YENİ EVLİ BİREYLERDE BAĞLANMA BOYUTLARI VE ALDATMA EĞİLİMİ İLİŞKİSİNDE DUYGU DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ

Elif Adaylar

181180124

Orcid: 0000-0002-3052-9306

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Gizem Ateş

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Eylül, 2021



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Öncelikle bu çalışmanın fikir aşamasından en son gününe kadar her konuda bana gösterdiği anlayış ve yüksek toleransı için tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Gizem Ateş'e sonsuz teşekkür ediyorum. Kendisini tanıdığım ilk günden beri örnek aldığımı ve ondan öğrendiğim her bilginin çok kıymetli olduğunu bilmesi benim için çok değerli.

Psikoloji bölümünü seçtiğim ilk günden beri maddi manevi her türlü desteği sağlayan, pes etmeyi düşündüğüm her an beni ayağa kaldıran, desteklerini hiç esirgemeyen biricik anneme, babama ve kardeşime sonsuz teşekkürler.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana en önemli motivasyon kaynağı olan, kendimi daha iyi tanımamda en büyük şansım olan ve tüm duygularımı paylaşabildiğim canım dostlarım ve meslektaşlarım Esra Cebbar ve Deniz Sinanoğlu'na çok teşekkür ederim.

Son olarak, her ne koşulda olursa olsun her zaman birbirimizi koruyup kollayacağımızı bildiğim ve beni en iyi tanıyan insan olan can dostum Nazlıcan Uça'ya çok teşekkür ederim.

Elif Adaylar

Eylül, 2021

ÖZ

YENİ EVLİ BİREYLERDE BAĞLANMA BOYUTLARI VE ALDATMA EĞİLİMİ İLİŞKİSİNDE DUYGU DÜZENLEMENİN ARACI ROLÜ

Elif Adaylar
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Gizem Ateş
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2021

Bu araştırmanın amacı yeni evli bireylerde bağlanma boyutları (kaygı ve kaçınma) ve aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenlemenin aracı rolünü incelemektir. Evlilik süresi 5 yılı aşmamış 195 yeni evli bireye Yakın İlişkilerde Yaşantıları Envanteri- II (YİYE- II), Aldatma Eğilimi Ölçeği (AÖÇ) ve Duygu Düzenleme Anketi (DDA) uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24 programı ile analiz edilmiştir. Bağlanma boyutları, duygu düzenleme ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson korelasyon analizi; duygu düzenlemenin aracı rolünü belirlemek için ise SPSS Process programı ile 4. Model kullanılarak aracılık analizi yapılmıştır. Araştırma sonuçlarından, beklenen aracılık rolünü desteklemediği ortaya çıkmıştır. Sonuçlara göre, bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasında ve bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasında ve duygu düzenleme stratejilerinden baskılama alt boyutu ile aldatma eğilimi arasında anlamlı ilişkiler bulunurken; aracılık rolüne bakıldığında duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde aracı role sahip olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Bağlanma Boyutları, Kaygılı ve Kaçıngan Bağlanma, Aldatma Eğilimi, Duygu Düzenleme, Yeni Evliler.

ABSTRACT

THE MEDIATING ROLE OF EMOTION REGULATION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT DIMENSIONS AND INFIDELITY TENDENCY AMONG NEWLYWED COUPLES

Elif Adaylar
Master Thesis
Department of Psychology
Clinical Psychology Programme
Thesis Advisor: Asst. Prof. Gizem Ateş
Maltepe University Graduate School, 2021

The main purpose of the current study was to investigate the mediating role of emotion regulation strategies in the relationship between attachment dimensions (i.e., attachment anxiety and avoidance) and infidelity tendency in the newlywed couples who are in the new couple stage. 195 newly married individuals who had been married less than 5 years completed measures of Experiences in Close Relationships- Revised (ECR-R), Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ) and Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). The obtained data were analyzed with SPSS 24 program. Pearson correlation analysis to examine the relationship between attachment dimensions, emotion regulation and infidelity tendency. In order to determine the mediating role of emotion regulation, mediation analysis was performed using the 4th mode via SPSS Process program. It has been revealed that the research do not support the expected mediation role. According to the results, there was a significant relationship between attachment dimensions and infidelity tendency, between attachment dimensions and emotion regulation strategies and finally between suppression sub-dimension -one of the emotion regulation strategies- and infidelity tendency. When the mediating role is examined, it has been determined that emotion regulation strategies have no mediator role in the relationship between attachment dimensions and infidelity tendency. The findings obtained from the research were discussed in the light of the literature.

Keywords: Infidelity Tendency, Attachment Anxiety and Avoidance, Emotion Regulation, Newlyweds

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZ v
ABSTRACT vi
TABLOLAR LİSTESİ ix
ŞEKİLLER LİSTESİ xi
KISALTMALAR xii
ÖZGEÇMİŞ xiii
BÖLÜM 1. GİRİŞ 1
1.1.Problem 1
1.2.Amaç 9
1.3. Önem 11
1.4. Varsayımlar 12
1.5. Sınırlıklar 12
1.6. Tanımlar 13
1.7. İlgili Literatür 13
1.7.1 Bağlanma 14
1.7.1.1 Bağlanmanın Tanımı ve Bağlanma Teorisinin Tarihçesi 14
1.7.1.2 Bağlanma ile İlişkili Olan Bireysel Değişkenler 20
1.7.1.3 Bağlanma ile İlişkili Olan İlişkisel Değişkenler 22
1.7.2 Aldatma 24
1.7.2.1 Aldatmanın Tanımı ve Aldatma Eğilimi 25
1.7.2.2 Aldatma ile İlişkili olan Bireysel Değişkenler 27
1.7.2.3 Aldatma ile İlişkili olan İlişkisel Değişkenler 29
1.7.3 Duygu Düzenleme 34
1.7.3.1 Duygu Düzenleme Tanımı ve Duygu Düzenleme Stratejileri 34
BÖLÜM 2. YÖNTEM 40
2.1. Araştırmanın Modeli 40
2.2. Örneklem 40
2.3. Verilerin Toplanması 41
2.3.1 Veri Toplama Araçları 42
2.3.1.1 Demografik Bilgi Formu 42
2.3.1.2 Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ) 42
2.3.1.3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II) 43
2.3.1.4 Duygu Düzenleme Anketi (DDA) 43
2.4. Verilerin Analizi 44
BÖLÜM 3. BULGULAR VE YORUMLAR 45
3.1. Bulgular 45
3.1.1 Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri 45

3.1.2 Aldatma Eğilimine Ait Analiz Sonuçları 46
3.1.3 Bağlanma Boyutlarına Ait Analiz Sonuçları 52
3.1.4 Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Analiz Sonuçları 54
3.2. Araştırmanın Modeli 56
3.2.1 Yeni Evli Bireylerin Bağlanma Boyutları ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracı Rolüne Ait Analiz Sonuçları (Hipotez 4) 57
3.2.1.1 Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeli Sonucu: 57
3.2.1.2 Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeli Sonucu: 59
3.2.1.3 Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeli Sonucu: 61
3.2.1.4 Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeli Sonucu: 63
3.3. Yorumlar 65
3.3.1 Ön Analizlerin Değerlendirilmesi 65
3.3.1.1 Aldatma Eğiliminin Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması 65
3.3.1.2 Bağlanma Boyutlarının Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması 68
3.3.1.3 Duygu Düzenleme Stratejilerinin Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması 69
3.3.2 Ana Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi 69
3.3.2.1 Hipotez 1, 2, 3 ile İlgili Sonuçların Yorumlanması 69
3.3.2.2 Hipotez 4 ile İlgili Sonuçların Yorumlanması 72
BÖLÜM 4. SONUÇ 75
4.1. Özet 75
4.2. Yargı 75
4.3. Sınırlılıklar ve Öneriler 76
EKLER 79
EK 1 79
EK 2 80
EK 3 81
EK 4 82
EK 5 83
KAYNAKÇA 84

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Yeni Evli Bireylerin Demografik Özellikleri 40
Tablo 2. Aldatma Eğilimi Ölçeği Güvenilirlik Analizleri 45
Tablo 3. Bağlanma Boyutları Ölçeği Ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizleri 46
Tablo 4. Duygu Düzenleme Ölçeği Ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizleri 46
Tablo 5. Aldatma Eğilimi Düzeylerine Ait Normallik Testi Sonuçları 47
Tablo 6. Aldatma Eğilimi Düzeylerine Ait Betimsel Bulgular 47
Tablo 7. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 47
Tablo 8. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Yaşlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 48
Tablo 9. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 48
Tablo 10. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 48
Tablo 11. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Evlilik Sürelerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 49
Tablo 12. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları 49
Tablo 13. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Gelir Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları 50
Tablo 14. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eşiyle Tanışma Yerlerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları 50
Tablo 15. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları 51
Tablo 16. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları 51
Tablo 17. Bağlanma Boyutlarına Ait Normallik Testi Sonuçları 52
Tablo 18. Bağlanma Boyutlarına Ait Betimsel Bulgular 52
Tablo 19. Bağlanma Boyutlarının Cinsiyetlere Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 53
Tablo 20. Bağlanma Boyutlarının Yaşa Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 53
Tablo 21. Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Normallik Testi Sonuçları 54
Tablo 22. Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Betimsel Bulgular 54
Tablo 23. Duygu Düzenleme Stratejilerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 55
Tablo 24. Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yaşa Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları 55

Tablo 25. Aldatma Eğilimi Ölçeği Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Ve Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Birbirleri Arasındaki İlişkisi..... 56
Tablo 26. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları 58
Tablo 27. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları..... 58
Tablo 28. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri.... 59
Tablo 29. Kaygılı Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları 60
Tablo 30. Kaygılı Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları..... 60
Tablo 31. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri..... 61
Tablo 32. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılama Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları 61
Tablo 33. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları 62
Tablo 34. Kaçıngan Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılama Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri..... 63
Tablo 35. Araştırmanın Dördüncü Aracılık Hipotezi İçin Kurulan Modele Ait Sobel Testi Sonuçları..... 63
Tablo 36. Kaygılı Bağlanma Boyutları İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları 64
Tablo 37. Kaygılı Bağlanma Boyutu İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri..... 65

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracı Rolü İçin Önerilen Model..... 11
Şekil 2: Yeni Evli Bireylerin Bağlanma Boyutları İle Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracılık Rolü Modeli..... 57

KISALTMALAR

YİYE- II **:** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

AEÖ **:** Aldatma Eğilimi Ölçeği

DDA **:** Duygu Düzenleme Anketi

ÖZGEÇMİŞ

Elif Adaylar

Psikoloji Anabilim Dalı

Eğitim

Derece	*Yıl*	*Üniversite, Enstitü, Anabilim Dalı*
Y. Ls.	2021	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı
Ls.	2017	Koç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Anabilim Dalı
Lise	2012	Özel Atayurt Koleji

İş/İstihdam

Yıl	*Görev*
2019-20	Stajyer Klinik Psikolog. Korto Psikoloji
2017-18	Asistan. Korto Psikoloji
2016-17	Stajyer Psikolog. Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi

BÖLÜM 1. GİRİŞ

Bu bölümde, öncelikle bu araştırma konusunun teorik arka planı açıklanacaktır. Daha sonra, bu araştırmanın amacı ve hipotezleri tanımlanacaktır. Son olarak, araştırmanın önemi tartışılacaktır.

1.1.Problem

Evlilik, tarih boyunca farklılıklar gösterse bile, tüm toplumlarda yer alan ve insan hayatını önemli derecede etkileyen sosyal bir kurumdur. Evlilik deyince iki insanın kurduğu biyolojik-psikolojik-sosyoekonomik-aşkınlık temellerine sahip ve kendine özgü bir yapısı olan birliktelikten bahsetmek doğru olabilir (Cüceloğlu, 2017). Kaya (2019) ise evliliği, iki insanın birbirlerinin cinsel partnerleri olduğunu duyurması olarak tanımlamaktadır. Bird ve Melville'e (1994) göre ise evlilik, hem çeşitli görev ve sorumluluklar barındırmasından dolayı sosyal; hem de sevgi ve güven duyulan bir kişiyle duygusal ve cinsel bir yakınlık kurulması bakımından kişilerarası bir yapıdır ve hem kişisel bağlılıkları hem de içinde bulunulan toplumun sosyal ve yasal formunda bir bağlılığı simgelemektedir.

Uzunca bir geçmişe sahip olan evlilik; olumlu ve olumsuz birçok özelliği de içinde barındırır. Evlilikte iki kişi arasındaki duygusal bağ bireyleri birbirlerine bağlar ve bu bağı kuvvetlendiren en önemli faktörlerden biri de sadakattir (Şatıroğlu, 2017). İlişkiyi ve kişileri yıpratan hatta ilişkiyi bitme noktasına getiren en önemli nedenlerden biri aldatma konusudur. Üstelik sadece aldatmanın gerçekleşmesi değil aldatma eğiliminin olması bile ilişkinin birliği ve bütünlüğüne hem toplumsal hem de psikolojik açıdan tehdit unsuru olarak görülmektedir (Kantarcı, 2009). Fakat araştırmacılar, evliliği zedeleyen durumlardan biri olarak evlilik dışı ilişkilere yönelik çalışmalara son 25 yılda ağırlık vermişlerdir (Blow ve Hartnett, 2005). Bu sebepten ötürü, farklı bakış açılarının bulunduğu çok eşlilik konusu, sistematik ve yeterince kuramsal olarak çalışılamamıştır (Atkins, Dimidjian ve Jacobson, 2001; Blow ve Hartnett, 2005).

Evlilik ve aldatma konusundaki çalışmaların uzun bir geçmişe dayanmamasına rağmen, aldatma ve aldatma eğilimiyle ilgili yapılan araştırmalar gün geçtikçe artmakta

ve aldatma eğiliminin pek çok farklı değişkenle ilişkisi araştırılmaktadır. Buna örnek olarak; aldatma eğilimi ile çatışma yönetim biçimleri arasındaki ilişki, aldatma eğilimi üzerinde cinsiyet rolünün olup olmadığı, aldatma ile kıskançlık ilişkisi, bağlanma stilleri ile aldatma eğilimi ilişkisi gibi çalışmalara literatürde rastlanmaktadır (Çıkıt, 2017; Kantarcı ve Şendil, 2012; Nannini ve Meyers, 2010). Literatürde oldukça araştırılan aldatmadaki cinsiyet farklılıkları da dikkat çekmektedir (Atwood ve Seifer, 1997; Egan ve Angus, 2004; Wiederman, 1997). Aldatma, cinsiyete göre incelendiğinde genel olarak; erkeklerin kadınlardan daha fazla evlilik dışı ilişki yaşadığı görülmektedir (Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001). Diğer yandan, cinsiyetler arasındaki aldatma oranlarındaki farklılığın gitgide azaldığını ya da anlamlı bir farklılığın olmadığını belirten araştırmalar da literatürde yer almaktadır (Oliver ve Hyde, 1983; Thompson, 1984; Treas ve Giesen, 2000). Bireylerin, evlilik dışı ilişkilere yükledikleri anlamların da aldatmanın türüne göre değiştiği bilinmektedir. Buna göre, erkeklerde daha çok cinsel aldatma türü görülürken; kadınlarda daha çok duygusal aldatma türü görülmektedir (Glass ve Wright, 1985; Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001). Ayrıca, literatürde aldatmanın tek bir çeşidinin bulunmadığı, aksine aldatmanın çeşitli türlerinin olduğu belirtilmiştir. Subotnik'e (2007) göre aldatmanın dört farklı çeşidi vardır: Duygusal bağın olduğu ilişkiler, uzun dönemli ilişkiler, tek gecelik ilişkiler ve çok eşli ilişkiler. Blow ve Hartnett'a (2005) göre ise aldatma türleri, duygusal ve cinsel spektrumunda değişmekte ve üçe ayrılmaktadır: Yalnızca duygusal, yalnızca cinsel ve hem duygusal hem cinsel.

Aldatmanın nedenleri araştırılırken, kişilerin bireysel özelliklerini ve ilişki yapılarını değerlendirmenin önemli olduğu görülmektedir (Weeks, Gambescia ve Jenkins, 2003). Aldatma konusunu inceleyen birçok araştırma, aldatmaya yol açan etkenleri tahmin etmeye ve aldatma riskinin olduğu durumları incelemeye odaklanmıştır (Olson ve ark., 2002). Duba, Kindsvatter ve Lara (2008) aldatmayı ele almak ve tedavi etmek için bağlanma kuramı ile öyküsel terapi modelini bir arada kullanmayı önerdikleri araştırmalarında, kişilerin aldatma eyleminde bulunmasına yatkınlaştıran bazı faktörler olduğunu belirtmektedir. Fakat aldatma ile bu faktörler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların yetersiz ve kesinliği belli olmayan tarafı vardır. Diğer taraftan ise, bu faktörlerin tedavi sürecindeki çiftlerin değerlendirilmesinden sonra, incelenen en iyi olasılık olduğu görülmektedir. Bu faktörler kişisel, dış ve ilişkisel faktörler olarak üç grupta incelenmektedir. Kişisel etkenler olarak, bireyin eşinden ve ilişkisinden aldığı

tatmin seviyesi, aldatmaya yönelik tutumu, cinsiyeti ve bağlanma stilleri örnek verilebilir. Dış etkenler olarak, çocukların olup olmaması, mevcut ilişki dışında başka biriyle kurulan ilişkinin gelişmesinin elverişli olup olmaması (şartların, durumun, mekanın uygunluğu gibi) gösterilebilir. Son olarak, ilişkisel veya kültürel etmenlere ise din ve ırkın ilişkiye olan etkisi örnek gösterilebilir (akt., Duba, Kindsvatter ve Lara, 2008). Bu ifadelerden yola çıkarak aldatma sebepleri kişisel, ilişkisel ve kültürel olarak incelendiğinde, aldatma sonrası çözüm ve tedavi sürecinde bireylerin bağlanma biçimlerini incelemek yararlı olabilir.

Bağlanma kuramının temelinde; yeni doğan bebeklerin onlara bakım verecek ve koruyacak bir yetişkine ihtiyaç duymaları ve sıkıntılı durumlarında ihtiyaçlarını karşılayacak bir bakım verenin bebek için orada hazır bulunması yer almaktadır (Bowlby, 1969). Bunun sonucunda bebek ile bakım veren arasında yakınlığı korumaya yönelik davranışlar gelişir. Çocukluktaki bakım verene bağlanma biçimi daha sonra çocuğun hem kendini hem sosyal çevresini algılamasını, çevresindekilerle yakınlık kurmasını, iletişime geçmesini, yani bağlanmayı içselleştirebilmesini sağlar. Bowlby (1969) bağlanmanın fiziksel bir bağ olmasından çok duygusal bir bağ olduğunu savunmaktadır ve bu süreçte bebek bakım veren ile kurduğu ilişkiyi içsel bir modele dönüştürüp sonraki yakın ilişkilerinde de bu duygu, düşünce ve davranış kalıplarını deneyimlemektedir (akt., Hazan ve Shaver, 1994).

Daha sonraki yıllarda Bowlby'nin çalışmalarını genişleten Ainsworth ve arkadaşları (1978), çocuklukta üç temel bağlanma çeşidi (Güvenli, kaygılı-kararsız, kaygılı-kaçınmacı bağlanma) olduğunu göstermişlerdir. Main ve arkadaşları (1985) ise çocukluktaki bu üç bağlanma şeklinin yetişkinlikteki kişilerarası ilişkilerde de geçerli olabileceği sonucuna ulaşmışlardır. Daha sonra Hazan ve Shaver (1987) romantik aşkı bağlanma süreci olarak tanımlamış, yetişkinlikte romantik ilişkilerdeki bağlanma stillerini ise Ainsworth ve arkadaşlarının çocukluktaki bağlanma stillerine paralel şekilde gruplandırıp öz-bildirim raporu ile yapılandırmışlardır. Bu sonuçlara göre Hazan ve Shaver (1987), bağlanmanın bebeklik döneminde oluşup yetişkinlik döneminde de devam eden üç çeşidi olduğunu ifade etmiştir: Güvenli, kaygılı ve kaçıngan. Bartholomew ve Horowitz (1991) ise Bowlby'nin (1969) içsel çalışan modelinden *(internal working models)* yola çıkarak, kişinin kendisine ve diğerlerine yönelik temsillerini iki boyutta (olumlu ve olumsuz) değerlendirdiklerinde; bağlanmanın, benlik modeli ve başkaları

modeli kombinasyonları ile yetişkin bağlanma stillerini dört kategoriye ayırmışlar ve bu kategorileri "güvenli, saplantılı, kayıtsız-kaçınan ve korkulu" olarak ifade etmişlerdir.

Bağlanma biçimlerinin romantik ilişki ve evlilik ilişkilerine nasıl yansıdığı literatürde oldukça çalışılan konular olmuştur. Nitekim, Hazan ve Shaver'a (1987) göre, yetişkinlikteki romantik ilişkilerin ve erken dönemde bakım veren ile kurulan ilişkinin; yakınlık ihtiyacının giderilmesine yönelik işlevi benzerdir. Kobak ve Hazan'ın (1991) evlilik işlevselliğindeki içsel çalışan modellerini inceledikleri çalışmanın sonuçlarına göre; eşlerin psikolojik olarak uygun ve ulaşılabilir olma halleri içsel çalışan modellerini daha güvenli hale getirmekte ve ilişki uyumunu pozitif yönde etkilemektedir. Bu sonuçlara ek olarak, evlilikteki işleyişin içsel çalışan modellerini nasıl etkilediğini de araştıran araştırmacılar, ilişkide eşlerin davranışlarına göre içsel çalışan modellerinin (bağlanma biçimlerinin) değişim gösterdiğini ifade etmişlerdir. Diğer araştırmalara bakıldığında Kirkpatrick ve Hazan (1994), güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin diğer bağlanma stillerine sahip kişilere oranla ilişkilerinde daha az ayrılık yaşadıklarını ve ilişkilerinin daha tutarlı olduğunu bulmuşlardır.

İlişki kurma ihtiyacı insanın temel gereksinimlerinden biridir. Yakınlık, romantik ilişkiler, bağlanma gibi ihtiyaçlar insan doğasını anlamada önemli merak konuları olmuştur. Bowlby'nin (1969; Akt., Hazan ve Shaver, 1994) kuramından yola çıkarak, ilk bağlanma biçimlerinin sonraki romantik ilişkilerde de etkisinin görüldüğü, hatta bu etkinin eş seçimine ve evliliğin dinamiklerine kadar uzanabildiği görülmektedir. Buradan yola çıkarak bağlanma biçimlerinin evlilik dinamiklerini etkilediğini, evlilik dinamiklerinin ise aldatma konularından biri olduğunu söylemek doğru olabilir.

Yetişkin bağlanma biçimleri ve aldatma arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmacıların aldatma sebebi ile terapiye başvuran çiftler üzerindeki gözlemlerine göre, kaçıngan bağlanma stiline sahip kişilerin, içinde bulundukları ilişkide yakınlık kurma konusunda zorlandıkları ve bu yüzden her an farklı bir yakınlık kurma arayışı içinde olmalarının mümkün olduğunu belirtmişlerdir (Duba, Kindsvatter ve Lara, 2008). Bir diğer bağlanma boyutuna göre ise, Müezzinoğlu (2014) yaptığı araştırmada, kaygılı bağlanmanın aldatma ile pozitif bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Bu araştırmaya göre, kaygılı bağlanma stiline sahip kişilerin ilişkilerinin her an bitebileceği veya terk edilecekleri endişesi, kurulan yakınlık seviyesini yeterli bulmadıklarından, bekledikleri

onay ve sevgiyi göremediklerinden ve reddedilmeye karşı hassas olmalarından dolayı ilişkileri dışında ilişkiler yaşayarak tüm bu ihtiyaçlarını karşılama eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Ayrıca, Kantarcı ve Şendil (2012) yapmış olduğu araştırmada, güvensiz bağlanan kişilerin güvenli bağlanan kişilere kıyasla, aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde, Kantarcı (2009), evli çiftlerde aldatma eğilimini bağlanma stillerine göre incelemiş ve güvensiz bağlanan kişilerin aldatma eğilimlerinin güvenli bağlanan kişilere göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Aynı zamanda, güvensiz bağlanma biçimlerinde, güvenli bağlanma biçimine kıyasla yakınlık kurma, ilişkiden tatmin, güven derecelerinin daha düşük olduğunu gösteren araştırmalar da vardır (Amidon, 2007; Feeney ve Noller, 1990).

Bowlby (1973), kuramında duygulanıma oldukça önem vermiş ve bağlanmayı duygusal bir süreç olarak nitelendirmiştir. Bağlanmadaki içsel çalışan modellerinin asıl amacının duygulanımı düzenleyebilmek olduğunu söylemiştir. İçsel çalışan modeller, bağlanma sisteminin toplumsal girdiler yoluyla oluştuğunu, bebeklerin bakım veren ile etkileşimleri sonucunda beklentilerini ve davranışlarını ayarlamasını sağlayan bilişsel temsilleri ifade eder. Bu temsiller, bakım verene ulaşılabilirlikte ve tepkiselliğini öngörmede kullanılır (Hazan ve Shaver, 1994). Buna göre bağlanma sistemindeki amaç korunma ve güven duygusunun sağlanmasıdır. İlk bakım veren kişiye yakınlık, korunma ihtiyacı ve ihtiyaçlarının karşılanacağına dair güven duygusu karşılandığında yetişkinlik döneminde içsel modellerin ve bilişsel temsillerin duygusal tepkileri nasıl etkileyeceği sorusu da önceki çalışmalar tarafından araştırılmıştır (Çalışır, 2009). Bu araştırmalardan görüldüğü üzere, farklı bağlanma biçimlerine ve içsel modellere sahip olan bireyler, duygusal tepkisellikleri açısından farklılaşmaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Carnelley ve ark., 1994).

Duygular, insanlığın tarihinden beri felsefe, mitoloji, kültür, sanat, edebiyat, bilim gibi pek çok alan için ilham ve merak konusu olmuştur. Duyguların oldukça kompleks yapıda olduğu bilinmektedir. Biyolojik, fizyolojik ve çevresel faktörlerin etkileşimiyle ortaya çıkan duygular, duygusal ipuçları sayesinde değerlendirilir ve deneyimsel, davranışsal ve fizyolojik sistemleri aktive eder (Gross ve John, 2003; Shoutham-Gerow, 2014). İnsanın günlük yaşamında da çoğu karar ve davranışında etkili olduğu gibi kişilerarası ilişkileri ve bireysel işlevselliği de etkilemektedir (Kobak ve Hazan, 1991).

Bu etki göz önünde bulundurulduğunda, duygusal işleyişi anlama ve düzenlemenin önemi literatürde gittikçe artmaktadır.

Duygu düzenleme psikolojide, kişilik, gelişim psikolojisi, klinik psikoloji ve psikoterapi gibi farklı bağlamlarda ele alınmaktadır. (Gross ve Thompson, 2007; Southam- Gerow, 2014). Gross (1998), duygu düzenlemeyi gelişen bir süreç olarak görmekte ve duygu düzenleme tanımını; kişilerin hangi duygulara ne zaman sahip oldukları, duygularını nasıl deneyimledikleri ve bu duyguları nasıl ifade ettikleri şeklinde ifade etmektedir. Gross ve John (2003), duyguların zamanla ortaya çıktığını, bu yüzden duygu düzenleme stratejilerinin duygu oluşum sürecinde, ne zaman etki bıraktıklarında göre farklılaştığını ifade etmiştir. Bu bağlamda, iki tane duygu düzenleme stratejisi olduğunu savunmaktadırlar: Öncül odaklı duygu düzenleme stratejisi *(antecedent-focused)* ve tepki odaklı duygu düzenleme stratejisi *(response-focused).* Öncül odaklı duygu düzenleme stratejisi, duygusal tepkiler tam olarak aktive olmadan, fizyolojik tepkiler ve davranışlar değişim göstermeden önce meydana gelir. Tepki odaklı duygu düzenleme stratejisi ise duygu belirmeye başladığı anda ya da duygusal tepki oluştuktan sonra meydana gelir. Bu süreçler bilinçli bir şekilde düzenlenebilse bile daha çok otomatik ve bilinçli farkındalık olmaksızın ya da üzerinde düşünülmeden yürütülür.

Shoutham- Gerow (2014), duygu düzenlemenin klinik psikoloji ve psikoterapide önemli yeri olduğunu ve dört temel işlevsel tanımı olduğunu belirtmiştir. İlkinde duygu düzenleme amaca yöneliktir ve birinin gözlem yapması, durumları değerlendirmesi ve duyguları düzenleyerek davranış göstermesi olarak açıklanır. İkincisinde, düzenlemenin kontrol kavramından farklılaştığına vurgu yapılır. Üçüncüsünde, gelişimsel yönden açıklanır ve çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişkide geliştiği savunulur. Sonuncusunda ise, duygu düzenleme, kişilerarası ilişkiler ve bireyin kendi ruh sağlığı açısından ele alınır. Duygu düzenlemenin işlevsel tanımlarına bakıldığında, ilişkiler için oldukça kritik bir yeri olduğu görülmektedir. Örneğin; romantik ilişkilerde yaşanan problemlerde kişi utanç, öfke, üzüntü gibi birçok duyguyu aynı anda güçlü bir şekilde deneyimleyebilir. Duyguları fark etmek, anlamak ve kabul etmek duyguların düzenlenmesinde ilk aşamaları simgelerken, olumsuz duygular yaşandığı zaman kişinin dürtülerini kontrol edebilmesi, duruma uygun duygusal tepkiler verebilmesi ve belli sonuçları düşünerek hedefleri doğrultusunda hareket edebilmesi ve duruma uygun stratejiler kullanarak hem bireysel

hem durumsal taleplerini karşılayabilmesi önemli duygu düzenleme becerilerinden sayılmaktadır (Akdur ve Aslan, 2017).

Duygu düzenleme ile ilgili araştırmalara bakıldığında, duygu düzenlemenin daha çok evlilik doyumu, evlilik uyumu, iletişim becerileri, iletişimin kalitesi ve çatışma çözme becerileri ile ilişkisinin incelendiği görülmektedir (Isen, 1999; Wile, 20002; Gottman ve Levenson, 1992; Levenson ve ark., 2014; Malkoç, 2001; Sabatalli, Buck ve Kenny, 1986). Gross ve John (2003) duygu düzenleme stratejilerini iki gruba ayırmıştır: Bilişsel yeniden değerlendirme (reappraisal) ve baskılama (suppression). Butler ve arkadaşları (2003) ise; duyguları ifade etmenin -negatif veya pozitif duyguları- ilişkideki yakınlığı arttırdığını savunmaktadır. Duygu düzenleme stratejilerinden bilişsel yeniden değerlendirmenin, pozitif veya negatif duyguları paylaşma olarak tanımlandığını ve ilişkideki yakınlığı arttırdığı belirtilmiştir.

Duygu düzenlemenin, sosyal ilişkilerden alınan tatmini; karşılıklı iletişimle, pozitif duyguların ifade edilebilmesiyle ve duygusal ipuçlarına duyarlı tepkilerin gösterilmesiyle olumlu yönde etkilediği sonucu ortaya çıkmıştır (Gross, 2002; Gross ve John, 2003,2004). Bu yüzden iletişim ve duyguları düzenlemenin önemi de artmaktadır (Güngör, 2009). Bunun yanı sıra, bağlanma stilleri ile duygu düzenleme ilişkisinin çalışıldığı araştırmaların da literatürde önemli yeri vardır. Araştırmalar kayıtsız/kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerin duygularını daha çok bastırmaya çalıştıklarını ve hislerini sakladıklarını göstermektedir (Fraley ve Shaver, 2000). Bağlanma kuramında da insanın iki temel stres durumuna- kayıp ve ayrılık- verdikleri tepkiler temel alınarak duygu düzenleme fonksiyonlarının bağlanma sisteminde çok önemli bir yeri olduğu savunulmaktadır (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Bağlanma sisteminin; yaşanan negatif durum ve olaylar karşısında kişiyi koruma, yakınlığı devam ettirme, stres durumlarını yönetme, iyi ve güvende olma duygularını yeniden sağlama görevleri vardır (Bowlby, 1973). Bu açıklamalar, bağlanma stilleri ile duygu düzenleme arasında ilişki olabileceği görüşünü desteklemektedir.

Bağlanma stilleri ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiden yola çıkarak, duygu düzenleme stratejilerinin aldatma eğilimini de etkileyeceği düşünülebilir. Bu görüşü destekler nitelikte olan Amidon (2007) araştırmasında, duygu düzenleme ile aldatma deneyimleri (duygusal, fiziksel, hem duygusal hem fiziksel aldatma) arasındaki ilişkiye

baktığında, duygu düzenleme stratejilerinden bastırma yöntemini daha çok kullanan kişilerde duygusal aldatma deneyiminin daha çok görüldüğü sonucuna ulaşmıştır. Buna ek olarak; Amidon (2007), hem bağlanma stilleri ve aldatma arasında hem de duygu düzenleme ve aldatma deneyimleri arasında doğrudan ilişkilerin olduğu, aynı zamanda duygu düzenlemenin bağlanma ve aldatma deneyimleri ilişkisinde aracı role sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Buradan yola çıkarak mevcut araştırmada; bağlanma boyutlarının (kaygılı ve kaçıngan) aldatma eğilimi ile doğrudan ilişkisinin olabileceği, bağlanma boyutlarının duygu düzenleme stratejileri ile (bilişsel yeniden değerlendirme ve bastırma) ilişkili olabileceği, duygu düzenleme stratejilerinin aldatma eğilimini etkileyebileceği ve son olarak bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünün olabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bir diğer önemli noktası ise yeni evli çiftlerle çalışılmasıdır. Birçok aile -yapı, oluşum veya kültürel miras haricinde- belli bilindik olaylar veya aşamalarla gelişim gösterir. Her aşama, aile değişim sürecinde değişimi gerektiren ve aile üyelerini yeni bir adaptasyon sürecine götüren belli bir yaşamsal olay ile başlar (akt., Golijani-Moghaddam, 2014; Nichols, 2010). Örneğin; aile düzenindeki ani majör bir değişim -ikiz çocukların doğumu- ya da özerklikte büyük bir değişim yaşanması -çocuğun anasınıfına başlaması, ergenliğe girmesi, evden taşınması- ya da dışsal faktörlerin strese sebep olması ve yeni adaptasyonlara olan ihtiyaç -yeni bir yere taşınmak, kariyerdeki değişim, bir hastalıkla savaşmak, ekonomik durumdaki değişimler- aileleri farklı evrelere geçirmektedir. Bu sebeple, ailede meydana gelen bu süreçler, aile sisteminin gelişimsel bir sistem olduğunu ve bu sistemde gelişimsel bazı görevlerle baş etmek zorunda kalındığını göstermektedir. Çeşitli evreleri kapsayan ve bir sonraki aşamaya geçmek için bir önceki aşamanın başarıyla tamamlanmasını gerektiren bu sisteme "Aile Yaşam Döngüsü" adı verilmiştir. Bu evrelerden biri olan evlilik yolu ile bir aile kurmak/aileye katılmak yani "yeni evli çift" (a newly married) olmak, yeni bir sisteme bağlılığını ilan etmek açısından oldukça önemli bir evredir (Goldenberg ve Goldenberg, 2013, ss.29-33).

"Yeni Evli Çift Olma" evresi, evliliğin ve aile sisteminin oldukça önemli bir aşamasıdır. Ne yazık ki evliliğin ilk aşaması ile ilgili yapılan araştırmalar oldukça azdır, bu yüzden bu alandaki eksiklikler, evliliğin ilk yıllarına ait sıkıntıların ve boşanmaların nedenlerini araştırmayı zorlaştırmaktadır (Bradbury, 1998; Kurdek, 1998). Alandaki bu

boşluktan yola çıkarak, Huston ve arkadaşları (2001), yaptıkları boylamsal çalışmada, yeni evlenen çiftlerin evliliklerinin ilk 2 yılının, 13 yıl sonraki evliliklerinin akıbetinde belirleyici olduğunu göstermişlerdir. Buna paralel olarak, araştırmanın hedeflerinden bazıları ilk iki yıla bakılarak yeni evli çiftlerin 13 yıl boyunca evliliklerinin nasıl etkileneceği, boşanma olup olmayacağı gibi sorulara cevaplar bulmaktır. Yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, evli kalmaya devam eden fakat evliliklerinde mutluluk bakımından farklılaşan çiftlerde değişikliklerin birçoğu, evliliğin başında yani evliliğin ilk zamanlarında meydana gelmiştir. Bu sebeple, evliliğin ilk zamanlarını araştırmak önemli gözükmektedir.

Yeni evli çiftlerle yapılan diğer araştırmalara bakıldığında ise, Davila ve arkadaşları (1999), evliliğin ilk zamanlarının, bağlanmadaki değişim olasılığını arttırdığını öne sürerek yeni evli çiftlerde evliliklerinin ilk iki yılında bağlanma değişimi süreçlerini incelemişlerdir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, yeni evli çiftlerde zamanla güvenli bağlanma düzeyinin arttığı gözlemlenmiş, güvenli bağlanma düzeyi arttıkça ve ilişkileri gelişme gösterdikçe, eşlerin her ikisi de daha az kaygılı ve daha az kaçıngan düzeye gelmiştir. Dolayısıyla, aile yaşam döngüsünün bağlanmadaki değişimde rolünün olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmaya benzer olarak, Crowell ve arkadaşları (2002), çocuk sahibi olmayan ve daha önce evlenmemiş olan yeni evli çiftlerle yaptıkları araştırmada evlilik öncesi ve sonrası çiftlerin bağlanmalarının istikrarını ölçmüşler ve güvensiz bağlanma biçimine sahip kişilerin, evliliğin geçişi ile birlikte, daha güvenli bağlanma düzeyi gösterdiklerini bulmuşlardır. Sonuç olarak, yeni evlilik dönemi; bireylerin bağlanma boyutlarını, ilişkideki aldatma eğilimlerini ve duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisindeki rolünü incelemek için güçlü bir etken oluşturmaktadır.

1.2.Amaç

Yukarıda anlatılan literatür bilgisi ışığında; öncelikle bağlanma boyutları (kaygılı ve kaçıngan) ile aldatma eğiliminin ilişkisinin incelenmesi gerekli görülmüştür. Daha sonra, bu ilişkinin altında yatan mekanizmanın daha net anlaşılabilmesi için duygu düzenlemenin olası aracı rolünün araştırılması gerektiği düşünülmektedir. Son olarak, yeni evli çiftler üzerine yapılan çalışmaların kısıtlı olması sebebiyle ve yeni evli çift olma

evresinin bağlanma boyutlarındaki değişim süreçlerinde rol oynaması nedeniyle bu araştırmada yeni evli çiftlerle çalışılacaktır.

Bu araştırmanın genel amacı, bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünü saptamaktır (bkz. Şekil 1). Başka bir deyişle, güvensiz bağlanan yeni evli bireylerin ne tür duygu düzenleme stratejileri kullandıklarını ve böylelikle, bu duygu düzenleme stratejilerinin aldatma eğilimlerini nasıl etkilediğini araştırmak amaçlanmıştır. Bu amaçla sınanmak istenen hipotezler şunlardır:

H 1. Bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.

H 1a. Kaygılı bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin aldatma eğilimleri yüksektir.

H 1b. Kaçıngan bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin aldatma eğilimleri yüksektir.

H 2. Bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H 2a. Kaygılı bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin bilişsel yeniden değerlendirme düzeyi düşüktür.

H 2b. Kaygılı bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin baskılama düzeyi düşüktür.

H 2c. Kaçıngan bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin bilişsel yeniden değerlendirme düzeyi düşüktür.

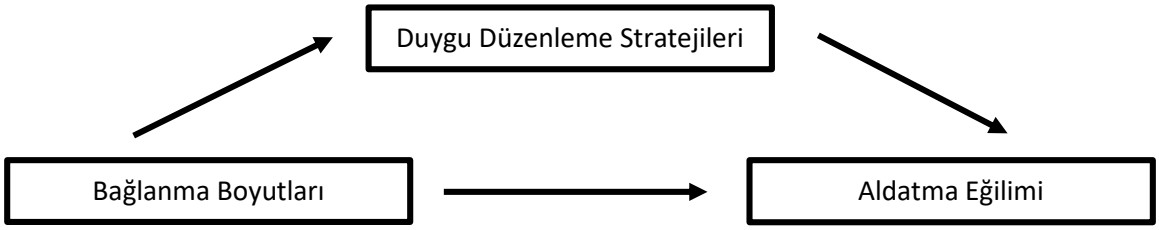
H 2d. Kaçıngan bağlanma düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin baskılama düzeyi yüksektir.

H 3. Duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H 3a. Bilişsel yeniden değerlendirme düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düşüktür.

H 3b. Baskılama düzeyi yüksek olan yeni evli bireylerin aldatma eğilimi yüksektir.

H 4. Bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejileri aracı değişken rolü oynamaktadır.



Şekil 1. Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracı Rolü için Önerilen Model

1.3. Önem

Bağlanma stillerinin; ilişki kurma, ilişkiden alınan tatmin, ilişki uyumu, çatışma çözme becerileri, eşler arasındaki yakınlık, aldatmaya yönelik tutumlar ve aldatma eğilimi gibi evlilikteki önemli bileşenler üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Bowlby (1969) güvenli bağlanma hissinin bozulmasıyla sosyal işlevselliğinin düşmesini karşı cinsle kurulan duygusal yakınlık ve bakım verme gibi davranış sistemlerinin etkinliğini azalttığını savunmaktadır.

Bireylerin bağlanma biçimlerinin; olaylara karşı tutumlarında, davranışlarında, olaylar karşısındaki pozitif veya negatif duygular deneyimlemelerinde, doğdukları andan itibaren birincil bakım veren kişiyle fiziksel ve duygusal olarak kurmuş olduğu bağın ileriki yaşlarında özellikle de romantik ilişkilerinde aynı döngüde devam edeceği bilinmektedir. Bununla ilgili araştırmalardan yola çıkarak, bağlanma boyutlarının romantik ilişkide partnerini aldatma eğilimi ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Diğer yandan, Türkçe literatürde aldatma ile bağlanma boyutları ve bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkilerin ayrı ayrı ele alındığı görülmektedir (bkz. Kantarcı, 2009; Şatıroğlu, 2017). Fakat, bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejilerinin birbirleriyle karşılıklı ilişkilerine bakıldığında Türkçe literatürde bu üç değişkeni de kapsayan yeterli araştırma olmadığı tespit edilmiştir. Buradaki eksikliği gidermek amacıyla, bu araştırmada bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünü incelemenin faydalı olacağına inanılmaktadır.

Araştırmanın teorik katkısının yanı sıra, pratik klinik çalışma alanına katkısı olacağı düşünülmektedir. Diğer bir ifadeyle, bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejilerinin birbirleriyle ve karşılıklı olan ilişkileri uygulamalı klinik alanda kişilerin bağlanma boyutlarına göre duygu düzenleme stratejilerini anlamada, daha işlevsel stratejiler geliştirmelerine yardımcı olmada, duygu düzenleme stratejilerine göre aldatma eğilimlerini çözümlemede ve aldatmada güvensiz bağlanmanın etkisini azaltabilmede uzmanlar için faydalı bir kaynak olacağı öngörülmektedir. Ayrıca, bu üç değişken arasındaki ilişkiyi anlamak özellikle ilişki sorunları, aldatma, ayrılık gibi olayların ortaya çıkardığı duygusal yoğunluklarla daha işlevsel çalışabilmek için, özellikle çift ve aile terapisi alanında çalışan uzmanlar için önemli bir rehber niteliğinde olacaktır.

Son olarak, bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkileri yeni evli çiftlerde incelemek literatürde eksik alanları desteklemektedir. Evliliğin ilk zamanlarındaki yeni bir sisteme alışma süreci zorlu olabilmektedir. Yeni evli bireylerle yapılan bu çalışma, hem teorik alanda bu süreçte yaşanan veya yaşanabilecek durum ve olayları daha iyi anlamaya hem de pratik alanda çözüm kısmında daha üretken olmaya katkı sağlayacaktır. Bunun sonucunda, yeni evli çiftlerin işlevsel duygu düzenleme stratejileri edinmelerinde, davranışsal değişiklikler göstermelerinde, güvensiz bağlanma boyutlarının azalmasında, ilişkilerine ve eşlerine karşı daha sağlıklı olmalarında ve böylece aldatma eğilimlerinin değişmesinde bu çalışmanın önemli bir yeri olacağına inanılmaktadır.

1.4. Varsayımlar

Araştırmaya katılan yeni evli bireylerin evreni temsil ettiği ve kullanılan veri araçlarına doğru ve samimi cevaplar verdikleri varsayılmıştır. Veri toplama araçlarının yeterli ve araştırmaya uygun olduğu varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlıklar

Araştırmanın, 2020 yılının Mart-Aralık aylarında gerçekleştirilmesi pandemi dönemine denk gediği için veri toplama işleminin sınırlı olmasına neden olmuş ve daha fazla katılımcıya ulaşılmasını zorlaştırmıştır. Ayrıca cinsiyet farklılıkları açısından incelemeyi sağlayabilecek eşitliğin olmaması bir başka sınırlığa neden olmuştur.

1.6. Tanımlar

Kaygılı Bağlanma: Romantik ilişkilerinde kaygılı bağlanan kişiler; daha kıskanç, partnerlerine ve ilişkilerine daha takıntılı ve duygusal açıdan daha tutarsız olarak tanımlanmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Kaçıngan Bağlanma: Romantik ilişkide kaçıngan bağlanan kişiler; ilişkilerine karşı daha güvensiz, daha olumsuz düşünce ve beklentilere sahip ve yakınlık kurmaktan kaçınan insanlar olarak tanımlanmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Aldatma Eğilimi: Bireylerin, ilişkilerine dair ödül-bedel üzerine mevcut ilişkiyi ve diğer alternatifleri karşılaştırarak elde etmeyi bekledikleri sonuçlara göre ilişkiye bağlılıkları belli olmaktadır. İlişkiye bağlılık düzeyi ise aldatma eğilimini göstermektedir. Eğer kişilerin mevcut ilişkilerinden aldıkları sonuç, alternatiften alacakları sonuçtan daha tatmin ediciyse kendilerini ilişkilerine daha bağlı hissedecekler; böylece aldatma eğilimleri de daha az olacaktır (akt., Polat, 2006).

Duygu Düzenleme: Kişilerin hangi duyguları ne zaman ve nasıl deneyimlediklerine ve bu duyguları nasıl ifade ettiklerine yönelik gelişen bir süreç olarak tanımlanır (Gross, 1998b).

Baskılama: Duygunun dışavurumunu ve ortaya çıkan davranışları azaltma, engelleme ya da saklama girişimi olarak tanımlanır (Gross ve Levenson, 1993).

Bilişsel Yeniden Değerlendirme: Bilişsel yeniden değerlendirme, duygu uyandıran bir durumu, algılanan durumun anlamını ve duygusal etkisini değiştirecek şekilde yeniden yorumlama girişimi olarak tanımlanır (Gross ve John, 2003).

1.7. İlgili Literatür

Bu bölümde genel olarak, mevcut çalışmanın ilgi alanını içeren genel bir literatür incelemesi sağlanacaktır. Bunun içerisinde ilk olarak, bağlanma literatürü ele alınacak ve bağlanma ile ilgili çalışmalar özetlenecektir. İkinci olarak, aldatma literatürü incelenecek ve aldatma eğilimi ile ilgili araştırmalar sunulacaktır. Burada ek olarak, Aile Yaşam Döngüsü'ndeki "Yeni Evli Çift Olma" evresi tanımlanacaktır. Daha sonra, duygu düzenlemenin tanımı yapılacak ve duygu düzenleme stratejileri ile ilgili literatür gözden

geçirilecektir. Son olarak, bu araştırmanın amacı ile literatür taraması arasındaki bağlantı sunulacaktır.

1.7.1 Bağlanma

Bu bölümde, ilk olarak, bağlanma kavramının tanımı verilecek ve bağlanma teorisinin tarihçesinden bahsedilecektir. Daha sonra, bağlanma çeşitleri ve bağlanmanın nasıl ölçüldüğü tartışılacaktır. Son olarak, bağlanma kavramının bireysel değişkenler ve ilişkisel değişkenlerle birlikte incelendiği literatür taraması özetlenecektir.

1.7.1.1 Bağlanmanın Tanımı ve Bağlanma Teorisinin Tarihçesi

Günümüzde modern psikolojinin birçok alanında en etkili ve yol gösterici teorik yapıtaşlarından biri olan "Bağlanma Teorisi" (Mikulincer, Shaver ve Berant, 2013), yetişkin romantik ilişkilerini ve evlilik ilişkilerini anlamada önemli bir teorik esastır (Tulum, 2014). Bağlanma stilleri, kişinin dünya ve diğer insanlarla ilk ilişki deneyimlerinin göstergesidir (Duba, Kindsvatter ve Lara, 2008). Bağlanma teorisinin kurucusu olan Bowlby (2013, s.236), belirli davranış sistemlerinin aktive olmasıyla bağlanma davranışının ortaya çıkarak, fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasından çok, annenin yakınında ve anneyle etkileşim içinde olmanın çocuğun gelişiminde önemli rol oynadığını belirtmektedir.

Evrimsel teori açısından bakıldığında, anne-bebek bağlanması önemli biyolojik fonksiyonları yerine getirme olarak görülmektedir. Bu fonksiyonlar türlerin hayatta kalmasını sağlamaktadır. Bu durum, genetik kodlanmanın anne ve bebeğin bir arada olmasını sağlayan yeni doğanın davranışlarına karşılık geldiğini göstermektedir (Ainsworth ve Bell, 1970). İnsan yavrusunun, doğduğunda hayatta kalabilmesi için onu koruyup ona bakım verecek bir yetişkine ihtiyacı vardır. Bunun sonucunda yavrular yetişkine veya ona bakım veren kişiye yakınlıklarını devam ettirici davranışlar edinirler. Yetişkin bakım veren de bu birbirini tamamlayıcı davranışsal sisteme göre idare edilmektedir. Örneğin; bebekler gülümser ve aile bu gülümsemeye ödüllendirici şekilde yanıt verir, bebekler ağlar aile onları sakinleştirmeye yönelir. Ebeveynler hareket eder bebekler onları hem görsel hem fiziksel olarak takip eder. Bu iki sistem yani ebeveyn ve bebek arasındaki davranışsal sistemler birlik olup bebeğin hayatta kalmasını sağlayan bir çeşit ilişki başlatır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma teorisinin geçmişine baktığımızda önemli klinik süreçlerden doğduğunu görmekteyiz. Bu süreç, önde gelen ve ilk psikanalistlerden olan John Bowlby'nin çocuklarla ve yetişkinlerle olan klinik gözlemlerine dayanarak bağlanma teorisini kavramsallaştırma adımlarını atmasıyla başlamıştır (Kenneth ve ark., 2012). İlk olarak Bowlby (1969) bağlanma teorisinin temel varsayımını; ihtiyaç anlarında bakım veren kişinin duyarlı ve hazır bir şekilde fiziksel yakınlığı ve etkileşimi sağlayabilecek durumda olmasının yeni doğanın güvende ve hayatta kalması için gerekli olarak açıklamaktadır. Buna paralel olarak, daha sonra bu fiziksel yakınlığın yanı sıra bağlanma kavramı duygusal bağ ya da duygusal yakınlık olarak genişletilmiştir. Ainsworth ve Bell (1970) bağlanmayı, bir kişi ya da hayvanın kendi ve bir diğeriyle arasında duygusal bir bağ oluşturması olarak tanımlamaktadır. Bu bağ kaynaştırıcı ve devam eden bir özelliğe sahiptir. Hazan ve Shaver (1994), yakınlığı devam ettirmeye engel herhangi bir gerçek veya algılanmış bir tehdidin kaygıyla sonuçlandığını belirtmektedirler. Bunun sonucunda ise yakınlığı yeniden kurmak için tasarlanan bağlanma davranışının tetiklendiği görülmektedir. Yakınlığın kurulması ve devam ettirilmesi güvenlik ve sevilme duygularını doğurmaktadır. Bunun tam tersi olan ilişkideki bozulmalar kaygı, üzüntü ve öfke meydana getirmektedir. Bunun sonucunda Hazan ve Shaver, Bowlby'nin belirttiği bağlanmanın duygusal bir bağ kurma anlamına geldiğini doğrulamaktadır. Bağlanmanın davranışsal niteliği ise, bağlanma figürüne karşı belli derecedeki bir yakınlığı sağlama ve devam ettirme arayışıdır. Buradaki yakınlık derecesi, belli koşullar altındaki yakın fiziksel temastan başka şartlar altındaki etkileşim ve iletişime kadar değişebilmektedir. Bağlanma davranışları ise yakınlık ve teması teşvik edici davranışlar olarak tanımlanır. İnsan bebeklerde bu davranışlar aktif bir yakınlığı ve temas arayıcı davranışları - yaklaşma, takip etme, tırmanma ve gülümse, ağlama ve çağırma gibi sinyal gönderici davranışları- içermektedir.

Bağlanma teorisinin temel varsayımları bebek için ihtiyaç anlarında güvende olma hissinin devamı, uygun/halihazırda ve duyarlı bir bakım veren kişinin olması ve bu kişiyle yakınlık durumunun ve etkileşimlerin/iletişimin sağlanması olarak sıralanmaktadır (Bowlby, 1969). Buna ek olarak, Ainsworth ve Bell (1970), bağlanmayı, "güvenli bir üs" görevi yapan bağlanma figürüyle güvende olma ve rahatlama ihtiyacını sağlamak amacıyla kurulan duygusal bağ (emotional bond) olarak tanımlamaktadır. Benzer görüşler belirten Winnicott (1960), çocuğun onu hem fiziksel hem ruhsal olarak

tutan, kapsayan, taşıyan bir çevrenin olması gerektiğini ve çocuğun bu çevreyle özellikle annesiyle birlikte ele alınması gerektiğini belirtir (akt., Parman, 2019, s.39). Bowlby (2013), güvenli bağlanma olması için bağlanma figürünün (genellikle anne) üç temel özelliğin olması gerektiğini belirtmektedir: annenin ihtiyaç anlarında "yakınlığı devam ettirme" (proximity maintenance) görevinin olması, bebek için tehlike anlarında onu rahatlatacak ve destek kaynağı olarak geri dönebileceği "güvenli bölge" (safe haven) halinde olması, ve bebeğin güvenli ve doyum sağlayacak şekilde çevreyi ve dış dünyayı keşfettikten sonra geri dönebileceği bir "güvenli üs" (secure base) temin etmesi olarak sıralamaktadır. Güvenli bağlanma gerçekleşmediğinde ise bebek müsait, ilgili ve duyarlı bir bağlanma figürü bulamaz. Bunun sonucunda bağlanmada bireysel farklılıklar meydana gelmektedir (Mikulincer ve ark., 2013).

Korku ya da tehlike uyandıran durumlarda çocuk güvendiği bir kişiye ihtiyaç duyar. Güvenilir kişi bağlanma figürü olduğu için, bağlanma figürünün varlığı ya da yokluğu korkuya duyarlılığı önemli derecede etkiler. Burada, bağlanma figürünün varlığının kolayca ulaşılabilir bir yerde olması -o anda orada hazır bulunmasından ziyade- ve korkmuş olan çocuğa uygun şekilde yani onu koruyan ve teselli eden bir rolde olması önemlidir. (Bowlby, 1983). Genelde, bağlanma ilişkisinin kalitesi bakım verenin duyarlı ve sorumlu olmasına ve içsel çalışan modellerin stabil olmasına bağlıdır; fakat çocuğun nitelikleri ya da sahip olduğu doğuştan gelen özellikler (mizaç) göz ardı edilmemelidir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağ; bağlanma, bağ kurma sevilme isteğinden doğar. Yeni doğan, anne karnında annesiyle göbek bağıyla kurduğu bağı, dış dünyada da yeniden başka şekilde kurma arzusu taşır. Bu yüzden içgüdüsel olarak bazı otomatik eylemler (refleksler) sergiler. Emme, arama, moro (sıçrama-irkilme) ve yakalama refleksleri, yeni doğanın hayatta kalabilmek için ötekine ihtiyacı olduğunun göstergesidir. Bu içgüdüsel eylemler, onu hayatta tutacak ilk nesneye -genelde annedir- bağlanma ihtiyacını temsil eder. Çocuk için bu bağ, hayatta kalması için kritik ve biriciktir, fakat karşılıksız değildir. Anne ise çocuğun içgüdüsel tepkilerine karşılık vererek onun bağ kurma ihtiyacını karşılamaktadır (Parman, 2019, ss.35-36).

Bağlanma sistemi dışarıdan gelen tehlike sinyallerine karşılık bakım verenin verdiği tepkilere göre örgütlenen bir sistemdir. Bakım veren ile bu döngüsel

etkileşimlerin sonucunda çocuklar beklentilerinin ne olacağına ve nasıl tepkiler vereceklerini düzenlerler. Dış dünyada diğer insanlarla ve kendileriyle nasıl bir ilişkide olacaklarına çocukluklarından edindikleri bu deneyimleri içselleştirerek tepki verirler. Bu ilk etkileşimler "bilişsel temsiller" ya da Bowlby'nin deyimiyle "içsel çalışan modelleri" oluşturur (Hazan ve Shaver, 1994). Buna göre, bağlanma kişinin ulaşılabilir olmasının yanında çocuğun ihtiyaçlarına olumlu tepkiler vermesi ve duyarlı olması, bağlanma kişisi yanında olmasa bile stres anlarında çocuğun içsel çalışan modelleri devreye girer ve hem kendini sevilmeye değer olarak görüp olumlu benlik modeli geliştirir hem de başkalarını güvenilir, ulaşılabilir, duyarlı ve tutarlı olarak algılayıp olumlu başkaları modelini geliştirir (Sümer ve Güngör, 1999). Bowlby'e göre (1973), bu modeller kişinin sonraki yakın ilişkilerinde düşünce, duygu ve davranışlarına rehberlik eder. Böylece, bağlanma kişinin ulaşılabilir, güvenilir ve tutarlı tepkiselliği kişinin daha sonraki ilişkilerinde de hem kendine dair inançlarını, beklentilerini ve duygularını; hem de diğer insanları güvenilir ve destekleyici algılamasını ve sonraki ilişkilerinde güvende hissetmesini sağlar (Main, Kaplan ve Cassidy, 1985).

Eğer çocuğun ilk bağlanma figürüyle kurduğu bağlanma ilişkisi güvenli değilse, diğer bağlanma figürleri ile bağ geliştirmesi zorlaşır (Bowbly, 1983). Ainsworth ve arkadaşları (1978), "yabancı durum" (strange situtiaon) olarak bilinen deneysel bir yöntem kullanarak Bowlby'nin kuramının temel varsayımlarını test etmişlerdir. Bu yöntemde, önce 12-18 aylık çocukları sistematik olarak kısa süreliğine annelerinden ayırmışlar ve odada yabancı biriyle bırakmışlardır. Kısa süre sonra çocukları anneleriyle tekrar buluşturmuşlardır. Bu yöntemle çocukların bağlanma sistemlerinin aktive olması hedeflenmiştir. Ainsworth ve arkadaşları, çocukların ayrılma, yabancıyla yalnız bırakma ve yeniden birleşme aşamalarında tepkilerini gözlemleyip çocukları üç çeşit bağlanma stilinde sınıflandırmışlardır: güvenli (secure), kaygılı/kararsız (anxious/ambivalent) ve kaçıngan (avoidant). Ainsworth'ün sınıflandırmasında, güvenli bağlanma stilindeki çocuklar, anneleri odadan ayrıldıktan sonra doğal bir tepki olarak huzursuzluk yaşamaktadır, anneleri ile yeniden temas ve yakınlık kurmak istemekte, anne yeniden geldiğinde ise kolayca sakinleşip çevreyi rahatlıkta keşfetmeye devam etmektedirler. Kaygılı/kararsız bağlanma stilindeki çocuklar ise anneleri ayrıldığında yoğun bir kaygı, stres ve öfke yaşamakta, bir başkası ile iletişim kurmayı reddetmekte, anne geri döndüğünde ise kolayca sakinleşemeyip çevreyi keşfetmek yerine anneye sıkıca yapışıp

kalmak istemektedirler. Kaçıngan bağlanma stilindeki çocuklar ise, annenin gidişinden fazla etkilenmemekte, anne geri geldiğinde ise anneyle temas ve iletişim kurmayı reddetmekte ve başka şeylerle ilgilenmektedirler.

Bowlby (1973, 1979), bağlanmanın doğumdan yaşlılığa kadar, yaşamsal bir süreç olduğunu ve erken yaşlarda kurulan bağın zihinsel modelleri oluşturduğunu ve bu modellerin pek fazla değişim göstermeden yetişkinlikte de devam ettiğini ifade etmiştir. Uzun yıllar bağlanma konusu bebeklik ve çocukluk dönemlerindeki araştırmalarla sınırlı kalmış; son yıllarda yetişkinlik dönemi için de bağlanma araştırmaları yapılmaya başlanmıştır (Sümer, 1999). Buna ilk olarak Main ve arkadaşları (1985) Ainsworth'ün kazandırdığı üç bağlanma stilinin yetişkinlikte de geçerli olduğunu gösteren yarı yapılandırılmış görüşme ölçeği hazırlamışlardır. Buna paralel olarak Hazan ve Shaver'ın (1987), romantik ilişkiyi /sevgiyi bir bağlanma süreci olarak tanımlayarak, yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki bağlanma biçimlerinin Ainsworth'ün üç tipik bağlanma stiliyle paralel olduğunu göstermişlerdir. Araştırmada kendilerini güvenli bağlanma stilinde tanımlayan katılımcıların hem çocukken ebeveynleriyle olan ilişkilerinde hem de yetişkinlikte romantik ilişkilerinde daha olumlu inançlara ve yaşantıya sahip oldukları görülmüştür. Araştırmalarındaki diğer bulgulardan biri ise, kişilerin kendilerine ve romantik ilişkilerine dair bilişsel temsilleri (içsel çalışan modelleri) bağlanma stillerine göre farklılık göstermektedir. Kaygılı/kararsız stile sahip katılımcılar ise ilişkilerinde daha kıskanç, ilişkilerine ve partnerlerine daha takıntılı ve duygusal yönden daha tutarsız olarak görülmüştür. Kaçıngan bağlanma stiline sahip katılımcılar ise çevrelerine ve ilişkilerine karşı daha güvensiz, ilişkiler hakkında daha olumsuz düşünce ve beklentilere sahip ve yakınlık kurmaktan kaçınan insanlar olarak belirlenmiştir

Hazan ve Shaver (1987), romantik ilişkilerin, çocukluktaki bağlanma sürecinin yetişkinlikteki romantik ilişkilerde de görülen bir bağlanma süreci olup olmadığını inceledikleri araştırmada, insanların bağlanma geçmişlerinin farklılaşmasından dolayı, bu süreci farklı şekillerde deneyimlediklerini ifade etmişlerdir. Hazan ve Shaver, romantik ilişkinin bir bağlanma süreci olduğunu belirterek yetişkinleri, geliştirmiş oldukları özbildirim ölçeği ile değerlendirip çocukluktaki bağlanma stilleriyle paralel olarak üç tip bağlanma stiliyle sınıflandırmıştır. Buradaki sonuçlara göre, iki tip güvensiz bağlanma (kaygılı/kararsız ve kaçıngan) stilindeki insanların güvenli bağlanma stilindekilere göre daha kısa süreli romantik ilişki geçmişine sahip olduklarını, aşk ile ilgili inançlarının daha

negatif olduğunu ve çocukluklarında ebeveynleriyle olan ilişkilerine dair daha olumsuz tanımlar yaptıklarını rapor etmişlerdir. Diğer taraftan, Feeney ve Noller (1990), iki güvensiz bağlanma stilindeki kişilerin kendilerine dair algılarının daha şüpheci ve daha az kabul edilebilir oldukları yönünde bir sonuca ulaşmışlardır.

Bartholomew ve arkadaşları (1991), Bowlby'nin kavramsallaştırdığı "içsel çalışan modelleri"nden (internal working models) yola çıkarak kendilik modeli ve diğeri modelini bir araya getirmiş ve yetişkin bağlanma biçimlerine yönelik dört kategori modelini oluşturmuştur. Bu modele göre, kendiliğin ve diğerlerinin negatif veya pozitif algılanmasına göre dört çeşit bağlanma stili (güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu) olduğu belirtilmektedir. Dörtlü bağlanma modelinde güvenli bağlanma biçimi, yetişkinlerin kendilerini sevilmeye layık ve değerli, diğerlerini ise duyarlı ve ulaşılabilir algıladığını temsil etmektedir. Güvenli bağlanan bireyler yakınlık kurmaya karşı daha rahat, bağımsız ve özgür hissederler. Diğer üç bağlanma biçimi (saplantılı, kayıtsız ve korkulu) ise güvensiz bağlanmanın içindedir ve kişide kendiliğe ve/veya diğerlerine karşı negatif/olumsuz içsel çalışan modeli yer almaktadır. Saplantılı bağlanan kişiler, kendiliklerini değersiz, diğerlerini ise değerli görürler. Bu yüzden diğerlerinin onayını ve kabulünü beklerler ve ilişkileriyle daha çok ilgilidirler. Korkulu bağlanma biçimindeyse, kişiler hem kendiliklerine hem de diğerlerine karşı olumsuz değerlendirmelere sahiptir. Bu bireyler, kendilerini sevilmeye değer görmedikleri gibi başkalarının da reddedici ve ilgisiz olduğu gibi inançlara sahiptir. Bu yüzden, korkulu bağlanma biçimine sahip kişiler genellikle yakın ilişkiler kurmaktan kaçınırlar. Kayıtsız bağlanma biçimine sahip yetişkinler ise kendiliklerini değerli ve sevilmeye layık olarak değerlendirirken, diğerlerine karşı olumsuz değerlendirmelere sahiptir. Kayıtsız bağlanan kişiler, reddedilmemek için yakın ilişkiler kurmaktan kaçınırlar çünkü olumlu benlik algılarını sürdürme, bağımsız ve güçlü kalma ihtiyacındadırlar.

Bağlanma literatürüne baktığımızda, bağlanmanın ölçülmesinin genellikle kategorik olarak ele alındığı görülmektedir. Fakat Fraley ve Shaver (2000), bağlanmayı boyutsal olarak ölçmenin kategorik olarak ölçmeye göre daha tutarlı sonuçlar verdiğini tespit etmiştir (akt. Sümer ve Arıcak, 2018). Bu sebeple bu çalışmada bağlanma; kaygı ve kaçınma boyutlarında ele alınacaktır. Yetişkin bağlanmasında, kişilerin bağlanma stillerini çeşitli kategorilerle sınıflandıran görüşlerin (Hazan ve Shaver, 1987; Bartholomew ve Horowitz, 1991; Main ve Goldwin, 1984) sınırlamalarından yola çıkarak

geliştirdikleri bağlanma ölçeğinde Brennan, Clark ve Shaver (1998), yetişkin bağlanma davranışlarını 2 boyutta tanımlamışlardır: "bağlanmaya ilişkin kaygı" ve "bağlanmaya ilişkin kaçınma" (akt., Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005). Bu çalışmanın sonucunda, Fraley ve arkadaşları (2000), Brennan ve arkadaşlarının ölçeğini geliştirip 18 kaygı boyutu ve 18 kaçıngan boyutu elde etmişlerdir.

1.7.1.2 Bağlanma ile İlişkili Olan Bireysel Değişkenler

Bağlanma literatüründe cinsiyetler arasında bağlanma farklılıkları olup olmadığı çokça araştırılmaktadır. Fakat araştırmaların sonuçları genelde birbirlerinden tutarsız gözükmektedir ve çokça farklı görüş yer almaktadır. Örneğin, Hazan ve Shaver (1987), üç kategoriye ayrılan bağlanma stillerini yetişkinlikte romantik ilişkilere uyarladıklarında, güvenli, kaygılı/çelişkili, kaçıngan bağlanma stillerinde iki cinsiyet (kadın-erkek) fark olmadığını göstermişlerdir. Buna benzer sonuçlara ulaşan Shi (2003), güvenli, korkulu, reddedici (dismissing) ve kaygılı bağlanma stilleri arasında cinsiyet farklılıklarının olmadığını belirtmiştir.

Diğer yandan, cinsiyetler arasında bağlanma stilleri açısından farklılık olduğunu gösteren araştırmalar da vardır. Buna örnek olarak Tulum (2014), erkeklerin kadınlardan kaçıngan bağlanma boyutunda daha yüksek skor kaydettiklerini belirtmiştir. Bu görüşe benzer sonuçlar elde eden araştırmacılardan olan Jackson ve Kirkpatrick (2007) cinsiyet farklılıklarının özellikle güvensiz bağlanma biçimlerinde görülebileceğini ve kaçıngan stilin daha çok erkek-eğilimli stratejilerden olduğunu ve bağlılığı ve ebeveynliğe yatırımı azalttığını savunmaktadırlar. Bu görüşe karşın, Jackson ve Kirkpatrick kaygılı stilin kadın-eğilimli bir strateji olduğunu, yakınlığı temsil ettiğini ve kaygının, partnerin kaçınganlığına karşıt bir savunmaya hizmet ettiğini söylemektedir. Bu görüşe paralel olarak, romantik bağlanmada cinsiyet farklılıklarını araştıran Del Giudice (2011) erkeklerin kaçıngan bağlanma boyutunun kadınlarınkinden daha yüksek olduğu ve romantik bağlanma boyutlarındaki cinsiyet farklılıklarının güvensiz bağlanma boyutlarında daha çok görüldüğü sonucuna ulaşmıştır. Ek olarak, Chopik ve arkadaşları (2013) genç yetişkinlerde orta yaş yetişkinlere kıyasla, kadınların kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutunun erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Diğer bir demografik değişken olan yaş faktörü ile bağlanma arasındaki ilişkiye bakıldığında Chopik, Edelstein ve Fraley (2013) yaş faktörünün bağlanma stillerini

değiştirip değiştirmediğini inceledikleri araştırmada yaşları 18 ile 70 yaş arasında değişen 86555 katılımcıyı incelemişler ve kaygılı bağlanma boyutunda yaş farklılıklarının daha belirgin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlara göre, kaygılı bağlanma düzeyi yüksek olanlar genç yetişkinlerken; orta yaş ve daha yaşlı bireylerin bağlanmada daha az kaygılı oldukları görülmüştür. Kaçıngan bağlanma düzeyinde ise yaşa bağlı daha az düzeyde farklılıklar görülmektedir: Genç ve yaşlı grup daha düşük kaçıngan bağlanma düzeyindeyken orta yaşlı grup daha yüksek seviyede kaçıngan bağlanma göstermektedir. Segal ve arkadaşları (2009) bağlanmada yaş farklılıklarının etkisini araştırdıklarında, yaşça daha büyük bireylerde kaygılı bağlanmanın daha düşük seviyede olduğunu belirtmişlerdir. Benzer bir çalışmada, orta yaş grubunun genç yaş grubuna kıyasla kaygılı bağlanma düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir (Mickelson ve ark., 1997). Bu sonuçlarla benzer olarak, yaş farklılığının bağlanma üzerindeki etkisine bakan Zhang ve Labouvie-Vief (2004), yaşı büyük yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeylerinin daha genç yetişkinlere göre daha düşük seviyede olduğunu ve yaş arttıkça kaçıngan bağlanmanın da arttığını ifade etmiştir. Ayrıca benzer sonuçlar elde eden Diehl ve arkadaşları (1998) yaşlı grubun genç gruba göre kaçıngan bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Önceki araştırmalar tarafından bağlanma ile ilişkisinin araştırıldığı bir diğer bireysel değişken, psikolojik sağlıktır. Psikolojik durum ya da ruh sağlığı ile bağlanmanın ilişkisine bakıldığında, genelde duygu durum bozuklukları, depresyon ve kaygı bozukluklarıyla ilgili yapılan araştırmalar dikkat çekmektedir. Bu araştırmalardan, Cole-Detke ve Kobak (1996), yeme bozukluğu ve depresyon belirtileri olan üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada, ikincil bağlanma stratejilerinden "hareketsiz hale getirici" stratejileri kullanan kişilerin kaçıngan bağlanma boyutunun daha yüksek olmasıyla birlikte yeme bozukluğu belirtileri gösterdikleri; "hiperaktive edici stratejileri" kullanan kişilerin ise kaygılı bağlanma boyutunun daha yüksek olmasıyla depresyon belirtileri gösterdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Wei ve arkadaşlarının (2005) yaptıkları araştırmanın sonucuna göre, kaygılı bağlanmanın yüksek seviyede olduğu bireylerin diğer insanların onayına ve güvencesine ihtiyaç duyduğu bu durumun depresyona yatkınlıklarını arttırdığı belirtilmektedir. Genel olarak, majör depresyonun güvensiz bağlanma biçimleriyle ilişkili olduğu görülmektedir (Reis ve Grenyer, 2004; Murphy ve Bates, 1997). Kaygı bozukluklarından Obsesis Kompulsif Bozukluk (OKB) ile bağlanma

stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Doron ve arkadaşları (2012), OKB tanısı alan kişilerin kaygılı bağlanma düzeylerinin ciddi derecede daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bağlanma sisteminde duyguların önemli yeri olduğu bilinmektedir (Bowlby, 1983). Duygu düzenleme stratejileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar görülmektedir. Bu bağlamda, Pascuzzo, Cyr ve Moss (2013), genç yetişkinlikteki duygu düzenleme stratejileri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye baktığında, güvensiz bağlanan kişilerin işlevsiz duygu düzenleme stratejilerini çokça kullandığını savunmaktadırlar. Yakın zamanda, Besharat ve Shahidi (2014) çalışmasında, duygu düzenleme güçlüğü olan aleksitimi ile bağlanma stillerini incelemişler ve kaçıngan ve kararsız (ambivalent) bağlanma stilleri ile aleksitimi arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

1.7.1.3 Bağlanma ile İlişkili Olan İlişkisel Değişkenler

Romantik ilişkilerde bağlanma; ilgi, duygusal bağ kurma ve cinsel açıdan uyarılma gibi elementlerden oluşmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Bağlanma ve cinsel doyum arasındaki ilişkiye bakıldığında, Butzer ve Campbell (2008), kaygılı ve kaçıngan bağlanan kişilerin, güvenli bağlanan kişilere kıyasla cinsel doyumlarının daha düşük seviyede olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer sonuçlara ulaşan Davis ve arkadaşları (2006), güvensiz bağlanan kişilerin cinsel açıdan tatminsizlik yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Bağlanma ile cinsel doyum arasındaki ilişki romantik ilişkilerle ve evli çiftlerle çalışan araştırmacılar için ilgi gören bir alan olmuştur. Literatüre bakıldığında, Timm ve Keiley (2011) evli çiftlerle kendilik, bağlanma, cinsel iletişim, cinsel doyum ve evlilik doyumu üzerine yaptıkları araştırmada güvenli bağlanmanın evlilik doyumu üzerinde doğrudan etkisi olduğunu; fakat bağlanmanın cinsel doyum üzerinde etkisinin olmadığını göstermektedirler. Öte yandan, Butzer ve Campbell (2008) ise kaygılı ve kaçıngan bağlanma biçimine sahip bireylerin evlilik ve cinsel doyum seviyelerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Davis ve arkadaşlarının (2006) araştırmasındaki sonuçlar ise kaygılı bağlanma boyutu ile cinsel doyumun fiziksel formu arasında yüksek düzeyde ters orantılı ilişki; kaçıngan bağlanma boyutunun ise cinsel doyumun duygusal formu arasında ters orantılı ilişki olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifadeyle bu araştırmada

bağlanmanın cinsel doyum üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Bir diğer araştırmada romantik bağlanma, çatışma çözümü ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen Clymer ve arkadaşları (2006), ikircikli bağlanma stiline sahip (ambivalent) kişilerin ilişkilerinde deneyimledikleri cinsel doyum seviyesinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Duygu düzenleme ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmacılar, bağlanma biçimlerinin; duygu düzenleme stratejilerini -özellikle de baskılama stratejisinin kullanımını- direkt olarak etkilediğini savunmaktadır (Mikulincer ve ark., 2003; Shaver ve Mikulincer, 2002; Bowlby, 1988; Feeney, 1999). Bu bulguyu destekleyici bir araştırma yapan Amidon (2007), güvenli bağlanma biçimine sahip bireylerin bilişsel yeniden değerlendirme seviyelerinin yüksek; baskılama seviyelerinin düşük olduğunu bulmuştur. Bu sonuçla ilişkili diğer çalışmalar ise, güvenli bağlanan insanların, zor durumlarla karşılaştıklarında daha çok pozitif bilişsel yeniden değerlendirmeler ve yorumlamalarda bulunduklarını ve daha çok duygusal ifadeler kullanmaya yatkın olduklarını göstermektedir (Mikulincer ve Florian, 1995; Feeney, 1995). Güvenli bağlananların yanı sıra, Amidon (2007), kaygılı bağlanma boyutu yüksek olan bireylerin; baskılama stratejisini daha az kullandıklarını belirtmektedir. Ayrıca genel olarak bakıldığında, kaygılı bağlanan kişilerin kaçıngan ve güvenli bağlanan kişilere göre daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları görülmektedir (Henschel ve ark., 2020).

Romantik kıskançlık, ilişkilerde ve bağlanmada incelenen önemli konulardan biridir. White (1981) romantik kıskançlığı öz güveni ve/ya ilişkinin varlığını veya kalitesini tehdit eden düşüncelerin, duyguların ve davranışların karmaşık bir yapısı olarak tanımlamaktadır. Bağlanma ile romantik kıskançlık arasındaki ilişkiye bakıldığında, güvensiz bağlanma boyutu olan kaygılı bağlanma ile romantik kıskançlığın ilişkili olduğu görülmektedir (Miller ve ark., 2014). Miller ve arkadaşlarının (2014) temassal yakınlık, cinsiyet, bağlanma ve kıskançlık değişkenlerinin ilişkisini araştırdıkları çalışmada; güvensiz bağlanma stillerinden korkulu ve saplantılı bağlanma stillerine sahip olan bireylerin, kayıtsız/kaçıngan bağlanma stiline sahip olan bireylere göre kıskançlığa dair daha yüksek seviyede duygusal reaksiyon verdikleri görülmektedir. Başka bir araştırmada ise ikircikli bağlanma stili ile kıskançlık arasında zayıf fakat doğru orantılı bir ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Aynı araştırmada ikircikli, kaygılı ve kaçıngan bağlanma stillerinde, kıskançlıkla doğrudan ilişkili görülen temel faktör olan kaybetme korkusunun

farklılaşmadığı görülmekte, bu sebeple kıskançlık ile ikircikli (ambivalent) bağlanma stili arasında zayıf bir ilişki olduğu doğrulanmaktadır (Güçlü ve ark., 2017). Sharpsteen ve Kirkpatrick'in (1997) bağlanmada bireysel farklılıkların romantik kıskançlığı deneyimleme ve ifade etme şekli ile ilişkisini araştırdıkları çalışmada, farklı bağlanma stillerinde kıskançlığın duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak farklı deneyimlendiği belirtilmektedir. Levy ve Kelly (2010), kaçıngan bağlanan kişilerin güvenli bağlanan kişilere kıyasla, duygusal aldatmadan daha çok cinsel aldatmaya ilişkin kıskançlık yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Son olarak, Sümer ve Arıcak (2018), romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada bağlanma boyutlarının romantik kıskançlığı yordadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre, kaygılı bağlanma boyutunun romantik kıskançlığı arttırdığı; kaçıngan bağlanma boyutunun romantik kıskançlığı azalttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yetişkin romantik bağlanması ile romantik ilişkiden alınan doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma vardır. Feeney (1999), evlilik doyumu ve bağlanma ilişkisinde, kişinin eşinin davranışlarını algılayış şeklinin ilişki doyumunu etkilediğini savunmaktadır. Bir diğer ifadeyle, güvenli bağlanan insanların ilişkilerinden aldıkları tatmin daha yüksektir çünkü güvenli bağlanan kişi eşinin davranışlarını yapıcı, güvenilir ve iyi niyetli şekilde algılamaktadır. Alder ve arkadaşları (2017) araştırmalarında, güvenli bağlanma davranışlarına sahip eşlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Mondor ve arkadaşlarının (2011) çalışmasında ise sonuçlar gösteriyor ki kaçıngan bağlanma biçimi (hem kadınlar hem erkekler için); kaygılı bağlanma biçimi (sadece kadınlar için) evlilik doyumsuzluğunu yordayıcı bir etkendir. Timm ve Keiley'nin (2011) evli çiftlerle kendilik, bağlanma, cinsel iletişim, cinsel doyum ve evlilik doyumu üzerine yaptıkları araştırmalarında güvenli bağlanmanın evlilik doyumuna doğrudan etkisi olduğunu fakat cinsel doyum üzerinde etkisi olmadığını savunmaktadırlar.

1.7.2 Aldatma

Bu bölümde, ilk olarak, aldatmanın tanımı ve aldatma eğilimi kavramı açıklanacaktır. Daha sonra aldatmanın nasıl sınıflandırıldığından bahsedilecektir. Son olarak, aldatma eğiliminde bireysel ve ilişkisel değişkenler incelenecek ve literatür taraması özetlenecektir.

1.7.2.1 Aldatmanın Tanımı ve Aldatma Eğilimi

Aldatmak kelimesinin Türkçe sözlükteki anlamı, "yanılmasını sağlamak, yanıltmak, beklenilmeyen bir davranışta bulunmak, sözünde durmamak, yalan söylemek, eşine sadakatsizlik göstermek" olarak tanımlanmaktadır (Püsküllüoğlu, 1997). Sungur (2017), mevcut eş dışındaki bir başka kişiyle kurulan duygusal ve/veya cinsel bağı sadakatsizlik olarak tanımlamaktadır. Buna benzer olarak, Hall ve Fincham (2006), aldatmayı, ilişkideki çiftler arasında kurulan güvenin ve anlaşmanın, ilişki dışından başka bir kişinin duygusal/romantik ya da cinsel anlamda ilişkiye dahil olması ile yıkılması olarak tanımlamaktadır.

Aldatma, iki kişilik bir ilişki kapsamında, partnerlerden birinin diğerini, ilişkideki fiziksel ve duygusal yakınlık seviyesini düzenleyen normları, ilişkinin dışındaki biriyle ihlal etmesi olarak tanımlanmaktadır (Drigotas ve Barta, 2001). Aldatma konusu sosyal bilimler alanında son 30 yılda çalışılmaya başlanan bir konu olmuştur. Bunun sebebi aldatmanın karmaşık bir yapı ve dinamiğe sahip olmasından ötürü sistematik olarak ele alınması zor bir konu olmasıyla ve birbirinden farklı birçok görüş olmasıyla ilgilidir (Atkins, Dimidjian ve Jacobson, 2001). Aldatma, evlilik ya da ilişki dışı yaşanan ilişkilerin literatürde son zamanlarda büyük bir yer kaplamasının en önemli nedenlerinden birinin, bu tarz ilişkilerin evliliğe veya romantik ilişkiye çok fazla zarar vermesi olduğu düşünülmektedir (Çavuşoğlu, 2011; Olson, Russell, Higgins-Kessler ve Miller, 2002). Aldatma, ilişkilere en çok zarar veren durumlardan biridir ve terapide çalışılması en zor konulardan biridir (Whisman ve ark., 1997). Hazan ve Shaver (1998); cinsellik, ilgi ve bağlanmanın romantik ilişkiyi oluşturduğunu belirtmektedir. Bu sebeple, romantik ilişkilerdeki bağlanma ve aldatma ilişkisini incelemek anlamlı görünmektedir.

Literatürde aldatma farklı şekillerde sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmalarda şartlandırıcı etkenler, tetikleyiciler, ilişkisel durumlar gibi özellikler temel alınmıştır (Weeks ve ark., 2003). Solomon ve Teagno (2011) aldatmayı, duygulara göre sınıflandırmaktadır. Bu varsayıma göre, aldatma üçe ayrılmaktadır: korkuya bağlı, yalnızlığa bağlı ve öfkeye bağlı ortaya çıkan aldatma. Korkuya bağlı ortaya çıkan aldatmada kişiler değersiz hissetme, güvende olma ve yakınlık gibi nedenlerle ilişkide olmaktan korkmaktadırlar. Bu yüzden, korkmalarına sebep olan bir ilişkiden kaçmak için aldatma şeklinde işlevsiz girişimlerde bulunmaktadırlar. Yalnızlığa bağlı aldatmada ise kişiler, ilişkilerinde yalnız, ilgisiz ve eşlerinden uzaklaşmış hissetmektedirler. Bu

durumlarda kişiler eşlerinden daha fazla ilgi talep etmekte, eşleriyle iletişime geçmekte, cinselliklerini güçlendirme ya da eşleriyle daha fazla vakit geçirme gibi isteklerde bulunmaktadırlar fakat bunlar fayda sağlamadığında kişiler ilişkideki yalnızlıklarına çözüm olarak bir başkasıyla ilişki yaşamaya yönelmektedirler. Son olarak öfkeye bağlı aldatmada ise, öfkesiyle nasıl baş edeceğini bilemeyen kişiler ilişkideki çatışma ve sorunlar sonucunda kırgınlık ve öfke duygularıyla baş edemeyip intikam alma amacıyla eşlerini aldatma girişimlerinde bulunmaktadırlar (akt., Tortamış, 2014).

Aldatmayı ilişkinin içeriğine göre sınıflandıran görüşler de vardır. Subotnik (2007), ilişkinin içeriğine bakarak aldatmayı dört kategoriye ayırmıştır. Buna göre ilk olarak duygusal içeriğin dahil olmadığı tek gecelik aldatmalar, uzun süreli evliliklerde görülebilen "aldatmalar serisi"dir. İkinci tip aldatma, uzun süreli ilişki olmasına rağmen duygusal yönünün zayıf olduğu ilişkilerde görülen "kaçamak" aldatmadır. Üçüncü tip ise fiziksel aldatmanın olmadığı duygusal bir bağın ya da yakınlığın olduğu "romantik aşk" aldatmasıdır. Son aldatma çeşidi ise kişilerin duygusal yönden arada kalmışlık durumlarında görülen "uzun süreli" aldatmadır. Bu görüşe benzer olarak, Blow ve Hartnett (2005) ve Thompson (1984), aldatmayı; duygusal, cinsel ve hem duygusal hem cinsel olarak üç gruba ayırmaktadır.

Seyfi (2017), aldatmanın bu kadar sarsıcı görülmesinin nedenleri arasında bireyin, bağlı olduğu kişinin temsil ettiği anlamın sarsılmasını örnek vermektedir. Kişinin güvendiği, moral ve destek gördüğü, aile veya sevgili olarak benimsediği, hayatına aldığı kişiyle böyle yıkıcı bir deneyim yaşamasının bağlanma ilişkilerinin sorgulanmasına neden olabileceğini söylemektedir. Bu sebeple, aldatmanın bağlanma stillerine yönelik önemli ipuçları vereceği düşünülmektedir. Hazan ve Shaver (1987), kaygılı ve kaçıngan bağlanma stiline sahip olan bireyleri ilişki içindeyken incelediğinde, kaygılı bireylerin terk edilme korkularına sahip olduklarını ve güçlü bir yakınlık kurma isteği duyduklarını belirtmektedir. Bu isteklerini tatmin edebilmek için de ilişki dışı birliktelik aramalarının daha muhtemel olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Diğer taraftan, Hazan ve Shaver, kaçıngan bağlanma stiline sahip bireylerin ise kendi eşleri dahil başka insanlarla yakınlık kurmaktan kaçındıklarını ifade etmektedirler. Bu sebeple, kısa süreli cinsel ilişki kurma eğiliminde olduklarını vurgulamışlardır. Fakat Seyfi (2017), bağlanma türüne ve aldatma eğilimine göre verilen bu örneklerde doğrusal bir ilişkinin olmadığını; aksine döngüsel bir ilişkinin olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca Seyfi, aldatma ve ilişki dinamiklerinin

daha karmaşık yapıya sahip olduğunun ve aldatmanın tek bir nedenden kaynaklanmadığının altını çizmektedir.

Thibaut ve Kelley' e göre (1959), kişilerarası ilişkiler ödül-bedel mübadelesine dayanmaktadır ve bireyler ödülü yani haz ve doyumu fazla olan; bedeli -yani bireyin performansını negatif yönde etkileyen faktörler- düşük olan ilişkileri tercih etmektedirler. Bu durum, ödül ile bedel arasındaki fark pozitif olduğunda bireyin ilişkiyi sürdürme, negatif olduğunda ise ilişkiyi bitirme eğiliminde olduğunu göstermektedir (akt., Hovardaoğlu, 1996). Thibaut ve Kelley'nin (1959) ödül-bedel ilişkisini temel aldığı kurama "Sosyal Mübadele Kuramı" denmektedir. Burada ödüller, bedeller, ilişki ve alternatifleri için karşılaştırma düzeyleri yer alır. Bireyler, geçmiş deneyimlerinden çıkarımlar yaparak ilişkiden ne hak ettiklerini, ilişkiden ne alabildiklerini değerlendirerek standartlarını ve beklentilerini fark ederler. Ayrıca birey, mevcut ilişkisi dışındaki seçenekleri için de karşılaştırma düzeyini inceler. Böylece bireylerin mevcut ilişkilerinden edindikleri sonuçlarla alternatiflerinden bekledikleri sonuçların kıyaslanması sonucunda, mevcut ilişkiden alınan sonuç alternatif ilişkiden alınan sonuçtan daha tatmin edici ise, bireyler kendilerini mevcut ilişkilerine bağlı hissetmektedirler. Sonuç olarak, ilişkiye bağlılıkları aldatma eğilimlerine de işaret etmektedir. Eğer mevcut ilişkiden alınan tatmin daha çoksa, ilişkiye bağlılık daha çok olacak, böylece aldatma eğilimi de düşük olacaktır (akt., Polat, 2006).

1.7.2.2 Aldatma ile İlişkili olan Bireysel Değişkenler

Aldatmada cinsiyet farklılıklarına bakıldığında, Glass ve Wright (1985), erkeklerin daha çok cinsel aldatma yaşadıklarını; kadınların ise daha çok duygusal aldatma yaşadıklarını göstermektedir. Aynı zamanda bu araştırmacılar, erkekler için eşinin cinsel bir birliktelik yaşamasından; kadınlar için ise eşinin duygusal bir birliktelik yaşamasından olumsuz olarak daha fazla etkilediklerini belirtmişlerdir. Başka bir araştırmaya göre, (Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001), erkeklerin kadınlara oranla daha çok evlilik dışı ilişki yaşadıklarını fakat aldatma oranının yaşa göre değiştiğini ifade etmiştir. Diğer bir deyişle araştırmacılar, 55 ile 65 yaş aralığındaki erkeklerin, daha yaşlı ya da genç kesime göre daha yüksek aldatma oranına sahip olduğunu belirtmektedir. Bu sonuçlara benzer sonuçlar elde eden Wiederman (1997), erkeklerin kadınlara oranla daha fazla evlilik dışı ilişkide bulunduklarını söylemektedir. Aldatmada cinsiyet farklılığı olduğunu söyleyen Polat (2006), araştırmasında erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek

aldatma eğilimine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aldatmada cinsiyet farklılıklarına ek olarak, aldatma çeşitleri kadın ve erkeğe göre de değişebilmektedir. Buna örnek olarak Spanier ve Margolis (1983), eşlerden birinin ilişki veya evlilik dışı bir ilişki yaşamasından dolayı yakın zamanda ayrılan veya boşanan bireyleri inceledikleri araştırmada, aldatan kadınların erkeklere kıyasla, yasak ilişki yaşadıkları partnerleriyle daha duygusal birliktelik kurmaya eğilimli oldukları sonucuna ulaşmıştır. Benzer sonuçları gösteren Glass ve Wright (1985) araştırmalarında, erkeklerin kadınlara göre sadece-cinsel aldatma; kadınların ise erkeklere göre sadece-duygusal aldatmayı daha çok yaşadıklarını göstermiştir. Aldatmada cinsiyet farklılıklarının olup olmadığına dair farklı sonuçlar yer almaktadır. Treas ve Giesen (2000), aldatmada cinsiyetler arasındaki farklılıkların azaldığını ya da tamamen ortadan kalktığını belirtmektedir. Buna benzer sonuçlar elde eden Çavuşoğlu (2011), erkeklerin aldatma eğilimi puanları ile kadınların aldatma eğilimi puanlarında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Bir başka değişken olan evlenme biçimi ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkiye bakıldığında, literatürde bu konuyla ilgili araştırmalara pek fazla rastlanmamıştır. Bu konuyla ilgili detaylı bir araştırma yapan Polat (2006), evlenme biçimi ile aldatma eğilimi arasındaki anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Fakat; Solomon, Knobloch ve Fitzpatrick'in (2004) araştırmasından yola çıkarak ayrık, bağımsız ve geleneksel evlilik şemalarını kapsayan evlenme biçimlerinin aldatma eğilimi üzerinde bir etkisi olabileceği varsayılmaktadır. Bu şemaların özellikleri temel alındığında geleneksel evlenme şemasına sahip olan bireylerin ilişkilerinde daha fazla bağlılık hissettiklerini ve partnerlerinin de kendilerine daha bağlı olduklarını belirtmişlerdir. Ayrık ve bağımsız evlenme şemasına sahip olan bireyler ise partnerlerinin daha fazla ilişki alternatifi olduğunu söylemişlerdir. (akt., Polat, 2006).

Gelir düzeyi ve çalışma durumu ile aldatmanın ilişkisine bakıldığında ise Atkins, Baucom ve Jacobson (2001), her iki değişken ile aldatma arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlara göre, gelir düzeyi arttıkça aldatma oranının da arttığı görülmektedir. Çalışma durumu ile aldatma ilişkisine bakıldığında ise, çalışan bireylerde aldatma eğilimi çalışmayanlara göre daha yüksek görülmektedir (Önder, 2019). Bu duruma yol açan durumların diğer insanlarla etkileşim içinde olma, eşler arasındaki statü ve gelir farklılığı olduğu düşünülmektedir. Aldatma eğilimi üzerinde eğitim düzeyinin etkisine bakıldığında ise literatürde farklı sonuçlar görülmektedir. Bazı araştırma

sonuçlarına göre gelir düzeyi arttıkça aldatma eğilimi de artmaktadır (Atkins ve ark., 2001; Önder, 2019). Fakat Çavuşoğlu (2011), eğitim düzeyinin aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Evlilik süresi ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkiye bakıldığında farklı sonuçlar görülmektedir. Seal, Agostinelli ve Hannet'in (1994), yaptıkları araştırma sonuçlarına göre; evlilik süresi, ilişkiye yapılan yatırımlar ve çocuk sayısı gibi faktörlerin aldatma üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir. İlişkiye yapılan yatırımların aldatma üzerinde etkisi olduğunu gösteren çalışmaların yanı sıra, uzun süredir evli olmak ve çocuk sahibi olmamanın evlilik dışı ilişki yaşamayı engellemediğini gösteren araştırmalar da vardır. Sprecher, Regan ve McKinney (1998), evliliklerin ilk 5 yılında ve 20 yılı geçen evliliklerde aldatma eğiliminin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Gottman (1996), evliliğin ilk zamanlarında özellikle balayı sonrasında çiftlerin birbirlerini daha iyi tanımasıyla evlilik uyumlarının düşük çıktığını bulgulamıştır. Bu sonuç, evlilik uyumun azalmasıyla aldatma eğilimin arttığını gösteren araştırmalarla uyumlu gözükmektedir (Gottman ve Silver, 2008; Polat, 2006).

1.7.2.3 Aldatma ile İlişkili olan İlişkisel Değişkenler

Aldatma sorunu ile terapiye gelen çiftleri klinik açıdan incelemede bağlanma teorisi faydalı bir kaynak olarak görülmektedir (Amidon, 2007). Son yıllarda yapılan araştırmalara göre bağlanma stillerinin bireylerin aldatma eğilimlerini etkilediği de görülmektedir (Fricker, 2006). Kantarcı Boğda ve Şendil (2012), yaptıkları araştırmada güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip kişilere göre daha yüksek aldatma eğiliminde olduklarını ayrıca erkeklerin kadınlara göre aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Allen ve Baucom (2004), güvensiz bağlanan kişilerin, güvensizlik duygularını giderebilmek amacıyla evlilik dışı ilişkiler yaşadıklarını ve daha yüksek aldatma eğilimine sahip olduklarını savunmaktadır. Feeney, Noller ve Patty'nin (1993) araştırmasına göre, kaçıngan bağlanan kişilerin "takılmak" (hook-up) tarzı ve kısa süreli romantik ilişki; kaygılı bağlanan kişilerin ise birçok kısa-süreli romantik ilişki yaşadıkları görülmektedir. Bu sonuçlara dayanarak; güvensiz bağlanan kişilerin aldatmaya daha eğilimli olabileceklerini söylemek anlamlı görünmektedir.

Aldatmayla ilişkili olan cinsel doyum ise bazı araştırmalarda aldatma için bir motivasyon kaynağı olarak görülürken bazı araştırmalarda ilişki dışı cinsellik kalitesinin, ilişkideki cinsellikten daha iyi olduğu varsayımının aldatma motivasyonu olarak sayılmadığını göstermektedir (Allen ve ark., 2005; Hunt, 1976). Fakat literatür genelinde, evlilikteki cinsel doyum kalitesinin evlilik dışı ilişki yaşamada etkili olduğu görülmektedir (Liu, 2000; Waite ve Joyner, 2001; Bell ve ark., 1975). Ayrıca cinsel tatminsizliğin evlilik dışı ilişki yaşamayla ilişkisinin erkeklerde kadınlara oranla daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Atkins ve ark., 2005; R. E. Johnson, 1970).

Önder (2019), romantik kıskançlık ile aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkide mutluluğun aracı rolünü incelediği araştırmasında, kıskançlığın arttıkça aldatma niyetinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Fernandez ve arkadaşlarının (2007) varsayımsal bir aldatmaya karşı kıskançlık tepkilerinde cinsiyet farklılığını araştırdığı çalışmada, erkeklerin cinsel aldatmaya karşı kıskançlıklarının; kadınların ise duygusal aldatmaya karşı kıskançlıklarının daha fazla olduğu saptanmıştır. Buna benzer bir başka araştırmada ise hem erkeklerde hem kadınlarda eşlerinin duygusal aldatmasına yönelik kıskançlığın daha yüksek seviyede olduğu görülürken; varsayımsal aldatma düşünüldüğünde kıskançlıkta cinsiyet farklılığının görülmediği saptanmıştır (Harris, 2003). Cann ve Baucom (2004) ise aldatmanın önceki partnerlerle veya yeni bir kişiyle olması durumunda aldatılan eşin aldatmaya karşı tepkisini araştırmış ve eski partnerin yeni birine göre ilişkiyi daha çok tehdit ettiğini ve eşinin eski partneriyle cinsel aldatma yaşamasının kıskançlık reaksiyonlarını arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır. Aldatma karşısında duygusal reaksiyonları ve cinsiyet, yaş ve sosyoekonomik statünün kıskançlık üzerindeki etkilerini inceleyen Green ve Sabini (2006) kıskançlığın cinsiyete göre değişmediğini fakat cinsel aldatmada iki cinsin de öfke ve suçlama gibi reaksiyonlarının daha fazla; duygusal aldatmada ise duygusal incinmenin daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir.

Birçok araştırma, ilişki doyumu ve aldatma arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir (Buss ve Shackelford, 1997; Thompson, 1983, Wiederman ve Allgeier, 1996). Bu konuyla ilgili, Atkins, Baucom ve Jacobson'ın (2001) araştırmasındaki sonuçlara göre, evliliklerinde "pek mutlu değilim" yanıtını veren katılımcılar, "çok mutluyum" yanıtını veren katılımcılara oranla dört kat fazla aldatma eğilimi göstermektedirler. Bir diğer sonuç ise; evliliklerinde "oldukça mutluyum" cevabını veren katılımcılar, "çok mutluyum" yanıtını veren katılımcılara oranla evlilik dışı ilişki

yaşamaya iki kat fazla yatkındırlar. Bu sonuçlara göre, Atkins ve arkadaşları, evlilik doyumu ile aldatma arasındaki ilişkinin bir süreç olduğunu ve evlilik doyumu ile aldatma arasında anlamlı bir ilişki olduğunu vurgulamaktadır. Campbell (2009), azalan evlilik doyumu ve cinsel doyumun artan aldatma eğilimi ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Previti ve Amato (2004), aldatma ile düşük evlilik kalitesi arasındaki sebep sonuç ilişkisini incelediklerinde, aldatmanın evlilikteki mutluluğu azalttığı ve boşanma olasılığını arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır. Kankaya (2015) evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve cinsel yaşantılar arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, evlilik doyumu ile aldatma eğilimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Aldatma eğilimi ile duygu düzenleme stratejilerinin ilişkisine bakıldığında, alan yazında iki değişkenin doğrudan çalışıldığı araştırmalara rastlanılmamıştır. Fakat, Şatıroğlu (2017), aldatma eğilimini bilişsel duygu düzenleme stratejileri açısından incelediğinde, bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin alt boyutlarının (plana tekrar odaklanma ve diğerlerini suçlama) aldatma eğilimini yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Amidon (2017), bağlanma stilleri, cinsiyet rolleri, duygu düzenleme stratejileri ve aldatma arasındaki ilişkileri incelemiş, duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma stilleri ve aldatma arasındaki ilişkide aracı rolüne odaklanmıştır. Amidon'un (2017) araştırmasının sonucuna göre, duygu düzenleme stratejisi olan baskılama alt boyutunun aldatma ile ilişkisi anlamlı çıkarken; bağlanma stilleri ile aldatma arasındaki ilişkisinde yalnızca baskılama alt boyutunun aracılık etkisi bulunduğu için duygu düzenleme stratejilerinin kısmi aracılık rolü görülmüştür. Buradan anlaşılacağı üzere, doğrudan duygu düzenleme ile aldatma eğilimi ilişkisi literatürde yeteri kadar yer edinememiştir.

Aldatma konusunun romantik ilişkide olmayla doğrudan ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda, evli çiftlerde özellikle de yeni evli bireylerde aldatma eğiliminin incelenmesi önemli bir kaynaktır. Öncelikle yeni evli çiftlerin, "Aile Yaşam Döngüsü"ndeki yerini incelemek faydalı olacaktır. Aile yaşam döngüsü (family life cycle), aile gelişimini incelemede önemli bir yapıdır (Norton, 1983). Aile sürecinde belirli aşamalar yer almaktadır ve bu aşamalar ailenin statüsünün ve içsel dinamiklerinin değişmesine yol açabilen etkili ve öngörülebilir yaşanmışlıklar ve olaylarla tanımlanır (Golijani-Moghaddam, 2014).

Aile yaşam döngüsünün evrensel bir formu yoktur. Ancak bu kavramı ilk olarak, aile yaşamının çeşitli evrelerden geçtiğini ve gelişimsel bir yapı olduğunu söyleyen Duvall ve Hill (1948), aile yaşam döngüsü kavramını 4 evreye ayırarak incelemiştir. Daha sonra Duvall bu modeli genişleterek 8 evreden oluşan bir aile yaşam kavramını oluşturmuştur (akt., Glick, 1989). Aile yaşamını somut evrelere bölen bu gelişimsel yapıda, her evre tamamlanması gereken farklı bir görev içermektedir. Ailelerin bu yaşam döngüsündeki geçişlerini belirleyen faktör ise o evreye özgü problemlerle yüzleşmeleridir (Nichols, 2010; akt., Tulum, 2014).

Bu araştırmada Nichols'ın (2010) aile yaşam döngüsü modelindeki altı evre esas alınmıştır. Bu evrelerin ilki "evden ayrılma, bekar genç yetişkinler" evresidir. Burada bireyler duygusal ve finansal bağımsızlıklarını kazanmış ve kendilik farklılaşmasını geliştirebilmişlerdir. İkinci evre ise "yeni evli çift" evresidir. Burada iki genç yetişkin bir evlilik sistemi oluşturmuşlardır ve burada yeni evli çiftten eş olma rollerine girerek bu sisteme bağlılıkları beklenmektedir. Üçüncü evrede ise "küçük çocuklu aile" yer almaktadır. Buradaki evrede ise eş rollerine ek olarak ebeveyn rolleri de eklenmiştir ve evlilik sisteminde çocuklar için de alan açılmaktadır. Sonraki evre ise "ergenlerle aile" olmaktır. Buradaki süreç çocukların bireyselliklerini ve bağımsızlıklarını destekleme ile ilerler ve bu evrede tekrardan ilişkisel ve finansal meselelere odaklanılır. Bundan sonrası ise "çocukları bırakma ve devam etme" evresidir. Burada evlilik sistemi, ikili çift olma seviyesine yeniden formüle edilir ve artık çocuklar dışında torunları da içeren yeni ilişkiler geliştirilir. Son evre ise "ileriki yaşamda aile" evresidir. Buradaki süreçte yaşlanmış olan çift yeni ailesel ve sosyal roller keşfeder ve evlilik sistemlerinde olgunluğa alan açarlar.

Yeni evli çift evresi evliliğe geçişte ve evliliğin gelişiminde önemli bir yapı olarak görülmektedir (Bader, 1985). Yeni evli çift evresinde bazı kriterler yer almaktadır. Araştırmalarda, yeni evlenmiş çiftin ilk evliliği olması, çocuk sahibi olmamak, 5 yıldan daha az süredir evli olmak gibi kriterler bu evreyi tanımlamaktadır (Davila ve ark., 1999; Sullivan, 2001; Crowell ve ark., 2002; Lopez ve ark., 2011). Yeni evli çift olma evresinin bazı özellikleri vardır. Aile gelişiminde evliliğin ilk adım olduğunu söyleyen Solomon (1973), evliliğin bu ilk evresindeki iki görevden bahseder. İlki, evlilik süresince devam etmesi muhtemel olan partnerlerin temel kadın ve erkek rollerini inşa etmesi ve uygulanmasıdır. Burada önemli olan bu rollerle bir çiftin, birbirlerinin ihtiyaçlarını

(cinsel, sosyal, psikolojik ve ekonomik ihtiyaçlar) yeterince karşılama yollarını inşa etmeleridir. İkinci görev ise, her partnerin kendi ailesiyle kurduğu birincil ilişkiyi ve sorumluluklarını geride bırakmaları gerekmektedir. Bu birincil ilişkileri her ne kadar önemli ve ihtiyaçları karşılıyor olsa da bu ilişki her bir partner için birlikte kurdukları hayatta ikinci sıraya alınmalıdır. Solomon'un bu fikrine benzer olarak Carter ve McGoldrick (1980) ise evliliğe başlamada benzer görevlerin olduğunu söylemektedir. Burada duygusal bir süreç vardır ve bu süreçte bazı gereklilikler vardır. Bunlardan ilki yeni kurulan sisteme bağlılık, ikincisi ise evlilik sistemini oluşturan ve genişlemiş aileyi yeniden düzenleme görevleridir. Yeni evlilik evresinin başka bir özelliğini tanımlayan Stahmann ve Hiebert (1980) ise, "evden ayrılışın" önemini vurgulamaktadır. Burada, çocuk artık yetişkin olmuştur ve ebeveynlerinden duygusal ve psikolojik açıdan bağımsız yaşaması ve onlardan ihtiyaçları için talepte bulunmaması gereklidir. Eğer bu evrede yetişkin çocuk evden ayrılmakta ve kendi kendine yetebilme konusunda başarısız olursa evliliğinde negatif sonuçlar ortaya çıkacaktır. McGoldrick (1980) burada asıl önem olanın birincil aileyi dışlamak, görmezden gelmek, fiziksel ve duygusal iletişimi tamamen kesmek değil; iletişimde, yakınlıkta ve uzak durmada sınırların olmasının önemli olduğunu belirtmektedir. Buradan anlaşılacağı üzere, yeni evli çift evresi eşlerin birbirine bağlılığı ve ilişkinin dinamiklerinin oluşmaya başlaması açısından önemli bir yerde görülmektedir. Bu evrede aldatma eğilimini incelemek anlamlı görünmektedir.

Evliliğin ilk yılı, birçok ailenin evlenen çocuklarının üzerinde birtakım baskılar uyguladığı, onları ebeveyn evinde vakit geçirmeye zorladığı, bazen de onlardan evlenmeden önce olduğundan bile daha fazla ilgi göstermelerini talep ettiği bir dönemdir. Bu dönem yeni evli çiftin evliliklerinin ilk yıllarında kritik bir öneme sahiptir (Bader, 1985). Davila ve arkadaşlarının (1999) araştırmasında, evliliğin ilk 2 senesinde eşlerin bağlanma stillerinin değiştiği görülmektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre, yeni evlenmiş olan çift ilk zamanlarda daha kaygılı veya kaçıngan olmalarına rağmen zamanla güvenli bağlanmaları artmakta kaygılı ve kaçıngan bağlanmaları azalmaktadır. Buna benzer sonuç elde eden Crowell ve arkadaşları (2002), evliliğin ilk 3 ayından 18 ayına kadar olan süreçte eşlerin güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya doğru bir geçiş yaşadıklarını göstermektedir. Yeni evli çiftlerde bağlanmanın yanı sıra; evliliğin ilk yıllarında aldatmanın incelenmesi de önemlidir. Kaighobadi, Shackelford ve Buss (2009) evliliğin ilk 4 yılında "eşi elde tutma taktikleri"nin (mate retention tactics) kullanıldığını

belirmiştir. Buradaki amaç, bu taktiklerin uzun süreli partnerin (eş) ilişkiden kaçmasını ve potansiyel partner seçeneklerini elemek yani aldatmayı önlemektir. Bu taktikler sayesinde eşler birbirleri ve ilişkileri için daha çok efor sarf etmekte ve daha çok zaman ayırmaktadırlar. Bununla beraber, ilişkinin başında saat gibi işleyen bu düzeni ve kuralları sürdürme çabasında olurlar ve aralarındaki güven de bu sayede pekişmiş olur. Örneğin; erkek kadının fiziksel çekiciliğine önem veriyorsa kadın buna dikkat etmektedir; ya da kadın erkeğin sahip olduğu kaynakları çekici buluyorsa erkek de bu kaynaklara yatırımını arttırmaktadır. Yani burada iki tarafın da memnun etme ve memnun kalma durumu aldatmayı engelleyici gözükmektedir. Ayrıca, ilişkide olunan partnere yatırım yapmanın, kişinin ilişki dışı birliktelik yaşaması üzerinde engelleyici bir etkisi olduğu bulunmuştur (Seal, Agostinelli ve Hannett, 1994).

Buradan anlaşılacağı üzere, yeni evli çiftlerde aldatma, bağlanma, duygu düzenleme ve ilişkiye dair sorunlar üzerine yapılan araştırmalar önem kazanmaktadır.

1.7.3 Duygu Düzenleme

Bu bölümde, ilk olarak, duygu düzenlemenin tanımı ve duygu düzenleme stratejileri tanımlanacaktır. Daha sonra duygu düzenlemede bireysel değişkenler anlatılacaktır. Son olarak, duygu düzenlemede ilişkisel değişkenler incelenecek ve literatür taraması özetlenecektir.

1.7.3.1 Duygu Düzenleme Tanımı ve Duygu Düzenleme Stratejileri

Bireyin ve ilişkilerin olduğu her yerde duygu kavramından bahsetmek mümkündür. Duygular, doğuştan gelen, biyolojik ve sosyal süreçlerden geçerek davranışlara yön verir (Izard, 1993). Kişinin birçok farklı duyguya sahip olmasından çok, herhangi bir duyguyu nasıl deneyimlediği diğer bir deyişle o duygu sonucunda nasıl davrandığı ilişkiyi etkileyen en önemli faktörlerdendir (Cordova, Gee ve Warren, 2005).

Psikolojide duygu çalışmalarının duygu düzenleme kavramı ile birlikte ele alındığı görülmektedir (Niemic ve Warren, 2002). Duygu düzenlemede duyguların, karar vermede, bellekte, kişilerarası ilişkilerde davranışsal, psikolojik ve motor yanıtlarını belirlemede rol oynadığı görülmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Buna karşılık duyguların faydalı ve işlevsel olmalarının yanı sıra; duygular çok yoğun olduğunda, çok uzun sürdüğünde ya da duruma ve şartlara uygun olarak belirmediği takdirde işlevsiz ve problemli tarafları ortaya çıkabilmektedir (Werner ve Gross, 2010). Buradan bakıldığında

duygu düzenlemenin epey önemi olduğu görülmektedir. Thompson'a (1994) göre, duygu düzenleme bireyin duygularını gözlemlemesi, değerlendirmesi ve değiştirebilmesi olarak ilerleyen süreçtir. Gross'a (1998) göre ise, duygu düzenleme hangi duygulara sahip olduğumuz, bu duyguların ne zaman ortaya çıktığı ve onları nasıl deneyimlediğimizi içeren bir süreçtir.

Yaşamın ilk yıllarında başlayan duygu düzenlemenin gelişimi, yavaş yavaş çocuğun belli durumlarda belli duyguların uyandığını, duygularıyla hem kendi davranışlarını hem de başkalarının duygu ve davranışlarını etkilediğini fark etmesiyle gerçekleşmektedir (Cole ve ark., 2009). Çocuklar, ebeveynlerinin tepkilerini gözlemleyerek kendi duygularını onların tepkilerine uygun şekilde düzenlemeyi öğrenirler (Morris ve ark., 2007). Bu açıdan bakıldığında, duygu düzenlemenin sosyal bağlamda meydana gelen bir süreç olduğu görülmektedir. Ayrıca insanın sosyal bir varlık olduğu ve duyguların kişilerarası ilişkilerde deneyimlendiği bilinmektedir (Lazarus, 2006; Parrott ve Harre, 1996). Kişiler hissettikleri duyguları paylaşma eğilimi gösterirler (Rime, 2007). Cordova, Gee ve Warren (2005), sağlıklı ilişkiler için önemli olanın duyguları tanımlamak, onları ifade etmek ve zorlayıcı duygularla baş edebilmek olduğunu vurgulamaktadır. Romantik ilişkilerdeki krizlerde çeşitli yoğun duygular açığa çıkabilmektedir. Bu duyguları doğru şekilde algılayabilmek, kendisinin ve partnerinin duygularını düzenleyebilmek ve bu kriz anlarında bile duygulardan yararlanabilmek insanın hem kendi iyi oluşuna hem de eşinin iyi oluşuna büyük katkı sağlamaktadır (Joshi ve Thingujam, 2009). Bu görüşü destekleyen Schutte ve arkadaşları (2001), duyguları düzenleyebilmenin uzun süreli ilişkiler kurmaya ve ilişkiden alınan tatmini arttırmaya yardımcı olduğunu ifade etmektedirler.

Duygu düzenleme kavramına ait çeşitli tanımlamalar görülmektedir. Gratz ve Roemer (2004), duygu düzenlemeyi, duyguların farkında olma, anlama ve kabul etme olarak kavramsallaştırmaktadır. Ayrıca Gratz ve Roemer (2004), bu kavramsallaştırma içinde olumsuz duygularla karşı karşıya gelindiğinde aceleci davranışları kontrol edebilme ve buna uygun davranış göstermenin ve duruma uygun duygu düzenleme tekniklerini istenilen hedeflere ulaşmaya ve durumsal talepleri karşılamaya yönelik uyarlanabilir bir şekilde kullanmanın sağlıklı duygu düzenleme kavramındaki diğer ortak faktörler olduğunu öne sürmüşlerdir. Gross (1998b), duygu düzenlemenin tanımını, kişilerin hangi duygulara ne zaman sahip olacaklarını, duygularını nasıl deneyimledikleri

ve bu duyguları nasıl ifade ettikleri şeklinde gelişen bir süreç olduğunu ifade etmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü ise bu dinamiklerin düzgün çalışmaması ya da bunlarda eksiklik olması olarak tanımlanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Romantik ilişkilerde yaşanan problemlerde kişi utanç, öfke, üzüntü gibi birçok duyguyu aynı anda güçlü bir şekilde deneyimleyebilir. Duyguları fark etmek, anlamak ve kabul etmek duyguların düzenlenmesinde ilk aşamaları simgelerken, olumsuz duygular yaşandığı zaman kişinin dürtülerini kontrol edebilmesi, duruma uygun duygusal tepkiler verebilmesi ve belli sonuçları düşünerek hedefleri doğrultusunda hareket edebilmesi ve duruma uygun stratejiler kullanarak hem bireysel hem durumsal taleplerini karşılayabilmesi için duygu düzenleme önemli becerilerden sayılmaktadır (Akdur ve Aslan, 2017).

Psikoterapi ortamında duygularla çalışmak psikolojik sağaltım sürecinin bir parçası olarak görülmektedir. Psikolojinin ilk zamanlarından, Klasik Psikanaliz sürecinde "katartik yöntem" hastaların geçmişte yaşadıkları travmatik olayların ilk ortaya çıktığı anı hatırlamalarıyla olaya ilişkin en temeldeki duygularını yeniden yaşadıklarını, böylece duyguların hatırlanması ve dışa vurumu ile belirtilerin kaybolmasını sağladığı görüşü benimsenmiştir (Quinodoz, 2017). Duygu düzenleme süreçlerinde rol oynayan bağlanma ve ebeveyn faktörleri, duygu düzenlemeyi anlamada önemlidir. Manzeske ve Stright (2009), genç yetişkinlerin duygu düzenleme süreçlerine katkısı olabilecek faktörleri araştırmışlardır. Araştırmada, daha yüksek düzeyde annenin davranışsal ve psikolojik kontrolünün, genç yetişkinlerde daha düşük duygu düzenleme düzeylerini meydana getirdiğini göstermişlerdir. Ayrıca, psikolojik kontrolün davranışsal kontrole göre daha düşük duygu düzenleme düzeylerinde daha yordayıcı bir role sahip olduğuna dikkat çekilmiştir.

Mennin ve arkadaşları (2007) duygu düzenlemeyi dört faktöre ayırmıştır: duyguların artan yoğunluğu, uyumsuz duygu yönetimi, duyguların zayıf anlaşılması ve duygulara verilen olumsuz tepkiler. Bununla birlikte, duygular faktörüne yönelik olumsuz tepkiler, yaygın anksiyete bozukluğu ile anlamlı bir şekilde ilişkilendirilmiştir. Buna yönelik çalışmaları, yaygın anksiyete bozukluğu ile artan yoğunluk ve uyumsuz duygu yönetimi ve duyguların zayıf anlaşılması arasında öngörülebilir güçlü bir ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. ayrıca, günümüzde duygu düzenleme becerileri pek çok psikoterapi kuramının müdahalesi olarak kişinin hem ilişkilerinde hem de bireysel dünyasında işlevselliği arttırıcı bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Joshi ve

Thingujam'a (2009) göre ilişkilerdeki çatışmalarda, bireyin kendi duygularını ve partnerinin duygularını düzenleyebilmesi hem bireyin kendisinin hem eşinin iyi olma haline katkı sağlamaktadır. Schutte ve arkadaşlarının (2001) yaptığı araştırmada ise duyguları düzenlemenin tatmin edici ilişkiler kurulmasını desteklediği belirtilmektedir. Rusbult ve arkadaşları (1998), evlilikte duygu düzenlemenin kritik bir yere sahip olduğunu gösterdikleri araştırmada; mutsuz eşlerin mutlu eşlere kıyasla çatışma durumlarında misilleme yapmak yerine uzlaşma yollarını tercih ettiklerini söylemektedirler. Barnes ve arkadaşları (2007) ise, etkili duygu düzenleme stratejileri kullanan çiftlerin, çatışma yaşasalar bile hem ilişkilerine hem de eşlerine karşı daha olumlu yönde değerlendirmeler yaptıklarını belirtmektedirler. Gross, Richards ve John (2006, s.31), bireylerin sağlıklı duygu düzenleme stratejilerinin (bilişsel yeniden değerlendirme), sağlıksız duygu düzenleme stratejilerine (baskılama) kıyasla daha fazla kullanmalarını zamanla olgunlaşmalarına ve farklı yaşam tecrübeleri edinmelerine bağlamaktadır.

Bireylerin, duygularını nasıl ve ne zaman deneyimledikleri ve deneyimlerini ifade ediş biçimiyle duygularının üzerinde etki sahibi oldukları sürece duygu düzenleme denir (Gross, 1998b, s.275). Bireyler farklılaşan hedeflerine göre, duygu yoğunluğunu azaltabilir, daha da yoğunlaştırabilir ya da aynı şekilde koruyabilir (Gross ve Thompson, 2007, s. 8). Duygu düzenlemedeki süreçler kontrollü ya da otomatik, bilinçli ya da bilinçsiz olabilirken etkileri ise duygunun üretilme sürecinde bir veya daha fazla noktada gerçekleşebilir (Gross, 1998b, s. 275; Gross ve Thompson, 2007, s. 8). Duygu düzenleme sürecindeki amaç olumsuz duyguları ortadan kaldırmak değil, olumlu duygularda olduğu gibi olumsuz duygularda da bireyin duygularını kabul etmesini ve kontrolünü almasını sağlamaktır (Gratz ve Tull, 2010). Cabral ve arkadaşlarının (2012) genç yetişkinlerde ebeveyne bağlanma, duygu düzenleme ve başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada; bağlanma ile ilgili üç faktör ortaya çıkmıştır: Duygusal bağın kalitesi, ayrılık anksiyetesi ve keşif ve bireyselliğin engellenmesi. Çalışmanın sonucuna göre, daha yapıcı ve işlevsel olan başa çıkma mekanizmalarının ve daha iyi işleyen duygu düzenleme süreçlerinin, ebeveynle kurulan duygusal bağın kalitesiyle güçlü bir şekilde öngörülebilir olduğu görülmektedir. Ayrıca, araştırmanın bir diğer sonucuna göre ise ayrılık anksiyetesinin hem başa çıkma mekanizmalarıyla hem de duygu düzenleme stratejileriyle negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Duygunun oluşumu, ilk olarak duygu düzenlemenin sürece dahil olmasıyla gerçekleşmektedir. Bu sebeple, duygu düzenleme ve ortaya çıkan duygu temelde birbirleriyle ilişkilidir (Gross, 1998a; Gross, 1998b; Gross ve Thompson, 2007). Duygular, algılanan zorluklara ve koşullara nasıl cevap verileceğini etkileyen davranışsal, deneyimsel ve fizyolojik tepki eğilimlerini ortaya çıkarmaktadır (Gross, 2002, s.281). Kişiler, hedeflerine göre oluşan duyguyu azaltabilmekte, yoğunlaştırabilmekte ya da koruyabilmektedir (Gross ve Thompson, 2007, s. 8). Duygu düzenleme süreçleri ise kontrollü ya da otomatik, bilinçli veya bilinçsiz işleyebilmekte ve ortaya çıkan etkileri ise duygu üretme aşamasında bir veya daha çok noktada görülebilmektedir (Gross, 1998). Gratz ve Tull (2010), duygu düzenleme sürecinde amacın olumsuz duyguları ortadan kaldırmak olmadığını, aksine olumlu duygularda olduğu gibi olumsuz duyguların da kabul ve kontrolünün sağlanması gerektiğini vurgulamıştır. Duygu düzenlemenin nasıl gerçekleştiğine dair çeşitli stratejiler vardır. Thompson'a (2007) göre kaçınma, problem çözme, kabul etme, yeniden değerlendirme, ruminasyon ve baskılama, duygu düzenleme stratejilerinden bazılarıdır. Mikulincer ve Florian (2003) ise bağlanma sistemlerinin aktive olmasıyla sıkıntı veren olumsuz durumlarla baş etme mekanizmaları olarak duygu düzenleme stratejilerinin ortaya çıktığını ve bu stratejilerin hiperaktivasyon (hyperactivation) ve devre dışı bırakma (deactivation) olarak ayrıldığını belirtmektedir. Buna göre kaygılı bağlanan kişiler, bağlanma figürüyle yakınlığı yeniden sağlamak ve karşısındakinin sevgisini ve desteğini elde edebilmek için 'savaş' (fight) mekanizmasıyla hareket etmekte ve bağlanma sistemleri çok yoğun aktive (hyperactivation) olmaktadır. Fakat kaçıngan bağlanan kişiler bireyselliklerini, bağımsızlıklarını ve kontrolü elde tutabilmek için diğerlerinin ilgi ve desteğinden kaçarak 'kaç' (flight) mekanizmasıyla hareket etmekte ve bağlanma sistemlerini devre dışı (deactivation) bırakmaktadırlar. Duygu düzenleme stratejileri de bağlanma sistemlerine göre çalışmaktadır. Fakat Gross (2002), duygu düzenlemede iki strateji olduğunu söylemektedir. Bunlardan biri öncül odaklı (antecedent-focused); diğeri ise tepki odaklı (response-focused) stratejilerdir.

Öncül odaklı duygu düzenleme stratejisi duygusal tepkiden önce aktive hale gelir ve fizyolojik tepkileri ve davranışları etkiler. Tepki odaklı stratejiler ise duygu harekete geçtiğinde yani duygusal tepki oluştuktan hemen sonra ortaya çıkar (Gross, 2002; Gross, 2003). Bu iki duygu düzenleme formunda görülen sonuçlarda bireysel farklılıkların olduğunu söyleyen Gross (2002), duygu düzenlemenin bilişsel yeniden değerlendirme

(cognitive reappraisal) ve bastırma ya da baskılama (suppression) olarak iki temelde çalıştığını göstemektedir. Yeniden değerlendirme stratejisi, deneyimlenen duygunun etkisini kontrol edebilmek amacıyla, duygunun üretilme sürecinin başında, mevcut durumla ilgili düşünülen şeyi değiştirmek üzerine kuruludur. Bastırma stratejisi ise duyguların dışavurumunu engelleyebilmek amacıyla, duygusal sürecin sonunda gerçekleşir ve yeniden değerlendirme olumlu duygu deneyimlerinde; bastırma ise daha çok olumsuz duygu deneyimlerinde tercih edilmektedir (Gross, 2002; akt., Şeremet, 2019). Her iki yol da duyguyu aşağı doğru regüle etmede ortak ve değerli yöntemlerdir. Bilişsel yeniden değerlendirme, potansiyel olarak duygu uyandıran bir durumu yeniden yorumlamak olarak tanımlanır. Bu yöntem, bilişsel değişikliği temsil etmekte ve öncül odaklı duygu düzenleme stratejisi içinde yer almaktadır. Bastırma ise devam eden duygu-dışavurumcu davranışın engellenmesi olarak tanımlanmakta ve tepki odaklı duygu düzenleme stratejisi içinde yer almaktadır (Gross, 2002; Gross ve John, 2003). Duygu düzenlemenin temel amacı duygusal tepkilerde değişiklik yaratmaktır. Duygusal tepkilerde değişiklik yaratmak amacıyla kullanılan bilişsel yeniden değerlendirme ve bastırma (baskılama) yöntemleri ise ortaya çıkan sonuçlar bakımından farklılaşmaktadır. Bu süreçte bilişsel yeniden değerlendirme yöntemi, duygunun regülasyonuyla deneyimsel, davranışsal ve fizyolojik olan duygusal tepkileri azaltır. Fakat bastırma yöntemi dışavurumcu davranışı azaltmaz. Diğer bir deyişle, bastırma ya da baskılama yöntemi duyguyu deneyimlemeyi azaltmaz; aksine süregelen duygu-dışavurumcu davranışı engellemeye yönelik sarf edilen eforun yol açtığı fizyolojik tepkileri arttırır (Gross, 2002). Araştırmalara göre, bilişsel yeniden değerlendirme baskılamaya göre daha etkili ve işlevseldir (akt., Totan, 2015).

BÖLÜM 2. YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla, araştırmaya katılan çalışma grubu, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplama prosedürü ve son olarak verilerin analizine ilişkin bilgiler verilecektir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, en fazla 5 yıldır evli olan bireylerin bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkileri ve duygu düzenlemenin aracı rolünü ortaya çıkarmak için nicel araştırma tekniklerinden korelasyonel araştırma deseni kullanılmıştır. Korelasyonel araştırmalarda amaç; iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri, değişkenlere müdahale etmeksizin incelemektir. Bu araştırmalar neden sonuç ilişkisinin olabileceğine dair fikir verse bile neden-sonuç ilişkisi şeklinde yorumlanamaz.

2.2. Örneklem

Araştırmanın evrenini, Türkiye'de yaşayan, 18 yaşından büyük, en fazla 5 yıldır evli olan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, yoğunluklu olarak İstanbul il geneli ve çevre illerde yaşayan, çeşitli sosyoekonomik düzeye sahip, 18 yaş ve üstü, 1 gün ila maksimum 5 yıldır evli olan, 195 katılımcı oluşturmuştur. Örneklem seçiminin ulaşılabilir ve güvenilir olması amacıyla, katılımcılara araştırmanın başında Bilgilendirilmiş Onam Formu'nu okuyup onaylamaları şartıyla, isim ve soyisim bilgileri sorulmadan elektronik anket üzerinden kartopu yöntemiyle ulaşılmıştır.

Tablo 1. Yeni Evli Bireylerin Demografik Özellikleri

Değişkenler	**Grup**	**N**	**%**
Cinsiyet	Kadın	145	74,4
	Erkek	50	25,6
Yaş	30 yaş ve altı	80	41,0
	30 yaş ve üzeri	115	59,0
Eğitim Durumu	Lise	18	9,2
	Üniversite	118	60,5
	Yüksek lisans / Doktora	59	30,3
Gelir	Alt-Orta	15	7,7
	Orta	103	52,8
	Orta-Üst	67	34,4
	Üst	10	5,1
Çalışma Durumu	Çalışıyor	155	79,5

	Çalışmıyor	40	20,5
Eşler Arası Yaş Farkı	3 yaştan az	132	67,7
	3 yaştan fazla	63	32,3
Eşlerin Tanıştığı Yer	İşyerinde	22	11,3
	Sosyal Medya/İnternet	23	11,8
	Arkadaş Ortamı	65	33,3
	Görücü Usulü	11	5,6
	Sosyal Ortamda/Dışarıda	74	37,9
Evlilik Süresi	2 yıldan az	64	32,8
	2-5 yıl	131	67,2
Sahip Olunan Çocuk Sayısı	0	119	61,0
	1 çocuk	51	26,2
	2 çocuk	25	12,8
Önceden Psikolojik Yardım Alma Durumu	Bireysel Terapi	41	21,0
	Bireysel Terapi ve İlaç Tedavisi	17	8,7
	İlaç Tedavisi	18	9,2
	Hayır, almadım	119	61,0
	Toplam	**195**	**100,0**

2.3. Verilerin Toplanması

Öncelikle, çalışmanın uygulanmasından önce Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli uygulama izinleri alınmıştır. Daha sonra, çalışmanın uygulanacağı, evlilik süreleri 5 yılı aşmamış katılımcılara "docs.google.com" üzerinden hazırlanan, katılımcıların demografik bilgilerini, bağlanma boyutlarını, aldatma eğilimlerini ve duygu düzenleme stratejilerini ölçmeye yarayan soruları içeren online bireysel anket ulaştırılmıştır. Anketin başında, katılımcılara çalışmanın amacıyla ilgili ve katılımcıların güvenilirliğine dair gerekli bilgiler ve onaylar online Onam Formu ile sunulmuştur. Daha sonra ankete başlandığında sırası ile isim ve soyisim sorulmadan kişisel bilgilerin sorulduğu Demografik Bilgi Formu, aldatma eğilimini ölçen AEÖ, bağlanma boyutları düzeyini ölçen YİYE- II ve duygu düzenleme stratejilerini ölçen DDA ölçeklerine ait talimatlar soruların başında verilmiştir. Anket sorularını tamamlamak yaklaşık 15-20 dakika sürmüştür. Ayrıca, katılımcılardan tanıdıklarına da anketi göndermeleri istenmiştir. Böylece kartopu örnekleme yoluyla daha fazla katılımcıya ulaşılabilmesi sağlanmıştır (Kumar, 1996).

2.3.1 Veri Toplama Araçları

2.3.1.1 Demografik Bilgi Formu

Bu form, araştırmaya katılan kişilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla, araştırmacı tarafından hazırlanan, kişisel (bireyin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, gelir düzeyi, iş durumu) ve ilişkiye yönelik (eşler arası yaş farkı, eşle tanışma şekli, evlilik süresi, çocuk sayısı) bilgilerin sorulduğu bir formdur (bkz. Ek-1).

2.3.1.2 Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)

Aldatma Eğilimi Ölçeği, Thibaut ve Kelley'nin (1959) Sosyal Mübadele Kuramı'nın genel görüşlerinden yola çıkılarak Polat (2006) tarafından geliştirilmiş 5'li Likert tipi bir ölçektir. AEÖ'de, Sosyal Mübadele Kuramı'nın ödül ve bedel maddelerine göre, bireylerin ilişkiye bağlılığı ve aldatma eğiliminin belirlenmesi beklenmektedir (Polat, 2006). AEÖ'deki 30 maddeden 12'si (4, 9, 10, 11, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 27 ve 28. maddeler) ters kodlama gerektirmektedir. Diğer bir deyişle, 30 maddeden 18'i pozitif; 12'si negatiftir. Pozitif maddeler aldatma eğiliminin olduğunu gösteren maddelerken; negatif maddeler ise aldatma sayılmayan davranışları ve eğilimleri belirtmektedir. Düz kodlanan maddeler, aldatma eğilimini işaret eden (Örneğin: *"Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.), bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.*"); ters kodlanan maddeler ise aldatma sayılmayan davranış ve eğilimleri ifade eden (Örneğin: *"Eşim bana zaman ayırmasa da hayatıma başka bir partneri almayı düşünmem"*) maddelerdir. Ölçekten alınan yüksek puan aldatma eğiliminin arttığına işaret etmektedir (akt., Çavuşoğlu, 2011).

Ölçeğin güvenirliği için Cronbach alfa ve iki yarım güvenirliğine bakılmış ve Cronbach alfa katsayısı .95, iki yarım güvenirliği de .95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliliğini sınamak için, iki gruba ayrılan deneklerin (evliliği boyunca eşini en az bir defa aldatan ve aldatmayan olarak iki grup) ölçekten aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlılığı t testi ile ölçülmüş ve t testi sonucu ise $t=8.55$ ($p<.01$) olarak bulunmuştur. Bu sonuç ölçeğin geçerliliğine dair kanıt olarak gösterilmektedir (Polat, 2006). Bu çalışmada ise 30 maddeden oluşan AEÖ'ne ait güvenirlik katsayıları incelendiğinde ölçeğin Cronbach's alpha değeri .952 bulunmuştur. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek olduğunu göstermektedir. Aldatma Eğilimi Ölçeği Ek 2'de sunulmuştur.

2.3.1.3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II)

Fraley ve arkadaşlarının (2001) geliştirdiği Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, 18'i kaygı (Örneğin: *''Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.''*) ve 18'i kaçınma (Örneğin: *''Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak bana zor gelir.''*) boyutlarını ölçen toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılardan, her bir maddenin romantik ilişkilerindeki duygu ve düşüncelerini ne oranda yansıttığını 7'li Likert Tipi ölçek üzerinde değerlendirmeleri istenmiştir. (1=hiç katılmıyorum-7=tamamen katılıyorum). 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34 ve 36. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasını Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) gerçekleştirmiştir. İlgili boyutları ölçen maddeler ayrı ayrı toplanıp ortalamaları alınarak her bir katılımcı için kaygı ve kaçınma sürekli puanları hesaplanmıştır. YİYE-II'nin geçerliliğini sınamak amacıyla ölçeğin faktör yapısı ölçeği oluşturan 36 madde üzerinde faktör analizi yapılarak incelenmiştir. İki faktörlü çözüm sonunda toplam varyansın %38'i açıklanmıştır. YİYE-II'nin faktör yapısını incelemek amacıyla faktör analizi de yapılmıştır. Modeldeki tüm standartlandırılmış faktör yükleri istatiksel olarak anlamlıdır. Bu değerler kaçınma boyutu için .56 ile .87 arasında, kaygı boyutu için .57 ile .80 arasında değişmektedir. Ayrıca kaygı ve kaçınma boyutlarını temsil eden iki gizil bileşen arasında .42 oranında bir yapısal ilişki olduğu bulunmuştur. İç tutarlılık açısından incelendiğinde ise, gerek kaçınma gerekse kaygı boyutları yüksek düzeyde iç tutarlığa sahip olup Cronbach alfa katsayıları bu boyutlar için sırasıyla .90 ve .86'dır. Son olarak kaygı ve kaçınma boyutları için yapılan test-tekrar test güvenirlik analizinde, kaygı boyutunun .82, kaçınma boyutunun da .81 oranında test-tekrar test güvenirliğine sahip olduğunu bulunmuştur (akt., Selçuk ve ark., 2005). Bu çalışmada ise YİYE- II'ye ait güvenirlik katsayıları incelendiğinde 18 maddeden oluşsan kaçıngan bağlanma alt boyutuna ait Cronbach's alpha değeri .919 olarak; kaygılı bağlanma alt boyutuna ait Cronbach's alpha değeri .869 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerde alt boyutların güvenirliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. YİYE- II bu araştırmanın sonunda Ek-4'te yer almaktadır.

2.3.1.4 Duygu Düzenleme Anketi (DDA)

Gross ve John'un (2003) geliştirdiği Duygu Düzenleme Anketi (Emotion Regulation Questionnaire, DDA) ölçme aracı yedili derecelendirmede (1= kesinlikle katılmıyorum – 7= kesinlikle katılıyorum) on maddeye, Bilişsel yeniden değerlendirme (6 madde),

Baskılama (4 madde) olmak üzere iki alt boyuta sahiptir. Gross ve John (2003), her iki alt boyutta test tekrar test katsayısını .69 olarak, iç-tutarlılık katsayılarını bilişsel yeniden değerlendirme için .79, baskılama içinse .73 olarak belirlemiştir. Ölçeği Türkçe'ye uyarlayan Eldeleklioğlu ve Eroğlu (2015), bilişsel yeniden değerlendirme için iç tutarlılık katsayısını .78, baskılama içinse .73 olarak rapor etmiştir. Ayrıca test-tekrar testi güvenirlik değeri bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu için .74; baskılama alt boyutu için ise .72 olarak hesaplanmıştır. Duygu düzenleme anketi Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliğini araştıran Totan (2015), Cronbach's alpha katsayısını bilişsel yeniden değerlendirme boyutu için .78; baskılama boyutu için ise .71 olarak hesaplamıştır. Ölçeğin toplam bir puanı olmadığı için her iki güvenirlik hesaplamasında toplamlar üzerinden analizler yürütülmemiştir (akt., Totan, 2015). Bu çalışmada ise 10 maddeden oluşan DDA'ne ait güvenirlik katsayılarına bakıldığında 6 maddeden oluşan bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutuna ait Cronbach's alpha değeri .861, 4 maddeden oluşan baskılama alt boyutuna ait Cronbach's alpha değeri ise .681 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler genel olarak ölçeğin ve alt boyutların güvenirliklerinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. DDA bu araştırmanın sonunda Ek-5'te yer almaktadır.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler SPSS 24 programı ile analiz edilmiştir. Araştırma kapsamında demografik özelliklerine göre dağılımlarının verilmesinde betimleyici analizlerden frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklere ait betimleyici analizlerin verilmesinde ise ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir. Elde edilen verilerin dağılımın normal dağılım olması sonucu hipotez testleri istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde test edilmiş olup ölçeklerden elde edilen puanların 2'li gruplara göre farklarının incelenmesi için bağımsız örneklem t-testi, 2'den fazla gruplar arasındaki farkların belirlenmesi için tek yönlü ANOVA analizi yapılmıştır. Likert yapılı ölçeklerin güvenirlik düzeylerinin belirlenmesi için Cronbach's Alpha analizi yapılmıştır. Bağımsız değişken ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi, araştırma modeline göre aracı modelin belirlenmesi için SPSS Process programı yardımı ile 4. Model kullanılarak aracılık analizi yapılmıştır.

BÖLÜM 3. BULGULAR VE YORUMLAR

3.1. Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizine ait ortaya çıkan bulgular ve yorumlar sunulmuştur.

Yeni evli bireylerin demografik özelliklerine göre dağılımları incelendiğinde; bireylerin %74,4'ünün kadın, %25,6'sının erkek olduğu, %41,0'ının 30 yaş altı olduğu, %59,0'ının 30 yaş ve üzeri olduğu, %9,2'sinin lise mezunu, %60,5'inin üniversite mezunu olduğu ve %30,3'ünün yüksek lisans/doktora mezunu olduğu belirlenmiştir. Bireylerin %7,7'sinin alt-orta, %52,8'inin orta, %34,4'ünün orta-üst ve %5,1'inin üst gelir düzeyinde olduğu, %79,5'inin çalıştığı ve %20,5'inin çalışmadığı belirlenmiştir. Bireylerin eşleriyle yaş farkı incelendiğinde; %67,7'sinin 3 yaştan az, %32,3'ünün 3 yaştan fazla olduğu, %11,3'ünün eşiyle işyerinde tanıştığı, %11,8'inin sosyal medya/internet aracılığıyla tanıştığı, %33,3'ünün arkadaş ortamında tanıştığı %5,6'sının görücü usulü tanıştığı, %37,9'unun sosyal ortamda/dışarıda tanıştığı belirlenmiştir. Bireylerin sahip olduğu çocuk sayısına göre dağılımları incelendiğinde; %61,0'ının hiç çocuğu olmadığı, %26,2'sinin 1 çocuğu olduğu, %12,8'inin 2 çocuğu olduğu, bireylerin %21,0'inin daha önceden bireysel terapi aldığı, %8,7'sinin bireysel terapi ve ilaç tedavisi aldığı, %9,2'sinin ilaç tedavisi aldığı ve %61,0'inin daha önce hiç terapi almadığı belirlenmiştir.

3.1.1 Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri

Tablo 2. Aldatma Eğilimi Ölçeği Güvenilirlik Analizleri

Ölçek	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Aldatma Eğilimi	.952	30

Yeni evli bireylerin; 30 maddeden oluşan aldatma eğilimi ölçeğine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, ölçeğe ait Cronbach's Alpha değerinin .952 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer, ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Bağlanma Boyutları Ölçeği ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizleri

Ölçek ve Alt Boyutlar	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Kaçıngan Bağlanma	.919	18
Kaygılı Bağlanma	.869	18

Yeni evli bireylerin; 36 maddeden oluşan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, 18 maddeden oluşan kaçıngan bağlanma alt boyutuna ait güvenilirlik katsayısını gösteren Cronbach's Alpha değerinin .919 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 18 maddeden oluşan kaygılı bağlanma alt boyutuna ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde ise alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin .869 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir.

Tablo 4. Duygu Düzenleme Ölçeği ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizleri

Ölçek ve Alt Boyutlar	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Bilişsel Yeniden Değerlendirme	.861	6
Baskılama	.681	4

Yeni evli bireylerin; 10 maddeden oluşan Duygu Düzenleme ölçeğine ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, 6 maddeden oluşan bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutuna ait güvenilirlik katsayısını gösteren Cronbach's Alpha değerinin .861 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin çok yüksek düzeyde olduğunu gösterir. 4 maddeden oluşan baskılama alt boyutuna ait güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, alt boyuta ait Cronbach's Alpha değerinin .681 olarak hesaplandığı görülmektedir. Bu değer alt boyutun güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğunu gösterir.

3.1.2 Aldatma Eğilimine Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümde aldatma eğilimi düzeylerine ait, betimsel istatistikleri, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 5. Aldatma Eğilimi Düzeylerine Ait Normallik Testi Sonuçları

Kolmogrov-Smirnov				Merkezi Eğilim Ölçümleri			
Statistic	**SD**	**P**		$\bar{X}$	**Medyan**	**Çarpıklık**	**Basıklık**
.114	195	.000		1,79	1,66	1,086	.888

Elde edilen verilerin dağılımlarının belirlenmesinde merkezi eğilim ölçümlerinden aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları kullanılmıştır. Medyan ile aritmetik ortalama değerinin birbirine yakın ya da eşit olması ile çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 sınırları içerisine düşmesi nedeniyle elde edilen verilerin dağılımının normal dağılımdan geldiği belirlenmiştir. (George ve Mallery, 2010).

Tablo 6. Aldatma Eğilimi Düzeylerine Ait Betimsel Bulgular

Ölçek	$\bar{X}$	**SS**
Aldatma Eğilimi	1,79	.66

Aldatma eğilimi düzeylerine ait betimsel bulgular incelendiğinde yeni evli bireylerin; aldatma eğiliminin ($\bar{x}$=1,79) çok düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 7. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Ölçek	**Cinsiyet**	**N**	$\bar{X}$	**SS**	**T**	**SD**	**P**
Aldatma Eğilimi	Kadın	145	1,72	.60	-2,400	193	**.019***
	Erkek	50	2,01	.77			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin cinsiyetlerine göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (T=-2.400; p=.019; p<.05). Erkeklerin ($\bar{X}$=2,01) aldatma eğilimi düzeyleri kadınlara ($\bar{X}$=1,72) göre daha yüksektir.

Tablo 8. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Yaşlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Aldatma Eğilimi	30 yaş ve altı	80	1,89	.78	1,487	193	.139
	30 yaş ve üzeri	115	1,73	.56			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin yaşlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri yaşlarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05)

Tablo 9. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Ölçek	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Aldatma Eğilimi	Çalışıyor	155	1,89	.67	4,452	193	**.000***
	Çalışmıyor	40	1,45	.52			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin çalışma durumlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri çalışma durumlarına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (t= 4.452; p=.000; p< .05). Çalışanların ($\bar{X}$=1,89) aldatma eğilimi düzeyleri çalışmayanlara ($\bar{X}$=1,45) göre daha yüksektir.

Tablo 10. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Ölçek	Eşler Arası Yaş Farkı	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Aldatma Eğilimi	3 yaştan daha az	132	1,85	.70	1,689	193	.093
	3 yaştan daha fazla	63	1,68	.56			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin yaşlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri eşler arası yaş farkına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05)

Tablo 11. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Evlilik Sürelerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Ölçek	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Aldatma Eğilimi	2 yıldan az	64	1,85	.70	.746	193	.456
	2-5 yıl	131	1,77	.65			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin evlilik sürelerine göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri evlilik sürelerine göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05).

Tablo 12. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	P	Scheffe
Aldatma Eğilimi	Lise(1)	18	1,48	.33	3,569	**.030***	**(1-3)**
	Üniversite(2)	118	1,78	.64			
	Yüksek Lisans ve Doktora(3)	59	1,94	.74			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin eğitim durumlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri eğitim durumlarına farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.569; p=.030; p<.05). Yüksek lisans ve doktora mezunu olanların ($\bar{X}$=1,94) aldatma eğilimi düzeyleri lise mezunu olanlara ($\bar{X}$=1,48) göre daha yüksektir. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden Scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 13. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Gelir Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	P	Scheffe
Aldatma Eğilimi	Alt-Orta(1)	15	1,43	.43	3,670	**.013***	**(1-4)**
	Orta(2)	103	1,79	.62			
	Orta-Üst(3)	67	1,81	.70			
	Üst (4)	10	2,30	.87			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin gelir durumlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri gelir durumlarına farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.670; p=.013; p<.05). Gelir durumu üst olanların ($\bar{X}$=2,30) aldatma eğilimi düzeyleri gelir durumu alt-orta olanlara ($\bar{X}$=1,43) göre daha yüksektir. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden Scheffe testi ile belirlenmiştir.

Tablo 14. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Eşiyle Tanışma Yerlerine Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Anova Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Eşiyle Tanışma Yeri	N	$\bar{X}$	SS	F	P
Aldatma Eğilimi	İşyerinde	22	1,73	.49	.276	.893
	Sosyal Medya/İnternet	23	1,70	.49		
	Arkadaş Ortamında	65	1,85	.74		
	Görücü Usulü	11	1,79	.71		
	Sosyal Ortamda/Dışarıda	74	1,80	.68		

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin eşiyle tanışma yerlerine göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin eşiyle tanışma yerlerine göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05)

Tablo 15. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Sahip Olunan Çocuk Sayısı	N	$\bar{X}$	SS	F	P
Aldatma Eğilimi	0	119	1,86	.69	1,572	.210
	1 çocuk	51	1,70	.56		
	2 çocuk	25	1,68	.71		

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin sahip olunan çocuk sayısına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri sahip olunan çocuk sayısına göre farkı istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05)

Tablo 16. Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumlarına Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	P	Scheffe
Aldatma Eğilimi	Bireysel Terapi(1)	41	1,81	.59	3,860	**.010***	**(2-4)** **(3-4)**
	Bireysel Terapi ve İlaç Tedavisi(2)	17	2,15	.71			
	İlaç Tedavisi(3)	18	2,09	.82			
	Hayır, almadım(4)	119	1,70	.63			

*p<.05

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin daha önce psikolojik yardım alma durumlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğini belirlenmesi için yapılan ANOVA testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri daha önce psikolojik yardım alma durumlarına farkı istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (F= 3.860; p=.010; p<.05). Daha önce hiç psikolojik yardım almayanların ($\bar{X}$=1,70) aldatma eğilimi düzeyleri bireysel terapi ve ilaç tedavisi alanlara ($\bar{X}$=2,15) ve ilaç tedavisi alanlara ($\bar{X}$=2,09) göre daha düşüktür. Gruplar arasındaki farkın kaynağı post-hoc testlerinden Scheffe testi ile belirlenmiştir.

3.1.3 Bağlanma Boyutlarına Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümde bağlanma boyutlarına ait, betimsel istatistiklerin, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 17. Bağlanma Boyutlarına Ait Normallik Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Kolmogrov-Smirnov			Merkezi Eğilim Ölçümleri			
	Statistic	SD	P	$\bar{X}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Kaçıngan Bağlanma	.118	195	.000	2,18	1,94	1,048	.594
Kaygılı Bağlanma	.075	195	.010	3,26	3,13	.495	-.317

Elde edilen verilerin dağılımlarının belirlenmesinde merkezi eğilim ölçümlerinden aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları kullanılmıştır. Medyan ile aritmetik ortalama değerinin birbirine yakın ya da eşit olması ile çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 sınırları içerisine düşmesi nedeniyle elde edilen verilerin dağılımının normal dağılımdan geldiği belirlenmiştir. (George ve Mallery, 2010).

Tablo 18. Bağlanma Boyutlarına Ait Betimsel Bulgular

Alt Boyutlar	$\bar{X}$	SS
Kaçıngan Bağlanma	2,18	.99
Kaygılı Bağlanma	3,26	1,08

Bağlanma boyutlarına ait betimsel bulgular incelendiğinde yeni evli bireylerin; kaçıngan bağlanma boyutlarının ($\bar{x}$=2,18) düşük; kaygılı bağlanma boyutlarının ($\bar{x}$=3,26) ise orta olduğu belirlenmiştir.

Tablo 19. Bağlanma Boyutlarının Cinsiyetlere Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Kaçıngan Bağlanma	Kadın	145	2,17	1,02	-.231	193	.818
	Erkek	50	2,21	.91			
Kaygılı Bağlanma	Kadın	145	3,31	1,14	1,244	193	.216
	Erkek	50	3,11	.88			

*p<.05

Yeni evli bireylerin bağlanma boyutlarının cinsiyetlerine göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin hem kaygılı bağlanma hem kaçıngan bağlanma boyutları cinsiyetlerine göre farkının istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05).

Tablo 20. Bağlanma Boyutlarının Yaşa Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Kaçıngan Bağlanma	30 yaş ve altı	80	1,96	1,05	-2,613	193	**.010***
	30 yaş ve üzeri	115	2,33	.93			
Kaygılı Bağlanma	30 yaş ve altı	80	3,19	1,15	-.728	193	.467
	30 yaş ve üzeri	115	3,30	1,03			

*p<.05

Yeni evli bireylerin bağlanma boyutlarının yaşlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma düzeylerinin yaşlarına göre farkının istatistiksel olarak anlamlılık gösterdiği saptanmıştır. (t= -2.613; p=.010; p<.05). 30 yaş ve üzeri olanların ($\bar{X}$=2,33) kaçıngan bağlanma boyutları 30 yaş ve altı olanlara ($\bar{X}$=1,96) göre daha yüksektir.

3.1.4 Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Analiz Sonuçları

Araştırmanın bu bölümünde duygu düzenleme stratejilerine ait betimsel istatistiklere, demografik özelliklere göre farklılıklarının belirlenmesine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 21. Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Normallik Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Kolmogrov-Smirnov			Merkezi Eğilim Ölçümleri			
	Statistic	SD	P	$\bar{X}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Bilişsel Yeniden Değerlendirme	.075	195	.010	4,70	4,67	-.407	-.010
Baskılama	.108	195	.000	3,14	3,25	.017	-.707

Elde edilen verilerin dağılımlarının belirlenmesinde merkezi eğilim ölçümlerinden aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları kullanılmıştır. Medyan ile aritmetik ortalama değerinin birbirine yakın ya da eşit olması ile çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 sınırları içerisine düşmesi nedeniyle elde edilen verilerin dağılımının normal dağılımdan geldiği belirlenmiştir. (George ve Mallery, 2010).

Tablo 22. Duygu Düzenleme Stratejilerine Ait Betimsel Bulgular

Alt Boyutlar	$\bar{X}$	SS
Bilişsel Yeniden Değerlendirme	4,70	1,29
Baskılama	3,14	1,31

Duygu düzenleme stratejilerine ait betimsel bulgular incelendiğinde yeni evli bireylerin duygu düzenleme ölçeğine ait alt boyut ortalamaları incelendiğinde; bilişsel yeniden değerlendirme düzeylerinin ($\bar{x}$=4,70) yüksek, baskılama düzeylerinin ($\bar{x}$=3,14) ise orta olduğu belirlenmiştir.

Tablo 23. Duygu Düzenleme Stratejilerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Bilişsel Yeniden Değerlendirme	Kadın	145	4,65	1,26	-.971	193	.333
	Erkek	50	4,86	1,37			
Baskılama	Kadın	145	3,04	1,28	-1,779	193	.077
	Erkek	50	3,43	1,38			

*p<.05

Yeni evli bireylerin duygu düzenleme stratejilerinin cinsiyetlerine göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin duygu düzenleme düzeylerinin cinsiyetlerine göre farkının istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05).

Tablo 24. Duygu Düzenleme Stratejilerinin Yaşa Göre Farklılaşmasının Belirlenmesine Ait Bağımsız Örneklem T-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	$\bar{X}$	SS	T	SD	P
Bilişsel Yeniden Değerlendirme	30 yaş ve altı	80	4,79	1,26	.790	193	.430
	30 yaş ve üzeri	115	4,64	1,30			
Baskılama	30 yaş ve altı	80	2,93	1,43	-1,805	193	.073
	30 yaş ve üzeri	115	3,29	1,21			

*p<.05

Yeni evli bireylerin duygu düzenleme stratejilerinin yaşlarına göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için yapılan t-testi sonucuna göre; yeni evli bireylerin duygu düzenleme düzeylerinin yaşlarına göre farkının istatistiksel olarak anlamlılık göstermediği saptanmıştır. (p>.05).

Tablo 25. Aldatma Eğilimi Ölçeği Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği ve Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Birbirleri Arasındaki İlişkisi

Ölçek ve Alt Boyutlar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Aldatma Eğilimi(1)	1	.355*	.151*	-.125	.143*
Kaçıngan Bağlanma(2)		1	.592*	-.194*	.382*
Kaygılı Bağlanma(3)			1	-.155*	.225*
Bilişsel Yeniden Değerlendirme(4)				1	.170*
Baskılama(5)					1

***p<.05**

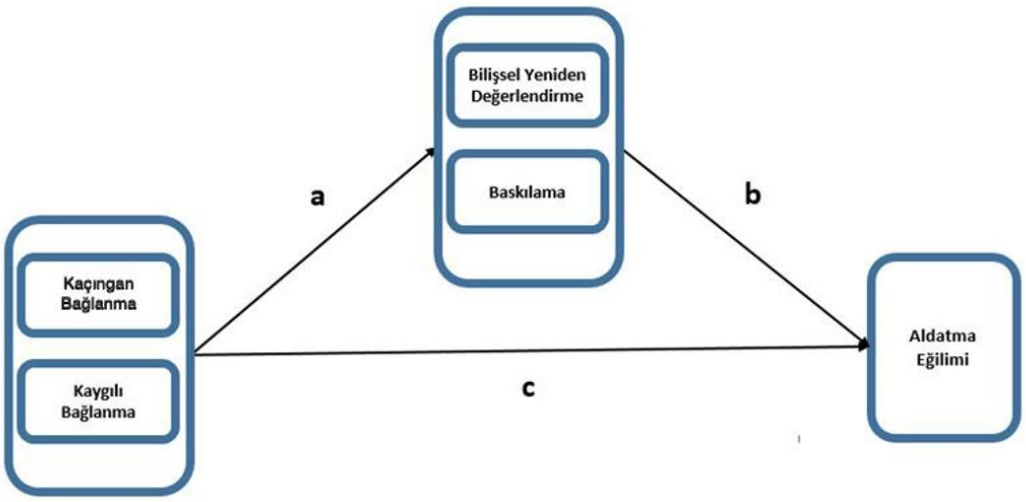
Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi yapılmış olup yapılan korelasyon analizi sonucuna göre: Duygu düzenleme stratejilerinden baskılama alt boyutu ile bağlanma boyutlarından kaçıngan bağlanma (r=.382) ve kaygılı bağlanma (r=.225) alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki vardır; bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu ile kaçıngan bağlanma (r= -.194) ve kaygılı bağlanma (r= - .155) alt boyutları arasında negatif yönde düşük seviyede bir ilişki vardır. Aldatma eğilimi ile kaçıngan bağlanma (r=.355) alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük, kaygılı bağlanma (r=.151) alt boyutu ve baskılama (r=.143) alt boyutu arasında pozitif yönlü çok düşük seviyede bir ilişki vardır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmış ve duygu düzenlemenin aracı rolünü analiz etmek amacıyla Hayes'in (2016) SPSS programına eklenerek kullanılabilecek şekilde geliştirdiği PROCESS Macro kullanılmıştır. Programda toplam etki, doğrudan etki ve dolaylı etki puanları ile aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki aracı etkisi incelenmektedir (Preacher & Hayes, 2008). Elde edilen etki miktarının anlamlılığını ölçmek için Sobel testinin ve bu sayede Boostrap güven aralığının yapılması gerekliliği araştırmacılar tarafından bildirilmektedir (Reutter & Bigatti, 2014). Sobel Testinde anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.96'dan büyük ve p değerinin de anlamlı olması gerekmektedir (Fraziar, Tix & Baron, 2003). Etki büyüklüğü ise toplam etki puanından doğrudan etki puanını çıkararak elde

edilmektedir. Bunun için de Bootstrap güven aralığına bakılmalı ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olması gerekmektedir (Preacher &Hayes, 2008).

3.2.1 Yeni Evli Bireylerin Bağlanma Boyutları ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracı Rolüne Ait Analiz Sonuçları (Hipotez 4)



Şekil 2. Yeni Evli Bireylerin Bağlanma Boyutları ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Stratejilerinin Aracılık Rolü Modeli

Şekil 2'de araştırmanın modeli sunulmuştur. Bu yönteme göre öncelikle bağımsız değişkenlerin değişkenler üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi gerekmektedir. Daha sonra duygu düzenleme aracı değişkenlerinin aldatma eğilimini etkilemesi ve ardından da bağlanma boyutlarının aldatma eğilimi üzerindeki etkisi incelenmelidir.

3.2.1.1 Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeli Sonucu:

Yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide bilişsel yeniden değerlendirmenin aracılık rolünün incelenmesi için öncelikle ilk aşamada Sobel testi yapılmış ve Tablo 26'da verilmiştir.

Tablo 26. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları

Effect	SE	Z	P
-.0076	.0098	-.7727	.4397

Sobel testi sonuçları incelendiğinde, anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.93'ten küçük olduğu ve p değerinin de anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuç aracılık ön bilgisi açısından aracılık etkisi olmadığını göstermektedir. Ama net şekilde karar verebilmek için modellerin incelenmesi ve etki büyüklüğüne bakılmalı ve bunun için de Bootstrap güven aralığına bakılmalı ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olması gerekmektedir.

Tablo 27. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları

Modeller	**Değişken**	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 1	Sabit	5,2499	.2186	24,011	.000*
	Kaçıngan Bağlanma	-.2506	.0914	-2,7425	.007*
	R^2=.037 F=7,5213; p=.007*				
	Bilişsel Yeniden Değerlendirme= 5,2499-0,2506*Kaçıngan Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 2	Sabit	1,2819	.1071	11,9685	.000*
	Kaçıngan Bağlanma	.2362	.4448	5,2765	.000*
	R^2=.1261, F=27,814; p=.000*				
	Aldatma Eğilimi= 1,2819+0,2362*Kaçıngan Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 3	Sabit	1,4407	.2140	6,7316	.000*
	Bilişsel Yeniden D.	-.0302	.0353	-.8572	.3924
	Kaçıngan Bağlanma	.2286	.0457	5,0071	.000*
	R^2=.1294, F=14,2691; p=.000				
	Aldatma Eğilimi= 11,4406+0,2286*Kaçıngan Bağlanma				

Modeller incelendiğinde, ilk modelde kaçıngan bağlanma alt boyutunun bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu üzerindeki etkisine bakılmış (modeldeki a yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= -.2506; p=.007; p<.05)). İkinci modelde ise bağlanma boyutlarının, aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde c yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= .2362; p=.000; p<.05). Üçüncü modelde ise

kaçıngan bağlanma ve bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutlarının aynı anda aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde b yolu) ve burada bilişsel yeniden değerlendirmenin etkisinin anlamlı olmadığı ve kaçıngan bağlanma boyutlarının etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($\beta_{(\text{Kaçıngan Bağlanma Boyutu})}$= .2286; p=.000; p<.05). Aracılık etkisine karar verebilmek için, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (c yolu) .2362 olduğu ancak modele aracı değişken olan bilişsel yeniden değerlendirme modele dahil edildiğinde bağımlı değişken ile ilişkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Aracılık etkisine net şekilde karar verebilmek için Process sonucu Bootstrap güven aralığına bakılmış ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olup olmadığı incelenmiştir.

Tablo 28. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri

Toplam Etki	BootLLCI	BootULCI	Aracı Türü
.0115	**-.0134**	**.0559**	**Yok**

Tablo 28 incelendiğinde etkinin varlığı ile bu etkinin anlamlılığı Bootstrap güven aralığı ile analiz edilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, Bootstrap güven aralığı alt ve üst sınırın sıfırı içerdiği görülmüştür. Bu doğrultuda yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutu ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide bilişsel yeniden değerlendirmenin aracılık rolü olmadığı belirlenmiştir.

3.2.1.2 Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeli Sonucu:

Yeni evli bireylerin kaygılı bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide bilişsel yeniden değerlendirmenin aracılık rolünün incelenmesi için öncelikle ilk aşamada Sobel testi yapılmış ve Tablo 29'da verilmiştir.

Tablo 29. Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları

Effect	SE	Z	P
.0099	.0088	1,1308	.2581

Sobel testi sonuçları incelendiğinde, anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.93'ten küçük olduğu ve P değerinin de anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 30. Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Yeniden Değerlendirmenin Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları

Modeller	**Değişken**	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 1	Sabit	5,3071	.2908	18,2503	.000*
	Kaygılı Bağlanma	-.1851	.0848	-2,1834	.030*
	R^2=.0241; F=4,7671; p=.030*				
	Bilişsel Yeniden Değerlendirme= 5,3071-0,1851* Kaygılı Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 2	Sabit	1,4942	.1496	9,9888	.000*
	Kaygılı Bağlanma	.0927	.0436	2,1262	.035*
	R^2=.0229, F=4,5209; p=.035*				
	Aldatma Eğilimi= 1,2819+.2362* Kaygılı Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 3	Sabit	1,7791	.2463	7,2245	.000*
	Bilişsel Yeniden D.	-.0537	.0369	-1,4539	.147
	Kaygılı Bağlanma	.0828	.0440	1,8808	.061
	R^2=.0335, F=3,3305; p=.0379*				

Modeller incelendiğinde, ilk modelde kaygılı bağlanmanın bilişsel yeniden değerlendirme üzerindeki etkisine bakılmış (modeldeki a yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= -.1851; p=.030; p<.05)). İkinci modelde ise kaygılı bağlanma boyutlarının, aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde c yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= .0927; p=.035; p<.05). Üçüncü modelde ise kaygılı bağlanma ve bilişsel yeniden değerlendirme boyutlarının aynı anda aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde b yolu) ve burada bilişsel yeniden değerlendirmenin etkisinin anlamlı olmadığı ve kaygılı bağlanma boyutunun etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>.05). Aracılık etkisine karar verebilmek için, bağımsız

değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (c yolu) .0927 olduğu ancak modele aracı değişken olan bilişsel yeniden değerlendirmenin modele dahil edildiğinde bağımlı değişken ile ilişkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Aracılık etkisine net şekilde karar verebilmek için Process sonucu Bootstrap güven aralığına bakılmış ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olup olmadığı incelenmiştir.

Tablo 31. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri

Toplam Etki	BootLLCI	BootULCI	Aracı Türü
.0099	**-.0024**	**.0607**	**Yok**

Tablo 31'deki sonuçlar incelendiğinde, Bootstrap güven aralığı alt ve üst sınırının sıfırı içerdiği görülmüştür. Bu doğrultuda yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide baskılamanın aracılık rolü olmadığı belirlenmiştir.

3.2.1.3 Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeli Sonucu:

Yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide baskılamanın aracılık rolünün incelenmesi için öncelikle ilk aşamada Sobel testi yapılmış ve Tablo 31'de verilmiştir.

Tablo 32. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılama Aracılık Modeline Ait Sobel Testi Sonuçları

Effect	SE	Z	P
-.0021	.0188	-.1108	.9118

Sobel testi sonuçları incelendiğinde, anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.93'ten küçük olduğu ve P değerinin de anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 33. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları

Modeller	**Değişken**	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 1	Sabit	2,0461	.2098	9,7547	.000*
	Kaçıngan Bağlanma	.5034	.0877	5,7426	.000*
	R^2=.1459 F=32,9775; p=.000*				
	Baskılama= 2,0461+.5034*Kaçıngan Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 2	Sabit	1,2819	.1071	11,9685	.000*
	Kaçıngan Bağlanma	.2362	.4448	5,2765	.000*
	R^2=.1261, F=27,814; p=.000*				
	Aldatma Eğilimi= 1,2819+.2362*Kaçıngan Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 3	Sabit	1,2735	.1312	9,7053	.000*
	Baskılama	.0041	.0369	.1124	.911
	Kaçıngan Bağlanma	.2341	.0486	4,8209	.000*
	R^2=.1261, F=13,8560; p=.000				
	Aldatma Eğilimi= 1,2735+.2341*Kaçıngan Bağlanma				

Modeller incelendiğinde, ilk modelde kaçıngan bağlanma boyutunun, baskılama alt boyutu üzerindeki etkisine bakılmış (modeldeki a yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= -.5034; p=.000; p<.05)). İkinci modelde ise bağlanma boyutlarının aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde c yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= .2362; p=.000; p<.05). Üçüncü modelde ise kaçıngan bağlanma ve baskılama düzeylerinin aynı anda aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde b yolu) ve burada baskılama alt boyutunun etkisinin anlamlı olmadığı ve kaçıngan bağlanma boyutunun etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($\beta_{(\text{Kaçıngan Bağlanma Boyutu})}$= .2341; p=.000; p<.05). Aracılık etkisine karar verebilmek için, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (c yolu) .2362 olduğu ancak modele aracı değişken olan baskılama alt boyutu modele dahil edildiğinde bağımlı değişken ile ilişkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 34. Kaçıngan Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılama Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri

Toplam Etki	BootLLCI	BootULCI	Aracı Türü
.0021	**-.0375**	**.0401**	**Yok**

Tablo 34'teki sonuçlar incelendiğinde, Bootstrap güven aralığı alt ve üst sınırın sıfırı içerdiği görülmüştür. Bu doğrultuda yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide baskılamanın aracılık rolü olmadığı belirlenmiştir.

3.2.1.4 Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeli Sonucu:

Yeni evli bireylerin kaygılı bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide baskılamanın aracılık rolünün incelenmesi için öncelikle ilk aşamada Sobel testi yapılmış ve Tablo 35'te verilmiştir.

Tablo 35. Araştırmanın Dördüncü Aracılık Hipotezi İçin Kurulan Modele Ait Sobel Testi Sonuçları

Effect	SE	Z	P
.0158	.0116	1,3598	.1739

Sobel testi sonuçları incelendiğinde, anlamlılık Z skor katsayısı ile belirlenmekte ve bu skorun 1.93'ten küçük olduğu ve P değerinin de anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 36. Kaygılı Bağlanma Boyutları ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait İstatistik Sonuçları

Modeller	**Değişken**	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 1	Sabit	2,2520	.2921	7,7097	.000*
	Kaygılı Bağlanma	.2734	.0852	3,2103	.030*
	R^2=.0507; F=10,3060; p=.030*				
	Baskılama= 5,3071+ -.1851* Kaygılı Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 2	Sabit	1,4942	.1496	9,9888	.000*
	Kaygılı Bağlanma	.0927	.0436	2,1262	.035*
	R^2=.0229, F=4,5209; p=.035*				
	Aldatma Eğilimi= 1,2819+.2362* Kaygılı Bağlanma				
	Değişken	**β**	**Standart Hata**	**T**	**P**
Model 3	Sabit	1,3642	.1704	8,0043	.000*
	Baskılama	.0577	.0367	1,5723	.1175
	Kaygılı Bağlanma	.0769	.0446	1,7255	.0860
	R^2=.0353, F=3,5137; p=.0317*				

Modeller incelendiğinde, ilk modelde kaygılı bağlanma boyutunun baskılama alt boyutu üzerindeki etkisine bakılmış (modeldeki a yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlemiştir (β= -.2734; p=.030; p<.05)). İkinci modelde ise kaygılı bağlanma boyutunun, aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde c yolu) bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (β= .0927; p=.035; p<.05). Üçüncü modelde ise kaygılı bağlanma boyutunun ve baskılama alt boyutunun aynı anda aldatma eğilimi üzerindeki etkisine bakılmış (modelde b yolu) ve burada baskılama alt boyutunun etkisinin anlamlı olmadığı ve kaygılı bağlanma boyutunun etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>.05). Aracılık etkisine karar verebilmek için, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin (c yolu) .0927 olduğu ancak modele aracı değişken olan baskılama boyutunun modele dahil edildiğinde bağımlı değişken ile ilişkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Aracılık etkisine net şekilde karar verebilmek için Process sonucu Bootstrap güven aralığına bakılmış ve alt ile üst sınırın sıfırın altında veya üstünde olup olmadığı incelenmiştir.

Tablo 37. Kaygılı Bağlanma Boyutu ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Baskılamanın Aracılık Modeline Ait Bootstrap Güven Düzeyleri

Toplam Etki	BootLLCI	BootULCI	Aracı Türü
.0158	**-.0037**	**.0513**	**Yok**

Tablo 37'deki sonuçlar incelendiğinde, Bootstrap güven aralığı alt ve üst sınırın sıfırı içerdiği görülmüştür. Bu doğrultuda yeni evli bireylerin kaygılı bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide baskılamanın aracılık rolü olmadığı belirlenmiştir.

3.3. Yorumlar

Bu bölümde öncelikle veri analizlerinin tartışılması, ardından literatür ışığında ana hipotezlerin bulgularının daha geniş açıdan tartışılması ele alınacaktır. Daha sonra çalışmanın bazı sınırlılıkları ve gelecek araştırmalar için öneriler sunulacaktır. Ardından, mevcut bulguların etkileri ele alınacaktır. Son olarak, çalışmanın ana konuları hakkında kısa bir sonuca varılacaktır.

3.3.1 Ön Analizlerin Değerlendirilmesi

Bu bölümde araştırmadaki bağımlı ve bağımsız değişkenlerin demografik değişkenlerle ilişki bulgularının yorumları verilmiştir.

3.3.1.1 Aldatma Eğiliminin Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması

Ön analiz sonuçlarına bakıldığında, aldatma eğilimi demografik farklılıklara göre incelenmiş ve yeni evli bireylerin aldatma eğilimi düzeylerinin çok düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar literatürde bazı çalışmalarla tutarlı görünürken (Greeley, 1991) bazı çalışmalarla (Glass ve Wright, 1977) tutarsız görünmektedir. Literatür geneline bakıldığında ise araştırmanın sonucu literatürdeki bulguları desteklemektedir. Yeni evli bireylerde aldatma eğiliminin düşük bulunmasına ilişkin olası açıklama ise "Aile Yaşam Döngüsü"nün "Yeni Evli Çift Olma" evresi ile açıklanabilir. Bu evrede çiftler karşılıklı yeni görev ve sorumluluklar edinir ve birlikte yeni bir sistem inşa etmeye odaklanırlar (Solomon, 1973). Klinik açıdan bakıldığında ise yeni evli bireylerin aldatma eğilimlerinin çok düşük seviyede olması, ödül-bedel bağlamında (Thibaut ve Kelley, 1959) yorumlanabilir; yani eşe ya da sevgiliye yapılan

yatırım, başka bir partnere ve ilişkiye romantik ya da cinsel anlamda yönelmede bir engel olarak görülebilir (Seal, Agostinelli ve Hannet, 1994). Ayrıca evliliğin ilk yıllarında odak noktası yeni bir evreye geçmenin getirdiği sorumluluklar olabilir. Bu da çiftlerin birbirlerine ve ilişkilerine daha çok kenetlenmesini sağlayabilir. Ek olarak, eşi elde tutma taktikleri (Kaighobadi ve ark., 2009) aldatmayı engelleyici faktör olarak görülebilir. Bu taktikler sayesinde çiftler ilişkilerine daha çok yatırım yapmakta, birbirleriyle daha çok zaman geçirmekte, ilişki kurallarına uygun davranmakta ve daha çok fikir birliğinde oldukları için güven duygularını da geliştirmektedir.

Çalışmanın diğer bir sonucuna göre ise aldatma eğiliminin cinsiyet farklılıklarına göre değiştiği görülmektedir. Buna göre, yeni evli bireylerde erkeklerin aldatma eğilimi düzeyleri kadınlara göre daha yüksektir. İlgili literatürde bu konu üzerine fikir ayrılıkları vardır. Bazı araştırmaların sonuçları (Wiederman, 1997; Glass ve Wright, 1985; Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001; Polat, 2006) erkeklerin aldatma eğilimin kadınlara oranla daha yüksek olduğunu gösterirken; bazı araştırmaların sonuçları (Treas ve Giesen, 2000; Çavuşoğlu, 2011) ise aldatmada kadın ve erkek arasında farklılık olmadığını göstermektedir. Bu konu hakkında fikir birliğine varılamamış olsa da araştırmanın sonucu erkeklerin kadınlara oranla eşlerini aldatma oranının daha yüksek olduğunu belirten önceki çalışmalarla tutarlı sonuçlar vermektedir (Tortamış, 2014; Allen ve Baucom, 2004; Spanier ve Margolis, 1983). Bu çalışmada aldatma eğiliminde görülen cinsiyet farklılıklarını ataerkil sistem ve toplumsal cinsiyet açısından yorumlamanın doğru olacağı düşünülmektedir. Örneğin; Knodel, Low, Saengtienchai ve Lucas'ın (1997) çalışmasında katılımcıların, kadınların evlilik dışı ilişki yaşamalarının erkeklere kıyasla ahlaki açıdan daha yanlış yorumlandığını ifade etmişlerdir. Ayrıca erkeklerin kadınlara göre daha fazla aldatma eğiliminde olması toplumsal olarak daha kabul edilebilir şeklinde yorumlanabilir. Bu ifadeye ek olarak, kadınlarda cinselliğin erkeklere göre daha zayıf ve kontrol edilebilir bir arzu olarak görülmesi ve erkekler için cinselliğin sıkça tatmin edilmesi gereken ve kontrol edilemeyen doğal bir ihtiyaç olduğuna inanılması erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek aldatma eğilimi gösterdiği sonucunu açıklayıcı niteliktedir (Knodel ve ark., 1996; Knodel ve ark., 1997).

Çalışmanın diğer bir sonucuna göre yeni evli bireylerin çalışma durumlarına göre aldatma eğilimlerinin farklılaştığı tespit edilmiştir. Yeni evli bireylerde çalışan kişilerin çalışmayan kişilere göre daha yüksek aldatma eğilimi gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Bu

sonuçlar literatür ile karşılaştırıldığında tutarlı sonuçlarla karşılaşılmıştır (Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001; Önder, 2019). Çalışan bireylerin aldatma eğilimlerinin yüksek olmasına dair olası bir açıklama için, çalışan kişilerin sosyalliklerinin çalışmayanlara oranla daha yüksek olması, farklı çevrelerde bulunmaları, farklı insanlarla tanışma olanaklarının olması, daha aktif bir hayat sürmeleri ve seçeneklerinin çoğalması olarak yorumlanabilir. Araştırmanın diğer bir sonucu ise yeni evli bireylerin aldatma eğilimleri ile gelir durumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu sonuca göre üst gelir durumuna sahip katılımcıların, gelir durumu alt ve orta olanlara göre aldatma eğilimi düzeyleri daha yüksektir. Literatüre bakıldığında çalışmanın bulguları, gelir düzeyi arttıkça aldatma oranının da arttığı sonucuyla tutarlıdır (Jacobson, 2011). Bu sonuçlara bakarak, aldatma eğilimin gelir düzeyinin artmasıyla doğru orantılı olması desteklenmektedir. Fakat, gelir düzeyi ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da literatürde yer almaktadır (Alaçam, 2020; Janus & Janus, 1993). Diğer bir demografik değişken olan eğitim düzeyi ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkiye bakıldığında ise sonuçlar, aldatma eğilimi ile eğitim düzeyleri arasındaki anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, bu çalışmada yeni evli bireylerde yüksek lisans ve doktora mezunu olanların lise mezunu olanlara göre aldatma eğilimi düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar önceki araştırmalarla karşılaştırıldığında literatürde farklı sonuçlarla karşılaşılmaktadır. Örneğin; Çavuşoğlu (2011) eğitim düzeyinin aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını ifade ederken; Önder (2019), eğitim düzeyinin aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarıyla tutarlı olan araştırmalara göre, eğitim düzeyi ve gelir durumunun artmasıyla hayat standartlarının yükseldiği ve böylece yeni çevreleri, yeni olanakları ve alternatifleri beraberinde getirdiği, bunun sonucunda da aldatma eğilimin fazlalaştığı şeklinde düşünülebilir.

Yeni evli bireylerin aldatma eğilimlerinin daha önce psikolojik yardım alma durumlarına göre incelendiğinde ise anlamlılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Daha detaylı ifade edilecek olursa, daha önce hiç psikolojik yardım almayan yeni evli bireylerin aldatma eğilimlerinin, bireysel terapi ve ilaç tedavisi alanlara, ve sadece ilaç tedavi alanlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Fakat genel literatüre bakıldığında doğrudan aldatma eğilimi ile psikolojik yardım alma ilişkisinin çalışıldığına

rastlanmamıştır. Bu konuya en yakın görülen çalışmalardan birinde tanı almış psikolojik rahatsızlığa sahip olmayla aldatma eğilimi arasında ilişki bulunamamıştır (Alaçam, 2020). Konuya en yakın görülen diğer bir çalışmada ise Ateş (2018), internet üzerinden aldatma eğilimi ile öznel iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Diğer bir ifadeyle, internet üzerinden aldatma eğilimin artmasıyla öznel iyi oluşun düşmesi sonucuna ulaşmıştır. Literatürle karşılaştırıldığında bu çalışmanın sonuçları hakkında, psikolojik yardım almayan evli bireylerin öznel iyi oluşlarının yüksek olduğu buna bağlı olarak da aldatma eğilimin daha düşük olacağı şeklinde yorum yapılabilir. Burada, öznel iyi oluşun düşmesi psikolojik yardım alma ihtiyacını arttırabilir; bu durumun da aldatma eğilimini arttırdığı düşünülürse kısmen tutarlı sonuçlar elde edildiği söylenebilir.

3.3.1.2 Bağlanma Boyutlarının Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması

Çalışmada, yeni evli bireylerin bağlanma boyutları incelendiğinde kaçıngan bağlanma boyutlarının düşük, kaygılı bağlanma boyutlarının orta olduğu tespit edilmiştir. Bağlanma boyutları üzerinde cinsiyet farklılıklarına bakıldığında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuçlar, bağlanma boyutlarında cinsiyet farklılıklarının olduğunu söyleyen bazı önceki çalışmalarla (Brennan ve ark., 1998; Jackson ve Kirkpatrick, 2007; Del Giudice, 2011; Tulum, 2014) tutarsız görünse de bağlanma boyutlarında cinsiyet farklılıklarının olmadığını gösteren araştırmalarla (Hazan ve Shaver, 1987; Shi, 2003) desteklenmektedir. Cinsiyet farklılıklarının görülmemesi, bağlanmanın evrensel bir sistem olmasıyla açıklanabilir. Buna ek olarak, toplumsal cinsiyet farklılıklarının da günümüzde azalmasıyla birlikte kadınlar ve erkekler için önyargılı betimlemelerin ve cinsiyetlere özgü kuralların da değişmeye başlaması bağlanma boyutlarını kadınlara özgü veya erkeklere özgü sınıflandırmadan uzaklaştırabilir.

Bağlanma boyutları yaşa göre incelendiğinde ise, yeni evli bireylerin kaçıngan bağlanma boyutlarının yaşlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Buna göre, 30 yaş üzeri olan kişilerin kaçıngan bağlanma boyut düzeyleri 30 yaş ve altı olanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Sonuçlar literatürle karşılaştırıldığında ise kısmen tutarlı olduğu görülmektedir. 30 yaş üzeri yani yaşça daha büyük olan kesimin kaçıngan bağlanma boyutlarının genç olanlara oranla daha yüksek çıkması önceki çalışmalarla tutarlı görünmektedir (Diehl, 1998; Zhang ve Labouvie-Vief, 2004). Öte yandan,

araştırmada kaygılı bağlanma boyutu ile yaş farklılıkları arasındaki anlamlı bir ilişki bulunamaması ilgili literatürle (Segal ve ark., 2009; Mickelson ve ark., 1997) bağdaşmamaktadır. Bu sonuçlara yorum olarak, kaçıngan bağlanma düzeyinin yaşla birlikte artmasında değişen sosyal rollerin etkisinden bahsedilebilir. Chopik ve arkadaşlarının (2013) ifadesinden yola çıkılacak olursa, yaşla birlikte sosyal roller ve bu rollerin gerektirdiği sorumluluk ve beklentiler değişmektedir. Örneğin, evlenme ve çocuk sahibi olmak eş rollerini ve ebeveyn rollerini doğurmaktadır. Bu yeni evrelere geçişte uyum sağlama stratejisi olarak kaçıngan bağlanmanın yükseldiği düşünülebilir.

3.3.1.3 Duygu Düzenleme Stratejilerinin Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Yorumlanması

Çalışmada yeni evli bireylerin duygu düzenleme stratejileri incelendiğinde, duygu düzenleme düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Duygu düzenlemenin alt boyutlarına bakıldığında ise yeni evli bireylerin duygu düzenlemesinde bilişsel yeniden değerlendirme yöntemini daha yüksek sıklıkla; baskılama yöntemini ise daha orta sıklıkla kullandıkları ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlara göre, bireylerin yeni evlilik sürecinde daha yapıcı olan duygu düzenleme stratejilerinden bilişsel yeniden değerlendirme yöntemini daha çok kullanmaları bu yeni sürece daha iyi adapte olmak, daha uyumlu ve pozitif olmak, daha çözüm odaklı ve yapıcı olmak istemelerinden kaynaklanabilir. Literatüre bakıldığında (Wile, 2002; Isen, 1999) ise çiftlerin daha yapıcı iletişim kurmalarında ve negatif durumlarla baş etmelerinde işlevsel olan duygu düzenleme stratejilerini (bilişsel yeniden değerlendirme) kullanmaları etkili gözükmektedir. Buna göre, eğer duygu düzenleme girişimleri işlevsel ve başarılı olursa, çiftler duygusal uyarılmanın negatif sonuçlarını azaltabilmekte ve çatışmaları ve olası zararları onarabilmektedir (akt., Bloch, Haase ve Levenson, 2014).

3.3.2 Ana Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Bu bölümde, ana değişkenlerin analiz sonuçları tartışılmıştır. Hipotez 1,2,3 ile ilgili sonuçlar birlikte tartışılırken, Hipotez 4 ile ilgili bulgular aşağıdaki bölümde ayrı olarak ele alınmıştır.

3.3.2.1 Hipotez 1, 2, 3 ile İlgili Sonuçların Yorumlanması

Çalışmada, yeni evli bireylerde bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünün araştırılması hedeflenmiştir. Araştırmada

ilk olarak, "Yeni evli bireylerde bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejileri arasında doğrudan bir ilişki var mıdır?" sorusu oluşturulmuş ve bu doğrultuda temel 3 hipotez hazırlanmıştır.

İlk olarak, "Bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki vardır" hipotezi incelenmiştir. Bulgulara göre, bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasında düşük pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bağlanma alt boyutlarından kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü düşük seviyede ilişkiler bulunmuştur. Daha detaylı olarak, yeni evli bireylerin kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutları arttıkça aldatma eğilimlerinin de arttığı görülmektedir. Güvensiz bağlanma ve aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişkinin bulunması literatürdeki sonuçlarla (Kantarcı ve ark., 2012; Allen ve Baucom, 2004; Feeney ve ark., 1993) tutarlı görünmektedir. Aldatma eğiliminde bağlanma boyutlarının etkisinin olması, Bowlby'nin (1969) teorisiyle daha net anlaşılmaktadır. Bowlby'e göre güvende hissedebilmek ve hayatta kalabilmek için fiziksel yakınlık kadar bakım verenle kurulan duygusal yakınlığın da olması gerekmektedir. Bu duygusal bağ her ne kadar bebeklikte başlasa da sonraki yıllarda yakın ilişkilerde ve romantik ilişkilerde de etkisini sürdürür. Aldatma eğiliminin güven faktörüyle yakından ilişkili olduğunu düşünürsek, kaygılı ve kaçıngan yani güvensiz bağlanma boyutlarında kişi kendisini güvende hissetmediği ve partnerinin güvenilir olmadığına dair inançlara sahip olur (Hazan ve Shaver, 1994). Sevilmediğini düşünen kişinin kaygılı ya da kaçıngan bağlanma davranışının tetiklenerek yeniden yakınlık kurma ihtiyacında olmasıyla aldatma eğiliminde olabileceği söylenebilir.

İkinci olarak, "Bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki vardır." hipotezi incelenmiştir. Buradaki sonuçlara göre, kaygılı ve kaçıngan bağlanma alt boyutları ile duygu düzenleme stratejilerinden baskılama alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki bulunmuştur. Kaygılı ve kaçıngan bağlanma alt boyutları ile duygu düzenleme stratejilerinden bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutu arasında ise negatif yönde düşük seviyede bir ilişki bulunmuştur. Diğer bir deyişle, kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutları yüksek olan yeni evli bireylerin duygu düzenleme stratejisi olarak baskılama yöntemini kullanmaları daha yüksekken; bilişsel yeniden değerlendirme yöntemini kullanmaları daha düşüktür. Çalışmanın sonuçlarının ilgili literatürle (Pascuzzo, Cyr ve Moss, 2013)tutarlı olduğu görülmektedir. Ayrıca, duygu düzenleme stratejilerinden daha işlevsel olan yöntemin

bilişsel yeniden değerlendirme yöntemi olduğu; işlevsiz olan yöntemin ise baskılama olduğu bilinmektedir (Gross, 2002). Buradan özetle, güvensiz bağlanan (kaygılı ve kaçıngan bağlanan) kişilerde işlevsiz duygu düzenleme stratejisi olan baskılama yönteminin kullanılması daha yüksekken; güvenli bağlanan kişilerde daha işlevsel olan bilişsel yeniden değerlendirme yönteminin kullanılması daha yüksektir (Çalışır, 2009). Bu çalışmada da yeni evli bireylerin kaygı ve kaçınma boyutları arttıkça işlevselliklerinin azalabileceği bu yüzden de duygularını baskılayarak regüle etmeye çalışacakları yorumunu yapmak doğru olabilir. Aynı şekilde, yeni evli bireylerin evliliklerinde güvenli bağlanmaları duygularını daha iyi ve doğru yolla ifade edebileceklerini gösterebilir.

Son olarak, "Duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki vardır" hipotezi incelendiğinde, aldatma eğilimi ile duygu düzenleme stratejilerinden baskılama alt boyutu arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yani, baskılama yönteminin kullanımı arttıkça yeni evli bireylerin aldatma eğilimleri de artmaktadır. Diğer bir ifadeyle, aldatma eğilimi yüksek olan yeni evli bireylerin duygularını düzenlemede baskılama yöntemini kullanmaları daha yüksektir. Fakat bilişsel yeniden değerlendirme stratejisi ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında aldatma eğilimi ile duygu düzenleme stratejilerinin doğrudan çalışıldığı araştırmalara rastlanılmamış olsa da güvensiz bağlanan bireylerin aldatma eğilimin yüksek olduğu bilinmektedir (Allen ve Baucom, 2004; Feeney, Noller ve Patty, 1993). Buradan bakıldığında, güvensiz (kaygılı ve kaçıngan) bağlanan bireylerin duygularını baskılama yöntemiyle düzenledikleri bilinmekte (Çalışır, 2009), böylece baskılama ile aldatma eğilimi arasındaki ilişki hakkında yorum yapılabilir. Çünkü baskılama duygusal tepkiyi saklama ve duyguyu dışa vurmama amacı taşımaktadır (Gross, 2002). Buradan yapılacak yorumla, negatif duyguları deneyimlemekten kaçınan, bu duygu ve durumlarla yapıcı şekilde baş edemeyen, biriktirilen ve salınamayan duyguların kişilerde bir çıkış noktası olarak aldatma eğilimi ile sonuçlanabileceği söylenebilir. Fakat, sonuçlara bakıldığında aldatma eğilimi ile bilişsel yeniden değerlendirme duygu düzenleme stratejisi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuçlar için ise bilişsel yeniden değerlendirmenin ortaya çıkan duygu ve duyguyu yaratan durumu tepkilerden önce zihinde yeniden yorumlayarak salınımı sağlamak kişilerde daha sağlıklı düşünmeyi getirebilir, bu sağlıklı düşünme hali de kişileri aldatma eğiliminden uzaklaştırabilir. Fakat bu alt boyuta ait hipotezin

doğrulanmamış olması araştırmanın ana varsayımı olan aracılık rolünün olmayışına dair önemli ipucu vermektedir. Önceki çalışmalarla karşılaştırıldığında bu bulguları destekleyecek kaynakların yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Literatürde doğrudan duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğiliminin ilişkisini inceleyen kaynaklara rastlanılmamıştır.

3.3.2.2 Hipotez 4 ile İlgili Sonuçların Yorumlanması

Burada, araştırmanın ana hipotezi olan (Hipotez 4) "Yeni evli bireylerde bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü vardır." incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, Hipotez 4 doğrulanmamış ve yeni evli bireylerde duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide aracı rolünün olmadığı tespit edilmiştir. Duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünü analiz etmek için aracı etki analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu sonuçlara göre, öncelikle yeni evli bireylerde kaçıngan bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde bilişsel yeniden değerlendirme stratejisinin aracı rolü bulunamamış; daha sonra kaygılı bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde bilişsel yeniden değerlendirme stratejisinin aracı rolü bulunamamış; sonrakinde kaçıngan bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde baskılama stratejisinin aracı rolü görülmemiş; son olarak kaygılı bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde baskılama stratejisinin aracı rolü tespit edilmemiştir.

Literatüre bakıldığında, bağlanma boyutları ile aldatma arasında (Allen ve Baucom, 2004), bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasında (Mikulincer ve ark., 2003; Feeney, 1999; Amidon, 2007; Fraley ve Shaver, 2000) ve duygu düzenleme stratejilerinin baskılama alt boyutu ile aldatma deneyimleri (fiziksel, duygusal, hem fiziksel hem duygusal aldatma) arasında (Amidon, 2017) anlamlı ilişkiler bulunmasına rağmen; bu çalışmada bağlanma boyutları ile aldatma eğiliminin ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinden hem baskılama alt boyutu hem de bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutunun aracılık rolü bulunamamıştır. Bağlanma sistemlerinin aktive olması (kaygılı, kaçıngan ya da güvenli) duyguların nasıl yönetildiğini de göstermektedir (Ainsworth ve ark., 1978). Buradan anlaşılacağı üzere romantik ilişkilerde bağlanma ile duygu deneyiminin, duyguları ifade etme ve düzenleme şekillerinin doğrudan ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu ilişkinin çalışıldığı araştırmalarda (Cyr ve Moss, 2013; Simpson, 1990); Feeney, 1999; Besharat ve Shadidi, 2014) kişilerin sahip olduğu bağlanma stillerinin pozitif duygu deneyiminde, duygu ifadesinde ve duygu düzenlemede

etkili olduğu ortaya çıkmıştır. Örneğin; güvenli bağlanan kişilerde çevre ile uyumlu olma ve duyguları düzenleme becerileri daha başarılı iken güvensiz bağlanan kişilerde uyumlu olma ve duygu düzenleme becerileri daha zayıftır (Kesebir, Kavzıoğlu ve Üstündağ, 2011). Ayrıca, güvensiz bağlanan kişilerin daha yapıcı olan duygu düzenleme stratejilerini (problem çözme, yeniden değerlendirme gibi) kullanma eğilimleri güvenli bağlanan kişilere göre daha az olabilir. Bu yüzden güvenli bağlanan kişilerin duygularını daha doğru ve işlevsel ifade ettikleri söylenebilir (akt., Mikulincer ve Shaver, 2019). Ayrıca bağlanma boyutları ile aldatma arasında da anlamlı ilişkilerin olduğunu söyleyen çalışmalar literatürde mevcuttur (Amidon, 2007; Fricker, 2006; Allen ve Baucom, 2004). Diğer bir sonuca göre, duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğilimi arasında da anlamlı bir ilişkinin olduğu literatürde (Şatıroğlu, 2017) görülmektedir. Mevcut çalışmanın bulguları da literatürü destekleyici niteliktedir. Bu yüzden bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü olabileceği düşünülmüştür. Ancak mevcut çalışmanın bulgularına bakıldığında, duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde beklenen aracılık rolü tespit edilememiştir. Aracılık rolünün bulunmaması farklı yorumlarla değerlendirilebilir. Literatüre bakıldığında çeşitli duygu düzenleme stratejileri olduğu bilinmektedir (Thompson, 2007; Mikulincer ve Florian, 2003). Mevcut çalışmada incelenen duygu düzenleme stratejilerinden ‘baskılama’ ve ‘bilişsel yeniden değerlendirme’ dışında bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde etkili olabilecek farklı duygu düzenleme stratejileri olabilir. Örneğin; kaçınma, problem çözme, kabul etme, ruminasyon, problem-odaklı, duygu-odaklı, destek arama, uzaklaşma ve inkar gibi farklı duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde aracı rolünün incelenmesiyle ilerideki çalışmalarda daha farklı sonuçlar elde edilebilir. Ayrıca, baskılama ve bilişsel yeniden değerlendirme duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutlarını ve aldatma eğilimi değişkenlerini açıklama derecesi düşük çıktığı için bu değişkenler üzerinde daha etkili olabilecek aracı değişkenlerin varlığından söz edilebilir. Diğer bir ifadeyle, bağlanma ile aldatma eğilimi ilişkisinde farklı değişkenlerin etkisi olabileceği tahmin edilmektedir. Örneğin; yeni evli çiftlerin ilişki doyumları, çatışma çözme becerileri, kıskançlık düzeyleri, iyi oluş (well-being) düzeyleri gibi değişkenlerin bağlanma ve aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide aracı rolü incelenebilir. Mevcut çalışmada baskılama ve yeniden değerlendirme stratejilerinin aracı rolünün bulunamamasına

yönelik bir başka açıklama ise Amidon'un (2017) çalışması ile karşılaştırılabilir. Amidon'un (2017) yaptığı çalışmada duygu düzenleme stratejilerinden baskılama alt boyutunun bağlanma stilleri ve aldatma deneyimi ilişkisinde kısmi aracılık rolü olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmada aracılık rolünün görülmemiş olması ise mevcut çalışmadaki katılımcı sayısının Amidon'un (2017) çalışmasındaki katılımcı sayısından düşük olması ile açıklanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca Amidon'un (2017) çalışmasında aldatma eğilimi yerine aldatma deneyimi/davranışı bağımlı değişken olarak alınmıştır ve katılımcılarda evli olma şartı aranmadığı görülmektedir. Evliliğin ilk yıllarında, çalışmanın sonuçlarına göre de bireylerin aldatma eğiliminin düşük olduğunun bilinmesiyle duygu düzenleme stratejilerinin aracılık rolünün çıkmaması olası görülebilir. Bu sebeple, gelecek çalışmalarda yeni evli bireyler yerine evli bireylerde bağlanma boyutları ile aldatma deneyimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü çalışılabilir.

Mevcut araştırma sonuçlarını özetlemek gerekirse, yeni evli bireylerde duygu düzenleme stratejilerinin bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi ilişkisinde aracılık rolü yoktur. Yani, bireylerin kaygılı ya da kaçıngan bağlanmaları, eşlerini aldatma eğilimiyle doğrudan ilişkiliyken, bireylerin duygu düzenleme stratejileri (bilişsel yeniden değerlendirme ve baskılama) bu ilişkide anlamlı bir role sahip değildir.

BÖLÜM 4. SONUÇ

4.1. Özet

Bu çalışmada, yeni evli bireylerin bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, "Aile Yaşam Döngüsü" kuramında "Yeni Evli Çift Olma" evresindeki kriterlere uygun olarak en fazla 5 yıldır evli olan 195 birey, katılımcı grubunu oluşturmuştur. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları: Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri- II, Aldatma Eğilimi Ölçeği ve Duygu Düzenleme Anketi'dir. Araştırmanın verilerini analiz etmek için, SPSS 24 programı kullanılmış olup frekans ve yüzde analizi, t-testi, tek yönlü ANOVA analizi, Pearson korelasyon analizi ve aracılık rolünün belirlenmesi için 4. Model kullanılarak aracılık analizi yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre yeni evli bireylerin bağlanma boyutları (kaygılı ve kaçıngan bağlanma) ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde düşük seviyede anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca duygu düzenleme stratejileri ile bağlanma boyutları arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Fakat duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğilimi arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolüne bakıldığında ise bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide aracılık rolünün olmadığı saptanmıştır. Son olarak, elde edilen sonuçlar literatür ışığında tartışılmıştır.

4.2. Yargı

Evlilik süresi 5 yılı aşmamış 195 yeni evli bireyin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada, yeni evlenmiş olan bireylerin bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme stratejilerinin aracı rolü araştırılmıştır. Katılımcılara demografik özellikler açısından bakıldığında 195 kişiden oluşan araştırma grubunun çoğunluğunun üniversite mezunu, çalışan, çocuk sahibi olmayan, daha önce psikolojik yardım almamış, kadın katılımcıların oluşturduğu görülmektedir. Araştırma grubundan elde edilen veriler ışığında ulaşılan sonuçlar şunlardır:

- Yapılan istatiksel analizler sonucunda, katılımcıların bağlanma boyutları ile aldatma eğilimleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Burada,

yeni evli bireylerin kaygılı bağlanma boyutu ve kaçıngan bağlanma boyutu yükseldikçe aldatma eğilimlerinin de yükseldiği görülmektedir.

- Katılımcıların bağlanma boyutları ile duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, yeni evli bireylerin kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutlarının artması bilişsel yeniden değerlendirme stratejisini kullanmalarını azaltmaktayken; kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutlarının artması baskılama stratejisini kullanmalarını arttırmaktadır.
- Katılımcıların duygu düzenleme stratejileri ile aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı incelendiğinde, yeni evli bireylerin aldatma eğilimleri ile duygu düzenleme stratejilerinden baskılama yöntemi ilişkili iken; bilişsel yeniden değerlendirme yöntemi aldatma eğilimleri ile ilişkili değildir. Yani, yeni evli bireylerin duygu düzenlemede baskılama yöntemini kullanmaları arttıkça aldatma eğilimleri de artmaktadır.
- Katılımcıların bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenleme stratejilerinin aracılık rolü görülmemiştir. Diğer bir ifadeyle, kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı ilişkiler görülmesine rağmen duygu düzenleme stratejilerinin (bilişsel yeniden değerlendirme ve baskılama), bu ilişkiler üzerinde aracılık rolünden söz edilememektedir. Yani, kaygılı ve kaçıngan bağlanma boyutlarının yükselmesiyle yeni evli bireylerin aldatma eğilimlerinde artış olmasında duygu düzenleme stratejilerinin anlamlı bir etkisi yoktur.

Literatürde bu üç değişkenin bir arada incelendiği araştırmalara rastlanılmamasından ötürü bu çalışma önemli bir kaynak olarak görülmüştür.

4.3. Sınırlılıklar ve Öneriler

Araştırmadan elde edilen bulgular değerlendirildiğinde daha önce yapılan çalışmalar ile benzer sonuçlar elde edilemediği ve beklenen şekilde sonuçlanmadığı söylenebilir. Ayrıca bu konu üzerinde çalışmaların eksik olması başka kaynaklarla karşılaştırma yapabilmeyi zorlaştırmıştır. Sonuçlara bakıldığında, çalışmada bazı sınırlılıkların olduğu görülmüştür. İlk olarak, çalışmanın yapıldığı tarih aralığının Pandemi dönemine denk gelmesi katılımcı bulmayı zorlaştırmıştır. Çünkü çalışmanın örneklemi en fazla 5 yıldır evli olan bireylerden oluşmaktadır ve Pandemi dolayısıyla

evlilik tarihlerinin ertelenmesi söz konusudur. Bu yüzden örneklem sayısı sınırlı kalmış ve çalışmanın katılımcı sayısı, örneklemi genel popülasyona genellemeyi kısıtlamıştır. Bu sebeple, gelecekteki çalışmalar için örneklemin farklılaşması ve daha geniş bir örneklem grubuyla çalışılması tavsiye edilebilir.

Diğer bir sınırlılık ise araştırma verilerinin elektronik anket yoluyla toplanmasıdır. Bu yöntem yaygın ve riskli bir metot yanlılığını ifade etmektedir. Her katılımcının online platforma uyum sağlayamamış olabileceği, soruları samimi bir şekilde cevaplamamış olabilecekleri ve fiziksel ortamlarının uygun olup olmadığının bilinmemesi etkili olabilir. Bu yüzden gelecek çalışmalarda başka veri toplama yöntemlerinin de -örneğin; somut bir anket çıktısı verilebilir, birebir görüşmeler yapılabilir- kullanılması faydalı olabilir.

Diğer bir sınırlılık ise çalışmaya katılan kadın ve erkek sayısında büyük farklılık (145 kadın, 50 erkek) olmasıyla açıklanabilir. Bu fark, bazı demografik özelliklerin dağılımını etkilemiş olabilir. Bu kısıtlılık, homojen dağılımı bozabilir ve bazı değişkenler arasındaki ilişkileri (cinsiyet farklılığı, tanışma şekilleri, eğitim düzeyi, gelir düzeyi vb.) yanıltmış olabilir. Bu dağılımın daha homojen olabilmesi için gelecek çalışmalarda katılımcı sayısının arttırılması ve ülkenin her kesiminden katılımcıya ulaşılması faydalı olabilir.

Ek olarak, araştırmanın en fazla 5 yıldır evli bireylerle yapılmış olması bulguları karşılaştırma açısından eksiklik yaratabilir. En fazla 5 yıldır evli olan yeni evli bireylerle 5 yıldan daha fazla evli olan bireylerin sonuçlarını karşılaştırarak daha kapsamlı bir çalışma elde edilebilir. Ayrıca literatürde bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejilerini birlikte ele alan araştırmalara rastlanılmadığı için gelecek çalışmalarda sadece yeni evli bireyler için değil, genel olarak evli bireyler için bu değişkenlerin ilişkisine bakılabilir.

Ayrıca, yeni evli olma evresinin koşullarından olan çocuk sahibi olmamak şartı bu araştırmada dikkate alınmamıştır. Çünkü evlilik ve çocuk sahibi olmanın kültürel bir olgu olduğu düşünülmüş, Türkiye'de yeni evlenmiş bireylerin çocuk sahibi olmak isteyebilecekleri dikkate alınarak demografik bilgilere çocuk sayısı da açık uçlu soru olarak eklenmiştir. Fakat yeni evli bireylerle yapılacak gelecek çalışmalarda çocuk sahibi olmama kriteri göz önünde bulundurularak daha detaylı çalışmalar ortaya konulabilir.

Son olarak, çalışmada kesitsel (cross-sectional) araştırma yönteminin kullanılmış olması dezavantaj sağlamış olabilir. Pandemi dönemiyle alakalı olarak, evlilik ve ilişki dengeleri çok değişken olabilir. Özellikle duygu düzenleme ve aldatma eğilimleri tutarlı olmayabilir. Bu sebeple, daha tutarlı sonuçlar elde edebilmek için gelecek çalışmalarda bağlanma boyutları, aldatma eğilimi ve duygu düzenleme stratejilerini çalışırken boylamsal (longitudinal) bir çalışma yürüterek sadece yeni evliler için değil, genel olarak evli bireylerin aldatma eğilimi diğer iki değişkenle (bağlanma boyutları ve duygu düzenleme stratejileri) birlikte incelenebilir.

EKLER

EK 1
Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu araştırma Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Elif Adaylar tarafından tez kapsamında uygulanmaktadır. Araştırma, Dr. Öğr. Üyesi Gizem Ateş gözetiminde yürütülmektedir. Araştırma sırasında toplanan veriler klinik pratiğe katkı sağlamak ve daha etkin bir terapi süreci oluşturabilmek amacıyla kullanılacaktır. Bu araştırma sırasında size çeşitli ölçekler verilecek ve bu ölçekleri eksiksiz ve doğru bir şekilde doldurmanız istenecektir. Araştırma sırasında vereceğiniz bilgiler tamamen gizli tutulacak ve bu bilgilerden hareketle kişisel bir değerlendirme yapılmayacaktır. Alınan veriler sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Bu çalışma Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Araştırma sırasında sebep bildirmeksizin çalışmayı bırakabilirsiniz. Çalışma bittikten sonra araştırma ile ilgili karşılaşabileceğiniz bir sorunu bildirmek veya araştırma hakkında bilgi almak için adaylarelif@gmail.com adresine e-mail atabilirsiniz.

Teşekkürler.

Yukarıdaki araştırmanın amacını ve içeriğini belirten açıklamaları okudum, anladım ve araştırmaya katılmayı,

□ Kabul ediyorum

EK 2
Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı,

Aşağıdaki soruları yanıtlayarak, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tez araştırmasında verilerin toplanmasına katkı sağlamış olacaksınız. Elde edilen verilerin bilimsel amaçlı değerlendirilmesi ve güvenilir olması için, size verilen soruları size göre doğru ve samimi bir şekilde cevaplamanız önemlidir. Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Cevaplanmamış soruları olan formlar değerlendirilmeye alınmayacaktır. Bu sebeple tüm soruları eksiksiz doldurduğunuzdan lütfen emin olunuz. Cevaplarınız ve kişisel bilgileriniz kesinlikle gizli tutulacak ve toplu olarak değerlendirilip yalnızca bu araştırma için kullanılıcaktır. Bireysel değerlendirme yapılmayacağı için isim bilgisi alınmayacaktır.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

1- Cinsiyetiniz:
2- Yaşınız:
3- Eğitim durumunuz nedir?

( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek lisans ve doktora

4- Sizce hangi ekonomik gelir düzeyine girersiniz?

( ) Alt ( ) Alt-Orta ( ) Orta ( ) Üst-Orta ( ) Üst

5- Çalışıyor musunuz?

( ) Evet ( ) Hayır ( ) Emekli

6- Ne kadar süredir evlisiniz? (yıl ve ay belirtiniz):
7- Eşinizle tanışma şekliniz aşağıdakilerden hangisi?

( ) Görücü usulü (aile, akraba, komşu vb.)

( ) Tanıdık veya arkadaşlar aracılığıyla

( ) sosyal medya/internet aracılığıyla

( ) Sosyal ortamda/dışarıda

( ) Diğer

8- Şu anki evliliğiniz kaçıncı evliliğiniz?
9- Sahip olduğunuz çocuk sayısı?
10- Daha önce herhangi bir psikolojik yardım aldınız mı?

( ) Evet (Bireysel terapi, Çift terapisi, İlaç tedavisi):

( ) Hayır

EK 3
Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

EK 4
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE-II):

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

EK 5
Duygu Düzenleme Anketi (DDA)

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

KAYNAKÇA

Ainsworth, M. D., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*(1), 49–67. https://doi.org/10.2307/1127388

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation.* Lawrence Erlbaum.

Aka, B. T. (2011). *Perceived parenting styles, emotion recognition, and emotion regulation in relation to psychological well-being: Symptoms of depression, obsessive-compulsive disorder, and social anxiety.* (Yayınlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Akdur, S., & Aslan, B. (2017). Duygusal Zekâ ile İlişki Doyumu Arasında Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Romantik Kıskançlığın Aracı Rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi (NPD), 9-71*. Doi: 10.7816/nesne-05-09-04.

Alaçam, S. (2020). *Evli bireylerde evlilik doyumu aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* (Yüksek Lisans tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.

Alder, M. C., Yorgason, J. B., Sandberg, J. G., & Davis, S. (2018). Perceptions of Parents' Marriage Predicting Marital Satisfaction: The Moderating Role of Attachment Behaviors. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 17*(2), 146 164. https://doi.org/10.1080/15332691.2017.1372834

Allen, E. & Baucom, D.K. (2004). Adult Attachment and Patterns of Extra Dyadic Involvement. *Family Process,* 43, 4, 467.

Allen, E. S., Atkins, D.C., Baucom, D. H., Snyder, D. K., Gordon, K. C., & Glass, S. P. (2005). Intrapersonal, Interpersonal, and Contextual Factors in Engaging in and Responding to Extramarital Involvement. *Clinical Psychology: Science and Practice, 12 (2), 101-130*. https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi014

Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M, Markman, H. J., Williams, T., Melton, J., &Clements, M. L. (2008). Premarital Precursors of Marital Infidelity. *Family Process, 47 (2), 243-259.*

Amidon, A.D. (2007). *Intimate Relationships: Adult Attachment, Emotion Regulations, Gender Roles and Infidelity.* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). University of Texas, Austin, USA.

Atkins, D. C., Dimidjian, S., & Jacobson, N. S. (2001). Why do people have affairs? Recent research and future directions about attributions for extramarital involvement. In V. Manusov & J. H. Harvey (Eds.), *Attribution, communication behavior, and close relationships*. New York: Cambridge University Press.

Atkins, D. C., Yi, J., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity in Couples Seeking Marital Therapy. *Journal of Family Psychology, 19*(3), 470–473. https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.3.470

Atkins, D. C., Baucom, D. H., & Jacobson, N. S. (2001). Understanding Infidelity: Correlates in a National Random Sample. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 735–749. https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.735

Atkins, D. C, Dimidjian, S., & Jacobson, N. S. (2001). *Why do people have affairs? Recent research and future directions about attributions for extramarital affairs.* In V.

Manusov & J. H. Harvey (Eds.), Attribution, communication behavior, and close relationships (pp. 305-319). Cambridge, England: Cambridge University Press.

Atwood, J. D., & Seifer, M. (1997). Extramarital Affairs and Constructed Meanings: A Social Constructionist Therapeutic Approach. *American Journal of Family Therapy*, *25*(1), 55–75. https://doi.org/10.1080/01926189708251055

Aydemir, C. (2018). *The mediatıng role of emotıon regulatıon ın relatıon to perceıved parental psychologıcal control and adult separatıon anxıety.* (Yüksek Lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bader, E. L. (1985). Marriage as a Stage in the Family Life Cycle. *Canadian family physician Medecin de famille canadien*, *31*, 1643–1645.

Barnes, S. M., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rodge, R. D. (2007). The Role of Mindfulness in Romantic Relationship Satisfaction and Responses to Relationship Stress. *Journal of Marital and Family Therapy. 33.* 482-500. 10.1111/j.1752-0606.2007.00033.x.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173–1182. https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(2), 226–244. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226

Bell, R., Turner, S., & Rosen, L. (1975). A Multivariate Analysis of Female Extramarital Coitus. *Journal of Marriage and Family, 37*(2), 375-384. doi:10.2307/350971

Besharat, M.A., & Shadidi, V. (2014). Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies on the Relationship Between Attachment Styles and Alexithymia. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2):352-362. DOI:10.5964/ejop.v10i2.671

Bird, G., & Melville, K. (1994). *Families and Intimate Relationships*. London: McGraw-Hill, Inc.

Boğda, D., & Şendil, G. (2012). Investigating Infidelity Tendency And Conflict Management Based On Attachment Styles And Gender. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (40), 205-219. https://dergipark.org.tr/tr/pub/esosder/issue/6154/82693

Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion Regulation Predicts Marital Satisfaction: More Than a Wives' Tale. *Emotion 14(1)* -130-144. DOI: 10.1037/a0034272.

Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in Committed Relationships II: A Substantive Review. *Journal of Marital and Family Therapy, 31*(2), 217–233. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01556.x

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment. Attachment and Loss.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol. 2: Separation: anxiety and anger.* New York, NY: Basic Books.

Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds.* London: Tavistock.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. Vol. 3: Loss, Sadness and Depression*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development.* Basic Books.

Bowlby, J. (2013). *Bağlanma.* (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Bowlby, J. (2014). *Ayrılma.* (M. Günay, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Bradbury, T. N. (Ed.). (1998). *The developmental course of marital dysfunction.* Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9780511527814

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). The Guilford Press.

Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The Social Consequences of Expressive Suppression. *Emotion*, 3(1):48-67. doi: 10.1037/1528-3542.3.1.48.

Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships, 15*(1), 141–154. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x

Cabral, J., Matos, P. M., Beyers, W., & Soenens, B. (2012). Attachment, emotion regulation and coping in Portuguese emerging adults: a test of a mediation hypothesis. *The Spanish journal of psychology, 15*(3), 1000–1012. https://doi.org/10.5209/rev_sjop.2012.v15.n3.39391.

Campbell, A. M. (2009). *How selected personality factors affect the relationships betweenmarital satisfaction, sexual satisfaction, and infidelity.* (Doktora tezi). Tech University, USA.

Cann, A., & Baucom, T. R. (2004). Former Partners and New Rivals as Threats to a Relationship: Infidelity Type, Gender, And Commitment as Factors Related to Distress and Forgiveness. *Personal Relationships, 11*(3), 305–318. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00084.x

Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, Working Models of Others, and Relationship Functioning. *Journal of Personality and Social Psychology* 66, 127-140.

Carter EA, McGoldrick M. *The Family Life Cycle and Family Therapy.* In: Carter EA, McGoldrick M, eds. The family life cycle: a framework for family therapy. New York: Gardner, 1980: 3-19.

Chopik, W. J., Edelstein, R. S., & Fraley, R. C. (2013). From the Cradle to the Grave: Differences in Attachment from Early Adulthood to Old Age. *Journal of Personality, 81*(2), 171–183. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2012.00793.x

Cylmer, S. R., Ray, R. E., Trepper, T. S., & Pierce, K. A. (2006). The Relationship among Romantic Attachment Style, Conflict Resolution Style and Sexual Satisfaction. *Journal of Couple and Relationship Therapy, 5(1),* 71-89, DOI: 10.1300/J398v05n01_04.

Cole, P. M., Dennis, T. A., Smith-Simon, K. E., & Cohen, L. H. (2009). Preschoolers' Emotion Regulation Strategy Understanding: Relations with Emotion Socialization and Child Self- regulation. *Social Development, 18:324-52.* https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2008.00503.x

Cole-Detke, H., & Kobak, R. (1996). Attachment Processes in Eating Disorder and Depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*(2), 282290. https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.2.282

Cook, W. L. (2000). Understanding Attachment Security in Family Context. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(2), 285–294. https://doi.org/10.1037/0022 3514.78.2.285

Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1380–1397. https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1380

Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(2), 218–235. https://doi.org/10.1521/jscp.24.2.218.62270

Crowell, J. A., Treboux, D., & Waters, E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental Psychology, 38*(4), 467–479. https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.4.467

Cüceloğlu, D. (2017). *Evlenmeden önce.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 1 (3):240-255. https://dergipark.org.tr/tr/pub/pgy/issue/11164/133457.

Çavuşoğlu, Ş.Z. (2011). *Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Çıkıt, B. (2017). *Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi.* Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(5), 783–802. https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.5.783

Davis, D., Shaver, F. R., & Widaman, K. (2006). "I can't get no satisfaction": Insecure attachment, inhibited sexual communication, and sexual dissatisfaction. *Personal Relationships, 13(4):465 – 483.* DOI:10.1111/j.1475-6811.2006.00130.x

Del Giudice, M. (2014). Middle childhood: An evolutionary-developmental synthesis. *Child Development Perspectives, 8*(4), 193–200. https://doi.org/10.1111/cdep.12084

Demirtaş, A. S. (2018). Duygu Düzenleme Stratejileri ve Benlik Saygısının Mutluluğu Yordayıcılığı. *Turkish Studies, 13(11):* 487-503. DOI:http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13465

Diehl, M., Elnick, A. B., Bourbeasu, L. S., & Labouvie-Vief, G. (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of Personality and Social Psychology, 74,* 1656-1669.

Doron, G., Moulding, R., Nedeljkovic, M., Kyrios, M., Mikulincer, M., &Sar-El, D. Adult attachment insecurities are associated with obsessive compulsive disorder. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice,* 85(2):163-78. DOI:10.1111/j.2044-8341.2011.02028.x

Drigotas, S.M., & Barta, W. (2001). The cheating heart: Scientific explorations of infidelity. *Current directions in psychological science,* 10 (5), 177-180.

Duba, J. D., Kindsvatter, A., & Lara, T. (2008). Treating Infidelity: Considering Narratives of Attachment. *The Family Journal, 16*(4), 293–299. https://doi.org/10.1177/1066480708323198

Duvall, E. M., & Hill, R. L. (1948). Report of the committee on the dynamics of family interaction. Working paper prepared for the National Conference on the Family, Washington, DC.

Egan, V. & Angus, S. (2004). Is social dominance a sex-specific strategy for infidelity? Personality and Individual Differences, 36 (3), 575 – 586.

Eldeleklioğlu, J., & Eroğlu, Y. (2015). A Turkish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *International Journal of Human Sciences, 12(1).*

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 281–291. https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology,* 58(2), 281-191.

Feeney, J.A., Noller, P. & Patty, J. (1993). Adolescents' interactions with the opposite sex: Influence of attachment style and gender, *Journal of Adolescence*, 16:2, 169.

Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns and satisfaction across the life cycle of marriage. *Personal Relationships, 1*(4), 333–348. https://doi.org/10.1111/j.1475- 6811.1994.tb00069.x

Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships, 2*(2), 143–159. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00082.x

Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 355–377). The Guilford Press.

Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships,* 9, 39-55.

Fernandez, A. M., Vera-Villarroel, P., Sierra, J. C., & Zubeidat, I. (2007). Distress in to Emotional and Sexual Infidelity: Evidence of Evolved Gender Differences in Spanish Students. *The Journal of Psychology, 141:1, 17-24*, DOI: 10.3200/ JRLP.141.1.17-24

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of attachment dynamics in separating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(5), 1198–1212. https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.5.1198

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*(2), 132–154. https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132.

Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships—Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment, 23*(3), 615–625. https://doi.org/10.1037/a0022898.

Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barron, K. E. (2004). Testing Moderator and Mediator Effects in Counseling Psychology Research. *Journal of Counseling Psychology, 51*(1), 115–134. https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.1.115

Fricker J. Predicting infidelity: *The role of attachment styles, lovestyles, and the investment Model.* (Doctoral thesis). Melbourne, Australia: Swinburne University of Technology; 200

Garnefski, N., Van Den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European Journal of Personality, 16(5),* 403–420. doi:10.1002/per.458

George, D., & Mallery, M. (2010*). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update,* 10th Edition, Pearson, Boston.

Glass, S. P., & Wright, T. L. (1977). The relationship of extramarital sex, length of marriage, and sex differences on marital satisfaction and romanticism: Athanasiou's data reanalyzed. *Journal of Marriage and the Family, 39*(4), 691–703. https://doi.org/10.2307/350475

Glass, S. P., & Wright, T. L. (1985). Sex differences in type of extramarital involvement and marital dissatisfaction. *Sex Roles: A Journal of Research, 12*(9-10), 1101–1120. https://doi.org/10.1007/BF00288108

Glick, P. (1989). The Family Life Cycle and Social Change. *Family Relations, 38*(2), 123-129. doi:10.2307/583663

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2013). *Family Therapy (8th ed.).* Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.

Golijani-Moghaddam, Nima. (2014). Applying family life cycle concepts in psychological practice with children and young people. *Applied Psychological Research Journal*. 1. 10.18552/aprj.v1i2.130.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*(2), 221–233. https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.2.221

Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2008). Gottman method couple therapy. In A. S. (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 138–164). The Guilford Press.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26(1),* 41–54. http://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94

Green, M. C., & Sabini, J. (2006). Gender, socioeconomic status, age, and jealousy: Emotional responses to infidelity in a national sample. *Emotion, 6*(2), 330–334. https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.2.330

Greeley, A. M. (1991*). Faithful attraction: Discovering intimacy, love, and fidelity in American marriage*. New York: Tom Doherty Associates.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press.

Gross, J. J. (1998a). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(1), 224–237. https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224

Gross, J. J. (1998b). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271–299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39 (3), 281-291.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Güçlü, O., Şenormancı, Ö., Şenormancı, G., & Köktürk, F. (2017). Gender differences in romantic jealousy and attachment styles. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology, 27*(4), 359–365. https://doi.org/10.1080/24750573.2017.1367554

Güngör, A. (2009). *Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık ve Duygusal Zeka Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi.* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.

Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(5), 508.

Harris, C. R. (2003). A review of sex differences in sexual jealousy, including self-report data, psychophysiological responses, interpersonal violence, and morbid jealousy. *Personality and Social Psychology Review, 7*(2), 102-128. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0702_102-128

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511–524. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry, 5*(1), 1–22. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1

Henschel, S., Nandrino, J.-L., & Doba, K. (2020). Emotion regulation and empathic abilities in young adults: The role of attachment styles. *Personality and Individual Differences, 156, 109763.* doi:10.1016/j.paid.2019.109763.

Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal Mübadele: Evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11 (36), 12-24.

Hunt, M. (1976). Sexual behavior in the 1970s. New York: Dell.

Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(2), 237–252. https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.237

Isen, A. M. (1999). Positive affect. In T. Dalgleish & M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 521–539). John Wiley & Sons Ltd. https://doi.org/10.1002/0470013494.ch25

Izard, C. E. (1993). Four systems for emotion activation: Cognitive and noncognitive processes. *Psychological Review, 100*(1), 68–90. https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.1.68

Jackson, J. J., & Kirkpatrick, L. A. (2007). The structure and measurement of human mating strategies: Toward a multidimensional model of sociosexuality. *Evolution and Human Behavior, 28*(6), 382–391. https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2007.04.005

Janus, S. S., & Janus, C. L. (1993). *The Janus Report on sexual behavior*. New York: Wiley.

John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334. http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x

Joshi, S., & Thingujam, N. (2009). Perceived Emotional Intelligence and Marital Adjustment: Examining the Mediating Role of Personality and Social Desirability. *Journal of the Indian Academiy of Applied Psychology.* 35.

Kaighobadi, F., Shackelford, T., & Buss, D. M. (2010). Spousal mate retention in the newlywed year and three years later. *Personality and Individual Differences, 48*, 414–418. doi:10.1016/j.paid.2009.11.008.

Kankaya, D. (2015). *Evli bireylerde aldatma eğilimi ve cinsel yaşam*. (Yüksek Lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kantarcı, D. (2009*). Evli bireylerin bağlanma stillerine göre adatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi.* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Kaya, N. (2019). *İyi Toplum Yoktur*. İstanbul: İthaki Yayınları.

Kirkpatrick, L. A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships, 1*(2), 123–142.

Knobloch, L. K., Solomon, D. H., & Cruz, M. G. (2001). The role of relationship development and attachment in the experience of romantic jealousy.Personal Relationships,8(2), 205, 22.

Knodel, J., VanLandingham, M., Saentienchai, C., & Pramualratana, A. (1996). Thai views of sexuality and sexual behaviour. *Health Transition Review, 6,* 179-201.

Knodel, J., Low, B., Saengtienchai, C., & Lucas, R. (1997) An Evolutionary Perspective on Thai Sexual Attitudes and Behavior. *The Journal of Sex Research, 34 (3),* 292-303.

Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(6), 861–869.

Kumar, R. (1996). *Research methodology: A step-by-step guide for beginners.* Melbourne: Addison Wesley Longman Australia Pty Limited.

Kurdek, L. A. (1998). The nature and predictors of the trajectory of change in marital qualityover the first 4 years of marriage for first-married husbands and wives. *Journal of Family Psychology, 12*(4), 494–510.

Lazarus, R. S. (2006). Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of personality, 74*(1), 9–46. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00368.x

Levenson, R. W., Bloch, L., & Haase, C. M. (2014). Emotion Regulation Predicts Marital Satisfaction: More Than a Wives' Tale. *Emotion,* Vol 14(1), 130-144.

Levy, K. N., & Kelly, K. M. (2010). Sex differences in jealousy: A contribution from attachment theory. *Psychological Science, 21*(2), 168–173.

Linehan, M. M. (1987). Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder: Theory and method. *Bulletin of the Menninger Clinic, 51(3),* 261.

Liu, C. (2000). A Theory of Marital Sexual Life. *Journal of Marriage and Family, 62*(2), 363-374.

Lopez, J. L., Riggs, S. A., Pollard, S. E., & Hook, J. N. (2011). Religious commitment, adult attachment, and marital adjustment in newly married couples. *Journal of Family Psychology, 25*(2), 301–309.

Main, M., & Goldwin, R. (1984). Predicting rejection of her infant from mother's representation of her own experience: Implications for the abused-abusing intergenerational cycle. *Child Abuse and Neglect,* 8, 203-217.

Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1-2), 66–104.

Malkoç, B. (2001). *The relationship between communication patterns and marital adjustment.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Malkoç, B. (2001). The relationship between communication patterns and marital adjustment. (Unpublished Master's Thesis). Middle East Technical University, Ankara, Turkey.

Manzeske, D. P., & Stright, A. D. (2009). Parenting styles and emotion regulation: The role of behavioral and psychological control during young adulthood. *Journal of Adult Development, 16*(4), 223–229. https://doi.org/10.1007/s10804-009-9068-9.

Marco Del, Giudice. (2011). Sex differences in romantic attachment: a meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin, 37(2):193-214.*

Mennin, D. S., Heimberg, R. G., Turk, C. L., & Fresco, D. M. (2002). Applying an emotion regulation framework to integrative approaches to generalized anxiety disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice, 9(1),* 85-90.

Mennin, D. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating components of emotion and its dysregulation in anxiety and mood psychopathology. *Behavior therapy*, *38*(3), 284–302. https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.09.001

Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology, 74,* 1092-1106.

Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal of and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*(4), 406–414.

Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: Threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology, 83*(4), 881–895.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77–102.

Mikulincer, M., & Florian, V. (2003). *Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health.* En J. O. Fletcher & M. S. Clark (Eds.), Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes (pp. 535-557). Berlin Blackwell.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships,* 12(2), 149-168.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change.* New York: Guilford.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Berant, E. (2013). An attachment perspective on therapeutic processes and outcomes. *Journal of Personality* 81(6), 606-616.

Miller, R. B., Nunes, N. A., Bean, R. A., Day, R. D., Falceto, O. G., Hollıst, C. S., Fernandes, C. L. (2014). Marital Problems and Marital Satisfaction Among Brazilian Couples. *The American Journal of Family Therapy,* 42:153–166.

Mondor, J., McDuff, P., Lussier, Y., &Wright, J. (2011). Couples in therapy: Actor-partner analyses of the relationships between adult romantic attachment and marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy,* 39(2), 112–123.

Montoya, A. K., & Hayes, A. F. (2017). Two-condition within-participant statistical mediation analysis: A path-analytic framework. *Psychological Methods, 22*(1), 6–27. https://doi.org/10.1037/met0000086

Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houltberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives, 11*(4), 233–238. https://doi.org/10.1111/cdep.12238.

Murphy, B., & Bates, G. W. (1997). Adult attachment style and vulnerability to depression. *Personality and Individual Differences, 22*(6), 835–844.

Müezzinoğlu, S. (2014). *Romantik ilişkilerde aldatma: Bağlanma boyutları, kişilik özellikleri ve ilişki bağlanımı*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Nannini, D. K. & Meyers L.S. (2000). Jealousy in sexual and emotional infidelity: An alternative to the evolutionary explanation. *The Journal of Sex Research*. 37 (2), 117-122.

Nichols, M. P. (2010). Family therapy: Concepts and methods, 9 th ed. Boston: Pearson.Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family, 45*(1), 141–151.

Niemic CP, Warren K (2002) Studies of emotion. A Theoretical and Empirical Review of Psychophysiological Studies of Emotion. JUR Rochester 1:15-9.

Nock, S. L. (1979). The family life cycle: Empirical or conceptual tool? *Journal of Marriage and the Family*, 41, 1.

Norton, A. J. (1980). The influence of divorce on traditional life-cycle measures. *Journal of Marriage and the Family,* 42, 63-69.

Norton, A. J. (1983). Family life cycle:1980. *Journal of Marriage and the Family,* 45, 267-275.

Norton, A. J., & Glick, P. C. (1986). One parent families: A social and economic profile. *Family Relations,* 35, 9-17.

Oliver, M. B., & Hyde, J. S. (1993). Gender differences in sexuality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 114*(1), 29–51. https://doi.org/10.1037/0033-2909.114.1.29

Olson, M. M., Russell, C. S., Higgins-Kessler, M., & Miller, R. B. (2002). Emotional processes following of an extramarital affair. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 423-434.

Önder, S. (2019). *Romantik Kıskançlık, Aldatmaya Yönelik Niyet ve Mutluluk.* (Yüksek Lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: Lefkoşa.

Parman, T., (2019). Bağımlılıktan bağlanmaya: insan oluşun temeli olarak bağlanmak. Parman. T. (Der.), *Psikanaliz yazıları* (ss. 39). İstanbul: Bağlam.

Parman, T. (2015). Annelik üzerine: Bir psikanalitik sözlük denemesi. Parman, T. (Der.), *Psikanaliz yazıları*, (ss.15-21). İstanbul: Bağlam.

Parrott, G., & Harre, R. (1996) Some complexities in the study of emotions. *The emotions: Social, cultural and biological dimensions,* R Harré, WG Parrott (Ed), Sage.

Pascuzzo, K., Cyr, C., & Moss, E. (2013). Longitudinal association between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. *Attachment & Human Development, 15*(1), 83–103.

Polat,D.(2006). Evli bireylerin evlilik uyumları,aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara. Ankara Üniversitesi.

Püsküllüoğlu, A. (1997). Arkadaş türkçe sözlük. (2. Baskı). Ankara: Arkadaş Yayıncılık.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879–891. https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879.

Previti, D., & Amato, P. R. (2004). Is infidelity a cause or a consequence of poor marital quality? *Journal of Social and Personal Relationships, 21*(2), 217–230.

Reis, S., & Grenyer, B. F. S. (2004). Fear of ıntimacy in women: relationship between attachment styles and depressive symptoms. *Psychopathology, 37*(6), 299–303.

Reutter, K. K., & Bigatti, S. M. (2014). Religiosity and spirituality as resiliency resources: moderation, mediation, or moderated mediation. *Journal for the Scientific Study Religion, 53 (1).* 56–72.

Rimé B (2007) Interpersonal emotion regulation. *Handbook of emotion regulation*, 2. Baskı, JJ Gross (Ed), Guilford Press: 466-8.

Rusbult, C. E., Bissonnette, V. L., Arriaga, X. B., & Cox, C. L. (1998). Accommodation processes during the early years of marriage. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 74–113). Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9780511527814.005.

Russell, V. M., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage? *Journal of Family Psychology, 27(2), 242–251.*

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., & Coston, T. D. (2001). Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *The Journal of Social Psychology,* 141(4):523-36. DOI:10.1080/00224540109600569.

Segal, D. L., Needham, T. N., & Coolidge, F. L. (2009). Age Differences in Attachment Orientations among Younger and Older Adults: Evidence from Two Self-Report Measures of Attachment. *The International Journal of Aging and Human Development, 69(2),* 119–132. doi:10.2190/ag.69.2.c

Sharpsteen, D. J., & Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(3), 627–640.

Sullivan, K. T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effects of religiosity on newlywed couples. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 610–626.

Solomon, M. A. (1973). Developmental conceptual premise for family therapy. *Fam Process,* 12:179-88.

Stahmann, R. F., & Hiebert, J. (1980). Premarital counselling. Lexington, MA: D.C. Heath & Co.

Subotnik, R. (2007). Cyber-infidelity. In P. R. Peluso (Ed.), Infidelity: A practitioner's guide to working with couple in crisis (pp. 169-190). New York: Taylor and Francis.

Shoutham-Gerow MA (2014) Çocuklarda ve ergenlerde duygusal düzenleme. Uygulayıcının rehberi (Şahin M. Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayınevi.

Sabatalli,R.M., Buck,R. & Kenny,D.A. (1986). A social relations analysis of nonverbal communication accuracy in married couples. *Journal Of Personality,* 54 (3), 513-527.

Solomon, M. F. (2009). Attachment repair in couples therapy: A prototype for treatment of intimate relationships. *Clinical Social Work Journal,* 37, 214– 223

Solomon, S. D., ve Teagno, L. J. (2011) "Making up is hard to do" – Couples Therapy After Infidelity. Erişim tarihi: 2014. https://www.continuingedcourses.net/active/courses/course047.php

Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-24.

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development, 4*(2), 133–161.

Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(5), 971–980.

Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Psychometric evaluation of adult attachment measures on Turkish samples and a cross-cultural comparison. *Turkish Journal of Psychology, 14*(43):71-109.

Sümer, S., & Arıcak, T. (2018). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları, 3(6): 6-13.*

Sümer, N., Selçuk, E., Günaydın, G., & Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (16) 1-11.

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *American Journal of Family Therapy, 31*(3), 143–157.

Sungur, M. (2017). *Sen, Ben ve Aramızdaki Her Şey.* (46. Baskı). Büyükada Yayıncılık:İstanbul.

Subotnik, R. (2007). Cyber-infidelity. P. R. Peluso (Ed.), Infidelity: A practitoner's guide to working to working with couple in crisisiçinde (s. 169-190). New York: Taylor and Francis.

Seyfi, S. (2017). *Evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi.* (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Spanier, G. B., & Margolis, R. L. (1983). Marital separation and extramarital sexual behavior. *Journal of Sex Research, 19*(1), 23–48.

Solomon, D. H., Knobloch L. K., & Fitzpatrick M. A. (2004). Relational power, marital schema, and decisions to withhold complaints: An investigation of the chilling effect on confrontation in marriage. *Communication Studies,* 55(1), 146-167.

Seal, D. W., Agostinelli, G., & Hannett, C. A. (1994). Extradyadic romantic involvement: Moderating effects of sociosexuality and gender. *Sex Roles: A Journal of Research, 31*(12), 1–22.

Sprecher, S., Regan, P. C., & McKinney, K. (1998). Beliefs about the outcomes of extramarital sexual relationships as a function of the gender of the "cheating spouse." *Sex Roles: A Journal of Research, 38*(3-4), 301–311.

Shackelford, T. K., & Buss, D. M. (1997). Cues to Infidelity. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*(10), 1034–1045.

Şatıroğlu, G. (2017). *Evli bireylerde aldatma eğilimi, bilişsel duygu düzenleme ve kişilik özellikleri*. (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Thibaut, J. W., &Kelley, H. H. (1959). Social psychology of groups, New York: Wiley.

Thompson, A. P. (1983). Extramarital sex: A review of the research literature. *The Journal of Sex Research,* 19 (1), 1-22.

Thompson, A.P., (1984). Extramarital sexual crisis common themes and therapy implications, *Journal of Sex and Marital Therapy,* 10 (4), 239-254.

Thompson, R.A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educ Psych Rev,* 3, 269-307.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 25–52, 250–283. https://doi.org/10.2307/1166137

Thompson, A. P. (1984). Emotional and sexual components of extramarital relations. *Journal of Marriage and the Family, 46*(1), 35–42.

Timm, T. M., & Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: a path analysis. *Journal of Sex and Marital Therapy 37(3):206-23.*

Tortamış, M. (2014). *Evli bireylerde romantik kıskançlık ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi.* (Yüksek Lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Entitüsü, Ankara.

Totan, T. (2015). Duygu Düzenlenme Anketi Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirliği. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research,* 3: 153-161.

Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual Infidelity among Married and Cohabiting Americans. *Journal of Marriage and the Family, 62*(1), 48–60.

Tsypes, A., Aldao, A., & Mennin, D. S. (2013). Emotion dysregulation and sleep difficulties in generalized anxiety disorder. *Journal of anxiety disorders, 27(2),* 197-203.

Tulum, S. (2014). *The effects of attachment on marital adjustment in newly married individuals: testing the mediator role of conflict resolution styles.* (Doktora tezi). ODTÜ Sosyal Bilimler Entitüsü, Ankara.

Yumbul, C., Cavusoglu, S., & Geyimci, B. (2010). The effect of childhood trauma on adult attachment styles, infidelity tendency, romantic jealousy and self-esteem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences,* 5, 1741–1745.

Yurtsever, G. (2008). Negotiators' profit predicted by cognitive reappraisal, suppression of emotions, misinterpretation of information, and tolerance of ambiguity. *Perceptual and Motor Skills*, 106, 590-608.

Zhang, F., & Labouvie-Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment & Human Development, 6,* 419-437.

Quinodoz, Jean-Michel. (2017). *Freud'u okumak.* (B. Kolbay ve Ö. Soysal, Çev.). İstanbul: Bağlam.

Waite, L. J., & Joyner, K. (2001). Emotional satisfaction and physical pleasure in sexual unions: Time horizon, sexual behavior, and sexual exclusivity. *Journal of Marriage and Family, 63*(1), 247–264.

Weeks, G. R., Gambescia, N., & Jenkins, R. E. (2003). *Treating infidelity: Therapeutic dilemmas and effective strategies.* New York, NY, W.W. Norton & Co.

Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T.-Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood, and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology, 52*(1), 14–24. https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.1.14

Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L. M., & Zakalik, R. A. (2005). "Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others": Correction to Wei et al. (2005). *Journal of Counseling Psychology, 52*(4), 526.

Werner, K., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 13–37). The Guilford Press.

White, G.L. (1981). Relative involvement, inadequacy, and jealousy. *Alternative Lifestyles*, 4, 291– 309.

Whisman, M. A., Dixon, A. E., & Johnson, B. (1997). Therapists' perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of Family Psychology, 11*(3), 361–366.

Wiederman, M. W., & Allgeier, E. R. (1996). Expectations and attributions regarding extramarital sex among young married individuals. *Journal of Psychology & Human Sexuality, 8*(3), 21–35.

Wiederman, M. W. (1997). Extramarital sex: Prevalence and correlates in a national survey. *Journal of Sex Research, 34*(2), 167–174.

Wile, D. B. (2002). Collaborative couple therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.) Clinical handbook of couple therapy (3rd ed., pp. 281–307). New York, NY Guilford Press.

Williams, K. (2003). Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior, 44*(4), 470–487.