel doyumla olumsuz şekilde ilişkilirken yapıcı iletişimin olumlu bir şekilde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Kennedy- Lightsey (2018) tarafından bir eşin ilişkisel bakım davranışına ilişkin algılar ile bir bireyin bilişsel kıskançlık yaşadığını ve kıskançlıkta yapıcı iletişimseml tepkiler kullandığını bildirme derecesi arasındaki ilişki incelenmiştir. İlişkisel bakım ve bilişsel kıskançlıkla birlikte ilişkisel bakım ve yapıcı tepkiler arasındaki ilişkilerde ilişki belirsizliğinin aracı rolü araştırılmıştır. Algılanan ilişkisel bakım davranışlarının bilişsel kıskançlık ve ilişki belirsizliği ile negatif yönde ilişkisi olduğu görülmüştür. İlişki belirsizliğinin ilişkisel bakım ve bilişsel kıskançlık, bütünleştirici iletişim ve telafi edici restorasyon arasındaki ilişkilerde aracı rolü olduğu saptanmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölüm araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, işlem ve veri analizinden oluşmaktadır.

3. 1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve romantik kıskançlık tepkileri arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin cinsiyet, ilişki uzunluğu ve ilişki sayısı değişkenleriyle ilişkisini ölçmeyi amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Betimsel yöntem, durumların karşılıklı olarak birbirlerini etkilemelerine yönelik bakış açılarının neler olduğu ve aralarında bir ilişkinin bulunup bulunmadığı esasına dayanan araştırmalarda kullanılmaktadır (Uygur, 2018). Bu araştırmada ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama, evren ile ilgili bilgiyi elde etmek için evreni örnekleyen grubun bazı niteliklerini ortaya koymak amacıyla verilerin toplanmasını kapsamaktadır. Korelasyonel tarama modeli, değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya çıkmasında ve ilişkinin derecesinin belirlenmesinde kullanılan modeldir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2019).

3. 2. ÇALIŞMA GRUBU

Evren, bir çalışma sonucunda sağlanacak verilerin analiziyle ortaya çıkan sonuçların geçerli olacağı ve değerlendirileceği topluluktur (Büyüköztürk vd., 2019). Çalışmanın evrenini en az altı aydır devam eden romantik ilişkiye sahip Türk üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem, evrenin sınırlı bir parçasıdır ve evrenin nitelikleri ile ilgili bilgi elde etmek amacıyla çalışmanın yürütüldüğü gruptur. Örneklem grubunun belirlenmesi belli bir süreç içermektedir (Büyüköztürk vd., 2019).

Örneklem evrenin niteliklerini saptamak ve tahmin etmek için evreni simgeleyecek doğru örnekleri belirlemeye dair süreci ve bu süreç içerisinde yapılan tüm işlemleri kapsamaktadır. Çalışmada evrenden seçilerek oluşturulan örneklem grubunda ölçüt örneklemeden yararlanılmıştır. Ölçüt örnekleme örneklem grubunun belli özelliklere sahip olan insanlar, olaylar, objeler ve durumlardan meydana getirilmesidir (Büyüköztürk vd., 2019). Bu doğrultuda ölçütler; çalışmanın yapıldığı yıllar içerisinde üniversitelerin çeşitli fakültelerinde öğrenim görmek, gönüllü olmak ve en az 6 aydır romantik ilişki yaşamaktır.

Bu çalışmada evren sayının belirsizliği örneklem grubunun sayısını belirlemede güçlüğe neden olmuştur (Alpay, 2019). Çalışma online şekilde ulaşılan ve en az 6 aydır devam eden ilişkiye sahip 302 kişiyle yapılmıştır. Analizlerde uç değer olan 42 veri çıkarılarak çalışma grubu 260 öğrenci olarak oluşturulmuştur.

Tablo 1

Çalışma Grubuna İlişkin Frekans ve Yüzde Değer Değerleri		
Değişkenler	N	%
Cinsiyet (n=260)		
Erkek	81	31,2
Kadın	179	68,8
İlişki Uzunluğu (n=260)		
6ay- 1yıl		
1yıldanfazla- 2yıl	109	41,9
2yıldanfazla- 3yıl	68	26,2
3yıldanfazla	36	13,8
	47	18,1
İlişki Sayısı (n=260)		
0	40	15,4
1- 3	112	43,1
4- 7	49	18,8
7 üstü	59	22,7

Tablo 1'e bakıldığında çalışma grubunun 260 kişiden oluştuğu, araştırmaya katılanların 179'unun kadın (%68,8) ve 81'inin erkek (%31,2) olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan tüm bireylerin en az altı aydır devam eden bir romantik ilişkisi vardır. İlişki uzunluğuna göre dağılımlar incelendiğinde en fazla 6 ay ile 1 yıl (41,9), en az 2 yıldan fazla ile 3 yıl (%13,8) ilişki süresine sahip bireylerin katılım gösterdiği görülmektedir. Deneyimlenen romantik ilişki sayısına bakıldığında toplam kişi sayısının yarısına yakını 1- 3 (%43,1) ilişki sayısına sahip olanlar oluşturmaktadır. Diğer ilişki sayılarına sahip katılımcı oranların hiç ilişkisi olmayanlar (%15,4), 4- 7 (%18,8) ve 7 üstü (22,7) birbirine yakın olduğu görülmektedir.

3. 3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği (RİKADO) ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği (KKGİTÖ) kullanılmıştır.

3. 3. 1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. “Kişisel Bilgi Formu” (Ek 2) cinsiyeti, fakülte türünü, sınıf düzeyini, mevcut romantik ilişkinin süresini ve deneyimlenen romantik ilişki sayısını belirlemeye yönelik soruları içermektedir.

3. 3. 2. Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği (RİKADÖ)

“Romantik İlişkide Kendini Açma Ölçeği” (Ek 3), romantik ilişki yaşayan yetişkinlerin partnerlerine kendilerini açma düzeyini ölçmektedir. Doğruyol ve Uzun (2019) tarafından geliştirilmiş ve geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin geliştirilmesinde çalışma grubunu 205 (%63,3) kadın ve 95 (31,7) erkek üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Ölçeği geliştirme sürecinde 55 sorudan oluşan aday ölçek maddeleri ile madde havuzu meydana getirilmiştir. 13 uzmanın değerlendirmesi ve Lawshe (1975) tekniği ile maddelerin kapsam geçerliliğine bakılmıştır. Bu işlem sonucu 6 madde daha ölçekten çıkarılmış 49 maddelik ve 5’li likert tipi deneme formu oluşturulmuştur. Deneme formundan elde edilen analizler sonucunda faktör yükü .45’in altında olan ve birden fazla faktöre yüklenen 24 madde analizden atılmıştır (Doğruyol ve Uzun, 2019).

25 maddeden oluşan bu ölçekte “partnerimle konuşmak beni rahatlatır” ve “partnerimle rahatlıkla iletişim kurabildiğimi düşünürüm” gibi ifadeler bulunmaktadır. Ölçek beşli likert tipi (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Katılıyorum, (5) Kesinlikle Katılıyorum şeklinde derecelendirilmiştir. Açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım olmak üzere dört alt boyuttan oluşur. Açıklık boyutu, kişinin kendini açık bir şekilde anlatmasıdır ve dokuz maddeyi içermektedir. İletişim boyutu, çiftin arasındaki iletişimidir ve yedi maddeyi kapsamaktadır. Cinsel yakınlık, bireyin partneri ile cinsel ve fiziksel yakınlığını içerir ve dört maddeden oluşur. Çiftin arasındaki duygusal yakınlığı belirten duygulanım boyutu ise beş maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .94 bulunmuştur

(Açıklık .93, İletişim .89,Cinsel Yakınlık .91, Duygulanım .84). Ölçeğin alt boyutlarını oluşturan maddelerin birbiriyle tutarlı bir yapıda olduğu görülmüştür (Doğruyol ve Uzun, 2019).

3. 3. 3. Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği (KKGİTÖ)

“Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği” (Ek 4) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde kıskançlık karşısında gösterdikleri iletişim tepkilerini ölçmektedir. Ölçek, Guerrero ve ark. (1995) tarafından geliştirilmiş ve Guerrero ve ark. (2011) tarafından gözden geçirilmiştir. Türk kültürüne uyarlaması Hoşoğlu ve Sevim (2018) tarafından yapılmıştır (Hoşoğlu ve Sevim, 2018). Katılımcıların en az 6 aydır devam eden romantik ilişkiye sahip olması şartı bulunmaktadır. 51 maddeden oluşan ölçekte “sessiz kalarak sevgilimi cezalandırdım”, “sevgilimle kıskançlık duygularımı paylaştım”, “rakibimin kötü özelliklerine dikkat çektim”, “sevgilimi ittim veya ona vurdum” gibi ifadeler bulunmaktadır. Ölçek, yedili likert tipi (1) Asla’dan (7) Her Zaman’a şeklinde derecelenmiştir (Hoşoğlu ve Sevim, 2018).

Ölçeğin orijinal formu 52 maddedir. Ancak 52. maddenin faktör yükünün düşük olmasından dolayı (.28) uyarlamada bu madde ölçekten çıkarılmıştır. Bununla birlikte orijinal formu yıkıcı iletişim, yapıcı iletişim, kaçınan iletişim ve rakip odaklı olmak üzere dört boyut altında bulunan 11 faktörden oluşmaktadır. Türkçe formunda 11 faktörün dört boyut altında yer alması durumunda uyum indekslerinin düşük olduğu görülmüştür. Bu nedenle ölçek üç boyuta ve 11 faktörlü bir yapıya çevrilmiştir. Bu boyutlar yapıcı iletişim tepkileri, yıkıcı-kaçınan iletişim tepkileri ve rakip odaklı iletişim tepkileridir. Orijinal formunda kaçınan iletişim boyutunun kapsadığı sessizlik ve inkar etkenleri, Türkçe formunda yıkıcı iletişim boyutu kapsamındadır. Yıkıcı ve kaçınan boyutlarını tek bir boyut olarak yıkıcı- kaçınan şeklinde çevrilmesinin Türkiye’deki iletişim biçimlerine daha uygun olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları yapıcı iletişim tepkileri için 0.84, yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri için 0.85 ve rakip odaklı iletişim tepkileri için 0.90 olarak saptanmıştır (Hoşoğlu ve Sevim, 2018). Ölçekte toplam puan hesaplanmamaktadır (Hoşoğlu ve Sevim, 2018).

Bu araştırma kapsamında ölçeklerin tekrardan cronbach alfa iç tutarlık katsayılarına bakılmıştır. Cronbach alfa değerlerinin araştırma için uygun olduğu görülmüş ve alt ölçeklerin cronbach alfa değerleri tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2

Ölçeklerin Mevcut Araştırma İçin Cronbach Alfa Değerleri

	Cronbach Alfa Değerleri
Romantik İlişkide Kendini Açma Toplam	.91
Açıklık	.89
İletişim	.81
Cinsel Yakınlık	.82
Duygulanım	.77
Yapıcı İletişim	.85
Yıkıcı- Kaçınan İletişim	.84
Rakip Odaklı İletişim	.89

3. 4. İŞLEM

Araştırmanın konusunu oluşturan veriler Türkiye’nin çeşitli üniversitelerinin, farklı bölümlerinde okuyan bireylerden 2020- 2021 öğretim döneminde Aralık ve Şubat aylarında toplanmıştır. Uygulamalar yapılmadan önce Ordu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan ilgili izinler alınmıştır. Uygulamalar online olarak yapılmıştır. Ölçekler online forma çevrilmiştir. Katılımcılara sosyal medya aracılığıyla ulaşılmış ve aynı yolla anketler ulaştırılmıştır. Anketler ulaştırılmadan önce en az altı aydır devam eden romantik ilişkiye sahip, 33 yaş altı ve gönüllü üniversite öğrencileri tarafından doldurması gerektiği sözel olarak bildirilmiştir. Ölçeklerden önce araştırma süreci, araştırmanın ölçütleri ve araştırmacı iletişim bilgilerinden bahsedilmiştir. Bununla birlikte bilgilerin korunması konusunda, araştırmanın amacı hakkında ve yanıtların eksik bırakılmaması hususunda bilgilendirme metnine yer verilmiştir. Araştırma online ortamda olduğu için kişilerin kendi istekleri doğrultusunda

katıldıkları, belirtilen ölçütleri taşıdıkları düşünülmekte ve katılımcıların ölçekleri cevaplama süresiyle ilgili bir bilgi elde edilememektedir.

3. 5. VERİ ANALİZİ

Verilerin analizinde Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS, Statistical Package for the Social Science) 25.00 programından yararlanılmıştır. Tüm veriler ilk olarak, mahalnobis uzaklık değerleri ile incelenmiştir (Can, 2019). Bu analizde 302 olan toplam veri sayısından uç değer olan 42 değer çıkarılarak analizler yapılmıştır. Daha sonra normallik sayıltısı için basıklık ve çarpıklık değerleri kontrol edilmiş ve bu değerlerinin Tablo 3’de görüldüğü üzere +2 ve -2 aralığında (HahsVaughn ve Lomax, 2020) normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ve açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim puanlarının cinsiyet türüne göre farklılığının incelenmesinde t testi; ilişki uzunluğu ve ilişki sayısı değişkeni açısından farklılığının incelenmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) tekniği kullanılmıştır. Gruplararası farklılığı belirlemek için f istatistiği kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma toplam puanı ve açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim toplam puanları arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Ayrıca kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişimin romantik ilişkide kendini açmayı yordamadaki gücünün belirlenmesinde standart çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 3

Üniversite Öğrencilerinin Öğrencilerinin Ölçeklerin Toplam Puan ve Alt Boyutlarının Betimsel Analizleri

	n	\bar{X}	s	Çarpıklık	Basıklık
Romantik İlişkide Kendini Açma Toplam	260	103.03	12.06	-.294	-.452
Açıklık	260	38.48	4.63	-.376	-.133
İletişim	260	30.66	3.48	-.833	.372
Cinsel Yakınlık	260	14.37	3.73	-.088	-1.07
Duygulanım	260	20.54	3.15	-.565	-.102
Yapıcı İletişim	260	55.06	11.54	-.699	1.08
Yıkıcı- Kaçınan İletişim	260	56.37	14.32	.196	.281
Rakip Odaklı İletişim	260	42.12	16.96	.641	-.084

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda çalışma grubundan elde edilen verilerin analizi tablolarıyla birlikte yer almaktadır.

1. Cinsiyete Yönelik Bulguların İncelenmesi

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve alt boyutları ile romantik kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarının cinsiyete göre değişkenliği incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma toplam puanı ve açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim toplam puanlarının cinsiyet türüne göre farklılığının incelenmesinde t- testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4

Cinsiyet Türüne Göre T- Testi Sonuçları

	N	X	Ss	Sd	T	p
Romantik İlişkide	179	103.51	12.03	258	0.896	.372
Kendini Açma Düzeyi	81	101.98	13.09			
Toplam						
Açıklık Toplam	179	38.94	4.18	258	2.422	.016*
	81	37.46	5.39			
İletişim Toplam	179	30.98	3.34	258	2.065	.041*
	81	29.98	3.69			
Cinsel Yakınlık Toplam	179	14.08	3.80	258	1.869	.063
	81	14.99	3.52			
Duygulanım Toplam	179	20.68	3.09	258	1.039	.300
	81	20.24	3.27			
Yapıcı İletişim Toplam	179	54.81	11.07	258	0.500	.618
	81	55.62	12.58			
Yıkıcı Kaçınan İletişim	179	57.11	13.68	258	1.184	.238
Toplam	81	54.73	15.61			
Rakip Odaklı İletişim	179	40.62	16.36	258	2.077	.040*
	81	45.46	17.86			

*p<.05

Tablo 4’e bakıldığında üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi [$t_{(258)} = .896$, $p > .05$], romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt

boyutlarından olan cinsel yakınlık [$t_{(258)} = 1.869, p > .05$] ve duygulanım [$t_{(258)} = 1.039, p > .05$] cinsiyete göre anlamlı bir değişiklik göstermemektedir. Buna göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından açıklık [$t_{(258)} = 2.422, p < .05$] alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Kadın öğrencilerin ($\bar{x} = 38.94$) açıklık puanlarının erkek öğrencilerden ($\bar{x} = 37.46$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından iletişimin [$t_{(258)} = 2.065, p < .05$] cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Kadın öğrencilerin ($\bar{x} = 30.97$) iletişim puanlarının erkek öğrencilerden ($\bar{x} = 29.98$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından olan açıklık ve iletişim boyutlarında kadın öğrencilerin daha yüksek düzeyde açılımda bulunduğunu göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinde kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarından yapıcı iletişimin [$t_{(258)} = .500, p > .05$] ve yıkıcı- kaçınan iletişimin [$t_{(258)} = 1.184, p > .05$] cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Bununla birlikte kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarından rakip odaklı iletişim [$t_{(258)} = 2.077, p < .05$] alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Kadın öğrencilerin ($\bar{x} = 40.62$) rakip odaklı iletişimlerinin erkek öğrencilerden ($\bar{x} = 45.46$) daha düşük olduğu görülmektedir. Buna göre her iki cinsiyetinde kıskançlıkta benzer düzeyde yapıcı iletişim ve yıkıcı- kaçınan iletişim kullandığı söylenebilir. Kıskançlıkta erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha fazla rakip odaklı iletişim tepkilerini kullandığı görülmektedir.

2. İlişki Süresine Yönelik ANOVA Sonuçları

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendi açma düzeyi, alt boyutları ve romantik kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarının ilişki süresine göre değişkenliği incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma toplam puanı ve açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt

boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim toplam puanlarının ilişkinin süresine göre değişkenliğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5

İlişki Süresine Göre Anova Sonuçları

	Grupların Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Toplam	Gruplararası	670,46	3	223,49	1.470	.223
	Gruplarıçi	38917,30	256	152,02		
	Toplam	39587,75	259			
Açıklık	Gruplararası	53,97	3	17,99	.838	.474
	Gruplarıçi	5494,93	256	21,47		
	Toplam	5548,90	259			
İletişim	Gruplararası	21,21	3	7,07	.582	.627
	Gruplarıçi	3107,33	256	12,14		
	Toplam	3128,54	259			
Cinsel Yakınlık	Gruplararası	66,35	3	22,12	1.600	.190
	Gruplarıçi	3537,94	256	13,82		
	Toplam	3604,29	259			
Duygulanım	Gruplararası	25,20	3	8,40	.847	.469
	Gruplarıçi	2539,33	256	9,92		
	Toplam	2564,54	259			
Yapıcı İletişim	Gruplararası	1486,72	3	495,57	3.843	.010*
	Gruplarıçi	33013,42	256	128,96		
	Toplam	34500,14	259			
Yıkıcı Kaçınan İletişim	Gruplararası	360,59	3	120,20	.584	.626
	Gruplarıçi	52723,97	256	205,95		
	Toplam	53084,55	259			
Rakip Odaklı İletişim	Gruplararası	757,00	3	252,33	.876	.454
	Gruplarıçi	73717,06	256	287,96		
	Toplam	74474,06	259			

*p< .05

Tablo 5’deki veriler incelendiğinde üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam [$F_{(3,256)}= 1.470$, $p> .05$], romantik ilişkide kendini açma alt boyutlarından açıklık [$F_{(3,256)}= .838$, $p> .05$], iletişim [$F_{(3,256)}= .582$, $p> .05$], cinsel yakınlık [$F_{(3,256)}= 1.600$, $p> .05$] ve duygulanım [$F_{(3,256)}= .847$, $p> .05$] alt boyutlarının ilişki süresine göre anlamlı bir farklılık

sergilemediği saptanmıştır. Başka bir ifadeyle romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve alt boyutları ilişki süresine göre anlamlı bir değişiklik göstermemektedir.

Üniversite öğrencilerinin kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarından yıkıcı kaçınan iletişim [$F_{(3,256)} = .584, p > .05$] ve rakip odaklı iletişim [$F_{(3,256)} = .876, p > .05$] alt boyutları ilişki uzunluğuna göre anlamlı bir değişiklik göstermemektedir. Buna göre yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkileri ilişki süresine göre farklılaşmamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişimin ise [$F_{(3,256)} = 3.843, p > .05$] ilişki süresine göre anlamlı bir değişiklik gösterdiği saptanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan LSD testinin sonuçlarına göre ilişki uzunluğu 2 yıldan fazla ve 3 yıldan az olan ($\bar{x} = 50.31$) üniversite öğrencilerinin, ilişki süresi 1 yıldan fazla ve 2 yıldan az olan ($\bar{x} = 56.62$) ve ilişki süresi 3 yıldan fazla olanlara ($\bar{x} = 58.15$) göre daha az düzeyde yapıcı iletişime sahip olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre yapıcı iletişim alt boyutu ilişki süresine göre anlamlı değişiklik göstermektedir. Yapıcı iletişim, ilişki süresi 2 yıldan fazla ve 3 yıldan az olan öğrencilerde, 1 yıldan fazla 2 yıldan az ve 3 yıldan fazla olan öğrencilere göre daha düşüktür.

3. İlişki Sayısına Yönelik ANOVA Sonuçları

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendi açma düzeyi, alt boyutları ve romantik kıskançlıkta verilen iletişim tepkileri alt boyutlarının deneyimlenen ilişki sayısına göre değişkenliği incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma toplam puanı ve açıklık, iletişim, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları olan yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim toplam puanlarının ilişki sayısına göre değişkenliğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

İlişki Sayısına Göre Anova Sonuçları

	Grupların Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Toplam	Gruplararası	459,40	3	153,13	1.002	.393
	Gruplariçi	39128,35	256	152,85		
	Toplam	39587,75	259			
Açıklık	Gruplararası	14,57	3	4,86	.225	.879
	Gruplariçi	5534,33	256	21,69		
	Toplam	5548,90	259			
İletişim	Gruplararası	12,17	3	4,06	.333	.801
	Gruplariçi	3116,37	256	12,17		
	Toplam	3128,54	259			
Cinsel Yakınlık	Gruplararası	210,03	3	70,01	5,280	.002*
	Gruplariçi	3394,26	256	13,26		
	Toplam	3604,29	259			
Duygulanım	Gruplararası	1,96	3	0,65	.065	.978
	Gruplariçi	2562,58	256	10,01		
	Toplam	2564,54	259			
Yapıcı İletişim	Gruplararası	473,34	3	157,78	1.187	.315
	Gruplariçi	34026,80	256	132,92		
	Toplam	34500,14	259			
Yıkıcı Kaçınan İletişim	Gruplararası	749,23	3	249,74	1.222	.302
	Gruplariçi	52335,32	256	204,44		
	Toplam	53084,55	259			
Rakip Odaklı İletişim	Gruplararası	1835,75	3	611,92	2.157	.094
	Gruplariçi	72638,32	256	283,74		
	Toplam	74474,06	259			

*p< .05

Tablo 6'daki veriler incelendiğinde üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam [$F_{(3,256)}= 1.002$, $p> .05$], romantik ilişkide kendini açma alt boyutlarından açıklık [$F_{(3,256)}= .225$, $p> .05$], iletişim [$F_{(3,256)}= .333$, $p> .05$] ve duygulanım [$F_{(3,256)}= .065$, $p> .05$] alt boyutlarının ilişki sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Buna göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı, açıklık, iletişim ve duygulanım alt boyutları deneyimlenen ilişki sayısına göre manidar bir değişiklik göstermemektedir.

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma alt boyutlarından cinsel yakınlığın [$F_{(3,256)}= 5.280$, $p> .05$] ilişki sayısına göre anlamlı bir değişiklik gösterdiği saptanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan LSD testinin sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin ilişki sayısı 0

olanların ($\bar{x} = 13.05$) ilişki sayısı 4- 7 arası ($\bar{x} = 14.71$) ve 7 üstü ($\bar{x} = 15.76$) olanlara göre daha düşük düzeyde cinsel yakınlığa sahip olduğu saptanmıştır. Buna göre ilişki deneyimi olmayan üniversite öğrencilerinin cinsel konularda kendini açma düzeyinin ilişki deneyimi olanlara göre daha düşük seviyede olduğu görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinde kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri yapıcı iletişim [$F_{(3,256)} = 1.187, p > .05$], yıkıcı kaçından iletişim [$F_{(3,256)} = 1.222, p > .05$] ve rakip odaklı iletişim [$F_{(3,256)} = 2.157, p > .05$] alt boyutlarının ilişki sayısına göre anlamlı bir değişiklik göstermediği saptanmıştır. Buna göre kişinin ilişki deneyimi sayısının kıskançlık durumunda yapıcı, yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkilerinin kullanılmasında bir etkisi bulunmamaktadır.

4. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Arasındaki Korelasyonel İlişki Sonuçları

Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma toplam puanı ve alt boyutları ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 7’ de sunulmuştur.

Tablo 7

Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkide Kendini Açma ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8
Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Toplam	1							
Açıklık	.841**	1						
İletişim	.849**	.730**	1					
Cinsel Yakınlık	.732**	.383**	.424**	1				
Duygulanım	.829**	.683**	.710**	.428**	1			
Yapıcı İletişim	.335**	.360**	.330**	.154*	.261**	1		
Yıkıcı Kaçınan İletişim	-.185**	-.156*	-.182**	-.055	-.225**	.186**	1	
Rakip Odaklı İletişim	-.110	-.115	-.150*	.028	-.154*	.308**	.532**	1

**p<.01: *p<.05

Tablo 7'deki veriler incelendiğinde romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişim ($r = .335, p < .01$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve yıkıcı kaçınan iletişim ($r = -.185, p < .01$) arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Buna göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi arttıkça yapıcı iletişimin arttığı, yıkıcı- kaçınan iletişimin azaldığı söylenebilir. Bununla birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden rakip odaklı iletişim ($r = -.110, p > .05$) arasında ise herhangi anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Bu sonuç romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlıkta rakip odaklı iletişim tepkileri arasında manidar bir ilişkinin olmadığını göstermektedir.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından açıklık ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişim ($r = .360, p < .01$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve yıkıcı kaçınan iletişim ($r = -.156, p < .01$) arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Açıklık alt boyutu düzeyi arttıkça yapıcı iletişimin arttığı, yıkıcı- kaçınan iletişimin azaldığı söylenebilir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından açıklık ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden rakip odaklı iletişim ($r = -.115, p > .05$) arasında ise herhangi anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Bu sonuç açıklık alt boyutu ile rakip odaklı iletişim alt boyutu arasında manidar bir ilişkinin olmadığını göstermektedir.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından iletişim ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişim ($r = .330, p < .01$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve yıkıcı kaçınan iletişim ($r = -.182, p < .01$) ve rakip odaklı iletişim ($r = -.150, p < .05$) arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Buna göre iletişim alt boyutunun düzeyi arttıkça yapıcı iletişimin arttığı, yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişimin azaldığı söylenebilir.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından cinsel yakınlık ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişim ($r = .154, p < .05$) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Buna göre cinsel yakınlık alt boyutu düzeyi arttıkça yapıcı iletişimin arttığı söylenebilir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından

cinsel yakınlık ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinden rakip odaklı iletişim ($r = .028$, $p > .05$) ve yıkıcı kaçınan iletişim ($r = -.055$, $p > .05$) arasında ise herhangi anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Bu sonuç cinsel yakınlık alt boyutu ile yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim alt boyutları arasında manidar bir ilişkinin olmadığını göstermektedir.

Romantik ilişkide kendini açma düzeyi alt boyutlarından duygulanım ile kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkilerinden yapıcı iletişim ($r = .261$, $p < .01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü, yıkıcı kaçınan iletişim ($r = -.225$, $p < .01$) ve rakip odaklı iletişim ($r = -.154$, $p < .05$) arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Buna göre duygulanım alt boyutu düzeyi arttıkça yapıcı iletişim arttığı, yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim boyutları azaldığı söylenebilir.

5. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkide Kendini Açma ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Arasındaki Yordayıcı İlişki

Üniversite öğrencilerinde kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinin romantik ilişkide kendini açmayı yordama düzeyi incelenmiştir. Çoklu regresyon analizleri yapılmadan önce regresyon varsayımları kontrol edilmiştir (Can, 2019, s. 275). Bu nedenle öncelikle verilerin normallik sayıltısına bakılmış ve Tablo 3’de görüldüğü üzere +2 ve -2 aralığında (HahsVaughn ve Lomax, 2020) normal dağılım gösterdiği saptanmıştır.

Verilerin normallik sayıltısı sağlandıktan sonra ikinci adım olarak otokorelasyon durumları incelenmiştir. Otokorelasyon durumu için Durbin-Watson d değeri incelenmiş ve bu değer 1.732 ile tutucu değer aralığından olduğu saptanmıştır (Field, 2005). Regresyon varsayımlarında üçüncü adım olarak Varyans Büyütme Faktörü ve Tolerans değerlerine bakılmıştır. Tolerans değerlerinin .671- .904, Varyans Büyütme Faktörü değerinin ise 1.106– 1.490 ile kabul edilebilir aralıklarda olduğu saptanmıştır (Field, 2005). Son olarak değişkenler arasında korelasyon ilişkilerine bakılmış ve bu ilişkilerin -.110 ile .335 arasında düşük ve orta düzey aralıklarında anlamlı olduğu saptanmıştır (Büyüköztürk, 2017, s. 32). Elde edilen bu veriler veri setinin standart çoklu regresyon analizi için uygun olduğunu göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinde kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinin romantik ilişkide kendini açmayı yordama düzeyinin belirlenmesi için standart çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8

Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyinin Yordayıcısı Olarak Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkilerinin Standart Çoklu Regresyon Analizi

	B	SD	B	T	P	İkili r	Kısmi R
(Sabit)	92.125	4.046		22.768	.000		
1. Yapıcı İletişim	.441	.063	.412	6.949	.000	.335	.398
2. Yıkıcı Kaçınan İletişim	-.163	.057	-.189	-2.838	.005	-.185	-.175
3. Rakip Odaklı İletişim	-.099	.050	-.136	-1.977	.049	-.110	-.123

R= .433 R²= .188
F_(3,256)= 19.703 p= .000

Tablo 8 incelendiğinde yapıcı iletişim, yıkıcı kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişimin birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta olduğu saptanmıştır. R= .433, R²= .188, p< .05. adı geçen üç değişken birlikte, romantik ilişkide kendini açma düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık %19’unu açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin romantik ilişkide kendini açma düzeyindeki göreceli önem sırası; yapıcı iletişim, yıkıcı kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişimdir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise yapıcı iletişim, yıkıcı kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişimin birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyinin önemli yordayıcılarından biri olduğu görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde çalışmanın bulguları konuyla ilgili literatür bilgileri ışığında araştırma amaçlarına göre tartışılmış ve yorumlanmıştır.

A. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiye dair bulguların tartışılması

Araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve alt boyutları ile kıskançlık karşısında verilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular, romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve tüm alt boyutları ile yapıcı iletişim tepkileri arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bu doğrultuda romantik ilişkide kendini açma düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin, romantik kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkilerini daha fazla kullandığı söylenebilir.

Alanyazınına bakıldığında romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. İletişim becerileri yüksek kişilerin düşük olanlara kıyasla kıskançlık durumunda yapıcı iletişim tepkilerini kullanma ihtimalleri daha yüksektir (Guerrero ve Afifi, 1998; Zengel, Edlund ve Sagarin, 2013). Kendini açma, iletişim becerilerinden biridir (Akça, 2014). Kişinin gönüllü bir şekilde ve özel konularda açılımda bulunmasını içermektedir (Pearce ve Sharp, 1973). Bireyin kendisiyle ilgili bilgileri başkalarına aktarması olarak ifade edilen kendini açma, insanların birbirlerini daha iyi tanımalarına ve anlamalarına yardımcı olmaktadır (Çitil ve Eginli, 2020). Kendini açma fikirler ve inançlarla ilgili karşılıklı bilinmezliğin ortadan kalkmasını sağlar. İlişkide güven ve yakınlık seviyesinin bir simgesidir (Arslan, 2018). Kendine saygısı, ilişkiye özgü saygısı veya partnerine güveni yüksek olan kişiler kendilerini daha rahat açabilmektedir (Sprecher ve Hendrick, 2004). Buna göre kendini açma davranışının ilişkide yapıcı bir etkisi olduğu söylenebilir.

Yapıcı iletişim tepkileri, yatırım kuramına göre konuşma ve bağlılık davranışlarını içermektedir (Utkan, 2016). Kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri, kıskanç insanların ilişkilerini korumak veya partnerini yeniden elde etmek amacıyla suçlayıcı bir dil kullanmadan kıskançlık ile ilgili düşüncelerini ve

hislerini samimi şekilde açmalarından ve iyi bir partner olma çabalarından oluşur (Bevan, 2009). Bu tepkiler kıskançlıkla olumlu şekilde başa çıkmayı içeren davranışlardır (Hoşoğlu ve Sevim, 2019). Buna göre kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri ile kendini açma davranışının iç içe olduğu söylenebilir. Bu nedenle romantik kıskançlıkta kendini açma düzeyi ile yapıcı iletişim tepkileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada ortaya çıkan sonuçlardan biri romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ve açıklık, iletişim ve duygulanım alt boyutları ile yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri arasında anlamlı yönde negatif bir ilişkinin bulunmasıdır. Cinsel yakınlık alt boyutu ile yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Kendini açma düzeyi alt boyutlarında açıklık, bireyin kendisiyle ilgili durumları açık bir şekilde paylaşmasını; duygulanım boyutu ise duygusal yakınlığı kapsamaktadır (Doğruyol ve Uzun, 2019). Kişi düşüncelerini ve duygularını açık bir şekilde ifade edemediğinde kendini anlatmak için farklı olumsuz yollara başvurabilir. Bireyin kendini açma düzeyi düşük olduğunda kendini anlatmak için değişik yollar deneyecek, bu denemeler toplumsal onay açısından bireyin uyumsuz davranışlarının artmasına ve iletişim sorunları yaşamasına neden olacaktır (Ağlamaz, 2006).

Kendini açma düzeyi düşük olan kişilerde saldırganlığın yüksek olduğu görülmüştür (Ağlamaz, 2006). Kıskançlıkta yıkıcı iletişim tepkisi doğrudandır ve saldırgan davranışlar içerir. Kaçınan iletişim tepkisinde ise birey partneriyle iletişim kurmayı bütünüyle reddetmektedir. Kıskançlıkta gösterilen yıkıcı- kaçınan tepkiler saldırma, yok sayma, umursamama, şiddet ve hakaret gibi iletişimi engelleyebilecek davranışları barındırmaktadır. Bu tarz davranışlar çiftlerin iletişimlerini azaltmakta ve sorunların artmasına yol açmaktadır (Akça, 2014). Kendini açma düzeyinin alt boyutlarından iletişim boyutu bireyin partneri ile ilişkisindeki iletişimi kapsamaktadır (Doğruyol ve Uzun, 2019) Buna göre bu sonucun kendini açma düzeyi düşük olan bireyin kendini ifade etmek için bir yol olarak kıskançlıkta yıkıcı- kaçınan tepkileri kullanmasından veya bu tepkilerin kullanılmasının partnerlerin iletişimlerine zarar vererek ve ilişki problemleri arttırarak kendini açma düzeyini azaltmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Bulgulardan bir diğeri romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı, açıklık ve cinsel yakınlık alt boyutları ile rakip odaklı iletişim tepkileri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı; iletişim ve duygulanım alt boyutları ile rakip odaklı iletişim tepkileri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğudur. Rakip odaklı iletişim kıskançlıkta partneri rakipten uzaklaştırmaya çalışma, rakiple iletişime geçmek, rakiple ilgili olumsuz söylemlerde bulunmak ve sahiplenici olmak gibi davranışlardan oluşmaktadır. Bu tepkinin yüksek olması bireyin kıskançlıkta rakip olarak algıladığı kişiye yoğunlaştığını gösterir (Hoşoğlu ve Sevim, 2018). Buna göre kişinin kıskançlıkta rakibe odaklanması artıkça partnerinin düşüncelerini ve hislerini geri plana atabilir. Bunun sonucunda iletişim ve duygusal yakınlığın partnerlerin karşılıklı etkileşimine dayalı olduğu düşünülerek azaldığı söylenebilir.

B. Üniversite öğrencilerinde kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyini yordama durumu

Çalışmada değişkenlerin arasındaki ilişki araştırılırken bir değişkenin diğer değişkeni yordama gücünde incelenmiştir. Bulgulara göre kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri romantik ilişkide kendini açma düzeyindeki farklılığın % 19'unu açıklamaktadır. Bununla birlikte yordamada önem derecesinin yapıcı iletişim, yıkıcı- kaçınan iletişim ve rakip odaklı iletişim şeklinde olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle romantik kıskançlıkla başa çıkma biçimleri, romantik ilişkide kendini açma düzeyinin önemli yordayıcılarından biridir.

Alanyazını incelendiğinde bu konuya benzer bir araştırmaya rastlanmamıştır. Kıskançlığın ilişkide çatışmalara neden olduğu bilinmektedir. Kendini açma, çatışma çözme yollarından biridir. Kıskançlık bir sorun olarak kabul edildiğinde, bireylerin bu süreçte yapıcı çözümlere ulaşmalarına, savunmaya girmeden ve korkmadan kendi hislerini ve düşüncelerini açmaları katkı sağlar (Şahin, Basım ve Çetin, 2009). Kıskançlığı geçmişten bu yana düşüş gösteren çoğu insan, eşle iletişime geçmenin bu azalmaya katkıda bulunan önemli bir faktör olduğunu belirtmektedir (Buunk, 1981).

İlişki problemlerinde ortaya çıkan bazı tepkiler kıskançlık kapsamında ele alınmıştır. Kıskançlık durumunda ortaya çıkan konuşma ve bağlılık tepkileri yapıcı başa çıkma; ilişkiyi sonlandırma ya da sonlandırma ile tehdit etme gibi

çıkış ve umursamama tepkileri yıkıcı başa çıkma yolları ile ilişkilendirilmiştir. Yıkıcı başa çıkma umursamamayı içerdiği için kaçınanlıkla benzerlik göstermektedir (Sümer, 2017). Kaçınan davranış, sorunu direkt çözmeye çalışmama ile ilgilidir (Arslan, 2005). Buna göre ilişki sürecinde ortaya çıkan kıskançlıkla ilgili partnerle konuşma gibi yapıcı; partnerle olumsuz şekilde iletişime geçme gibi yıkıcı; kendini açmaktan kaçınma ve sessizlik gibi kaçınan; partnerden çok rakip kişiyle iletişime geçme gibi rakip odaklı tepkilerin (Hoşoğlu ve Sevim, 2019) kendini doğrudan veya dolaylı olarak açmayı ya da kendini açmaktan kaçınmayı içerdiği görülmektedir. Bu nedenden dolayı kıskançlığın ifade edilmesinde ortaya çıkan tepkilerin romantik ilişkide kendini açma düzeyinin yordayıcılarından biri olduğu düşünülebilir.

C. Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile romantik kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerine dair bulguların tartışılması

Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanın, cinsel yakınlık ve duygulanım alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı değişiklik göstermediğini; açıklık ve iletişim alt boyutları puanlarının ise kadın öğrencilerde daha yüksek olduğunu göstermiştir. Alanyazınında cinsiyete göre kendini açma düzeyinin değişmediği sonucuna ulaşan çalışmalara rastlanmıştır (Aşık, 1992; Sprecher ve Hendrick 2004; Sparrevohn ve Rapee, 2009; Gürer, 2019). Bazı araştırmacılar kendini açma düzeyinin cinsiyete göre farklılaştığı ve kadınların daha fazla açılımda bulduklarını belirtmişlerdir (Çakır, 1994; Aker 1996; Ataşalar, 1996; Elçi, 1998; Yılmaz, 1998; Dizmen, 2006). Bu sonuçların mevcut araştırmayla kısmen benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Mevcut araştırmada cinsiyete göre kendini açmanın açıklık ve iletişim boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ve bu boyutlarda kadınların erkeklerden daha fazla açılımda buldukları görülmüştür. Açıklık, kişinin kendini daha net bir şekilde ortaya koymasını; iletişim, çift arasındaki iletişim anlamına gelmektedir (Doğruyol ve Uzun, 2019). Buna göre cinsiyetin kendini açma düzeyi üzerinde büyük bir etkisi olmamakla birlikte, kadınların romantik

ilişkilerinde erkeklerden daha açık olduğu ve iletişim kurma düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Erkek rolü erkeklerin sert, objektif, çabalayıcı, duygusal olmayan ve duygularını ifade etmeyen davranışlarda bulunmasını gerektirmektedir. Bu nedenle erkeklerin kadınlardan daha az kendini açtığı düşünülmektedir. Ancak erkeklerin kendini açamamasının onlarda stres oluşturduğu belirtilmektedir (Jourard, 1971; Akt., Dindia ve Allen, 1992). Kadınlar kıskançlıkta üzüntü, acı ve kırgınlık gibi sıkıntılarını erkeklerden daha fazla anlatmaktadır. Bu durumun nedenlerinden biri kadınların sıkıntılarını anlatmalarının sosyal açıdan daha kabul görmesi olabilir (Pines ve Friedman, 1998). Genel olarak, geleneksel cinsiyet rolü tutumuna sahip bireyler, erkeklerin ve kadınların farklı cinsiyet kapasitelerine dayalı şekilde toplumda farklı roller üstlenmesi gerektiğine inanmaktadır. Eşitlikçi cinsiyet rolü tutumunda olanlar, erkeklerin ve kadınların herhangi bir ortamda aynı rolleri üstlenebilmeleri gerektiğine ve katı cinsiyet rolü normlarından sapılması gerektiğine inanmaktadır (Horne ve Johnson, 2018). Son yıllarda yapılan araştırmalarda her iki cinsiyetin de eşit düzeyde kendini açtığı görülmüştür. Bir çalışmada kadınların daha fazla açılımda bulunduğu fakat kendini açma düzeyi üzerinde yıllar içerisinde cinsiyetin etkisinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Hosman, 1986; Akt., Dindia ve Allen, 1992). Buna göre araştırmanın bulguları ve alanyazınında ulaşılan sonuçların farklılığı benimsenen cinsiyet rolü tutumu, farklı örneklem büyüklükleri ve farklı etki büyüklükleri gibi bir dizi nedenden kaynaklanmış olabilir.

Bulgular, örneklem grubunda kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri alt boyutlarından yıkıcı- kaçınan ve yapıcı iletişim tepkilerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermiştir. Benzer olarak bir çalışmada bilişsel, duygusal ve davranışsal kıskançlık ile cinsiyet arasında herhangi manidar bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Bulut, 2019). Yapıcı iletişim tepkilerinin ya da yıkıcı baş etme yöntemlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonuçlarından birine ulaşan araştırmalarda mevcuttur (Akça 2014; Utkan, 2016; Hoşoğlu, 2017).

Bazı araştırmalar, yapıcı başa çıkma yöntemlerinin cinsiyete göre farklılaştığını belirtmiştir (DeSteno, Bartlett, Braverman ve Salovey, 2002; Demirtaş ve Dönmez, 2006; Zeytinoğlu, 2013; Akça, 2014). Kıskançlık durumunda kadınların erkeklere oranla yapıcı, erkeklerin ise kadınlara oranla

yıkıcı yollarla baş etmeye çalıştıkları görülmüştür (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Kıskançlık durumunda kadınlar daha çok üzüntü ve telafi edici kişiler arası ilişkilerden faydalanmayı tercih etmektedir (Miller ve Maner, 2008). Kıskançlığın yansıtılma biçimlerinin incelendiği bir araştırmada her iki cinsiyetin aynı seviyelerde yıkıcı- kaçınan iletişim tepkilerini kullandığını ve yapıcı iletişim tepkilerini ise kadınların daha çok tercih ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Bevan, 2011). Geleneksel cinsiyet rollerinin daha çok benimsendiği toplumlarda kadınlara daha duyarlı, anlayışlı, hoşgörü ve uyumlu olmaları öğretilirken erkeklere güçlü, sert ve otoriter olmaları gerektiği öğretilmektedir (Hasta ve Güler, 2013). Bazı araştırmalarda kıskançlıkta kadınların erkeklerden daha fazla yapıcı tepkiler vermesi geleneksel cinsiyet rollerinden kaynaklanmış olabilir.

Cinsiyetler arası eşitsizlikler kadınların eğitim seviyesi ve çalışma yaşamına katılma oranı arttıkça kadınların lehine değişim göstermiştir (Yılmaz, Zeyneloğlu, Kocaöz, Kısa, Taşkın ve Eroğlu, 2009). Buna göre mevcut araştırmada alanyazınından farklı sonuç çıkmasının nedeni yıllar içinde cinsiyet rollerinde ilişkiler, ekonomik ve sosyal yaşam gibi alanlarda eşitliğin dikkat çekmeye başlaması gösterilebilir. Bununla birlikte mevcut araştırmada kullanılan ölçekte yıkıcı- kaçınan boyutunda ‘olumsuz iletişim’, ‘sessizlik’, ‘inkar’ gibi sözel saldırganlığı içeren daha fazla madde varken, fiziksel şiddeti sadece ‘şiddet içeren iletişim’ faktörü karşılamaktadır (Hoşoğlu, 2017). Ölçekte yıkıcı- kaçınan maddelerin daha çok sözel saldırganlığı içermesi ve yıkıcı- kaçınan tepkilerinin bir arada olmasından dolayı bu boyutta iki cinsiyet arasında farklılık görülmediği düşünülebilir.

Bu araştırmada rakip odaklı iletişim tepkilerinin kadın öğrencilerde daha düşük olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer olarak (Bevan, 2011) erkekler tarafından daha fazla rakip odaklı tepkinin kullanıldığını sonucuna ulaşılmıştır. Partner sadakatsizliğinde erkeklerin daha çok şiddet içeren tepkiler sergiledikleri ve bu tepkilerinin özellikle erkek muhataba yani rakibe karşı olduğu belirtilmiştir (Miller ve Maner, 2008). Kadınlar erkeklere göre daha açık iletişim kurmaktadır (Görmüş, Aydın ve Ergin, 2013). Buna göre bu sonuç kadınların erkeklere göre duygu ve düşüncelerini daha açık bir şekilde paylaşmasından kaynaklanmış olabilir.

D. İlişki sayısına göre romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile romantik kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerine dair bulguların tartışılması

Araştırmada incelenen alt amaçlardan biri ilişki sayısına göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlıkta verilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki sayısına göre romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı, açıklık, iletişim ve duygulanım alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Alanyazınına bakıldığında ilişki sayısına göre romantik ilişkide kendini açma düzeyini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. İlişki sayısı ile bireyin mevcut ilişkisinden önce yaşadığı romantik ilişkilerinin miktarı anlatılmaktadır. Kendini açma insanların kişiliğine ve diğer birey ile etkileşim sırasında oluşan sürece vurgu yapmaktadır (Cozby, 1973). Kişi oluşturduğu yakın ilişkinin ilk zamanlarından itibaren kendisiyle ilgili özel ve gizli konuları diğer bireyle paylaşmakta ve ilişkinin gidişatına bağlı olarak diğer bireye giderek daha fazla açılımda bulunabilmektedir (Duck, 1988; Akt., Çağ, 2016). Açılımda bulunan birey, kendini açmayı pozitif veya negatif olarak etkileyebilmektedir. Kendini açan kişi, karşısındaki bireyden cesaret alarak kendisiyle ilgili daha özel ve önemli konuları paylaşabileceği gibi tersine geri de çekilebilmektedir (Omarzu, 2000). Buna göre mevcut araştırmanın sonucunun bireyin ilişki kurduğu insanların kişilik özellikleri ve oluşan etkileşimlerin niteliğinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Ulaşılan diğer bir sonuç ilişki sayısına göre cinsel yakınlık alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmesidir. Bu araştırmanın bulguları ilişki deneyimi olmayan öğrencilerin cinsel yakınlık boyutunun, 4- 7 ve 7 üstüne göre daha düşük seviyede olduğunu göstermiştir. Bir başka ifadeyle romantik ilişki deneyiminin olması cinsel konularda açılımda bulunma düzeyini etkilemektedir. Cinsellik, insanın yaşamında doğumdan önce başlayıp hayatı boyunca önemli bir yer tutan, bireyin içinde bulunduğu topluma ve toplumun yaklaşımına göre biçimlenen bir kavramdır (Bozdemir ve Özcan, 2011; Apay, Akpınar ve Arslan, 2013). Cinsellik sosyal ve kültürel etkenlerden dolayı Türk toplumunda tabu olarak görülmekte ve bireyler cinsellikle ilgili konularda açık bir biçimde konuşmamaktadır (Torun, Torun ve Özaydın, 2011). Kişi deneyimi olmadığı için cinsel konularda açılımda

bulunurken toplumun bakış açısının etkisini daha çok hissetmiş olabilir. İnsanlar ilk ilişkilerinde partnerlerini idealize edebilmektedir. Bunun sonucunda kişi partneriyle cinsellik konusunda konuşmaktan çekinebilir. Ancak ilişki sayısı arttıkça aşka ve partnere dair gerçekçi algılar ve değerlendirmeler artmaktadır (Knox ve Sporakowski, 1968).

Bu araştırmada kıskançlık karşısında gösterilen yapıcı, yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkilerinin ilişki sayısına göre değişmediği görülmüştür. Geçmişte ayrılıkla sonuçlanan ilişkiye sahip bireylerin kıskançlık gibi ilişki problemlerinde, yaşantılarının etkisinde kalarak hiç ilişki yaşamamış bireylere göre farklı tepkiler verebileceği düşünülmüştür. Ancak sonuç beklenildiği gibi olmamıştır. Alanyazınına bakıldığında mevcut araştırma sonucunun literatürle örtüşmediği görülmüştür. Geçmişte romantik ilişki yaşantısı olan kişiler, ilişki tecrübesi olmayan kişilere göre kıskançlığı ortaya çıkaran tüm durumlarda daha yüksek düzeyde kıskançlık yaşamaktadır (Utkan, 2019). Bir araştırmada yapıcı iletişim tepkilerinin ilişki sayısına göre değiştiği sonucuna ulaşılmıştır (Hoşoğlu, 2017). İlişki deneyimi arttıkça kişilerin daha işlevsel başa çıkma yollarını kullandıkları görülmüştür (Eryılmaz, ve Ercan, 2010). İlişki tecrübesi çok olan bireyler, ayrılık durumuyla daha fazla karşılaşmakta bunun sonucunda ise ilişkilerinde daha az güvende hissetmekte ve daha az çatışma yaşamaktadır. İlişki sayısı yüksek olan kişiler, ilişkilerinde zorlama ve işbirliği taktiğini daha fazla kullanmaktadır (Bahadır, 2006). Buna göre mevcut araştırmada literatürden farklı bir sonuca ulaşılması farklı örneklem büyüklüğü ve katılımcıların özellikleri gibi nedenlerden kaynaklanmış olabilir.

E. Mevcut ilişkinin süresine göre romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ile romantik kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkilerine dair bulguların tartışılması

İlişkinin süresine göre üniversite öğrencilerinin kendini açma düzeyi ile romantik kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişki alt amaçlardan biri olarak incelenmiştir. Bulgular, romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ve alt boyutlarında mevcut ilişkinin süresine göre anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi ilişkinin süresine göre değişmemektedir. Evli kişilerle yapılan bazı çalışmalar, bu araştırmayı destekler niteliktedir (Gürer, 2019; Dur, 2020). Evlilik süresinin kişinin eşine

kendini açması üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur (Gürer, 2019; Dur, 2020). Sprecher ve Hendrick (2004) kendini açma düzeyinin çiftin beraberliklerinin devamı hakkında veya ne zaman ayrılacakları konusunda bir öngörüde bulunmadığını belirtmişlerdir. Bu araştırmalardan farklı olarak ilişki süresi arttıkça kendini açmanın arttığı sonucuna ulaşan çalışmalar mevcuttur (Omarzu, 2000; Seamon, 2003).

Kendini açma davranışının ilişkilerde belirli bir güven içinde devam etmesinin uygun ortam ve uygun zaman ile ilgisi vardır (Dikmen, 2014). İnsanlar kendini açmayı sürekli olarak istememekle birlikte bu davranışın doğru şekilde başarılmasını istemektedir. Bununla birlikte bütün insanlar, aynı düzeyde açılım göstermemektedir. Bazı insanlar kendini açma konusunda daha kapalıdır (Özşenler, 2013). Buna göre mevcut sonucun kişilik ve her çiftin içinde bulunduğu koşulların farklı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Kıskançlıkta verilen iletişim tepkilerinin alt boyutları olan yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkilerinde mevcut ilişki süresine göre anlamlı farklılık görülmemiştir. İlişki süresi 2 yıldan fazla 3 yıldan az olan öğrencilerde, 1 yıldan fazla 2 yıldan az ve 3 yıldan fazla olanlara göre yapıcı iletişim tepkilerinin daha az kullanıldığı görülmüştür. Hoşoğlu'nun (2017) yaptığı çalışma bu araştırmanın bulgularını kısmen destekler niteliktedir. Araştırmasında romantik kıskançlıkla baş etme şekillerinin ilişki süresine göre manidar bir değişiklik sergilemediği sonucuna ulaşmıştır (Hoşoğlu, 2017). İlişkinin süresi ilerledikçe kıskançlık durumunda ortaya çıkan zihinsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin kuvvetinin azaldığı görülmüştür (Demirtaş ve Dönmez, 2006). İlişki devam ettikçe kıskançlıkta görülen duygusal tepkilerin gücünün azalmasından kaynaklı bireyler, genellikle kıskançlığın pozitif ya da negatif etkileri üzerinde durmamaktadır (Sümer, 2017).

Yıkıcı- kaçınan iletişim inkar, sessizlik, şiddet ve saldırganlık gibi; rakip merkezli iletişim gözetleme, rakiple iletişime geçme ve rakibi küçümseme gibi davranışları içermektedir (Guerrero vd., 2011). Yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkilerinin genellikle aktif ya da pasif saldırganlık içeren davranışlarla gösterildiği söylenebilir. İçgüdü yaklaşımları saldırganlığın doğuştan geldiğini; biyolojik temelli yaklaşımlar ise genetik faktörlerden kaynaklandığını belirtmektedir (Hasta ve Güler, 2013). İlişki süresine göre romantik kıskançlıkla

yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı başa çıkma biçimlerinde bir değişiklik olmamasının bu nedenden kaynaklandığı düşünülebilir.

Kıskançlık durumunda ilişki süresi 1- 2 yılları arasında olan öğrencilerin, 2- 3 arasında olan öğrencilere göre daha yapıcı tepkiler göstermesi; bireylerin ilk zamanlarda ilişkiye daha çok önem vermesinden ve partnerin vereceği tepkinin tahmin edilememesi sonucu ilişkiyi kaybetme riskinden kaynaklanmış olabilir. Bununla birlikte bu araştırmanın diğer bir bulgusu, kıskançlıkta ilişki süresi 3 yıldan fazla olan öğrencilerin 2- 3 arasında olan öğrencilere göre daha fazla yapıcı iletişim tepkileri vermesidir. Bu sonucun literatürle uyumlu olduğu görülmüştür. İlişki süresi ilerledikçe kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri artmaktadır (Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez, 2006). İlişki devam ettikçe partnerler birbirleri ile ilgili daha çok bilgi sahibi olmakta, ilişkinin devam etmesine verilen önem artmakta ve güven gelişmektedir (Bahadır, 2006). İlişki süresi ile çatışma çözme stratejileri arasında pozitif bir ilişki vardır (Bahadır, 2006). Bu sonuçlardan farklı olarak bir araştırmada ilişki süresi arttıkça kıskançlık ve yapıcı iletişim tepkilerinin azaldığı görülmüştür (Sümer, 2017).

İlişki süresi ilerledikçe partnerin ortaya çıkan sorunlara ve rakibe rağmen ilişkidен vazgeçmeyeceğine dair olan düşünce güçlü hale gelmektedir (Buunk, 1981). Transaksiyonel yaklaşıma göre, ilişki yatırımının gerekli olduğu bir ilişkide kişinin ilerleyen süreçlerde ortaya çıkan ilişkiisel sonuçlar açısından bir beklenti içerisinde olduğu belirtilmektedir. İlişkinin zarar görmesi ya da bitmesi durumunda birey bazı kayıplarla yüzleşmek durumunda kalmaktadır (Demirtaş ve Dönmez, 2006). İlişkinin süresi arttıkça partnerlerin birbirlerine güveni ve ilişkiye yapılan yatırım miktarı artabilir. Birey partnerine duyduğu güvenin etkisi ve yatırım yaptığı ilişkiyi riske atmamak için, ilişki süreci ilerledikçe ilişkide meydana gelen problemlerden biri olarak kıskançlıkta (Hoşoğlu, 2017) daha yapıcı yollar kullanmayı tercih edebilir.

DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

Araştırmada üniversite okuyan bireylerin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve romantik kıskançlık durumunda gösterdikleri iletişim tepkileri arasındaki ilişki ve bu ilişkinin cinsiyet, ilişki uzunluğu ve ilişki sayısı değişkenlerine göre durumu incelenmiştir. Bu doğrultuda çalışmada tarama modeli kullanılarak veriler elde edilmiştir. Araştırmada nicel araştırmalardan betimsel desen kullanılmıştır. Kriterler üniversite öğrencisi olmak, en az 6 aydır devam eden romantik ilişkisi olmak ve gönüllü olmaktır. Veriler Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS, Statistical Package for the Social Science) 25.00 ile incelenmiştir. Alanyazınına bakıldığında romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile romantik kıskançlıkta gösterilen tepkiler arasındaki ilişkiyi inceleyen benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut araştırmanın alanyazınındaki bu eksikliği gidererek, literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir. Bununla birlikte bu bölümde araştırmanın sonuçları ve bu sonuçların değerlendirilmesiyle ortaya çıkan öneriler yer almaktadır.

SONUÇLAR

1. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı ve tüm alt boyutları ile yapıcı iletişim tepkileri arasında olumlu; cinsel yakınlık boyutu hariç yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri arasında olumsuz bir ilişki vardır. Cinsel yakınlık alt boyutu ile yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı, açıklık ve cinsel yakınlık alt boyutları ile rakip odaklı iletişim tepkileri arasında anlamlı bir ilişki yoktur; iletişim ve duygulanım alt boyutları arttıkça rakip odaklı iletişim tepkileri azalmaktadır.

Araştırmada değişkenler arasında ilişki incelenirken bir değişkenin diğerini yordama durumu da incelenmiştir. Bunun sonucunda kıskançlık durumunda gösterilen iletişim tepkilerinin hep birlikte romantik ilişkide kendini açma düzeyindeki değişimin %19'unu yordamaktadır.

2. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi toplam puanı, duygulanım ve cinsel yakınlık alt boyutları cinsiyete göre değişmemektedir. Açıklık ve iletişim alt boyutları puanları ise kadın öğrencilerde daha yüksektir.

3. Üniversite öğrencilerinin kıskançlık karşısında gösterdikleri iletişim tepkileri alt boyutlarından yapıcı ve yıkıcı- kaçınan iletişim tepkileri cinsiyete göre değişmemektedir. Rakip odaklı iletişim tepkileri kadın öğrencilerde daha düşüktür.

4. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyleri ilişki sayısına göre değişmemektedir. Cinsel yakınlık alt boyutu ilişki deneyimi olmayan öğrencilerde, 4- 7 ve 7 üstüne göre daha düşük seviyededir.

5. Üniversite öğrencilerinin kıskançlık karşısında gösterdikleri iletişim tepkileri deneyimlenen ilişki sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

6. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ilişkinin süresine göre değişmemektedir.

7. Üniversite öğrencilerinde kıskançlıkta verilen yıkıcı- kaçınan ve rakip odaklı iletişim tepkileri mevcut ilişkinin süresine göre değişmemektedir. Yapıcı iletişim tepkileri ilişki süresi 2 yıldan fazla 3 yıldan az olan öğrencilerde, 1 yıldan fazla 2 yıldan az ve 3 yıldan fazla olanlara göre daha düşüktür.

ÖNERİLER

- 1.** Araştırmada romantik ilişkide kendini açma ve romantik kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri ile ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir. İki konu arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamak adına lise öğrencileri ya da evli bireyler gibi farklı örneklem gruplarıyla da çalışmanın önemli olduğu düşünülmektedir.
- 2.** Romantik ilişkide kendini açma ve kıskançlıkta gösterilen iletişim tepkileri ile ilgili yapılacak yeni çalışmalarda farklı ölçekler geliştirilebilir ya da kullanılabilir.
- 3.** Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkide kendini açma düzeyi ve romantik kıskançlıkta verilen iletişim tepkileri farklı değişkenlerle incelenebilir. Bu araştırma kapsamında sınıf düzeyi, üniversite okunan bölüm türü hakkında bilgi alınmış fakat araştırmaya dahil edilmemiştir. Farklı çalışmalarda bu değişkenler kullanılabilir.
- 4.** Evlilik öncesi süreçte romantik kıskançlık tepkileri ile ilgili sorun yaşayan çiftlere romantik kıskançlıkta verilen tepkiler ve kıskançlıkta yapıcı iletişim tepkileri kullanma ile ilgili psikoeğitim programları uygulanabilir.
- 5.** Mevcut araştırma korona virüs salgını sonucu pandemi sürecinde yürütülmüştür. Bu nedenle online olarak ulaşılan ve çeşitli üniversitelerde okuyan 260 öğrenciden elde edilen veriler analiz edilerek yapılmıştır. Pandemi sonrası daha geniş evren ve örneklem grubu ile benzer bir çalışma yapılabilir.
- 6.** Romantik ilişkide kendini açma ve çeşitli iletişim becerileri konusunda eğitimler düzenlenebilir. Bu eğitimlerin kıskançlık, kıskançlık tepkileri ya da ilişki problemleri üzerindeki etkisi incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Ağlamaz, T. (2006). *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı, Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne- Baba Öğrenim Düzeyi ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Akça, M. Ş. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya. <https://hdl.handle.net/20.500.12619/74543>
- Aker, Ç. (1996). *Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının Kaygı Düzeyleri İle Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Alpay, A. (2009). *Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara. <http://hdl.handle.net/20.500.12575/29967>
- Altman, I. & Taylor, D. A. (1973). *Social Penetration: The Development Of Interpersonal Relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Altman, I. (1976). A conceptual analysis. *Environment and Behavior*, 8(1), 7- 29.
- Antill, J. K. & Cotton, S. (1987). Self disclosure between husbands and wives: its relationship to sex roles and marital happiness. *Australian Journal of Psychology*, 39(1), 11- 24. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00049538708259032>
- Apay S, E., Akpınar R. B. ve Arslan S. (2013). Öğrencilerin cinsel mitlerinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 16(2), 96–102. https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunihem/issue/2661/34440#article_cite
- Arslan, C. (2005). Kişilerarası çatışma çözme ve problem çözme yaklaşımlarının yüklenme karmaşıklığı açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14), 75- 93. <http://dergisosyalbil.selcuk.edu.tr/susbed/article/view/633/585>
- Arslan, S. (2018). *Ergenlerin Sanal Zorbalık ve Kendini Açma Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul. <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12436/644>
- Aşık, E. (1992). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarını Etkileyen Bazı Etmenler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520- 546. Doi:10.5455/cap.20120431

- Ataşalar, J. (1996). *Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine Cinsiyet ve Yaşlarına Göre Kendini Açma Davranışları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Attridge, M. (2013). Jealousy and relationship closeness: Exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *SAGE Open*, 3(1), 1- 16. <https://doi.org/10.1177/2158244013476054>
- Bahadır Ş. Y. (2006). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygudurumunu Düzenleme Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara. [file:///C:/Users/user2/Downloads/2392%20\(7\).pdf](file:///C:/Users/user2/Downloads/2392%20(7).pdf)
- Beebe, S. A., Beebe S. J. & Ivy, D.K. (2004). *Communication Principles For A Lifetime* (2. Baskı). USA: Pearson Education.
- Ben- Ze'ev, A. (2010). Jealousy and Romantic Love. Sybil L. Hart and Maria Legerstee (Ed.), *Handbook of Jealousy: Theory, Research, and Multidisciplinary Approaches* içinde (s. 40- 54). USA: Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1002/9781444323542.ch3>
- Bevan, L. (2009). *Life Without Jealousy: A Practical Guide* (4.Baskı). Ann Arbor, USA: Loving Healing Press.
- Bevan, J. L. (2011). The consequence model of partner jealousy expression: Elaboration and refinement. *Western Journal of Communication*, 75(5), 523- 540. <https://doi.org/10.1080/10570314.2011.608408>
- Bigler, R. S. (1995). The role of classification skill in moderating environmental influences on children's gender stereotyping: A study of the functional use of gender in the classroom. *Child Development*, 66(4), 1072- 1087. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00923.x>
- Blevis, M. (2010). *Kıskançlık: Sevginin En Çok Düştüğü Tuzak*. Işıl Aydın (Çev.). İstanbul: Sel Yayıncılık.
- Boburka, R. R. (2020). Jealousy, Assessment of. Bernardo J. Carducci & Christopher S. Nave (Ed.), *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Models and Theories* içinde (s. 209- 214). New York, USA: John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch106>
- Bozdemir, N. ve Özcan, S. (2011). Cinselliğe ve cinsel sağlığa genel bakış. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care (TJFMPC)*, 5(4), 37- 46. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/719139>
- Bringle, R. G. & Buunk, B. (1985). Jealousy and Social Behavior: A Review of Person, Relationship, and Situational Determinants. Phillip Shaver (Ed.), *Self, Situations, and Social Behavior: Review of Personality and Social Psychology* içinde (s. 241- 264). California, ABD: SAGE Publications Inc.
- Bringle, R. G. (1991). Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model. Peter Salovey (Ed.), *The Psychology Of Jealousy And Envy* içinde (s. 103- 131). New York, US: Guilford Press.

- Bringle, R. G. (1995). Sexual jealousy in the relationships of homosexual and heterosexual men: 1980 and 1992. *Personal Relationships*, 2, 313- 325. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00095.x>
- Bulut, C. (2019). *Romantik İlişki Yaşayan Bireylerde Çok Boyutlu Kıskançlık İle İlişkili Değişkenler*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Samsun. <https://dergipark.org.tr/en/pub/kefad/issue/59086/850458>
- Buss, D. M. (2018). Sexual and emotional infidelity: Evolved gender differences in jealousy prove robust and replicable. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 155- 160. <https://doi.org/10.1177/1745691617698225>
- Buunk, B. (1981). Jealousy in sexually open marriages. *Alternative Lifestyles*, 4(3), 357- 372. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF01257944.pdf>
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V. & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective: Tests from the Netherlands, Germany and the United States. *Psychological Science*, 7(6), 359- 363. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00389.x>
- Buunk, A. P. & Dijkstra, P. (2006). Temptations and Threat: Extradyadic Relations and Jealousy. Anita L. Vangelisti & Daniel Perlman (Ed.), *The Cambridge Handbook Of Personal Relationships* içinde (s. 533- 555). Cambridge, UK: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511606632.030>
- Büyüköztürk, Ş. (2017). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı* (23.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (27.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Can, A. (2019). *Spss ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi* (8. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Carson, C. L. ve Cupach, W. R. (2009). Fueling the flames of the green-eyed monster: The role of ruminative thought in reaction to romantic jealousy. *Western Journal of Communication (Includes Communication Reports)*, 64(3), 308- 329. <https://doi.org/10.1080/10570310009374678>
- Carlson, W. & Rose, A. J. (2007). The role of reciprocity in romantic relationships in middle childhood and early adolescence. *Merrill-Palmer Quarterly*, 53(2), 262- 290. <https://www.jstor.org/stable/23096108>
- Chen, B. (2014). Review on the self- disclosure of visitors. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(2), 94- 101. doi:10.5539/jedp.v4n2p94
- Collins, N. L. & Miller, L. C. (1994). Self- disclosure and liking: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 116(3), 457- 475. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.457>
- Connolly, J. A. & Konarski, R. (1994). Peer self- concept in adolescence: Analysis of factor structure and of associations with peer experience. *Journal of research on Adolescence*, 4(3), 385- 403. doi/abs/10.1207/s15327795jra0403_3

- Cozby, P. C. (1973). Self- disclosure: A literature review. *Psychological Bulletin*, 79(2), 73. <https://doi.org/10.1037/h0033950>
- Cuming, S. & Rapee, R. M. (2010). Social anxiety and self- protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 48(2), 87- 96. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.09.010>
- Curun, F. ve apkın, M. (2014). Romantik kıskançlığın bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması. *Psikoloji Çalışmaları*, 34(1), 1- 22. <https://hdl.handle.net/20.500.12415/6258>
- Cüceloğlu, D. (1996). *İnsan ve Davranışı* (6. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağ, P. (2016). *Evlilik Doyumu: Bir Model Testi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara. <http://hdl.handle.net/11655/3079>
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2017). Eşe kendini açma ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 1- 13. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/41239/488646>
- Çakır, M. A. (1994). *Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarını Etkileyen Faktörler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Çetinkaya, B. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Çetinkaya, B. (2009). *Kendini Açma* (1. Baskı). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Çetinkaya, B. ve Akbaba, S. (2011). Üniversite öğrencilerinin kendini açma davranışları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(4), 1. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ksbd/issue/16227/169935>
- Çetinkaya, B. (2016). *Kendini Aç*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Çitil, E. ve Eginli, A. T. (2020). Kişilerarası İletişim Sürecinde Kendini Açma Davranışı ve Özsaygı Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Bir Araştırma. *1.International CEO Communication, Economics, Organization & Social Sciences Congress* içinde (478- 488), Bosna Hersek.
- Demir, S. (2019). *Evlilikte Kıskançlık: Fenomenolojik Bir İnceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa/Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Demirhan, M. (2002). *Kendini Açma Düzeyleri Farklı Genel Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Anadolu Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Demirtaş, H. A. (2004). *Yakın İlişkilerde Kıskançlık (Bireysel, İlişkisel ve Durumsal Değişkenler)*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler

- Enstitüsü, Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Ana Bilim Dalı, Ankara.
<https://dspace.ankara.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12575/27741/demirtas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Demirtaş, H. A. ve Dönmez, A. (2006). Yakın ilişkilerde kıskançlık: Bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(3), 181- 191.
<http://www.turkpsikiyatri.com/c17s3/yakiniliskilerde.pdf>
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite Öğrencilerin 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.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Derin, G. D. (2016). *Bir Sosyal Ağ Olarak Facebook Kullanmayan Kişilerin Yalnızlık Algıları, Kendini Açma Biçimleri ve Etkileşim Kaygıları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Derlega, V. (1987). A social- psychological analysis of self- disclosure in psychoterapy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5(2), 205- 215.
<https://doi.org/10.1521/jscp.1987.5.2.205>
- Derlega, V.J. & Berg, J.H. (Ed.) (1987). *Self- Disclosure: Theory, Research, And Therapy*. New York, US: Plenum Press.
- Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S. & Margulis, S. T. (1993). *Sage Series on Close Relationships Self- disclosure*. California, US: Sage Publications, Inc.
- De Silva, P. (1997). Jealousy in couple relationships: Nature, assessment and therapy. *Behaviour Research and Therapy*, 35(11), 973- 985.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00051-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00051-X)
- DeSteno, D., Bartlett, M. Y., Braverman, J. & Salovey, P. (2002). Sex differences in jealousy: Evolutionary mechanism or artifact of measurement? *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(5), 1103- 1116.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.5.1103>
- DeSteno, D. A. & Salovey, P. (1996). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? Questioning the “fitness” of the model. *Psychological Science*, 7(6), 367- 372. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00391.x>
- Dikmen, S. M. (2014). *Sosyal Ağlar Bağlamında Kişilerarası İletişim Sürecinde Kendini Açma*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Dindia, K. & Allen, M. (1992). Sex differences in self- disclosure: A meta- analysis. *Psychological Bulletin*, 112(1), 106- 124.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.106>
- Dizmen, F. (2006). *Farklı Okul Programlarındaki Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Atatürk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Doğruyol, S. ve Uzun, N.B. (2019). Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği: Bir Ölçek Geliştirme Çalışması. *Atlas 3.Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi* içinde (s. 1- 6), Sivas.
- Dokur, M. & Profeta, Y. (2006). *Aile ve Çift Terapisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Duck, S. (1988). *Relating to Others: Mapping Social Psychology*. UK: Open University Press.
- Dur, C. (2020). *Evli Bireylerde Eşe Kendini Açma ve Eş Tükenmişliği*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. <http://hdl.handle.net/11655/21705>
- Egan, G. (1970). *Encounter: Group Processes For Interpersonal Growth*. California, USA: Wadsworth Publishing Company.
- Elçi S. Ç. (1998). *Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bölümlerindeki Öğrencilerin Kendini Açma Özelliklerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ege Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Erber, R. & Erber, M. (2001). *Intimate Relationships: Issues, Theories, and Research*. UK: Psychology Press.
- Erkan, S. ve Kaya, A. (2012). *Deneysel Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları 2*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Erwin, P. G. & Pressler, S. J. (2011). Love styles, shyness, and patterns of emotional self- disclosure. *Psychological Reports*, 108(3), 737- 742. <https://doi.org/10.2466/02.09.21.28.PR0.108.3.737-742>
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve başa çıkma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 381- 397. <https://dergipark.org.tr/en/pub/uefad/issue/16692/173489>
- Eşel, E. (2005). Kadın ve erkek beyninin farklılıkları. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15(3), 138- 152. <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=c9cb9a9b-0131-4c07-8ef6-c0618e45dfdd%40sessionmgr103>
- Farber, B. A. (2006). *Self-Disclosure in Psychotherapy*. New York, USA: Guilford Press.
- Feiring, C. (1996). Concepts of romance in 15-years-olds. *Journal of Research on Adolescence*, 6, 181- 200. <https://psycnet.apa.org/record/1996-03765-003>
- Field, A. (2005). *Discovering Statistics Using Spss*. London: Sage Publication.
- Freud, S. (2013). Some Neurotic Mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality. Nancy Burke (Ed.), *Gender and Envy* içinde (213- 221). New York, USA: Routledge. (İlk baskı 1998).
- Gehl, B. K. (2010). *Personality Antecedents of The Experience and Expression of Romantic Jealousy*. Doctoral Dissertation, Iowa University, Psychology, Iowa, USA. Doi: 10.17077/etd.4jz7yc6r

- Girgin, B. (2018). *Çatalca'da Yaşayan Evli Bireylerin Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık Düzeyi ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul. <http://hdl.handle.net/11547/1368>
- Gizir, C. A. (2013). Üniversite Öğrencilerinin ilişki inançlarının cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumlarına göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(170). <http://213.14.10.181/index.php/EB/article/view/2334>
- Görmüş, A. Ş., Aydın, S. ve Ergin, G. (2013). İşletme bölümü öğrencilerinin iletişim becerilerinin cinsiyet rolleri bağlamında incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(1). https://www.researchgate.net/profile/Guelfiz-Ergin-Demirdag/publication/271055117_Examining_Communication_Skills_of_Business_Administration_Department_Students_within_the_Context_of_Sex_Roles/links/5a4aaf43aca272d294646e29/Examining-Communication-Skills-of-Business-Administration-Department-Students-within-the-Context-of-Sex-Roles.pdf
- Guerrero, L. K. (1998). Attachment- style differences in the experience and expression of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 5(3), 273- 291. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00172.x>
- Guerrero, L. K. & Afifi, W. A. (1998). Communicative responses to jealousy as a function of self- esteem and relationship maintenance goals: A test of bryson's dual motivation model. *Communication Reports*, 11(2), 111- 122. <https://doi.org/10.1080/08934219809367693>
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A., Eloy, S. V. & Spitzberg, B. H. (1995). Romantic jealousy and relational satisfaction: A look at the impact of jealousy experience and expression. *Communication Reports*, 8(2), 77- 85.
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A., Jorgensen, P. F., Spitzberg, B. H. & Eloy, S. V. (1995). Coping with the greeneyed monster: Conceptualizing and measuring communicative responses to romantic jealousy. *Western Journal of Communication*, 59, 270- 304. <https://doi.org/10.1080/10570319509374523>
- Guerrero, L. K., Hannawa, A. F. & Babin, E. A. (2011). The communicative responses to jealousy scale: Revision, empirical validation, and associations with relational satisfaction. *Communication Methods and Measures*, 5(3), 223- 249. <https://doi.org/10.1080/19312458.2011.596993>
- Guerrero, L. K., Trost, M. R. & Yoshimura, S. M. (2005). Romantic jealousy: Emotions and communicative responses. *Personal Relationships*, 12(2), 233- 252. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00113.x>
- Gültekin, F. (2001). Lise Öğrencilerinin kendini açma davranışlarının kimlik gelişim düzeyleri açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 231- 241. <http://hdl.handle.net/11452/10922>
- Gündoğdu, R. (2010). Farklı puan türüne göre eğitim fakültesine gelen öğrencilerin kendini açma davranışlarının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 748- 777. <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423936559.pdf>
- Güney, T. ve Kavas, A.B. (2018). İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar ve Yetişkin Bağlanma Stilllerinin Flört Şiddeti İle İlişkinin İncelenmesi. A.

- Solak (Ed.) , *Şiddet ve Sosyal Travmalar Uluslararası Kongresi: Vol, 1. Aile Eksenli Şiddet ve Doğurduğu Sosyal Travmalar* içinde (s. 171). Samsun, Türkiye.
- Gürel, E. Ç. (2015). *Kişilerarası İletişimde Kendini Açma ve Özsaygı İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Ana Bilim Dalı, İzmir. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Gürer, T. (2019). *Evli Bireylerde Eşe Kendini Açma ve Evlilik Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Ankara. <http://hdl.handle.net/11655/11969>
- Gürsoy, O. ve Gizir, C. A. (2017). Öznel sıkıntılar, kendini açma, kendini gizleme, üniversite öğrencileri, geçerlik, güvenilirlik. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 557-575. <https://app.trdizin.gov.tr/publication/paper/detail/TWpjMk9UZzNOdz09>
- Hahs-Vaughn, D. L. & Lomax, R. G. (2020). *Statistical Concepts- A First Course*. ABD: Routledge.
- Hargie, O. Saunders, C. & Dickson, D. (1981). *Social Skill In Interpersonal Communication* (1.Baskı). Cambridge: Brookline Books.
- Hartley, P. (1999). *İnterpersonal Communication* (2. Baskı). London: New Fetter Lane Published.
- Hasta, D. ve Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1). <http://www.sobild.ankara.edu.tr/index.php/sobild/article/view/715>
- Hendrick S. S. (1997). Counseling and Self Disclosure. Valerian J. Derlega & John H. Berg (Ed.), *Self- disclosure: Theory, Research, and Therapy* içinde (s. 303- 327). New York: Plenum.
- Hendrick, S. S. & Hendrick, C. (2006). Measuring respect in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 881-899. <https://doi.org/10.1177/0265407506070471>
- Hicks, S. (2020). *Romantic Relational Aggression Among College Students: A Moderated Mediation Study of Attachment Style, Romantic Jealousy, Mate Value, and Relationship Investment*. Doctoral Dissertation, University Of Southern Mississippi, Hattiesburg, USA. <https://aquila.usm.edu/dissertations/1682>
- Horne, R. M. & Johnson, M. D. (2018). Gender role attitudes, relationship efficacy, and self- disclosure in intimate relationships. *The Journal of Social Psychology*, 158(1), 37-50. <https://doi.org/10.1080/00224545.2017.1297288>
- Hosman, L. A. (1986). A Meta-Analysis Of Sex Differences İn Self- Disclosure. İn *Meeting of The Southern Speech Communication Association*, Houston.
- Hoşoğlu, R. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Kıskançlıkla Başa Çıkma Biçimlerinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*. Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı,

- Hoşoğlu, R. ve Sevim, S. (2018). Kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri ölçeğini Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 119- 137. <https://dergipark.org.tr/en/pub/aujef/issue/34775/404198>
- Hoşoğlu, R. ve Sevim, S. (2019). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde kıskançlıkla başa çıkma biçimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 149-179. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/44557/552754>
- Houser, A. G. (2009). *Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Hupka, R. B. (1981). Cultural determinant of jealousy. *Alternative Lifestyles*, 4, 310- 356. <https://doi.org/10.1007/BF01257943>
- Inciong, A. G. O., Batronel, T. C. L. & Manibo, J. (2020). Love, attitude, self-disclosure and investment model. *Asia Pacific Journal of Education, Arts and Sciences*,8(2), 27- 39. <https://research.lpubatangas.edu.ph/wp-content/uploads/2020/06/APJEAS-2020.7.2.03.pdf>
- Ingodabsby, B. & Mckim, S. (1983).Family Expressiveness: Sex And Socioeconomic Class Differeness. *Paper presented at the The Annual Meeting Of The National Council On Family Relations* içinde (s. 1- 24), St Paul, USA. <https://eric.ed.gov/?id=ED255833>
- Jourard S. M. (1971). *The Transparent Self*. New York, USA: Van Nostrand Reinhold.
- Kalkan M, ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M. Kalkan ve Z. Hamamcı (Ed.), *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma* içinde (s.1- 7). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Katz, I., Goldston, J., Cohen, M. & Stucker, S. (1963). Need satisfaction, perception, and cooperative interactions in married couples. *Marriage and Family Living*, 25(2), 209- 213. <https://doi.org/10.2307/349184>
- Kaya, A. (2013). *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim* (5.Baskı). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Kennedy-Lightsey, C. D. (2018). Cognitive jealousy and constructive communication: The role of perceived partner maintenance and uncertainty. *Communication Reports*, 31(2), 115- 129. <https://doi.org/10.1080/08934215.2017.1423094>
- Kenrick, D. T. & Trost, M. R. (1997). Evolutionary Approaches To Relationships. Steve Duck (Ed.), *Handbook Of Personal Relationships: Theory, Research and Interventions* (2.Baskı) içinde (s. 160- 175). Chichester, England: John Wiley & Sons.
- Kingham, M. & Gordon, H. (2004). Aspects of morbid jealousy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 10(3), 207- 215. <https://doi.org/10.1192/apt.10.3.207>

- Kito, M. (2005). Self- Disclosure in romantic relationships and friendships among American and Japanese college students. *The Journal of Social Psychology*, 145(2), 127- 140. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.2.127-140>
- Knox, D. H. & Sporkowski, M. J. (1968). Attitudes of college students toward love. *Journal of Marriage and The Family*, 30(4), 638- 642. <https://doi.org/10.2307/349508>
- Kuzgun, Y. ve Sevim, S. A. (2004). Kadınların çalışmasına karşı tutum ve dini yönelim arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(1), 14- 27.
- Küçükarslan, M. & Gizir, C. A. (2014). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 148- 159. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21462/230004>
- Lantagne, A. & Furman, W. (2017). Romantic relationship development: The interplay between age and relationship length. *Developmental Psychology*, 53(9), 1738- 1749. <https://doi.org/10.1037/dev0000363>
- Larson, J. H. (1988). The marriage quiz: College students' beliefs in selected myths about marriage. *Family Relations*, 37(1), 3- 11. <https://doi.org/10.2307/584422>
- Larson, R. & Richards, M. H. (1991). Daily companionship in late childhood and early adolescence: Changing developmental contexts. *Child development*, 62(2), 284- 300. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01531.x>
- Lazarus, R. S. Kanner, A. D. & Folkman, S. (1980). Emotions: A Cognitive-Phenomenological Analysis. Robert Plutchik & Henry Kellerman (Ed.), *Theories of Emotion* içinde (s. 189- 217). New York, USA: Academic Press.
- Leary, M. R. & Kowalski, R. M. (1993). The interaction anxiousness scale: Construct and criterion- related validity. *Journal of Personality Assessment*, 61(1), 136- 146. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6101_10
- León, J.V., Rodríguez, T.C., Palomino, M.B., Aparco, V. & Rodas, N. (2018). Evidence of validity and factorial invariance of a brief jealousy scale in peruvian university students. *Propósitos y Representaciones*, 6(2), 125- 180. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2018.v6n2.216>
- Lomax, R.G. and Hahs-Vaughn, D.L. (2020). *An Introduction to Statistical Concepts*. (4.Baskı). New York, USA: Rutledge.
- Luft, J. (1982). The Johari Window: A Graphic Model of Awareness in Interpersonal Relations. *Ítl Reading For Book Human Relations Training*. ABD: NTL Institute.
- Madran, H. D. (2008). Duygusal ve Cinsel kıskançlık açısından temel cinsiyet farklılıkları: Evrimsel yaklaşım ve süregelen tartışmalar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3), 300- 309. <http://www.turkpsikiyatri.com/c19s3/300-309.pdf>
- Malkoç, A. ve Erginsoy, D. (2008). Rekabetçi tutum, bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 1- 14. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/100041>

- Martínez-León, N. C., Peña, J. J., Salazar, H., García, A. & Sierra, J. C. (2017). A systematic review of romantic jealousy in relationships. *Terapia Psicológica*, 35(2), 203- 212. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082017000200203>
- Mathes, E. W. (1991). A Cognitive Theory Of Jealousy. P. Salovey (Ed.), *The Psychology Of Jealousy And Envy* içinde (s. 52- 77). NY: Guilford Pres
- Mathes, E. W. & Severa, N. (1981). Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development. *Psychological Reports*, 49(1), 23- 31. <https://doi.org/10.2466/pr0.1981.49.1.23>
- Metiner, S. (2017). *Beliren Yetişkinlik ve Yetişkinlik Döneminde Kıskançlık Düzeyi İle Bağlanma Davranışı, Benlik Saygısı, Duygusal Zekâ Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. <https://hdl.handle.net/20.500.12415/3903>
- Miller G. & Knapp M. (1998). *Handbook of Interpersonal Communication* (2.Baskı). London, UK: Sage Publications.
- Miller, S. L. & Maner, J. K. (2008). Coping with romantic betrayal: Sex differences in responses to partner infidelity. *Evolutionary Psychology*, 6(3), 413- 426. <https://doi.org/10.1177/147470490800600305>
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları* (1. Baskı). F. Akkoyun (Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Myers, D. C. (1999). Close Relationships and Quality Of Life. Daniel Kahneman, Edward Diener & Norbert Schwarz (Ed.), *Well-being: Foundations of Hedonic Psychology* içinde (s. 374- 392). New York, USA: Russell Sage Foundation.
- Nguyen, M., Bin, Y. S. & Campbell, A. (2012). Comparing online and offline self- disclosure: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 103- 111. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0277>
- Omarzu, J. (2000). A disclosure decision model: Determining how and when individuals will self- disclose. *Personality and Social Psychology Review*, 4(2), 174- 185. doi:10.1207/s15327957pspr0402_05
- Önder, S. (2019). *Romantik Kıskançlık, Aldatmaya Yönelik Niyet ve Mutluluk*. Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Lefkoşa. <http://docs.neu.edu.tr/library/6789914323.pdf>
- Özabacı, N. (2004). Evlilik Öncesi ilişkiler. Yavuzer H. (Ed.), *Evlilik Okulu* içinde (s. 39- 53). İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Özşenler, D. (2013). *Grup İçi İletişimin Etkinliğinde Yaratıcı Drama Kullanımı ve Kendini Açma Becerisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ege Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Öztürk, S., Terlemez, M., Gündüz, A. Yüksel, H. ve İpekli, E. (2011). *Bireylerarası İletişim*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

- Pearce, W. B. & Sharp, S. M. (1973). Self-disclosing communication. *Journal of Communication*, 23(4), 409- 425. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1973.tb00958.x>
- Pearce, W. B., Sharp, S. M., Wright, P. H. & Slam, K. M. (1974). Affection and reciprocity in self-disclosing communication. *Human Communication Research*, 1(1), 5- 14. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1974.tb00249.x>
- Pfeiffer, S. M. & Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(2), 181- 196. doi:10.1177/026540758900600203
- Pines, A. (1992). Romantic Jealousy: Five perspectives and an integrative approach. *Psychotherapy*, 29(4), 675- 683. <https://psycnet.apa.org/buy/1994-06700-001>
- Pines, A. M. & Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *The Journal of Social Psychology*, 138(1), 54- 71. <https://doi.org/10.1080/00224549809600353>
- Pines, A. M. (2003). *Aşk ve Kıskançlık*. C. Yüksel (Çev.). İstanbul: Okuyan Us.
- Pines, A. M. (1998). *Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures*. New York, USA: Routledge.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J. & Morrow, G. D. (1986). Determinants and consequences of exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in adult romantic involvements. *Human Relations*, 39(1), 45- 63. <https://doi.org/10.1177/001872678603900103>
- Saleem, M., Nazeer, A. & Durrani, A. K. (2020). Impact of sexual jealousy on partner infidelity among university students: Gender as moderator. *Journal of Professional & Applied Psychology*, 1(1), 22- 29. https://www.researchgate.net/profile/Areeha-Durrani/publication/343189375_Impact_of_Sexual_Jealousy_on_Partner_In_fidelity_among_University_Students_Gender_as_Moderator/links/5f1aea8d45851515ef44f355/Impact-of-Sexual-Jealousy-on-Partner-Infidelity-among-University-Students-Gender-as-Moderator.pdf
- Saraç, A., Hamamcı, Z. ve Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunun yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69- 81. <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=9bda0739-5b07-4d46-8d17-0ecc42395dc2%40sdc-v-sessmgr01>
- Schneider, D. & Lawrence, J. (1986). Pursuing Therapeugenic Consequeneses Of Restricting Client Smoking During Counseling. *The Annual Convention Of American Psychological Association* içinde (s. 22- 26), Washington.
- Seamon, C. M. (2003). Self-esteem, sex differences, and self- disclosure: A study of the closeness of relationships. *The Osprey Journal Of Ideas and Inquiry*, 153- 167. https://digitalcommons.unf.edu/ojii_volumes/99/
- Sharpsteen, D. J. (1991). The Organization of Jealousy Knowledge: Romantic Jealousy As A Blended Emotion. P. Salovey (Ed.), *The Psychology Of Jealousy And Envy* içinde (s. 31- 51). New York: Guilford Press.

- Sheets, V. L., Fredendall, L. L. & Claypool, H. M. (1997). Jealousy evocation, partner reassurance and relationship stability: An exploration of the potential benefits of jealousy. *Evolution and Human Behaviour*, 18(6), 387-402. [https://doi.org/10.1016/S1090-5138\(97\)00088-3](https://doi.org/10.1016/S1090-5138(97)00088-3)
- Sparrevoorn, R. M. & Rapee, R. M. (2009). Self- disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 47(12), 1074- 1078. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.07.016>
- Sprecher, S. & Hendrick, S. S. (2004). Self- disclosure in intimate relationships: Associations with individual and relationship characteristics over time. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 857- 877. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.6.857.54803>
- Sprecher, S., Treger, S. & Wondra, J. D. (2013). Effects of self- disclosure role on liking, closeness and other impressions in get-acquainted interactions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(4), 497- 514. <https://doi.org/10.1177/0265407512459033>
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence Against Women*, 10(7), 790-811. <https://doi.org/10.1177/1077801204265552>
- Sümer, S. (2017). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep. <https://hdl.handle.net/20.500.11782/1620>
- Sürgevil, O. (2008). Farklılık kavramına ve farklılıkların yönetimine temel oluşturan sosyopsikolojik kuramlar ve yaklaşımlar. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(20), 111- 124. <https://dergipark.org.tr/en/pub/baunsobed/issue/50241/648155>
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir. <http://hdl.handle.net/20.500.12397/7169>
- Şahin, N. H., Basım, H. N. ve Çetin, F. (2009). Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarında kendilik algısı ve kontrol odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 153- 163.
- Tajmirriyahi, M. & Ickes, W. (2020). Self- concept clarity as a predictor of self- disclosure in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(6), 1873- 1891. <https://doi.org/10.1177/0265407520911131>
- Tan, M.G. (2000). Eğitimde Kadın- Erkek Eşitliği ve Türkiye Gerçeği. M. G. Tan, F. Y. Ecevit ve S. S. Üşür (Ed.), *Kadın- Erkek Eşitliğine Doğru Yürüyüş- Eğitim, Çalışma Yaşamı ve Siyaset* içinde (s. 23- 114). Ankara: TÜSİAD Yayınları.
- Tandler, N. & Petersen, L. E. (2020). Are self- compassionate partners less jealous? exploring the mediation effects of anger rumination and willingness to forgive on the association between self- compassion and romantic

jealousy. *Current Psychology*, 39(2), 750- 760.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-018-9797-7>

Taşın, B. (2015). *Bağlanma Stillerinin Kıskançlık ve Anksiyete Üzerindeki Etkisi* Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, İstanbul.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Thibaut, J. W., Kelley, H.H. (1959). *Social Psychology of Groups*. New York: Wiley.

Tortamış, M. (2014). *Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Düzeyi ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Torun, F., Torun, S. D. ve Özaydın, A.N. (2011). Erkeklerde cinsel mitlere inanma oranları ve mitlere inanmayı etkileyen faktörler. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24(1), 24- 31. Doi: 10.5350/DAJPN2011240103

Tunç, E. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Yaşadıkları İstismar İle İlişki Doyumu, Affetme ve Kıskançlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Turan, F. (2009). *Lise Öğrencilerinin Rehberlik Servisine Tutumlarının Kendini Açma Davranışı Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Atatürk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Utkan, H. B. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik Kıskançlık İle Romantik İlişki İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Çukurova Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Uygur, S. S. (2018). Yaşam doyumunun yordanmasında kendini açma ve sosyal desteğin rolü. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 2(1), 16- 33.
<https://dergipark.org.tr/en/pub/uead/issue/36657/392363>

Üstündağ, E. (2006). *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

Way, E. & Arsiwalla, D. D. (2020). The Mediating Role of Sleep in the Associations of Adult Attachment and Self Disclosure in Romantic Relationships. *CSBS INSPIRE Student Research & Engagement Conference* içinde (s. 66), Iowa: USA.

Welker, K. M., Baker, L., Padilla, A., Holmes, H., Aron, A. & Slatcher, R. B. (2014). Effects of self- disclosure and responsiveness between couples on

- passionate love within couples. *Personal Relationships*, 21(4), 692- 708. <https://doi.org/10.1111/pere.12058>
- Wheless, L. R. (1976). Self- Disclosure and interpersonal solidarity: Measurement, validation, and relationships. *Human Communication Research*, 3(1), 47- 61. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00503.x>
- Wheless, L. R. & Grotz, J. (1976). Conceptualization and measurement of reported self- disclosure. *Human Communication Research*, 2(4), 338- 346. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00494.x>
- White, G. L. (1981a). Some correlates of romantic jealousy 1. *Journal of Personality*, 49(2), 129- 145. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1981.tb00733.x>
- White, G.L. (1981b). A model of romantic jealousy. *Motivation and Emotion*, 5,(4). <https://link.springer.com/article/10.1007/BF00992549>
- White, G. L. & Mullen, P. E. (1989). *Jealousy: Theory, Research and Clinical Strategies*. NewYork, USA: Guilford.
- Willems, Y. E., Finkenauer, C. & Kerkhof, P. (2020). The role of disclosure in relationships. *Current Opinion in Psychology*, 31, 33- 37. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.07.032>
- Yeter, Ö. (2016). *Bağlanma stilleri, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Doyumu ve Kıskançlık İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Beykent Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, A. (1998). *Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımları ve Kendini Açma Davranışları İle Demokratik Tutumları Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yılmaz, D. V., Zeyneloğlu, S., Kocaöz, S., Kısa, S., Taşkın, L. ve Eroğlu, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin görüşleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 775- 792.
- Yılmaz, M. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleriarasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Muğla Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Yoshimura, S. M. (2004). Emotional and behavioral responses to romantic jealousy expressions. *Communication Reports*, 17(2), 85- 101. <https://doi.org/10.1080/08934210409389378>
- Yüksel, G. (1997). *Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyine Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Zengel, B., Edlund, J. E. & Sagarin, B. J. (2013). Sex differences in jealousy in response to infidelity: Evaluation of demographic moderators in a national random sample. *Personality and Individual Differences*, 54(1), 47- 51. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.08.001>

Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

EKLER

EK-1:Ordu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul İzni

T.C.
ORDU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

OTURUM TARİHİ	OTURUM SAYISI	KARAR SAYISI
27/01/2021	01	2021-01

KARAR NO: 2021-01

Doç. Dr. Ömer KARAMAN'ın "Romantik İlişki Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Kendini Açma Düzeyleri İle Kıskançlık Karşısında Gösterdikleri İletişim Tepkileri Arasındaki İlişki" başlıklı çalışması etik yönden incelendi.

Doç. Dr. Ömer KARAMAN'ın "Romantik İlişki Yaşayan Üniversite Öğrencilerinde Kendini Açma Düzeyleri İle Kıskançlık Karşısında Gösterdikleri İletişim Tepkileri Arasındaki İlişki" başlıklı çalışmasının etik yönden uygun olduğuna, toplantıya katılanların oy birliğiyle karar verildi.

EK-2: Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcılar,

Bu anket çalışması, Doç. Dr. Ömer KARAMAN danışmanlığında Emine NAZLI tarafından yazılacak olan Yüksek Lisans Tezi için uygulanacaktır. Çalışma sonucunda ulaşılan bilgiler Türkiye Cumhuriyeti Kanun ve Yönetmeliklerine göre korunacak olup; Yüksek Lisans Tezi ve akademik yayınlar için kullanılacaktır. Bu çalışmada romantik ilişkide kendini açma düzeyi ile kıskançlık karşısında gösterilen iletişim tepkileri arasındaki ilişkinin araştırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmanın en az 6 aydır romantik ilişkisi olan gönüllü üniversite öğrencileri ile yapılması gerekmektedir. Bu ölçütler dışındaki katılımcıların anketleri geçersiz olacaktır.

Aşağıdaki anket soruları cevapsız bırakılmadan değerlendirilebilirse çok seviniriz. İlginiz için teşekkür ederiz.

1.Cinsiyet:

Kadın: ()

Erkek: ()

2.Fakülte:

Mühendislik () İdari ve İktisadi Bilimler ()

Eğitim () Besyo ()

Tıp ve Diş Hek, Hemş., Sağlık Bil. () Fen ve Edebiyat ()

Diğer ()

3.Sınıf Düzeyi

1. () 2. () 3. () 4. () 5 ve üzeri ()

4.Mevcut İlişkinizin Süresi

6 ay-1 yıl () 1 yıldan fazla-2 yıl () 2 yıldan fazla- 3 yıl ()

3 yıldan fazla ve üstü ()

5. Deneyimlenen flört ilişkisi sayısı (Şu anki ilişkinizi dahil etmeyiniz.)

0 () 1-3 () 4-7 () 7 üstü ()

EK-3: Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği

Değerli Katılımcı, aşağıda partnerinizle olan ilişkiniz ile ilgili bazı cümleler verilmiştir. Sizden istenen bu cümlelere partnerinizle olan ilişkinizi düşünerek kesinlikle katılıyorum, katılıyorum, kararsızım, katılmıyorum, kesinlikle katılmıyorum derecelerinden birini işaretleyerek cevap vermenizdir. Hiçbir maddenin doğru veya yanlış cevabı yoktur.

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Partnerimle konuşmak beni rahatlatır.	5	4	3	2	1
2. Partnerimle iletişim kurarken kendimi kısıtlamam.	5	4	3	2	1
3. Düşüncelerimi partnerime ifade etmekten kaçınmam.	5	4	3	2	1
4. Partnerime onunla ilgili hislerimi kolayca açıklarım.	5	4	3	2	1
5. Partnerimle dertlerimizi paylaşmanın bizi yakınlaştırdığına inanırım.	5	4	3	2	1
6. Partnerime onunla ilgili duygularımı ifade etmekte zorlanırım.	5	4	3	2	1
7. Partnerime beklentilerimi rahatlıkla söylerim.	5	4	3	2	1
8. Partnerimle kendi hayatıma dair gelecek planlarımı paylaşıyorum.	5	4	3	2	1
9. Duygularımı partnerime ifade etmekten kaçınmam.	5	4	3	2	1
10. Partnerimle sohbet etmekten çok keyif alırım.	5	4	3	2	1
11. Partnerime kendimle ilgili olumsuzlukları rahatlıkla ifade ederim.	5	4	3	2	1
12. Partnerimle cinsel fantezilerimi paylaşmaktan çekinmem.	5	4	3	2	1
13. Partnerimle hiçbir konuda konuşmaktan çekinmem.	5	4	3	2	1

EK-4. Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği

Mevcut romantik ilişkinizde son altı ay içerisinde, kıskançlık hissettiğiniz zamanları düşünerek kıskançlığa karşı gösterdiğiniz çeşitli davranışların sıklığını işaretleyiniz. Lütfen bu ifadeleri yanıtlarken mümkün olduğunca samimi olunuz.

	Kıskançlık hissettiğimde ben, ...	Asla	Çok Nadir	Nadiren	Ara Sıra	Sıklıkla	Çok Sık	Her Zaman
1.	sevgilimi kıskandırmak için başkaları ile ilgilendim veya flört ettim							
2.	sevgilime onu sevdiğimi göstermeye çalıştım							
3.	başka bir romantik ilişkinin varlığını kanıtlamak için sevgilimin eşyalarını / bilgisayarını karıştırdım							
4.	rakibimin kötü özelliklerine dikkat çektim							
5.	kıskançlık nedeniyle sevgilimle kavga ettim veya tartıştım							
6.	sessiz kalarak sevgilimi cezalandırdım							
7.	sevgilime incitici veya kaba yorumlarda bulundum							
8.	sevgilime duygularımı açıkladım							
9.	sevgilime çok kızgın olduğumu söyledim							
10.	sevgilimle kıskançlık duygularımı paylaştım							
11.	sevgilimi rakibin iyi olmadığına ikna etmeye çalıştım							
12.	sessiz kaldım (sustum) ve fazla konuşmadım							
13.	sessiz kaldım							

EK-5. Romantik İlişkide Kendini Açma Düzeyi Ölçeği ve Kıskançlık Karşısında Gösterilen İletişim Tepkileri Ölçeği Uygulama İzinleri

Merhaba Sayın Hocam

emine nazlı
Merhaba Hocam, ben Emine Nazlı yüksek lisans öğrencisiyim. Ölçeğinizi kullanmak için sizden rica etmiştim. Şimdi analizini yapmak i... 7.12.2020 Pzt 20:19

emine nazlı
Teşekkür ederim hocam, saygılarımla. 10.09.2020 Per 21:20

SD Sena Doğruyol
10.09.2020 Per 10:29
Kime: Siz

Romantik İlişkide Kendini Aç...
170 KB

Merhaba Emine Nazlı,
Memnuniyetle kullanabilirsin. Ölçeği ek'te bulabilirsin.
Kolaylıklar dilerim.
Sena Doğruyol

Windows'u Etkinleş
Windows'u etkinleştirmek

Merhaba Sayın Hocam

RH Rumeysa Hoşoğlu
10.03.2020 Sal 11:16
Kime: Siz

Kıskançlık Karşısında Gösteril...
101 KB

Merhaba Emine,
Evet kullanabilirsin tabii.
Ekte ölçeği gönderiyorum. Makalesine açık erişimden kolaylıkla ulaşabilirsin.
İyi çalışmalar dilerim,
Sevgiler.

Rumeysa Hoşoğlu
Dr. Öğr. Üyesi | Çocuk Gelişimi Lisans Programı
Kavaklıönü Mahallesi, Alibarannunoğlu Bulvarı No:53, 50400 Ürgüp/Neveşehir
T:03843535009 M:05068449782 | www.kaçadokya.edu.tr
Rumeysa Hoşoğlu

Windows'u Etkinleşti
Windows'u etkinleştirmek için

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı-Soyadı	Emine Nazlı
Doğum Yeri-Tarihi	
Eğitim Durumu	
Lisans Öğrenimi	Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans	Ordu Üniversitesi (Ondokuz Mayıs Üniversitesi Ortak Program) Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Bildiği Yabancı Diller (varsa)	İngilizce
Bilimsel Faaliyetleri (varsa)	Nazlı, E. ve Selen, D. Z. (2019). Meslek lisesi öğrencilerinin okul iklim algıları: Pilot bir çalışma. <i>VI. International Eurasian Educational Research Congress</i> . Ankara Üniversitesi. 19-22 Haziran 2019, Ankara.
İş Deneyimi	
Çalıştığı Kurumlar	Ordu- Ünye Doğru Cevap Koleji- Psikolojik Danışman, 2017-2018 Milli Eğitim Bakanlığı- Psikolojik Danışman, 2018-
İletişim	
E-Posta Adresi	
Tarih	09.06.2021