ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK HİSSİ, ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU SEMPTOMLARININ İLİŞKİ DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Zozan AYLUÇTARHAN
201180115
ORCID: 0000-0003-1363-5972

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Kuntay ARCAN

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Şubat, 2023

ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK HİSSİ, ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU SEMPTOMLARININ İLİŞKİ DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Zozan AYLUÇTARHAN
201180115
ORCID: 0000-0003-1363-5972

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Kuntay ARCAN

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Şubat, 2023



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 6698 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 6698 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Psikoterapi süpervizörüm ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Kuntay Arcan'a uzmanlaşma serüvenimdeki tüm öğreti ve yardımları için; jüri hocalarım Doç. Dr. Ferzan Curun ve Dr. Öğr. Üyesi Ayşenur Aktaş'a geri bildirim ve katkıları için teşekkür ederim.

Hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Eren Günseli'ye rol modelim olduğu, koşulsuz mentorluğu ve veri toplamadaki destekleri için; Doç. Dr. Günnur Karakurt'a bana bilim yapmayı öğretip binlerce kilometre öteden dahi ilgi ve varlığını hissettirdiği için teşekkürlerimi sunarım.

Bugün olduğum halimle ben olmamı sağlayan, kendime inanmakta zorlandığımda dahi yapabileceğime güvenen ve mesleki gelişimim söz konusu olduğunda akan suları durduran babam Muzaffer ve annem Sakine'ye minnettarım. Beni daima kollayıp sarmalayan, danıştığım ve dayanıştığım ablalarım Gülistan, Berivan ve abim Serkan'a; kocaman kalbiyle umut ve öğrenme kaynağım olan kardeşim Berfin Helin'e; bir bebekle bağ kurmanın tarifsiz güzelliğini bana tattıran yeğenim Turna'ma teşekkürlerim sonsuz. Onlara yaslanabilmek, zor anlarda ilerlememi sağlayan güç oldu. Yaşamımda değerli bulduğum tüm maceralarımda koşulsuzca yanımda olan, düştüğümde şefkatle kaldıran yol arkadaşlarım Mehmet, Esra ve Berfin'e teşekkürlerimi iletirim. Ne zaman ihtiyaç duysam orada oldular ve ellerinden geleni asla esirgemediler. Terapistlerime teşekkür ederim; kendimle ve yaşamla yakınlaşma, ilişkilerimde derinleşme süreçlerimde eşlikçiliklerinden çok şey öğrendim, sundukları güvenli zeminlerde çok şeyi damıttım.

Sevgili arkadaşlarım Duygu, Tuğba, Hatice, Nisa, Tuba ve Merve'ye sıcaklıkları ve destekleri için kucak dolusu teşekkürler. Onlar olmasaydı bu süreç çekilmez olurdu.

Tez yazım sürecimde şarkılarıyla motivasyon kaynağım olan Kings of Convenience'a, lezzetli kahveleriyle beni besleyen Moda kahvecilerine, meraklı ve keşifçi yanımı kamçılayarak kültürel ve sanatsal kaynaklarıyla beni soluklandıran İstanbul'a, yalnızlığıma, büyümeme ve terapistliğime alan açan güzel evime; son olarak da bildiğim en iyi yollarla daima gözettiğim ve dönüştürdüğüm kendime teşekkürü borç bilirim.

Zozan AYLUÇTARHAN

Şubat, 2023

ÖZET

ROMANTİK İLİŞKİLERDE YAKINLIK HİSSİ, ALGILANAN PARTNER DUYARLILIĞI VE DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU SEMPTOMLARININ İLİŞKİ DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Zozan Ayluçtarhan
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı Adı
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Kuntay Arcan
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2023

Romantik ilişkilerin kişilerin yaşamında pek çok alanı etkilediği bilinmektedir. Araştırmalar doyum, yakınlık ve algılanan partner duyarlılığının (APD) bu etki gücüne sahip önemli değişkenler olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) semptomlarının da ilişkileri etkileyebilen bir faktör olduğu düşünülmektedir. Ancak Türkiye'de DEHB özelliklerinin romantik ilişkiler kapsamındaki etkilerine dair çalışmalar sınırlıdır. Bu araştırma Türkiye'de yaşayan çiftlerden hareketle yakınlık hissi, ilişkide doyum, APD ve DEHB özelliklerinin biribirleriyle ilişkilerini ve ilgili değişkenlerin ilişki doyumunu ne ölçüde yordadığını incelemiştir. Yaşları 18-65 arasında değişen 205 çiftten İlişki Doyumu Ölçeği, Sternberg Aşk Üçgeni Ölçeği, Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği ve Öz Bildirime Dayalı Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Ölçeği ile veriler toplanmıştır. Bulgular, APD ve doyum, APD ve yakınlık, yakınlık ve doyum arasında pozitif yönde, partner DEHB özellikleri ile APD ve doyum arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkilere işaret etmektedir. Partner DEHB'si ve yakınlığın ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Son olarak demografik değişkenler, yakınlık ve APD etkileri kontrol edildiğinde dahi partner DEHB özelliklerinin ilişki doyumunda yordayıcı etkisinin olduğu bulgulanmıştır. Sonuçlar, alanyazın çerçevesinde değerlendirilmiştir.

Anahtar Sözcükler: İlişki Doyumu, Yakınlık, Algılanan Partner Duyarlılığı, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

ABSTRACT

THE EFFECTS OF FEELINGS OF INTIMACY, PERCEIVED PARTNER RESPONSIVENESS, ATTENTION DEFICIT AND HYPERACTIVITY DISORDER SYMPTOMS ON RELATIONSHIP SATISFACTION

Zozan Ayluçtarhan
Master Thesis
Department of Psychology
Clinic Psychology Programme
Thesis Advisor: Asst. Prof. Kuntay Arcan
Maltepe University Graduate School, 2023

The quality of romantic relationships is known to be affecting many areas in people's lives. Research on relationships reveal that especially satisfaction, intimacy, and perceived partner responsiveness (PPR) are critical in these terms. Also, the symptoms of Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD) are thought to be another factor that influence the relationships. However, in Turkey studies on ADHD characteristics and its effect on intimate relationships, are quite shallow. Thus, the aim of this study was to examine the relationship between feelings of intimacy, satisfaction, PPR and ADHD characteristics, based on Turkish couples, and to search the predictive effect of these variables on relationship satisfaction. Data was collected from 205 couples aged between 18-65 years, using the Relationship Satisfaction Scale, the Sternberg Love Triangle Scale, the Perceived Partner Responsiveness Scale, and the Self-Reported Attention Deficit Hyperactivity Disorder Scale. Findings show that there is a positive relationship between PPR and satisfaction, PPR and intimacy, intimacy and satisfaction. Partner's ADHD characteristics are negatively related to PPR and satisfaction; yet no relationship was found with intimacy. Finally, even after controlling demographic variables, intimacy and PPR; ADHD characteristics is shown to have predictive effect on relationship satisfaction. Results have been discussed in light of the literature.

Keywords: Intimacy, Relationship Satisfaction, Perceived Partner Responsiveness. Attention Deficit Hyperactivity Disorder

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZET v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ x
KISALTMALAR xi
1. GİRİŞ 1
1.1 Problem 1
1.2 Amaç 1
1.3 Önem 3
1.4 Varsayımlar 4
1.5 Sınırlılıklar 4
1.6 Tanımlar 5
2. GENEL BİLGİLER 7
2.1 Romantik İlişkilerde Doyum 8
2.2 Romantik İlişkilerde Yakınlık 11
2.3 Algılanan Partner Duyarlılığı 14
2.4 Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu 17
2.4.1 Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu 17
2.4.2 Yetişkinlikte DEHB 18

2.4.3 Yetişkinlikte DEHB ve ilişkiler 19

2.5 İlişki Doyumu, Yakınlık Hissi, APD ve DEHB 21

3. YÖNTEM 24

3.1 Araştırma Modeli 24

3.2 Evren ve Örneklem 24

3.3 Veriler ve Toplanması 27

3.3.1 Demografik bilgi formu 27

3.3.2 İlişki doyumu ölçeği 27

3.3.3 Sternberg'in aşk üçgeni ölçeği 28

3.3.4 Algılanan partner duyarlılığı ölçeği 28

3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması 30

4. BULGULAR VE TARTIŞMA 31

4.1 Bulgular 31

4.1.1 Araştırma değişkenlerindeki farklılıkların demografik özelliklere göre incelenmesi 31

4.1.2 Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon analizi sonuçları 33

4.1.3 İlişki doyumunu yordayan faktörlere yönelik bulgular 34

4.2 Tartışma 35

4.2.1 Grup karşılaştırmalarına yönelik bulguların tartışılması 36

4.2.2 Araştırma değişkenlerinin birbirleriyle ilişkilerine yönelik bulguların tartışılması 41

SONUÇ VE ÖNERİLER 48

KAYNAKLAR 52

EKLER 73
Ek-1: Etik Kurul Kararı 73
Ek-2: Bilgilendirilmiş Onay Formu 74
Ek-3: Demografik Bilgi Formu 75
Ek-4: İlişki Doyumu Ölçeği 76
Ek-5: Sternberg Aşk Üçgeni Ölçeği 77
Ek-6: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği 79
Ek-7: Erişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği 81
ÖZGEÇMİŞ 83

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri..... 26

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimsel Özellikleri..... 30

Tablo 3. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması 32

Tablo 4. Araştırma Değişkenlerinin İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması 33

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları..... 34

Tablo 6. İlişki Doyumunu Yordayan Faktörleri Gösteren Regresyon Analizi Sonuçları 35

KISALTMALAR

APD **:** Algılanan Partner Duyarlılığı

APDÖ **:** Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği

ASRS **:** Erişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği

DEHB **:** Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

Ort. **:** Ortalama

N **:** Toplam Kişi Sayısı

Min. **:** Minimum

Max. **:** Maximum

F **:** Frekans

SS **:** Standart Sapma

p **:** Anlamlılık Düzeyi

t **:** t Testi Değeri

r **:** Korelasyon Katsayısı

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve değişkenlerinin tanımları sunulmaktadır.

1.1 Problem

Yetişkinlik yaşamında kişilerin hayatında büyük ölçüde yer kaplayan ve önem taşıyan alanlardan biri romantik ilişkilerdir. İlişki deneyiminin karmaşık ve dinamik doğası düşünüldüğünde, çift ilişkilerinin temel yapı taşları olarak bilinen etmenlerin yakından araştırılmasının gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Spesifik olarak ilişki doyumu, yakınlık hissi ve algılanan partner duyarlılığı (APD) seviyelerinin ilişkide etki gücü yüksek olan bu temel unsurlardan olduğu bilinmektedir. Bununla beraber, erişkinlikte süregelen bir sorun olan ve yetişkin popülasyonun yaklaşık %4'ünde yansımaları görülen Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) belirtilerinin romantik ilişkilerde oynadığı roller, Türkiye alanyazınında henüz derinlemesine aydınlatılmamış alanlardan biridir. Mevcut çalışmada kişilerin bireysel ilişki doyumu, ilişkide yakınlık ve APD seviyelerinin ve partner DEHB özelliklerinin birbirleriyle ilişkileri, son olarak da çift ilişkilerinde radikal öneme sahip olan ilişki doyumu faktörünü, söz konusu değişkenlerin -yakınlık ve APD, partner DEHB özellikleri- ne ölçüde yordadığı irdelenmiştir.

1.2 Amaç

Bu çalışmada araştırma değişkenlerinin -partner DEHB semptomları, ilişki doyumu, yakınlık ve APD düzeyleri- birbirleriyle olan ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ardından da araştırma değişkenlerinin ilişki doyumunu yordamadaki gücü araştırılmıştır. Bugüne kadar Türkiye'de yapılan araştırmalar yetişkinlerin DEHB özelliklerinin romantik ilişkilerine yansımalarını yeterince ele almamıştır. Bu nedenle mevcut araştırmada DEHB özelliklerinin ilişki doyumu, yakınlığı ve APD ile ilişkisinin ve ilişki doyumu üzerindeki etkilerinin incelenmeye değer olduğu düşünülmüştür.

Buradan hareketle araştırmanın amaçları doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır;

1. Erkek ve kadın katılımcıların ilişki doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Erkek ve kadın katılımcıların APD puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Erkek ve kadın katılımcıların yakınlık puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Erkek ve kadın katılımcıların DEHB puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Evli olan ve sevgili olan katılımcıların ilişki doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Evli olan ve sevgili olan katılımcıların yakınlık puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
7. Evli olan ve sevgili olan katılımcıların APD puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
8. Evli olan ve sevgili olan katılımcıların DEHB puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
9. Katılımcıların ilişki doyumu ve yakınlık puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Katılımcıların ilişki doyumu ve APD puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
11. Katılımcıların APD ve yakınlık puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
12. Katılımcıların partnerlerinin DEHB puanları ve kendi ilişki doyumu puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
13. Katılımcıların partnerlerinin DEHB puanları ve kendi yakınlık puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
14. Katılımcıların partnerlerinin DEHB puanları ve kendi APD puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
15. İlişki doyumunu yordayan faktörler nelerdir?
16. Demografik değişkenler ile araştırma değişkenlerinin etkileri kontrol edildikten sonra partner DEHB özellikleri ilişki doyumu ile ilişkili olmaya devam etmekte midir?

Araştırmanın hipotezleri ise şu şekildedir;

H1: Erkek ve kadın katılımcıların ilişki doyumu puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H2: Erkek ve kadın katılımcıların yakınlık puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H3: Erkek ve kadın katılımcıların APD puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H4: Erkek ve kadın katılımcıların DEHB puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H5: Evli olan ve sevgili olan katılımcıların ilişki doyumu puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H6: Evli olan ve sevgili olan katılımcıların yakınlık puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H7: Evli olan ve sevgili olan katılımcıların APD puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H8: Evli olan ve sevgili olan katılımcıların DEHB puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H9: İlişki doyumu ve yakınlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H11: İlişki doyumu ve APD arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H12: Yakınlık ve APD arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H13: Partnerlerinin DEHB özellikleri ve kişilerin doyum seviyeleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H14: Partnerlerinin DEHB özellikleri ve kişilerin yakınlık seviyeleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H15: Partnerlerinin DEHB özellikleri ve kişilerin APD seviyeleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H16: İlişki doyumunu yordamada yakınlık ve APD anlamlı ve pozitif yönde etkisi vardır.

H17: Demografik değişkenler ile araştırma değişkenlerinin etkileri kontrol edildikten sonra partner DEHB özelliklerinin ilişki doyumu ile anlamlı ve negatif yönde ilişkisi devam etmektedir.

1.3 Önem

Bilimsel araştırmaların bulgularından hareketle geliştirilen klinik uygulama ve müdahalelerin; alanda bilfiil önleyici ve/veya koruyucu çalışmalar olarak kullanılabildiği,

çok çeşitli popülasyon, semptom, patoloji ve ihtiyaca yönelik işlevsel araçlar geliştirmeye katkı sunduğu bilinmekte ve uzun yıllardır bilimsel bilgi bu sebeplerle uygulamaya dönüştürülmektedir. Romantik ilişkiler konusunda yapılan araştırmalar da ilişkiyi etkileyen, ilişkinin etkilediği bileşenleri daha iyi anlayıp, bunları geliştirmeye yönelik uygulamalar sunma konusunda önemli ilerlemeler kat etmiş alanlardan birdir. Nitekim kanıta dayalı bu uygulamalar çiftlerin daha sağlıklı, stabil ve mutlu ilişkiler deneyimlemelerine (Carroll ve Doherty, 2003), psikolojik sağlıklarının olumlu etkilenmesine (Lavner, Barton, ve Beach, 2019) hatta ortak ebeveynlik pratiklerinin (Hawkins ve ark., 2022a) ve çocukların esenliklerinin dahi (Hawkins ve ark., 2022b) iyileşmesine yol açabilmektedir. Çiftlere iletişim ve problem çözme becerileri, gerçekçi ilişki beklentileri, bağlılığın önemi gibi konularda verilen birkaç haftalık programlar bile ilişkide dramatik değişimler yaratabilmektedir (Halford ve Bodenmann, 2013). Bu verilerden hareketle, mevcut araştırmanın sonuçlarına göre de çiftlerde ilişkileri olumlu etkileyecek klinik uygulamalar geliştirilebileceği umulmaktadır. Türkiye örnekleminde kişilerin romantik deneyimlerinin DEHB semptomlarıyla ilişkili olduğunun gösterilmesiyle, bu kişilere yönelik bireysel ve çift ölçeğinde müdahaleler düzenlenmesinin zaruriyeti ortaya konabilir. Zira DEHB semptomları ilişkide yakınlık, doyum ve APD ile negatif yönde ilişkiliyse ve diğer değişkenler kontrol edildiğinde dahi ilişki doyumu üzerindeki olumsuz etkisi devam ediyorsa; DEHB'den ilişkiye yansıyan dinamikleri ele alacak terapötik uygulamaların gerekli olduğu düşünülebilir. Bu araştırmanın bir diğer önemi de hem ulusal hem de uluslar-arası araştırmalarda, bilindiği kadarıyla, DEHB'nin APD ile ilişkisinin incelendiği başka bir çalışma bulunmamaktadır.

1.4 Varsayımlar

Araştırmanın örneklemini oluşturan kişilerin partnerleri olduğunu belirttikleri kişilerle çift oldukları ve her iki tarafın da partner baskısı olmaksızın, araştırmaya kendi rızaları ile katılım sağladıkları varsayılmıştır.

1.5 Sınırlılıklar

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan ilki, ilişki doyumu, yakınlık ve APD'nin doğası gereği biricik deneyimlenen ve değişime açık süreçler olmasıyla ilişkilendirilebilir. Nitekim, araştırmanın veri toplama aşamasında çiftlerden bazıları,

partneriyle eş zamanlı olarak katılım sağlamamıştır. Partnerlerden birinin katılım tarihiyle diğerinin katılımının arasında zaman farkı olan veriler de analize katıldığı için, iki farklı zamanda, kişilerin o günkü ilişki deneyimlerinin farklılaşabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Sözgelimi çiftlerden birinin test bataryasına katılma tarihinde ilişkileri yolunda giderken diğer partnerin katıldığı tarihte daha tartışmalı ya da birtakım stresörlerle meşgul oldukları bir dönemden geçiyor olabilirler. Katılımlardaki zaman farklılığı bu yolla ilişki doyumu, yakınlık hissi ve algılanan duyarlılık deneyimlerinde farklı süreçlerden geçmelerine neden olarak birbirlerinden kopuk ya da tutarsız gerçeklikleri değerlendirmiş olmalarına sebebiyet vermiş olabilir. Ayrıca, her ne kadar katılımcılardan ölçekleri bireysel ve bağımsız olarak doldurmaları istenmiş olsa da çalışmaya yan yana ve interaktif şekilde katılmış olabilirler. Bu da soruları yanıtlarken içtenlikten uzaklaşmalarına ve partnerlerinin tepkilerini gözeterek yanlı cevaplar vermiş olmalarına etki etmiş olabilir. Son olarak, katılımcılara demografik bilgi formunda herhangi bir psikiyatrik tanıları olup olmadığı sorulmuş olsa da depresyon, anksiyete veya kişilik/stres bozuklukları envanterlerinin ya da SCL-90-R gibi belirti tarama ölçeklerinin verilmemiş olması nedeniyle henüz tanı konmamış olan sendrom ya da bozuklukların söz konusu olup olmadığı bilinmemektedir.

1.6 Tanımlar

İlişki Doyumu: Kişilerin ilişkilerinin kalitesine dair değerlendirmelerine ve ilişkilerinden ne ölçüde tatmin hissettiklerine karşılık gelir. (Hendrick, 1988)

İlişki Yakınlığı: Bireyin romantik partnerine açılmasıyla birlikte diğer kimseden buna karşılık ilgi, onay hissetmesine; bu sayede daha güçlü bir bağ kurmaları anlamına gelir (Reis ve Shaver, 1988).

Algılanan Partner Duyarlılığı: Kişilerin partnerleri tarafından ne kadar önemsendiklerine, değer, saygı ve takdir gördüklerine ilişkin değerlendirmelerini temsil etmektedir (Reis, 2012).

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu: Dikkatsizlik ve/veya aşırı hareketlilik-dürtüsellikle karakterize bir nöro-gelişimsel bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Dikkat eksikliğinin baskın olduğu görünüm ve aşırı hareketlilik- dürtüselliğin

baskın olduğu görünüm olmak üzere iki ana türü bulunmaktadır. İki görünüme dair belirtilerin de mevcut olması ise bileşik görünüm olarak tanımlanmaktadır. DEHB çocukluk döneminde başlasa da kişilerin hayatını yetişkinlikte de pek çok alanda olumsuz etkileyen bir sorun olabilmektedir.

2. GENEL BİLGİLER

İnsan, bir başkasının varlığı ve onunla kurduğu duygusal, sosyal ve fiziksel yakınlık sayesinde yaşamını sürdürebilen ilişkisel bir canlıdır. Ailevi ilişkiler, sosyal ilişkiler ve romantik ilişkiler; kişilerin hayatlarının yapı taşlarını meydana getirir. Spesifik olarak, romantik ilişkiler, sevgi, aşk, destek, cinsellik ve aidiyet gibi pek çok bileşeni içerdiğinden, özellikle merkezi bir değer taşır. Romantik birliktelik içindeki kimseler kayda değer zaman dilimleri boyunca hayatlarındaki sıradan ve önemli atfettikleri, geçmiş, gelecek ve şimdiyi ilgilendiren çok çeşitli deneyimi paylaşır; duygusal, fiziksel, ekonomik alanlarda yakınlık içinde olurlar. Dolayısıyla da bu ilişkilerde yaşanan olumlu ve olumsuz tüm tecrübeler bireyleri doğrudan etkileme gücüne sahiptir. Araştırmalar bireylerin uzun süreli, adanmış ve mutlu olarak nitelendirdikleri bir romantik ilişkiye sahip olmalarının o kişilerin daha uzun yaşam süresine sahip olmalarına; depresyon, kaygı ve kalp hastalıklarına yakalanma risklerini azalttığına (Robles, Slatcher, Trombello, ve McGinn, 2014), bağışıklık sistemlerini ve psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirdiğine (Loving ve Slatcher, 2013) dair kanıtlar sunmaktadır.

Kişilerin yaşamını bu denli etkileyen romantik ilişkiler, insanlık tarihinden bu yana üzerine sıkça düşünülen, konuşulan, tartışılan bir alan olarak, on yıllardır bilimsel araştırmalara da konu olmaktadır. Bir ilişkiyi ilişki yapan nedir? Kişiler hangi faktörlere göre romantik partnerlerini seçerler? Çift ilişkileri nasıl ve neden başlatılır, sürdürülür, sonlandırılır? İlişkileri etkileyen faktörler nelerdir? Bunlar, alanyazında ilişkilere dair aydınlatılmaya çalışılan konulardan yalnızca bazılarıdır. Bu çalışma da romantik ilişkilerin niteliğini ve bireylerin ilişkiye yaklaşımlarını etkileyen değişkenlerden olan ilişki doyumu, yakınlık hissi, APD ve DEHB semptomlarını birbirleriyle ilişkileri bağlamında incelemiş ve bu değişkenlerin ilişki doyumunu yordama gücünü araştırmıştır. Bu bölümde öncelikle, araştırma değişkenleri tanımlanmış ve bu değişkenler ile ilgili öne çıkan temel bulgu ve çalışmalardan söz edilmiştir.

2.1 Romantik İlişkilerde Doyum

İlişki doyumu en genel anlamıyla romantik ilişkideki kimselerin ilişkilerinin niteliğine yönelik değerlendirmelerini ifade eder (Hendrick, 1988). İlişki doyumuna dair yapılan değerlendirmelerin olumlu yönde olması ve kişilerin ilişkilerine dair mutluluk, tatmin ve memnuniyet gibi pozitif duygular hissetmeleri doyumun yüksek olduğunu gösterir. Her bireyin ilişkiye dair kişisel beklentileri ve değerlendirmeleri öznel olduğundan, aynı ilişkideki partnerlerin ilişki doyumuna dair değerlendirmeleri birbirlerinden farklı olabilir (Hendrick, 1988).

Pek çok araştırmacı ilişkilerde doyumu neyin belirlediğini anlamak için farklı görüşler öne sürmüşlerdir. Ancak bunlardan özellikle de romantik ilişkiler bağlamında en öne çıkanı Rusbult'un (1980) oluşturduğu Yatırım Modeline dayandırılmaktadır. Rusbult (1980) ilişkilerin devamlılığında rol oynayan üç temel faktörden söz eder. Bunlar; alternatif partnerlerin ne ölçüde cazip olduğu, ilişkiye yapılan yatırım düzeyi ve ilişkiden elde edilen doyumdur. İlişkide partnere ve beraberliğe ayrılan zaman ve enerjinin; paylaşılan arkadaşlıkların, kişisel eşya ve bilgilerin yatırım olduğunu ve bu yatırımların da doyum konusunda belirleyici olduğunu öne sürmektedir (Rusbult, 1983). Öyle ki, ilişkiye yapılan yatırım, ilişkinin bitmesinin maliyetini arttırırken, potansiyel diğer seçeneklerin çekiciliğini azaltmakta ve bu yolla da mevcut beraberliğe duyulan bağlılığı; ilişkiye dair tatmini artırmaktadır (Rusbult, Agnew, ve Arriaga, 2012).

Şimdiye değin araştırmalar pek çok faktörün ilişki doyumuyla ilişkisini incelemiştir. Doyum ve yaş faktörleri beraber ele alındığında; alanyazında çelişkili sonuçlar göze çarpmaktadır. Kimi çalışmalar kişinin yaşının artmasıyla ilişkiden alınan doyumun da arttığını (Knopp, Rhoades, Stanley ve Markman, 2020), kimisi ise azaldığını ortaya koymaktadır (Gorchoff, John ve Helson, 2008). Cinsiyet söz konusu olduğunda ise biyolojik cinsiyet kadar toplumsal cinsiyet algısının ve cinsiyete dair kalıp yargıların da göz önünde bulundurulması mühimdir. Nitekim, kişilerin dünyaya gelirken sahip oldukları kadın ve erkek cinsiyetleri kadar, toplumsal cinsiyetlerinin ve cinsiyet kalıplarının da ilişki doyumlarını etkilediği bilinmektedir (Curun, 2001; Güleç, 2012). Sözgelimi, katı ve geleneksel cinsiyet rolleri inanışlarının ve davranışsal yansımalarının, kadın partnerler için ilişkide doyumu (ve öznel iyi oluşu) olumsuz etkilediği bulgulanmıştır (Rochlen ve Mahalik, 2004). Buna göre partnerlerini daha rekabetçi, güç

odaklı ve özellikle hem cinsleriyle ilişkilerinde duygu paylaşımından uzak olarak değerlendiren kadınlar, partnerini cinsiyet normları konusunda daha tasasız ve esnek bulan kadınlara göre, daha yüksek depresyon ve anksiyete oranlarına sahip olmakla beraber ilişkilerinde daha düşük tatmin yaşamaktadırlar (Rochlen ve Mahalik, 2004).

Romantik ilişkileri diğer yakın ilişkilerden ayıran önemli bileşenlerden biri olan cinselliğin bu ilişkilerde doyumla yakından ilişkili olduğu bilinmektedir (Sprecher, 2002; Wincze ve Carey, 2001). Öyle ki, araştırma bulguları çiftlerin cinsel yaşantılarındaki doyumun ilişki doyumuyla güçlü ve pozitif bir korelasyon gösterdiğini ortaya koymaktadır (Ziherl ve Masten, 2010). Çoğu zaman araştırmacılar bu ilişkinin ne yönde olduğuna ve nedensel bir ilişki kurulup kurulamayacağına dair tahminler yürütmeye çalışsa da henüz cinsel doyumun mu ilişki doyumuna yol açtığı, yoksa tersinin mi söz konusu olduğu noktasında bir son söz söylenememiştir. Bununla beraber, erkeklerde cinsel doyumun azalması ilişkide doyumun azalmasına yol açarken, kadınlarda tam tersinin; ilişki doyumunun azalmasının cinsel yaşamdaki tatmini azalttığının görülmesi çarpıcı sonuçlardan biri olarak değerlendirilebilir (Sprecher, 2002).

Alanyazında ilişki doyumunu yordadığı belirtilen bazı kişilik özellikleri bulunmaktadır. İlişki biliminin önde gelen araştırmacılarından Gottman'a (2008) göre bunlardan biri mizahtır. Gottman (2008), partnerlerinin iyi bir mizah anlayışına sahip olduğuna inanan kişilerin ilişki doyumlarının daha yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Beş faktör modelindeki temel kişilik özelliklerine bakıldığında ise; kişilerin dışa dönüklük, uyumluluk ve sorumluluk düzeyleri yüksek ve nevrotiklik düzeyleri düşük olduğunda ilişki doyumu artmaktadır (Pistole, 1989). Malouff, Schutte, ve Thorsteinsson (2014) duygusal zeka ve doyum arasında pozitif korelasyon olduğunu; Falconier ve arkadaşları (2015) olumlu başa çıkma yöntemleri ve ilişki doyumu arasında pozitif korelasyon olduğunu belirtmektedir.

Yetişkinlik ilişkilerinin kritik unsurlarından olan bağlanma biçimleri ilişki doyumunda etkili bir faktördür (Candel ve Turliuc, 2019). "Beşikten mezara" devam eden bir süreç olarak bağlanma (Bowlby, 1988), ilk bakım verenle kurulan, ardından erişkinlik dönemi romantik ilişkilerinde etkili olan (Hazan ve Shaver, 1987); olduğu haliyle sürdürülen veya dönüştürülebilen bir duygusal bağdır (Rholes ve Simpson, 2004). Bakım veren ve bebek arasındaki ilişki öngörülebilir, rahatlatıcı ve güvene dayalı olduğunda, bebek ihtiyacı

olduğunda anneye erişerek ihtiyaçlarını giderebildiğinde, diğer yandan da keşfetmek ve oynamak için özgürce dış dünyaya açılabildiğinde, güvenli bağlanmanın temelleri atılır. Erken dönemde güvenli bağlanan kişilerin hem kendileri hem de dünya hakkında daha olumlu görüşleri olduğu bilinmektedir ki bu kişiler aynı zamanda daha az kaygılı ve kaçıngan tutumlar sergilerler (Pielage, Luteijn, ve Arrindell, 2005). Buradan hareketle güvenli bağlanan kimselerin kaygılı ve kaçıngan bağlanma stillerine sahip kişilere oranla romantik ilişkilerinde daha fazla doyuma ulaştıkları bilinmektedir (Pielage, Luteijn, ve Arrindell, 2005).

Yapılan araştırmalara göre stres, kişilerin bireysel yaşantılarını etkilediği kadar ilişkilerinin kalitesini de etkilemektedir (Harper ve Gentile, 2022). Buna göre; olumsuz iletişim döngüleri, ikili anlaşmazlıklar, partnerlerden birinin sağlık sorunları yaşaması gibi ilişkinin içinden ya da kendisinden kaynaklı stresörler kadar iş yaşantısındaki zorluklar ve ekonomik zorlanmalar (Bodenmann, 2005), aileyle yaşanan çatışmalar (Randall ve Bodenmann, 2017), dezavantajlı bir semtte yaşamak (Bodenmann, 2005) gibi kişinin kendi hayatına özgü stresörler de çift ilişkisinde doyumun azalmasına yol açabilmektedir. Üstelik, büyük yaşantısal krizlerden ziyade günlük zorlanmalara bağlı yaşanan düşük şiddetteki stresin, ilişki doyumunu etkileme gücünün daha yüksek olduğu kritik bulgulardandır (Bodenmann, Lederman ve Bradbury, 2007). Öyle ki, Bodenmann ve Cina (2006) tarafından yapılan beş senelik bir boylamsal araştırma; hayatın olağan akışında karşılaşılan gündelik engellerin ve buradaki anlaşmazlıklara bağlı yaşanan sorunların boşanmaların büyük bir kısmını yordayabildiğini ortaya koymuştur, çünkü gündelik sıkıntılar küçük küçük ama kalıcı ve süreğen bir maliyet oluşturmaktadırlar. Bu stresörler ilişkide birkaç yolla doyumu azaltabilir. Öncelikle; çiftlerin beraber geçirdikleri zamanı azaltır ki bu da paylaşılan deneyimlerin, kendini açmanın ve birliktelik duygusunun azalmasına yol açar. İkincisi, pozitif etkileşimleri azaltıp olumsuzları arttırarak iletişimin kalitesini düşürür. Üçüncüsü, uyku sorunları, cinsel işlevsizlik ve daha sık agresif ve endişeli olma gibi duygu durum zorluklarıyla da beraber psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklara kapı aralar (Bodenmann, Lebermann ve Bradbury, 2007).

İlişkide doyum seviyelerinin hem kişisel ölçekte hem de çift ölçeğinde çeşitli etkilerinin olduğu bilinmektedir. Bireysel düzeyde; ilişki doyumu kişilerin öznel iyi oluşlarını (Argyle, 2001), mutluluk düzeylerini (Khaleque ve Rohner, 2004), psikolojik sağlıklarını

ve yaşamdan aldıkları genel doyumu etkilemektedir (Myers, 2003). Söz konusu çocuk sahibi bireyler olduğunda, bu kişilerin ilişkilerinde doyumun artmasının daha etkili ve tatmin edici ebeveynlik tutumları sergilemelerine dahi katkı sunduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Beach, Katz, Kim, ve Brody, 2003). Çift bazında bakıldığında ise doyumun artmasının ilişkinin daha stabil olmasıyla ve partnerlerin daha az çatışma ve anlaşmazlık deneyimlemeleriyle (Gottman ve Levenson, 2000) ilişkili olduğu belirtilmektedir. Dahası, ilişki doyumunun ilişkinin işlevselliğini değerlendirmede bir "barometre" görevi gördüğü ve partnerlerin doyum seviyelerinin ayrılığa olan yakınlık uzaklıklarını tayin etmede gösterge görevi üstelenebildiği (Downing, 2008) düşünüldüğünde ilişkide tatmin hissetmenin ne denli kritik bir konu olduğu daha net anlaşılabilmektedir.

2.2 Romantik İlişkilerde Yakınlık

Yakınlık kavramını tek bir tanımla açıklamak mümkün değildir, çünkü alanyazında bu konuda henüz bir uzlaşı bulunmamaktadır. Öyle ki, yaptıkları tarama çalışmasında Moss ve Schwebel (1993) yakınlığın birbirinden farklı 60'tan fazla biçimde açıklandığını belirtmişlerdir. Bu durumun yakınlığın pek çok faktörden etkilenen ve son derece biricik deneyimlenen bir süreç olmasıyla ilişkili olduğu açıktır (Monsour, 1992). Bu araştırmada yakınlık, yakın ilişkilerdeki boyutundan ziyade romantik ilişkilerdeki boyutu kapsamında ele alınmaktadır. Hayatı anlamlı kılan faktörlerden biri olarak öne sürülen yakınlık tüm ilişkilerin olmazsa olmaz bir bileşeni olmakla beraber romantik ilişkilerde önemini kat be kat artırmaktadır (MacKinnon, Nosko, Pratt ve Norris, 2011).

Pedersen (2004) yakınlığı duygusal birliktelik içindeki kişilerin karşılarındakiyle beraber olmaya dair istek ve motivasyonlarının olması, zorlukları beraber göğüslemeleri ve karşılıklı destek alışverişinin olması olarak tanımlamaktadır. Sternberg ve Grajek (1984) tanımın içine daha fazla bileşeni katarak yakınlığın diğerinin iyilik halini arttırmayı istemek, onunla mutluluğunu ve varlıklarını paylaşmak, ihtiyaçlar, saygı ve karşılıklı anlayış konularında güven duymak ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Vohs ve Baumeister (2004) ise yakınlığı açıklarken sıcak duygular gösterme, iletişimde dokunmayı kullanma ve cinsel temasların ele alınması gerektiğini öne sürmektedir. Hatfield, Cacioppo ve Rapson (1993), yakınlığın beş temel unsuru olduğunu belirtmektedir. Bunlar; duygusal ifade ve açıklık, sevgi, güven, iletişim ve cinselliktir.

Schaefer ve Olson (1981) da entelektüel, sosyal, duygusal ve eğlence yakınlığı kadar cinsel davranışlardaki yakınlığın önemli olduğunu öne sürmektedir. Kısacası, söz konusu romantik yakınlık olduğunda, cinselliğin dışarıda bırakılamayacağı; duygusal paylaşımın, dayanışmanın ve ilişkide güvende hissetmenin tek başına yeterli olamayacağı düşünülmektedir (Fletcher, Simpson, Campbell ve Overall, 2019; Rubin ve Campbell, 2012).

Romantik aşkın bazı temel bileşenlerden oluştuğunu öne süren Sternberg (1986), "aşk üçgeni" adını verdiği bir model geliştirmiştir. Ona göre yakınlık bu aşk üçgenini meydana getiren temel elementlerden biriyken, diğerleri de bağlılık ve tutkudur. Acker ve Davis (1992) de yakınlığı "aşkın sıcak yanı" olarak ifade eder. Pek çok araştırma sonucuna göre yakınlık ve tutku arasında yüksek ve pozitif bir korelasyon bulunmaktadır (Graham, 2011; Rubin ve Campbell, 2012). Yine, Sternberg (1986) yakınlığın bağlantılılık ve ilişkiselliği içerdiğini; duygusal yakınlığa, onaylanmaya ve desteğe karşılık geldiğini; pozitif yakınlık, negatif yakınlık, sosyal yakınlık ve cinsel yakınlık olmak üzere dört alt boyutunun bulunduğunu belirtir. Ne var ki, bunların düzeyinin ilişki boyunca zaman içinde değiştiği bilinmektedir (Yoo, Bartle-Haring, Day, ve Gangamma, 2014).

Yakınlık alanyazınına göz atıldığında Erikson'un (1956) "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" olarak adlandırdığı gelişimsel dönemle karşılaşmamak olanaksızdır. Erikson'a (1956) göre birey bu psikososyal krizi, evlilik veya arkadaşlık alanlarında kendini doyum sahibi hissettiği yakın ilişkilere sahip olarak aşabilir. Eğer birey bu aşamada başarısız olursa, bu durum izolasyonu, depresyonu ve hayata karşı tatminsiz olmayı beraberinde getirecektir (Erikson, 1968). Yakın ilişkiler konusunda öne çıkan araştırmacılardan olan Reis ve Shaver (1988) ise, yakınlığı bir kişiler arası süreç olarak ele alır. Buna göre yakınlık süreci öncelikle bir kimsenin diğerine kişisel dünyasını, örneğin duygularını ya da hakkındaki özel bilgileri, açmasıyla başlar. Kendisiyle bu bilgiler paylaşılan karşı tarafın, empatik ve destekleyici şekilde yanıt vermesiyle süreç devam eder; onun bu yaklaşımı sayesinde paylaşımda bulunan kişi kendini anlaşılmış, bakım görmüş ve onaylanmış hisseder. Bu da aralarında yakınlığın kurulmasına alan açar. Özetle, bu döngüsel etkileşim ilişkide yakınlığın kurulmasını belirleyen kilit taşıdır (Reis ve Shaver, 1988).

Bağlanma stilleri, yakınlık konusuyla da birlikte sıkça anılan ve araştırılan bir konudur. Güvenli bağlanan kimselerin kaygılı ve kaçıngan bağlananlara oranla daha az depresif

olduklarını ve yakınlığı deneyimlemeye daha açık olduklarını gösteren araştırmalar mevcuttur (Cassidy, 2001). Zira kendilerini sevilmeye layık ve değerli bulmaya daha yatkın olan bu kişiler diğerlerine karşı da daha duyarlı ve kabullenici yaklaşabilmektedir. Bu sebeple başka biriyle yakın olmak, onunla bağ kurabilmek güvenli bağlanan bireyler için daha kolay ve mümkün gözükmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Benzer şekilde yakınlık kurabilen bireylerin bağlı ilişkiler sürdürüp duygularını paylaşabildikleri ve ilişkide savunmaya ihtiyaç duymadıkları ifade edilmektedir (Fletcher, Simpson, Campbell ve Overall, 2019).

Romantik yakınlığın bireylerin fiziksel ve psikolojik iyi oluşlarıyla ilişkili olduğu ancak bunun cinsiyetlere göre farklılıklar gösterdiği ifade edilmektedir. Buna göre yakınlık hissinin artması kadınlarda yüksek mutluluk ve minnet duygusuyla; erkeklerde ise daha az gerginlik yaşamak ve belirsizliğe daha fazla toleransla ilişkilidir (Sevim, 2011). Ayrıca her iki cinsiyet için de ilişkideki yakınlığın hastalıklara karşı daha dayanıklı olmayı beraberinde getirdiği (Simon ve Barrett, 2010) ve psikolojik zorluklara yakalanma oranını düşürdüğü (Greeff ve Malherbe, 2001) bulgulanmıştır. Yine cinsiyet farklılığı kapsamında erkeklerin yaş aldıkça yakınlığa duydukları ilginin arttığı, kadınlar içinse azaldığı (McAdams ve Bryant, 1987) öne sürülmektedir. Bununla birlikte evlilik dışı ilişki yaşayan kadınların çoğunluğunun, gerekçe olarak eşlerinin yakınlığa dair ihtiyaçlarını karşılamamaları olduğunu belirten araştırmalar da bulunmaktadır (Shackelford ve Buss, 2000). Son olarak da kadınların kendilerini tanımlarken romantik ilişkilerini ve ilişkideki yakınlık deneyimlerini daha merkezi bir yerde konumlandırdıkları; erkeklerinse daha ziyade amaç odaklı oldukları ve ilişkisel yakınlıklarını güvenli bir zemin olarak değerlendirdikleri görülmektedir (Simon ve Barrett, 2010).

Yakınlık arayışında beklenen tatmine erişememek kişileri psikoterapi desteği almaya yönlendiren davranışsal sorunlara neden olabildiğine ve boşanmalardaki en yaygın nedenlerden biri olarak kaydedildiğine göre (Sears, Mcmahon, Crosby, Freihart ve Meston, 2022) yakınlığın hem kişisel hem de ilişkisel düzeyde önemli bir faktör olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

2.3 Algılanan Partner Duyarlılığı

Algılanan partner duyarlılığı (APD) bireyin partneri tarafından ne kadar sevildiğine, önemsendiğine, onaylandığına ve anlaşıldığına dair algılarını ifade eder (Reis, 2007). Yüksek APD belirten bireyler partnerlerinin kendilerine ilgi gösterdiklerine, destek olduklarına ve değer verdiklerine dair inançları kuvvetli olan kimselerdir. APD'nin üç temel bileşeni anlaşılma hissi, onaylanma ve ilgi görme algısıdır (Reis, 2012). Anlaşılma hissi partnerin dinleme becerilerine sahip olmasını, karşısındaki kişi hakkında bilgileri aktif şekilde kabul etmesini ve partnerin biricikliğine dair temel özelliklerinin farkında olmasını kapsar. Onaylanma ise; partnerin tutumlarını, onun için önemli olanları takdir etmeye, onu değerli ve saygın hissettirmeye karşılık gelir. Son olarak ilgi, kişinin diğerine karşı sevgi dolu duygularını, gerektiğinde endişelerini ifade etmesini ve ihtiyaçlarını desteklemesini barındırır. Birey partnerini bu bileşenlere dayanarak belli ölçüde duyarlı (ya da duyarsız) olarak değerlendirir ve bu değerlendirme kişinin APD'sini ifade eder (Reis, 2007). Bu faktörler, partnerin bireye özgü özelliklerinin, duygu ve düşüncelerinin ne oranda farkında olduğuna; bakış açısı, arzu ve hedeflerine ne ölçüde saygılı olduğuna ve sevgi, şefkat, ilgi ve duygusal destek gösterip göstermediğine karşılık gelir (Reis, Clark ve Holmes, 2004).

Reis (2012) APD'nin yakınlık kavramı ile karıştırılmasının önüne geçmek adına APD'nin yakınlıkla aynı olmadığını ve birbirleri yerine kullanılamayacaklarını, zira APD'nin yakınlığın kurulmasında ve partnerler arasında güçlendirilmesinde gerekli olan bir süreç işlevi gördüğünü ifade etmektedir. Aynı ilişkideki iki bireyin partnerine karşı bireysel olarak gösterdiği ve karşı taraftan algıladığı duyarlılık değişebileceği için APD her iki partner tarafından farklı yorumlanabilir; dolayısıyla APD bireye özgü bir olgudur (Lemay, Clark ve Feeney, 2007). Örneğin, Bar-Kalifa ve Rafaeli (2013), gündelik hayatın içinde yaşanan zorlukları ve/veya kaygı uyandırıcı durumları partneriyle paylaştığında beklediği desteği göremediğini ifade eden kişilerin partnerlerini duyarsız olarak algıladıklarını bulgulamıştır.

Cinsiyet farklılıkları söz konusu olduğunda APD'nin nasıl bir etkiye sahip olduğunu araştıran sınırlı çalışma mevcuttur. Buna göre, erkeklere oranla kadınlarda APD; kendini açma, yakınlık gibi değişkenler üzerinde daha güçlü aracılık ilişkilerine sahiptir (Laurenceau, Barrett ve Rovine, 2005). Erkeklerde ise konu cinsel çekim olduğunda

durum değişmektedir. Birnbaum, Ein-Dor, Reis ve Segal (2014) yaptıkları deneysel araştırmada erkeklerin yüksek duyarlılığa sahip buldukları kadınları daha feminen ve çekici bulduklarını, bu nedenle de cinsel yönden daha arzulu hissettiklerini belirtmiştir.

Bağlanma stilleri ile APD'nin ilişkisinin incelendiği araştırmaların sonuçlarına göre, partneri duyarlı olarak algılamak kişiye güvenlik hissi verirken, duyarsız olarak algılamak güvensiz hissetmesine yol açabilmektedir. Reddedileceğine ve terk edileceğine dair korku duyma ile karakterize olan kaygılı bağlanma, tutarsız partner duyarlılığı -bazı zaman duyarlı bazı zaman duyarsız ya da yalnızca aşırı uzun süreli tehlike sinyalleri veya aşırı güvence arayışı olduğunda duyarlı- ile ilişki olarak değerlendirilmektedir. Başkasına ya da ilişkiye bağlı olmaktan ve bireyselliğini yitirmeye dair yoğun rahatsızlık duyguları ile tanımlanan kaçıngan bağlanma ise daha süreğen biçimde partneri duyarsız algılamakla ve ona devamlı olarak ulaşamamakla ilişkilidir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Ayrıca, kaçıngan bağlanan kimselerin hem kendilerini daha duyarsız bulduğuna hem de partnerlerinin onları daha az duyarlı bulduğuna dair bulgular mevcuttur (Beck, Pietromonaco, DeVito, Powers ve Boyle, 2014). Bir diğer çalışma ise kaçıngan bağlanan kişilerin daha duyarlı algıladıkları partnerlerden fazla duygusal yakınlık kurma potansiyelleri olduğundan ve bu durum da bağımsızlıklarına dair bir tehdit yaratacağından uzaklaştıkları bulgulanmıştır (Spielman, Maxwell, Macdonald ve Baratta, 2013).

Bağlanmaya paralel olarak, APD güven hissiyle de ilişkilidir. Yapılan bir deneysel çalışmada, katılımcılar uçurumun kenarında yürümeye benzer tehlike algısı ve kaygı hissi uyandıran potansiyel senaryolara, simülasyonlar aracılığıyla maruz bırakılmıştır (Kane, McCall, Collins ve Blascovich, 2012). Birinci gruptaki katılımcılar bu tehlikede hissettiren görevleri yalnız başına, ikinci gruptakiler duyarlı değerlendirdikleri partnerleriyle, son gruptakilerse duyarsız olarak değerlendirdikleri partnerleriyle tamamlamışlardır. Sonuçlar; partnerlerini duyarlı algılayan kimselerden oluşan gruptaki katılımcıların görevleri, diğer gruplara göre, daha az stresli bulduklarını; görevler esnasında daha güvenli hissettiklerini gösterirken, duyarsız partnerli gruptakilerin daha fazla kaçınma davranışları sergilediklerini ve daha yüksek düzeyde sıkıntılı hissettiklerini göstermiştir (Kane, McCall, Collins ve Blascovich, 2012). Özetle, partneri duyarlı olarak algılamak kişilerde bir güvenlik duygusu oluşturmaktadır.

APD düzeyinin, partnerleri bireysel olarak pek çok noktada etkilediği bilinmektedir (Fekete, Stephens, Mickelson, ve Druley, 2007; Reis, Clark ve Holmes, 2004). Araştırmalar, APD'si yüksek bireylerin duygu düzenleme becerilerinin daha yüksek olduğunu; bununla beraber anksiyete düzeyleri (Stanton, Selcuk, Farrell, Slatcher, ve Ong, 2019) ve ölüm oranlarının (Selcuk ve Ong, 2013) daha düşük olduğunu göstermektedir. Öyle ki, bir boylamsal çalışmaya göre APD bireylerin psikolojik esenliklerini 10 yıl süreyle yordayabilmektedir (Selcuk, Gunaydin, Ong, ve Almeida, 2016). Ayrıca APD'si yüksek eşler olumsuz yaşam olaylarının ardından stresli zamanları daha az zorlanmayla atlatabilmekte ve olumlu duygulanıma daha hızlı geçiş yapabilmektedirler (Selçuk, Karagöbek ve Günaydın, 2018). Yine bu eşler, kendini gerçekleştirebilmeye ve hayata dair anlamlı amaçlar geliştirmeye daha istekli hale gelmektedirler (Taşfiliz, Çetiner ve Selçuk, 2020). Son olarak, partneri duyarlı algılamanın azalan kaygı aracılığıyla daha kaliteli uyku deneyimlemeye katkıda bulunduğu, stresle ilişkili olan kortizol değerlerinin daha dengeli olmasını sağladığı (Slatcher, Selçuk ve Ong, 2015); partneri duyarsız algılamanın aşırı yeme ataklarına etki ettiği (Cohen ve Pressman, 2004) paylaşılmaktadır. Kısacası, partneri tarafından desteklenip ilgi gördüğüne dair algıları kuvvetli olan kişiler, bireysel olarak olumlu çıktılar deneyimlemektedirler (Kırımer-Aydınlı ve Sümer, 2020).

APD'nin ilişki düzeyinde de pek çok unsuru etkilediği görülmektedir. Pansera ve Guardia (2012) kişilerin partnerlerinin kendisine değer verdiğini, üzüntüsünü fark edip anladığını düşündüklerinde onları pişmanlıklarında içten ve telafi arayışlarında samimi olarak değerlendirdiklerini; böylece çatışmaların ardından partnerlerini affetme ihtimallerinin arttığını belirtmiştir. Murray, Holmes ve Collins (2006), partnerini duyarlı olarak algılayan kişilerin, partnerlerinin kendisine duydukları güveni arttırdığını bulgulamıştır. Ayrıca APD'nin partnerin ideallerine ulaşmasına ve kendini gerçekleştirmesine katkı sunmada (Feeney, 2004), birbirlerini kişisel olgunluklarına yönelik geliştirmede (Mikulincer ve Shaver, 2007) etkili olduğu gösterilmektedir. Başka araştırmalar kişilerin ilişkide cinsel çekim duyabilmesinde, partnerini duyarlı olarak algılamanın önemli olduğunu ifade etmektedir (Birnbaum ve ark., 2016). Tüm bu bulgulardan hareketle, Kırımer-Aydınlı ve Sümer'in (2020) ifade ettikleri gibi APD'nin çift ilişkilerinde bir tampon rolü ve de geliştirici bir görev üstlendiğini söylemek yanlış olmayacaktır.

2.4 Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

2.4.1 Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu

DEHB kişinin işlevselliğini ve gelişimini olumsuz etkileyen, süreğen tabloda dikkatsizlik ve/veya aşırı hareketlilik- dürtüsellikle karakterize bir nöro-gelişimsel bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). DEHB'nin dikkat eksikliğinin baskın olduğu görünüm ve aşırı hareketlilik- dürtüselliğin baskın olduğu görünüm olmak üzere iki ana türü bulunmaktadır; iki kategorideki belirtilerin beraber görülmesi ise bileşik görünüm adıyla tanımlanmaktadır. DEHB'li bireyler gelişimsel olarak içinde bulundukları döneme uygun olmayan; bireysel, sosyal, ilişkisel, toplumsal alanlarda yaşamını olumsuz etkileyen yoğun güçlükler deneyimlemektedir.

Dikkatsizliğin baskın olduğu görünümün semptomları; ayrıntılara özen göstermeme, detayları kaçırma ya da atlama suretiyle derslerde, işte veya birtakım etkinliklerde dikkatsizce hatalar yapma, dikkatini sürdürmede güçlük yaşama, etkileşimlerde kendisine hitaben konuşuluyor dahi olsa karşı tarafı dinlemiyor gibi/ aklı başka yerde gibi gözükme, yönergeleri takip edememe, verilen görevleri, sorumlulukları ve gündelik işleri tamamlayamama, işe başlansa da kısa sürede odağı yitirme, işleri düzene koyamama, dağınık ve düzensiz çalışma, zamanı yönetememe, devamlı zihinsel çaba gerektiren aktivitelerden kaçınma, iç veya dış uyaranla karşılaşınca dikkatin kolayca dağılması, nesneleri kaybetme ve sıradan işlerde bile olsa, unutkanlıktır. Aşırı hareketlilik-dürtüselliğin baskın olduğu görünümde ise kıpır kıpır olma, oturduğu yerde kıvranma, yerinde duramama, uygun olmayan ortamlarda koşturma/ tırmanma, her an hareket halinde olma, sessiz kalamama, aşırı konuşma, sıra bekleyememe, söz kesme ve araya girme başlıca semptomlardır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DEHB'nin tanılamasında son altı aylık zaman diliminde her bir kategori için çocuk ve ergenlerde (17 yaş altı kimseler) alt maddelerden en az altı belirtinin; 17 yaş ve üstü kimselerde ise en az beşinin görülmesi koşulu aranır. Bileşik görünümde ise iki alt kategorinin de ölçütlerinin karşılandığı görülür. Yetişkinlere tanı konabilmesi için kişilerin 12 yaş öncesinde birkaç dikkatsizlik ve/veya aşırı hareketlilik belirtisi göstermiş olması bir başka kriterdir. Son olarak da işlevselliğin azaldığına dair açık bir tablo

oluşturan bu belirtilerin, ev ve iş ya da okul ve ilişkiler gibi yaşamın birkaç alanına birden yayılmış olması beklenir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DEHB, büyük oranda genetik geçişli olduğuna inanılan ve çocukluk döneminde yaygın karşılaşılan bozukluklardandır. DEHB'nin okul öncesi dönemdeki çocuklarda yaklaşık %5 oranında ve erkeklerde daha sık görüldüğü kaydedilmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013; Qin ve ark., 2016). Çocukluk döneminde gerekli tanıyı almayan ve buna bağlı olarak da ihtiyaç duyulan tedaviye erişemeyen kişilerde, tedaviye erişenlere kıyasla daha yüksek oranda komorbidit tanılar ve işlevsiz yaşam deneyimleri görüldüğü bilinmektedir. Bunlar, özellikle madde kötüye kullanımı ve antisosyal kişilik bozukluğu (Barkley ve ark., 2001), akademik yaşamdaki düşük başarı düzeyi (Biederman ve ark., 2010) ve işsizlik oranı (Rasmussen ve Gillberg, 2000) alanlarında öne çıkmaktadır. Dolayısıyla da, çocukluk çağı başlangıçlı bu sorunun zamanında teşhis edilmesi ve uygun tedavi yollarının araştırılıp hayata geçirilmesi kritik değer taşımaktadır.

2.4.2 Yetişkinlikte DEHB

DEHB'nin yaşam boyu devam eden bir nöro-gelişimsel bozukluk olduğu bilinse de ilgili çalışmalar yakın zamana kadar DEHB'nin yalnızca çocukları ve gençleri etkileyen boyutlarına odaklanmaktaydı. Ne var ki son yıllarda araştırmaların kapsamı biraz daha genişletilerek DEHB semptomlarının yetişkinlikte ne ölçüde yer aldığına ve bireylerin yaşantılarını nasıl etkilediğine de bakılmaya başlandı (Biederman ve ark., 2012). Çalışmalar çocukluk döneminde DEHB tanısı alan bireylerin %60-70'inin ilgili sorunlarının, erişkinlikte de devam ettiğini göstermektedir (Nigg ve Casey, 2005). Üstelik tanı almayan yetişkinlerin de yaklaşık %4'ünde DEHB semptomları olduğu tahmin edilmektedir (Polanczyk, Wilcutt, Salum, Kieling ve Rohde, 2014). Dolayısıyla DEHB semptomlarının erişkinlerin hayatında da kayda değer ölçüde söz konusu olduğunu söylemek mümkündür.

Ne var ki yetişkinlikte DEHB'nin görünümü, çocukluktakinden biraz daha farklıdır. Yetişkinlerde aşırı hareketliliğe bağlı semptomlarda azalma görülse de dürtüsellik ve yürütücü işlevlere bağlı bilişsel semptomların sürdüğü, hatta görünürlüğünü arttırdığı bulgulanmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Yürütücü işlevler planlama, bir göreve başlama, görevler arası geçiş yapabilme, öz düzenleme, dikkat becerileri ve inhibe

etme gibi işlevler için kullanılan bir şemsiye kavramdır (Payne, 2005). Buradaki aksaklıklar ise yetişkinlik hayatında ilerleyen yaşla beraber giderek önem kazanan öz kontrol bağlamında DEHB tanılı bireylere çeşitli alanlarda zorluklar yaşatmaktadır (Goldstein ve ark., 2014; Resnick 2005). Bu zorluklar; organize olamama, unutkanlık, erteleme davranışı, zaman ve stres yönetimine dair güçlükler, gerginlik ve huzursuzluk, sabırsızlık, uyku problemleri, sözsel ve fiziksel agresyon, aşırı harcama, tehlikeli araç kullanımı, korunmasız cinsel ilişki gibi sorunlarla kendisini göstermektedir (Ben-Naim, Marom, Krashin, Gifter ve Arad, 2017). Güncel araştırmalar DEHB tanılı bireylerin ilişkilerinde göz ardı edilen alanlardan bir diğeri olan cinsel işlev/sizlik konularına eğilmeye başlamıştır. Yapılan bir meta analiz çalışmasına göre DEHB tanılı bireyler genel popülasyona kıyasla daha yoğun cinsel istek ve uyarılma ihtiyacı duymakla beraber daha az cinsel doyum tecrübe etmektedirler (Soldati ve ark., 2020). Bijlenga ve arkadaşları (2017) ise araştırmalarında DEHB tanılı erkek katılımcılarda genel popülasyona kıyasla %39, kadınlarda ise %43 oranında daha fazla cinsel işlev sorunları olduğunu saptamıştır. Kısacası; görünümü çocukluktakine kıyasla değişse de, erişkin hayatında da DEHB sorunları ciddi zorluklara yol açmaktadır.

2.4.3 Yetişkinlikte DEHB ve ilişkiler

DEHB tanılı yetişkinler hem mesleki ve akademik alanlarda hem de kişiler arası ilişkilerde pek çok olumsuz deneyim yaşamaktadırlar (Wolf ve Wasserstein 2001). Mevcut araştırmanın bir çift çalışması olması nedeniyle bu zorluklardan spesifik olarak ilişkiler kapsamında yaşanılanlar ele alınacaktır.

Robin ve Payson (2002) DEHB'nin ilişkilerde "uyumsuzluğa" yol açtığını ifade eder. Zira sosyal ve bilişsel becerilerindeki aksaklıkların etkisiyle (Uekermann ve ark., 2010) empati yapmada (Abdel-Hamid ve ark., 2019) ve karşındakinin perspektifini almada (Kılınçel, 2021) zorlanan DEHB tanılı bireylerin reddedilme duyarlılığının yüksek ve olumsuz duyguları tolere etme yetisinin zayıf olduğu (Canu ve Carlson, 2007); duyguları tanıma, anlamlandırma ve düzenlemede zorlandıkları (Tatar ve Cansız, 2022; Tatar, Yargıç, Oflaz, ve Büyükgök, 2015); uygunsuz yüz ifadesi, tonlama ve mimikler kullandıkları (Robertson, 1987) paylaşılmaktadır. Yürütücü işlevlerdeki aksaklıklar nedeniyle düşük öz baskılama ve duygusal öz regülasyona ve yüksek uyarılma ihtiyacına

sahip olan bu bireyler, başkalarıyla etkileşimlerinde önemsiz denebilecek konularda dahi tartışmaya girme, diğerlerini kışkırtma gibi yollarla duygusal ve fiziksel uyaran elde etmeye çalışabilmektedirler (Barkley, 2010) Bununla birlikte dikkatsizlik, unutkanlık, dürtüsellik gibi semptomlara bağlı olarak kişiler konuşmaların sadece bir bölümünü dinleyip diğer kısımları kaçırabilmekte, söz kesebilmekte, düşünmeden konuşup hareket edebilmekte, kendilerine aktarılanları hafızalarında tutamayabilmektedirler (Bilkey, Surman ve Weintraub, 2014; Resnick, 2005). Organize olma ve hafıza konularında zorluk yaşayan DEHB'li bireyler fatura ödemelerini unutmak, anahtarları kaybetmek, özel etkinlikleri kaçırmak, iş bölümü ve sorumluluk gerektiren rutinlerde sıkılma nedeniyle aktif olmamak, savurgan harcamalarda bulunmak gibi tutumlar sergileyebilmektedirler.

DEHB tanısı almış bireylerin yukarıda açıklanan gibi tutum ve davranışları ikili ilişkilerde, özellikle de romantik ilişkilerinde çeşitli problemler, tartışma ve gerginliklerin ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Betchen, 2003; Robbins, 2005). Öncelikle, DEHB özellikleri bireylerin kişisel olarak etiketlenmelerine ve davranışlarıyla aşırı eşleştirilmelerine kadar gidebilmektedir. Bu durumun bir ölçüde DEHB semptomlarının anlaşılmaması ya da yanlış yorumlanmasıyla da ilgili olabileceği söylenmektedir (Williamson ve Johnston, 2013). Örneğin zaman yönetimindeki zorlanmaya bağlı olarak gelişen geç kalma davranışı, önceden verilmiş sözlerin tutulmaması ya da unutkanlık hali, karşı taraf için bencillik ya da yeterince özen göstermeme gibi yorumlanabilmektedir (Novotni ve Petersen, 1999). DEHB semptomları bulunmayan partner diğerini isyankar, karşı gelmeye düşkün, yetersiz, sorumsuz ve çocuksu olarak nitelendirirken; DEHB semptomları olan partnerin de karşısındaki kişiyi çok kuralcı, talepkâr, dırdırcı ve eleştirel bir ebeveyn gibi algılayabildiği öne sürülmektedir (Novotni ve Petersen, 1999). Bu atıflar ve buna bağlı gelişen tekrarlayıcı etkileşimler nedeniyle, her iki tarafın da ilişkilerinde içinden çıkılmaz kısır döngülere, neredeyse bir karşı gelen/ anlaşılmayan çocuk- katı/ yorgun ebeveyn ilişkisine girmeleri söz konusu olabilmektedir (Wasserstein, 2005).

Olumsuz etkileşimlerinde, DEHB özellikleri olan taraf kendini yetersiz, anlaşılmamış ve suçlanmış hissederken; DEHB özellikleri olmayan partner de kendini tükenmiş, öfkeli, yorgun ve yalnız hissedebilmektedir (Ersoy ve Topçu-Ersoy, 2019). Nitekim, DEHB özellikleri taşıyan bireylerin sözü edilen duygusal, bilişsel ve davranışsal semptomlarının ilişkide bulundukları kişiye etkileri bununla sınırlı değildir. Sıkça sözü kesilen,

paylaşımları unutulan, kışkırtılan partnerler kendilerini yeterince değer ve önem verilmiyormuş; ihmal ediliyormuş ya da sevilmiyormuş gibi hissedebilmektedirler (Robbins, 2005). Halverstadt'a (1998) göre kişisel olarak gözetilmemek ve paylaşılmayan iş bölümü partner için; "*birbiri için yeterince önemli olma, ihtiyaç ve arzuların duyulması*" (s. 96) noktalarında çelişkili bir deneyim yaratmaktadır. Bir diğer örnek ise cinsellik özelinde verilebilir. Dürtüsel yanı ağır basan bir DEHB'li partnerle cinselliğin; çok sert ve aceleci olabildiğini belirten kimseler bulunmaktadır; zira baskılama ve bekleyebilme kapasitesindeki zayıflık ön sevişmeyi atlayıp direkt cinsel birleşme yaşamayı istemek şeklinde kendini gösterebilmektedir. (Betchen, 2003). Son olarak, Eakin ve arkadaşları (2004) araştırmalarında DEHB tanısı olan eşlere sahip yetişkinlerin neredeyse tamamının, eşlerinin semptomlarının genel ev organizasyonu, zaman yönetimi, çocuk yetiştirme ve/veya iletişim gibi alanlarda sorunlarla baş gösterdiğini, bunlar için eşlerini telafi etmek zorunda kaldıklarını ve dolayısıyla ilişkilerinde memnuniyetsiz hissettiklerini belirtmişlerdir.

Nihayetinde, tüm bu olumsuz etkileşimlere bağlı olarak, istisnası olmakla beraber çoğu araştırma DEHB'si olan partnere sahip çiftlerde ayrılık (Biederman ve ark., 2012), boşanma, yeniden evlenme ve evlilik dışı ilişkilerin (Wasserstein, 2005) DEHB'si olmayan çiftlerin ilişkilerine kıyasla daha sık görüldüğünden bahseder. Özetle, DEHB belirtileri kişilere hem bireysel olarak hem de ilişkisel alanlarda muzdarip oldukları deneyimler yaşatırken, bir yandan da ilişkide oldukları bireyleri ve onların beraberlikteki yaşantılarını da ciddi ölçüde etkilemektedir.

2.5 İlişki Doyumu, Yakınlık Hissi, APD ve DEHB

Bu bölümde mevcut araştırmanın değişkenleri olan ilişki doyumu, yakınlık hissi, APD ve DEHB özelliklerinin birbirleriyle olan ilişkilerine dair alanyazında öne çıkan çalışmalardan bahsedilmektedir.

Evli çiftlerin ilişkilerinde yaşam boyu tecrübe ettikleri doyumda, katkı sunan temel özelliğin ilişkide duydukları yakınlık olduğunu ifade eden araştırmalar mevcuttur (Greeff ve Malherbe, 2001). Benzer şekilde; APD de ilişkideki doyum ve yakınlık duygularında etkili olmaktadır (Gable, Reis, Impett, ve Asher, 2004). Reis (2012) çift ilişkilerinde partnerin sevgisine, değer vermesine ve onayına dair değerlendirmelerin o ilişkideki kişi

için güvenli bağlanabilmek ve doyum hissedebilmek için gereken öncüller olduğundan bahseder. Evli çiftlerle yapılan bir başka araştırma, evlilikte doyumun cinsel doyum ve APD tarafından yordandığını belirtmektedir (Gadassi ve ark., 2016). Bar-Kalifa, Hen-Weissberg ve Rafaeli (2015), araştırmalarında katılımcılardan günlükler tutmalarını istemiş ve ardından günlüklere yazılanları analiz ederek ilişki doyumu ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide APD'nin aracı rolü olduğunu bulgulamışlardır. Yakınlık dikkate alındığında ise, pek çok çalışma romantik ilişkilerdeki yakınlık hissinin APD'den etkilendiğini göstermektedir (Debrot, Cook, Perrez, ve Horn, 2012; Laurenceau, Barrett, ve Rovine, 2005). Laurenceau, Barrett ve Pietromonaco (1998), Reis ve Shaver'in geliştirdikleri yakınlık modelini (1988) gündelik iletişimle ilişkilendirerek; çalışmalarında çiftlerden her bir etkileşimlerinde sevgili ya da eşleriyle ne ölçüde durum, fikir ve duygu paylaşımında bulunduklarını belirtmelerini istenmiştir. Bulgular hem katılımcının hem de partnerin kendini açma davranışlarının APD'yi yordadığını, bunun da yakınlığı artırdığını ortaya çıkarmıştır.

Yakınlık ve doyumun DEHB ile ilişkisinin incelendiği çalışmalara bakıldığında ise sınırlı da olsa bir takım kayda değer bulgular göze çarpmaktadır. Öncelikle, çocukluk döneminden itibaren aileleri, arkadaşları, öğretmenleri ve erişkinlikte partnerleri tarafından sıkça eleştirilen ve/veya etiketlenen DEHB tanılı bireylerin ise ilişkilerde daha fazla incinmemek adına duygusal yakınlıktan kaçınabildikleri (Marton ve ark., 2015) ve/veya yakınlığa inanmadıkları (Marsh ve ark., 2015) ifade edilmektedir. Amerika ve Çin'de yapılan araştırmalar, DEHB semptomları arttıkça kişinin yakınlık korkusunun da arttığını öne sürmektedir (Marsh ve ark., 2015). DEHB özellikleri taşıyan bireyin partnerinin ise kendisine yeterince önem verilmediğini düşündüğünü, bu sebeple de yakınlık hislerinde azalma olduğunu (Betchen, 2003; Halverstadt, 1998) öne süren çalışmalar yer almaktadır. Ayrıca, DEHB özellikleri taşıyan bir partner bulunan ilişkilerde doyumun, DEHB özellikleri taşıyan partner barındırmayan ilişkilere kıyasla daha düşük olduğu kaydedilmektedir (Canu ve Carlson, 2007). Ben-Naim ve arkadaşları (2017), DEHB semptomlarına sahip kişilerin partnerlerinin ilişki doyumu düzeylerinin azalmasında yakınlığın rol oynadığını bulgulamıştır. Bruner ve arkadaşları (2015), klinik düzeyde DEHB özellikleri taşıdığını belirten üniversiteli öğrencilerin, bu özellikleri taşımayanlara kıyasla, ilişkilerinde hissettikleri doyumun daha düşük olduğunu belirtmişlerdir.

Alanyazından hareketle, mevcut çalışmada Türkiye'de derinlemesine araştırılmadığı düşünülen DEHB'nin romantik ilişkilerdeki bu temel değişkenlerle -yakınlık, APD ve ilişki doyumu- ilişkileri incelenmek istenmiştir. Ayrıca, söz konusu değişkenlerin ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı etkilerinin gösterilmesi hedeflenmiştir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örneklemi, verilerin toplanması ve verilerin çözümlenmesine dair bilgilere yer verilmiştir.

3.1 Araştırma Modeli

Bu araştırma, ilişkisel ve karşılaştırmalı ilişkisel modeline uygun bir çalışmadır. Araştırmada, değişkenler arasındaki ilişkiler incelenirken katılımcılara herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır.

3.2 Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın örneklemini en az 6 aylık sevgililik veya evlilik kapsamında bir romantik ilişkisi olan, 18-65 (*Ort* = 29.07, *SS* = 8.04) yaş arası, heteroseksüel bireyler oluşturmaktadır. Katılımcılara kartopu tekniği ile ulaşılmıştır Çalışmada bireylerin kendilerinden ve partnerlerinden veriler toplanmıştır. 205 çiftin yer aldığı araştırmanın örneklemi, 205 kadın (%50) ve 205 erkek (%50), toplam 410 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır.

Araştırmaya katılanların 216'sı, 108 çift (%52.7) ilişki durumunun sevgililik olduğunu, 194'ü ise, başka deyiş ile geri kalan 97 çift (%47.3) evlilik olduğunu belirtmiştir. 101 çift (%49.3) partneriyle beraber yaşamakta olduğunu, 67'si (%32.7) aynı şehirde farklı evlerde yaşadıklarını, 37'si (%18.0) ise ilişkilerini uzaktan, yani farklı şehir ya da ülkelerde yaşayarak yürüttüklerini belirtmiştir. İlişki durumu sevgililik olan katılımcılardan 15'i (%7.0) partnerleriyle beraber yaşadıklarını, 117'si (%60.3) aynı şehirde farklı evlerde yaşadıklarını, 62'si (%32.0) ise farklı şehir veya ülkelerde yaşadıklarını belirtmiştir. İlişki durumu sözlülük/nişanlılık olanlardan 2'si (%9.1) beraber yaşadıklarını, 14'ü (%63.6) aynı şehirde farklı evlerde yaşadıklarını, 6'sı (%27.3) ise farklı şehir veya ülkelerde yaşadıklarını belirtmiştir. Son olarak evli katılımcılardan 185'i (%95.4) beraber yaşadıklarını, 3'ü (%1.5) farklı evlerde, 6'sı (%3.1) farklı şehir ya da ülkelerde yaşadığını belirtmiştir. Çiftlerin ilişki sürelerine bakıldığında ise, 6 aydan 46 seneye kadar uzanan ilişkiler görülmektedir.

Katılımcıların eğitim düzeyine bakıldığında, 6 kişi (%1.5) ilkokul mezunu, 30 kişi (%7.3) lise mezunu, 24 kişi (%5.9) ön lisans öğrencisi veya mezunu, 247 kişi (%60.2) üniversite öğrencisi veya mezunu, 103 kişi (%25.1) lisansüstü öğrencisi ya da mezunudur. Katılımcıların 326'sı (%79,51) çeşitli meslek gruplarında çalıştığını, 68'i (%16.8) öğrenci olduğunu, 16'sı (%3.9) ise emekli olduğunu ya da bir işte çalışmadığını bildirmiştir. Sosyo-ekonomik düzeyleri incelendiğinde, katılımcıların 23'ü (%5.6) düşük, 323'si (%81.0) orta ve 55'i (%13.4) yüksek gelir düzeyine sahiptir. Katılımcıların psikiyatrik yardım alma geçmişine bakıldığında, 108 katılımcı (%26,3) geçmişte psikiyatrik tedavi aldığını ya da alıyor olduğunu, 302 katılımcı (%73.7) ise herhangi bir yardım almadığını bildirmiştir. Katılımcılardan 21 kişinin (%5.1), güncel olarak psikiyatrik ilaç kullandığı görülmüştür. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Kadın *N* **= 205**		**Erkek** *N* **= 205**	
Demografik Özellikler	***N***	***%***	***N***	***%***
İlişki Durumu				
Sevgili	97	47.3	97	47.3
Sözlü/ Nişanlı	11	5.4	11	5.4
Evli	97	47.3	97	47.3
Yaşantı Türü				
Birlikte Yaşıyor	101	49.3	101	49.3
Ayrı Yaşıyor	66	32.2	66	32.2
Uzak Mesafe İlişkisi	38	18.5	38	18.5
Eğitim Durumu				
İlkokul Mezunu	3	1.5	3	1.5
Lise Mezunu	13	6.3	17	8.3
Ön Lisans Öğrenci/Mezunu	10	4.9	14	6.8
Üniversite Öğrenci/Mezun	118	57.6	129	62.9
Lisansüstü Öğrenci/Mezun	61	29.8	42	20.5
Sosyoekonomik Durum				
Düşük	12	5.9	11	5.4
Orta	166	81.0	166	81.0
Yüksek	27	13.2	28	13.7
Psikiyatrik Geçmişi				
Evet	66	32.2	42	20.5
Hayır	139	67.9	163	79.5
İlaç Kullanımı				
Evet	14	6.8	7	3.4
Hayır	191	93.2	198	96.6

3.3 Veriler ve Toplanması

Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'nun onayı alındıktan sonra veri toplama sürecine başlanmıştır. Kartopu tekniği ile ulaşılan katılımcılara öz bildirim ölçekleri çevrim içi olarak www.surveey.com sitesinin aracılığıyla ulaştırılmıştır. Katılımcılar bilgilendirilmiş onam formu (Ek B) aracılığıyla araştırma hakkında bilgilendirilmiştir ve gönüllülük esasına göre çalışmaya katılım sağlamışlardır.

Partnerler araştırmadaki tüm ölçekleri bağımsız ve bireysel olarak doldurmuşlardır. Araştırmanın başında partnerlerden kendilerine has bir kod belirlemeleri istenmiştir, her çift bu kodu kendi telefon numaralarının ve partnerlerinin telefon numaralarının son 4 hanesini birleştirerek oluşturmuştur. Her iki partner de önce bu çift kodunu yazıp ardından ölçekleri doldurmaya başlamışlardır. Bu kod araştırmanın analizi sırasında çiftlerin verilerinin eşleşmesine olanak sunmuştur.

Araştırmada katılımcıların demografik ve ilişkisel bilgilerini öğrenmek için araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu, ilişki doyumu düzeylerini ölçmek için İlişki Doyumu Ölçeği, yakınlık hislerini ölçmek için Sternberg Aşk Üçgeni Ölçeği, APD seviyelerini ölçmek için Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği ve DEHB semptomlarının yoğunluğunu ölçmek için Erişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Eksikliği Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerin cevaplaması yaklaşık 8-10 dakika sürmüştür. Kullanılan form ve ölçeklere dair kapsamlı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

3.3.1 Demografik bilgi formu

Demografik bilgilerin alınması için katılımcılara, araştırmacı tarafından hazırlanmış olan bir form verilmiştir. Form bireylerin yaşı, eğitimi, medeni hali, sosyo-ekonomik durumu, ilişki süresi gibi kişisel ve ilişkisel özelliklerine dair temel soruları içermektedir.

3.3.2 İlişki doyumu ölçeği

İlişki Doyumu Ölçeği, romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ölçmek amacıyla Hendrick (1988) tarafından geliştirilmiştir. Yedi maddeden oluşmaktadır ve Likert tipindedir; (1) "hiç karşılamıyor", (7) "tamamen karşılıyor" cevaplarını içermektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 7, en yüksek puan ise 49'dur. Ölçekten alınan yüksek puanlar

ilişkide doyumun yüksek olduğunu gösterir. 4. ve 7. maddeler ters olarak kodlanmaktadır. Hendrick (1988) yaptığı analizlerde ölçeğin tek faktörden oluştuğunu ve varyansı %46 oranında açıkladığını belirtmiştir. Madde - toplam korelasyonunu ise .57 ve .76 arasında bulmuştur.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Curun tarafından 2001'de romantik ilişkisi olan 140 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Yapılan çalışmada ölçeğin orijinaline uygun şekilde tek faktörden oluştuğu, varyansın %52'sinin açıklandığı gösterilmiş, iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulgulanmıştır (2001). Bu araştırmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3 Sternberg'in aşk üçgeni ölçeği

Sternberg, Aşk Üçgeni Ölçeğini, aynı adlı modelinden hareketle 1988'de geliştirilmiştir. Sternberg'e (1988) göre ölçek yakınlık, bağlılık ve tutku değişkenlerini ele alarak, bu üç bileşenden meydana gelen aşkı ölçmektedir. Bu değişken adlarıyla isimlendirilen üç alt boyutu yer almaktadır ve toplamda 45 maddeden oluşmaktadır. Bu araştırmada ilişkilerdeki yakınlığı ölçmek amacıyla 15 maddeden oluşan Yakınlık alt ölçeğinden faydalanılmıştır. Ölçek, 7'li Likert tipindedir. (1) "tamamen katılmıyorum", (7) "tamamen katılıyorum" yanıtlarına karşılık gelmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar ilişkide yakınlık hissinin yüksek olduğunu gösterir.

Ölçeğin Türkçe adaptasyonunu Sevim (2011) yapmıştır ve iç tutarlılığını yakınlık alt boyutu için .96; test-tekrar test geçerliliğini ise .78 olarak belirtmiştir. Bu çalışmada ise iç tutarlılık katsayısı .95 olarak bulgulanmıştır.

3.3.4 Algılanan partner duyarlılığı ölçeği

Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği Reis ve Carmichael (2006) tarafından geliştirilmiştir. Bir bireyin partneri tarafından ne kadar sevildiğine, önemsendiğine, onaylandığına ve anlaşıldığına dair değerlendirildiğini ölçer. Ölçek 18 maddeden oluşmaktadır ve 9'lu Likert tipinde (1-tamamen katılmıyorum ve 9-tamamen katılıyorum) derecelendirilmektedir. Yüksek puanlar APD'nin yüksek olduğunu göstermektedir. Reis ve arkadaşları (2017) ölçeğin tek faktörden meydana geldiğini belirtmektedir, Ölçeğin

güvenirlik katsayısı orijinalinde (Reis ve Carmichael, 2006) .91 ve Türkçe uyarlamasında (Taşfiliz, Çetiner ve Selçuk, 2020) .98 olarak bildirilmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması ilk defa Selçuk (2018) tarafından yapılmıştır ve bu form da 18 maddeden oluşmaktadır. Taşfiliz ve arkadaşları (2020) ölçeğin Türkiye örneklemindeki faktör yapısını incelemek için yaptıkları hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizleri sayesinde ölçekte Türkiye örneklemi için de tek faktörün söz konusu olduğunu belirlemiştir. Bu araştırmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .96 bulunmuştur.

3.3.5 Erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu kendi bildirim ölçeği (ASRS)

Ölçek Dünya Sağlık Örgütü ile Kessler ve arkadaşlarının (2005) iş birliğiyle geliştirilmiştir. Ölçeğin 9 soruluk 'dikkat eksikliği' ve 9 soruluk 'hiperaktivite/dürtüsellik' olmak üzere iki alt boyutu vardır ve ölçek toplamda 18 sorudan oluşmaktadır. Sorular her belirtinin son altı ay içinde hangi sıklıkta ortaya çıktığını belirlemeye yöneliktir. Maddeleri DSM 5'teki (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013) DEHB kriterleri ile yakından ilişkilidir. Ölçek sonuçları kişinin DEHB belirtilerini ne ölçüde karşıladığına dair güçlü bir değerlendirme sunsa da tek başına tanı amaçlı kullanılamaz. Yüksek puan alan kişilerin, tanı açısından değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir. 0= "Asla", 4= "Çok Sık" olmak üzere, 5'li likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puanlar DEHB semptomlarının yoğunluğunun arttığına işaret eder. İlk altı madde ölçeğin A bölümünü, sonraki 12 madde B bölümünü oluşturmaktadır. Pek çok çalışma, yalnızca A kısmının DEHB'yi tahmin etmede yeterince kuvvetli bir araç olduğunu belirtmektedir. A bölümündeki ilk dört madde dikkat eksikliğini, sonraki iki madde dürtüselliği araştırmaktadır.

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Doğan, Öncü, Varol-Saraçoğlu ve Küçükgöncü (2009) tarafından yapılmıştır. İç tutarlılığı 0.88 olarak belirlenmiştir. Alt ölçekler için Cronbach alfa değerleri ise 'dikkat eksikliği' için 0.82, 'hiperaktivite/ dürtüsellik' için 0.78 olarak hesaplanmıştır (Doğan, Öncü, Varol-Saraçoğlu ve Küçükgöncü, 2009). Test-tekrar test tutarlılığı r=0.85tir. Alt ölçekler için bu değerler r=0.73 ve 0.89'dir. Orijinaline benzer şekilde iki faktörden oluştuğu ve varyansın

%41.6sını açıkladığı bulgulanmıştır. Mevcut çalışmada, ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .87 bulunmuştur.

Araştırmanın verilerinin toplanmasında kullanılan Demografik Bilgi Formu (Ek B), Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği (Ek C), Erişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği (Ek D), Sternberg'in Aşk Üçgeni Ölçeği (Ek E) ve İlişki Doyum Ölçeği'nin (Ek F) betimleyici istatistik bilgileri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimsel Özellikleri

Ölçekler	***N***	***Ort.***	***SS***	**En Düşük ve En Yüksek Değerler**	**Cronbach Alpha**
ASRS	410	27.33	10.50	0-71	.87
STLS	410	94.0	12.85	26-105	.95
APDÖ	410	107.5	19.20	20-126	.96
Doyum Ölçeği	410	42.7	5.89	16-49	.85

Not: ASRS= Erişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Eksikliği Ölçeği, APDÖ= Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği, STLS= Sternberg Aşk Üçgeni Ölçeği

3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Ölçeklerden elde edilen veriler Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 24 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak, ölçeklerde yer alan ters maddeler uygun şekilde kodlanmış, sonrasında ölçeklere ait ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri ile Cronbach Alpha değerleri hesaplanmıştır. Ardından; araştırmada kullanılan ölçeklerin birbiri arasındaki ilişkileri Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Bununla beraber, demografik ve ilişki özelliklerine göre grup karşılaştırmaları yapılması için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Son olarak, ilişki doyumunu yordayan faktörleri belirlemek için hiyerarşik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

4.1. Bulgular

Bulgular bölümünde araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon analiz sonuçları, araştırma değişkenlerinin demografik özelliklere (cinsiyet ve ilişki durumu) göre karşılaştırılması için uygulanan bağımsız örneklem t-testi ve son olarak da ilişkide doyumu yordayan faktörleri belirlemek amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizinin sonuçları sunulmaktadır.

4.1.1. Araştırma değişkenlerindeki farklılıkların demografik özelliklere göre incelenmesi

Araştırma değişkenlerinin demografik özelliklere ve ilişki özelliklerine göre karşılaştırılması için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır.

4.1.1.1 Araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

Çalışmada cinsiyete göre ilişki doyumunun, ilişki yakınlığının, APD'nin ve kişilerin sahip olduğu DEHB belirtilerinin farklılaşması bağımsız örneklem t-testi ile değerlendirilmiştir. Analizlerle ilgili detaylı bulgular Tablo 3'te verilmiştir. Sonuçlara göre, ilişki doyumu dışındaki değişkenlerde cinsiyete bağlı anlamlı farklılıklar bulgulanmamıştır. Buna göre, ilişki doyumunun farklılaşması incelendiğinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğu [$t(408) = -2.19$, $p < .05$]; erkeklerin ilişki doyumu puanlarının kadınlara oranla daha yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

İlişkide yakınlık hissinin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde [$t(408) = -1.18$, $p > .05$] anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. APD'nin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde [$t(408) = -0.67$ $p > .05$] anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Son olarak da kişilerin sahip olduğu DEHB belirtilerinin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde [$t(408) = 1.60$, $p > .05$] anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır.

Tablo 3. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Kadın		**Erkek**		
	***N* = 205**		***N* = 205**		
Değişkenler	***Ort.***	***SS***	***Ort.***	***SS***	***T***
Doyum	42.06	6.00	43.33	5.73	-2.19*
Yakınlık	93.67	13.24	95.18	12.43	-1.18
Algılanan Partner Duyarlılığı	106.94	18.94	108.21	19.47	-0.67
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu	28.22	10.73	26.55	10.35	1.60

Not: $^{*}p$ <.05

4.1.1.2 Araştırma değişkenlerinin ilişki durumuna göre karşılaştırılması

İlişki durumu; evlilik (*n* = 194) ya da sevgililik (*n* = 194) şeklinde ikiye ayrılmış; sözlü ve nişanlı katılımcıların sayısının azlığından dolayı (*n* = 22), onlar da sevgililer kategorisine dahil edilmiştir, Ardından bu iki grubun ilişki doyumu, ilişki yakınlığı, APD ve DEHB belirtileri kapsamında farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla t testi uygulanmıştır.

Doyum değişkenine bakıldığında; ilişki durumuna göre grupların anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmektedir. Sevgili olan kimselerin ilişki doyumu, evli olan kimselerin ilişki doyumundan anlamlı düzeyde daha yüksektir [$t(408) = 6.66$, $p < .05$].

Yakınlık değişkeni incelendiğinde; ilişki durumuna göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Buna göre, ilişki durumu evlilik olan katılımcıların yakınlık düzeyi ilişki durumu sevgililik olanlardan anlamlı düzeyde daha düşüktür [$t(408) = 4.15$, $p < .01$].

APD söz konusu olduğunda da ilişki durumuna göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Buna göre, ilişki durumu evlilik olan katılımcıların APD düzeyi

ilişki durumu sevgililik olanlardan anlamlı düzeyde daha düşüktür [$t(408) = 4.10$, $p < .01$].

Son olarak, araştırma değişkenleri DEHB belirtilerinin düzeyi kapsamında incelendiğinde; sevgililik ve evlilik durumuna göre gruplar arasında anlamlı farklılıklar olmadığı görülmektedir [$t(408) = 1.85$, $p > .05$]. Analizlerle ilgili detaylı bulgular Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Araştırma Değişkenlerinin İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

	Sevgili		**Evli**		
	***N* = 216**		***N* = 194**		
Değişkenler	***Ort.***	***SS***	***Ort.***	***SS***	***T***
Doyum	43.45	5.00	41.85	5.73	6.66*
Yakınlık	96.96	8.93	91.62	15.68	4.15**
Algılanan Partner Duyarlılığı	111.27	14.54	103.45	22.65	4.10**
Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu	28.30	11.22	26.37	9.69	1.85

Not: *p <.05, **p <.01

4.1.2. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon analizi sonuçları

Araştırmada yer alan değişkenlerden ilişki doyumu, yakınlık hissi, APD ve kişilerin partnerlerinin DEHB semptomlarının düzeyi arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayıları aracılığıyla hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre; yakınlık ve doyum arasında (r=.76, $p<.01$), yakınlık ve APD arasında (r=.80, $p<.01$), doyum ve APD arasında (r=.77, $p<.05$) pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Partner DEHB'si ve ilişki değişkenleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, partner DEHB semptomları düzeyinin katılımcıların kendi doyum (r=-.15, $p<.01$) ve APD düzeyleri ile (r=-.10, $p<.05$) negatif yönde anlamlı ilişki gösterdiği bulunmuştur. Son olarak, katılımcıların partnerlerinin DEHB düzeyleri kişilerin yakınlık düzeyleri ile anlamlı ilişki göstermemektedir (r=-.06, $p>.05$). Yapılan analize dair detaylı bulgular Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Doyum	**Yakınlık**	**APD**	**Partner DEHB**
Doyum	1			
Yakınlık	.76**	1		
APD	.77**	.80**	1	
Partner DEHB	-.15**	-.06	-.10*	1

Not: *p <.05, **p <.01, APD = Algılanan Partner Duyarlılığı, DEHB= Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

4.1.3 İlişki doyumunu yordayan faktörlere yönelik bulgular

Regresyon analizinde, katılımcıların ilişki doyumunu yordayan faktörler incelenmiştir. Bu analizde bağımlı değişken ilişki doyumu toplam puanıdır. Bağımsız değişkenler ise regresyon denklemine 4 basamakta girilmiştir. İlk basamakta, olası etkilerini kontrol edebilmek için demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, ilişki durumu ve düzeyi) regresyon denklemine aşamalı yöntem (enter) kullanılarak alınmıştır. Bu değişkenlerin olası etkileri kontrol edildikten sonra, ikinci basamakta yakınlık ölçeği toplam puanı, üçüncü basamakta APD son basamakta ise partner DEHB toplam puanı regresyon denklemine dahil edilmiştir.

İlk aşamada denkleme giren demografik değişkenlerden yaş [β = -.31, t(402) = -5.33, p < .01] ve cinsiyetin [β = .15, t(402) = 3.04, p < .01], doyum puanları ile ilişkisinin anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır [$F_{değişimi}$ (6,402) = 7.46, p < .01]. Ardından araştırma değişkenlerinden, yakınlığın doyumu anlamlı olarak yordadığı [β = .76, t(401) = 21.88, p < .01] ve açıklanan varyansı %58'e yükselttiği bulunmuştur [$F_{değişimi}$ (1,401) = 478.56, p < .01]. Daha sonra APD [β = .48, t(400) = 9.94, p < .01] denkleme girmiş ve açıklanan varyansı %66'ya yükseltmiştir [$F_{değişimi}$ (1,400) = 98.86, p < .01]. Son olarak DEHB [β = -.09, t(399) = -3.23, p < .01] denkleme katılmış ve açıklanan varyansı %67'ye yükselmiştir [$F_{değişimi}$ (1,399) = 10.42, p < .01].

Bu sonuçlara göre, demografik değişkenlerden cinsiyet ele alındığında erkeklerin doyum puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ve yaş ele alındığında kişilerin yaşının

artmasının doyum puanlarının azalmasıyla ilişkili olduğu görülmektedir, Araştırma değişkenleri ele alındığında ise; APD ve yakınlığın artmasının, bununla birlikte kişilerin partnerlerinin DEHB puanlarının azalmasının doyum düzeyindeki artışı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 6. İlişki Doyumunu Yordayan Faktörleri Gösteren Regresyon Analizi Sonuçları

	$F_{değişimi}$	*Ss*	*B*	*T (grup içi)*	*pr*	*Uyarlanmış* R^2
I. Basamak: Demografik Değişkenler						
Yaş	7.46*	8.05	-3.17	-5.33*	-.25	.08
Cinsiyet	7.46*	.50	.15	3.04*	.15	.08
II. Basamak:						
Yakınlık	478.55*	12.86	.76	21.87*	.74	.58
III. Basamak:						
Algılanan Partner Duyarlılığı	98.86*	19.18	.48	9.94*	.44	.66
IV. Basamak:						
Partner DEHB Düzeyi	10.41*	10.51	-.09	-3.23*	-.16	.67

Not: $^{*}p < .01$

4.2. Tartışma

Bu çalışmanın amacı, ilişki doyumu ve yakınlığı, APD ve partner DEHB belirtileri arasındaki ilişkileri ortaya koymak ve ilişki doyumunu yordayan faktörleri belirlemektir. Araştırmada, ilişki doyumu, yakınlığı, algılanan partner duyarlılığı (APD) ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) belirtileri çiftlerde her iki partnerden de alınan bilgiler aracılığıyla incelenmiştir. Önce grup karşılaştırmaları yapılarak, cinsiyet ve ilişki durumuna göre (sevgililik veya evlilik) araştırma değişkenlerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bununla beraber kişilerin partnerlerinin sahip olduğu

DEHB belirtilerinin, katılımcının kendi ilişki doyumu, yakınlık hissi ve APD düzeyleri ile olası ilişkileri araştırılmıştır. Son olarak, çiftlerin ilişki doyumunu yordayan faktörler regresyon analiziyle araştırılmıştır. Elde edilen bulgular bu bölümde alanyazın çerçevesinde yorumlanmıştır.

4.2.1 Grup karşılaştırmalarına yönelik bulguların tartışılması

4.2.1.1 Cinsiyete göre değişkenler arası farklılıkların tartışılması

Kadın ve erkek katılımcıların algılanan partner duyarlılıkları, ilişki doyumu ve yakınlığı ve kendi DEHB semptomlarının yoğunluğu kapsamında anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız örneklem t testi ile araştırılmıştır. Sonuçlar, her iki grubun da yakınlık, APD ve DEHB düzeyleri açısından benzer ortalamalara sahip olduğunu; kadınlar ve erkekler arasında yalnızca ilişki doyumu puanları açısından anlamlı farklılık bulunduğunu ortaya koymuştur. Cinsiyete dair sonuçlar ilgili araştırmalardan hareketle tartışılmıştır.

İlişkide yakınlık kişinin kendisini karşıya açması ve aldığı empatik yanıtla beraber aradaki bağın kuvvetlenmesine karşılık gelmektedir (Reis ve Shaver, 1988). Araştırmada, kadın ve erkekler için bu deneyimin farklılaşıp farklılaşmadığı anlaşılmak istenmiştir. Yapılan grup karşılaştırması kadın ve erkek katılımcılar için yakınlık düzeylerinin istatiksel olarak farklı olmadığını göstermiştir. Geleneksel bir yaklaşım olan, kadınların erkeklere oranla daha duygusal olduğu, ilişkiler söz konusu olduğunda erkeklere kıyasla daha hassas ve duyarlı yaklaştıkları inancı, toplumsal cinsiyet rollerinin bir ürünü olarak Türkiye'de de kadın ve erkeklere farklı görev tanımları ve atıflar yüklemektedir (Yıldırım ve Barnett, 2017; Özen, 2012). Erkekliğin daha çok güç ve otorite üzerinden algılandığı kolektivisttik toplumlarda kadın, ilişkilerdeki deneyimlerin aktif bir aktörüyken- "Yuvayı dişi kuş yapar."-, erkeğin duyguyla ilişkili alanlarda daha pasif bir rolde olmasının beklendiği görülmektedir (Özen, 2012). Bu durumda erkekler toplumsal yapı içinde yakın ilişkilerin doğasında yer alan dinamiklere karşı duyarsızlaşmayı öğrenmektedirler. Sağlam duruşunu, otorite konumunu sürdürmeye ve bağlılıktan ziyade özerkliği önceliklendirmeye teşvik edilen erkeklerin ilişkilerinde kendilerini ve duygularını açma, ihtiyaçlarını fark etme ve ifade etme noktalarında zorluklar yaşaması olağan hale gelmektedir (Chelune, Waring, Vosk, ve Sultan, 1984). Söz konusu zorluk alanları,

ilişkilerde yakınlık kurmanın ve sürdürmenin temel bileşenleri olması nedeniyle, erkeklerin yakınlığa yaptıkları yatırımı azaltabilmektedir (Waring ve Chelune, 1983). Karşılarında kendini açan, duygu paylaşımında bulunan, etkileşimlere aktif katılım gösteren bir partner bulamamaları nedeniyle kadınlar için deneyimlenen yakınlığın erkeklere kıyasla daha düşük olduğu sonucuna işaret eden çalışmalar bulunmaktadır (Ataca, 2009; Harma ve Sümer, 2016). Bir başka deyişle, erkekler ve kadınlar için yakınlığın toplum içinde gelişen kalıplara bağlı olarak farklı anlamlara ve karşılıklara sahip olduğu görüşü yaygındır (Merves-Okin ve ark., 1991). Mevcut araştırmada kadın ve erkek katılımcıların yakınlık düzeyinin farklılaşmamasının sebebinin ise Türkiye'nin gelişmekte olan kültürel yapısıyla ilgili olabileceği düşünülmektedir. Kağıtçıbaşı (1983), Türkiye'de uzun zamandır geçerli olan kolektivisttik toplum özelliklerinin yavaş yavaş bireyselliğe ve ben-merkezliliğe evrilmekte olduğunu belirtmiştir. Çalışmanın örneklemini oluşturan kadın ve erkeklerin yakınlığı anlamlı ölçüde farklı yaşantılamıyor olmaları toplumun değişen yapısına ve her iki cinsiyet için de bu değişkenlerin benzer kuvvette yatırım yapılan bir alan olduğuna işaret ediyor olabilir. Kadının iş gücüne daha fazla katılarak bağımsızlaşması; erkeklerin eskisi kadar otorite konumunda olmaması, tarafların ilişkideki yakınlık ihtiyaç ve arayışlarını dengeleyerek iki cinsiyet için de benzer düzeyde öne çıkan bir tema hale gelmesine katkı sunuyor olabilir (Çelik ve Tümkaya, 2012; Haylı, Durmuş ve Kış, 2017).

APD, partner tarafından takdir edilmeye, önem, ilgi ve sevgi görmeye dair algılar söz konusu olduğunda, alanyazında cinsiyetler arası farklara dair sınırlı çalışma bulunmaktadır. Erkeklere oranla kadınlarda APD'nin; kendini açma, yakınlık gibi değişkenler üzerinde daha güçlü aracılık ilişkilerine sahip olduğunu gösteren çalışmalar olsa da (Laurenceau, Barrett ve Rovine, 2005), mevcut çalışmanın araştırmacısı, direkt olarak kadın ve erkeklerin APD düzeylerinin kıyaslandığı çalışmalara rastlayamamıştır. Mevcut araştırma özelinde APD'de cinsiyetler arası bir fark görülmemesi ise yakınlıktakine benzer şekilde değişen toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkilendirilebilir. Günümüzde artık kadınlar ve erkeklerin eşit, ya da benzer düzeylerde birbirlerine kendilerini açtığı, ilgi ve beğenilerini ifade edip bunları karşı tarafa geçirdiği, partnerleri için saygı ve takdir duyguları besleyerek bunu karşılıklı gözettikleri ve sonucunda da birbirlerini benzer düzeylerde duyarlı algıladıkları bir yapı ile karşılaşmaya başlanmış olabilir.

Partnerlerin ilişkilerinin kalitesine dair değerlendirmelerine karşılık gelen ilişki doyumu bağlamında kadın ve erkekler için farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan t testi analizi; araştırma özelinde kadın ve erkeklerin ilişki doyumu seviyelerinde anlamlı düzeyde fark olduğunu göstermiştir. Buna göre erkekler kadınlardan daha yüksek ilişki doyumu puanlarına sahiptir. İlişki doyumu özelinde cinsiyet farkına dair alanyazın ilişki doyumunun yordayıcılarının ele alındığı bölümde regresyon analizi kapsamında ele alınacaktır, zira cinsiyet doyumun aynı zamanda anlamlı bir yordayıcısı olarak da gözükmektedir.

Yakınlık ve APD düzeylerinde cinsiyetler arası fark olmamasının potansiyel gerekçelerinden bir diğeri, araştırma sorularına katılımcıların samimi cevaplar verilmemesi olabileceği düşünülebilir. Zira, mevcut araştırmanın katılımcıları yanıtlarını partnerlerinin görme olasılığından endişelenerek veya ölçekleri bağımsız doldurmaları istenmiş olsa da yan yana katılım göstererek öznel deneyimlerini içtenlikle yansıtamamış olup yakınlık ve APD ölçeklerinde yüksek puanlar verme eğilimi göstermiş olabilirler. Katılımcıların içten yanıtlar vermelerine engel yaratmış olabilecek olan bu noktalar, belki de gruplar arasında halihazırda var olan yakınlık ve APD alanlarında söz konusu değişikliklerin gözlenmesini engellemiş olabilir. Bir diğer alternatif açıklama ise halihazırda kendini ilişkisinde güvende hisseden ve benzer derecede pozitif değerlendirmeye yatkın olan çiftlerin bu araştırmaya katılmayı kabul eden kimseler olabileceğidir. Özetle bulguların geneli, yakınlık ve APD'nin cinsiyetten ziyade kişilik özellikleri, bağlanma stilleri gibi bireysel başka farklılıklardan etkilendiğine işaret eden çalışma bulgularının geçerliğini desteklemiştir (Beyers ve Seiffge-Krenke, 2010; Traupmann, Eckels, ve Hatfield, 1982).

Cinsiyet karşılaştırmalarında son olarak, öz bildirime dayalı elde edilen bireysel DEHB semptomları araştırılmıştır. Katılımcıların DEHB özellikleri düzeyinde kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farkın olmadığı bulgulanmıştır. Bir diğer deyişle bu araştırmanın kadın ve erkek katılımcılarının benzer yoğunlukta DEHB belirtilerinin olduğu görülmüştür. Bu durum yetişkinlerde DEHB semptomlarının yoğunluğu özelinde erkeklerin daha yüksek prevalansa sahip olduğunu gösteren bulgularla (Bijlenga ve ark., 2017; Skounti ve ark., 2007) çelişmektedir. Mevcut çalışmada katılımcılarda DEHB tanı ön koşulu aranmamış ve öz bildirim ölçeğini doldurmaları istenmiştir. Katılımcılara

ulaşılma yöntemi ve katılımcı sayısının kısıtlılığı nedenleriyle alanyazındaki söz konusu farkı ortaya koyacak düzeyde temsil gücü yüksek bir örnekleme erişilemediği tahmin edilmektedir.

4.2.1.2 İlişki durumuna göre değişkenler arası farklılıkların tartışılması

Çalışmada ilişki durumları, sevgili olanlar ve evli olanlar şeklinde gruplandırılmış ve ardından bu gruplar arasında ilişki doyumu, yakınlık, APD ve DEHB belirti düzeylerinin anlamlı ölçüde değişip değişmediği bağımsız örneklem t testi aracılığıyla incelenmiştir. Araştırmanın hipotezleri gruplar arasında farklılıklar olmayacağı yönündedir. Karşılaştırmalar, sevgili olan ve evli olan kimseler arasında yakınlık, APD, doyum kapsamında anlamlı olarak farklılıklar bulunduğunu, DEHB düzeylerinde ise farklılık bulunmadığını göstermiştir. Bulgular alanyazın çerçevesinde tartışılmaktadır.

Mevcut çalışmada evli çiftler, sevgili olan çiftlere göre daha düşük düzeyde doyum puanlarına sahiptir. Bu durum alanyazındaki bazı çalışmalarla çelişmektedir. İlişki türünün evliliğe dönüşmesinin ilişkiye yapılan yatırımları artırdığını; bunun da partnerlerin doyum seviyelerini yükselttiğini öne süren çalışmalar bulunmaktadır (Saraç, 2013; Tai, Baxter ve Hewitt, 2014). Öte yandan ilişki durumu ve ilişki doyumu arasında bağlantı olmadığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Diamond, Brimhall ve Elliott, 2018; Dönerce, 2018). Bununla birlikte, ebeveynlik pratiklerinin, ilişki doyumunu ciddi düzeyde etkilediği; çocuk sayısı, çocukların yaşları ve bulundukları yaşam evrelerinin çiftlerin ilişki doyumunu etkileme gücüne sahip değişkenler olduğu ileri sürülmektedir (Duran-Bozkurt, 2014), ancak mevcut araştırmada katılımcılara çocuk sahibi olup olmadıkları ve çocuk sayılarının sorulmaması bu etkinin anlaşılabilmesinin önünde bir sınırlılık yaratmıştır. Bu çalışma özelinde evli çiftlerin çocuklu olup olmamalarının, çocuklarının yaşları ve sayılarının doyum konusunda karıştırıcı bir etken olmuş olabileceği düşünülmektedir. Ek olarak, sevgili olan katılımcılara kıyasla evli olanların doyumunu düşüren faktörlerin, alanyazında doyumu etkilediği bulunan değişkenlerden ilişki süresi (Güleç, 2012), kişilik özellikleri (Prager, 1995), eğitim düzeyleri (Kervancıoğlu, 2016) ile ilgili olabileceği düşünülebilir.

Araştırmanın bulgularına göre evli çiftler, sevgili olan çiftlere göre daha düşük düzeyde yakınlık düzeylerine sahiptir. Schaefer ve Olson (1981), yakınlığın yalnızca evlilik

ilişkisinde yaşanan bir deneyim olmamasına rağmen, pek çok kimsenin daha fazla yakınlık kurabilmek için evlendiğini öne sürmektedir. Özellikle de Türkiye gibi cinsellik, beraber yaşama gibi deneyimlerin yalnızca evlilik içinde normal karşılandığı toplumlarda, partnerler bu türden paylaşımların kabul edilebilir hale gelmeleri adına evlenme eğilimi gösteriyor; bunların mümkün hale gelmesinin de yakınlığı arttıracağını varsayıyor ya da umuyor olabilirler. Ayrıca, çiftlerin ilişki durumunun tarafların ilişkiye dair yaptıkları yatırımları, bağlılık seviyelerini belirttiğine, bunların da yakınlığı temsil ettiğine inanılmaktadır (Fletcher, Simpson, Campbell ve Overall, 2019). Zira sevgililiğe kıyasla evlilikte; çiftlerin ilişkiyi daha ciddi değerlendirdikleri, gerekli sorumlulukları üstlenmeye ve psikolojik, fiziksel anlamda daha fazla yatırım yapmaya razı oldukları varsayılabilmektedir (Eshel, Sharabany ve Friedman, 1998). Yapılan yatırımların artmasının, evlilikle beraber normalleştirilen cinsellik deneyimine açık hale gelinmesinin yakınlığın artmasını etkileyen faktörler olduğu değerlendirilmektedir (Eshel, Sharabany ve Friedman, 1998). Diğer yandan, bazı çalışmalar ise sevgililikten evliliğe geçişin yakınlığın azalmasını başlatan bir süreç olduğunu (Acker ve Davis, 1992), özellikle evlilikte geçirilen sürenin artmasının yakınlığı gitgide azalttığını (Greeff ve Malherbe, 2001) belirtmişlerdir. Bunun sebebinin büyük ölçüde çiftlerin evlilik sürelerinin uzamasıyla ilişki içinde sergiledikleri sevgi gösterme, duyguları açma gibi davranışları azaltması olduğu paylaşılmaktadır (Huston ve Burgess, 1979). Artan ailevi, sosyal ve ekonomik sorumluluklar; kişilerin evliliğin içinde ilişkiye daha az özen göstermeye başlamaları, çocuklu yaşamla beraber gelen yeni mesuliyetler ve krizler, kişilerin birbirilerinde keşfedecek yeni alanlar bulamayışı, paylaşımları ve kendini açma davranışını azaltmaları bu çalışmada da evliler için sevgililere kıyasla yakınlığı azaltan sebepler olarak değerlendirilebilir.

Araştırmanın sonuçlarına göre, evli çiftler sevgili olan çiftlere göre daha düşük düzeyde APD seviyelerine sahiptir. Partneri anlama çabası, onay, saygı ve takdir görmeye yönelik değerlendirmeler APD'ye işaret ettiğinden ve söz konusu davranışların -yakınlık bölümünde detaylı açıklandığı üzere- evlilikte gitgide azaldığı paylaşıldığından, sevgililere oranla evlilerin daha düşük düzeyde APD belirtiyor olabilecekleri düşünülmektedir. Zira, eşini onay ve ilgi verme, hoşa gidecek davranışlarda bulunma, sevgi ve anlayış gösterme konusunda yetersiz bulan partnerin APD'nin de azalması beklenebilir (Laurenceau, Barrett, ve Rovine, 2005; Reis ve ark., 2004) ki bu da mevcut

araştırmanın sonuçlarıyla uyumludur. Tüm bunlarla beraber, evli ve sevgili çiftlerde karşılaşılan gruplar arası yakınlık, doyum ve APD farklarının bu kişilerin yalnızca ilişki durumuyla açıklanamayabileceği de aklıda tutulmalıdır. Zira, iki grup arasında bu değişkenler kapsamında yapılan kıyaslanmanın sonuçları yalnızca ilişki durumuna değil, kişilerin içinde bulundukları ilişki durumu ile gelen diğer dinamiklere ve yaşamsal değişimlere de karşılık geliyor olabilir. Çalışmanın örneklemini oluşturan grubun yaş ortalaması 29.07 iken, çalışmada 65 yaşına kadar farklı yaş gruplarından kimselerin yer alması nedeniyle farklı kuşaklardan katılımcıların olduğu ve değişen kuşaklarla beraber insanların evlilik anlayışları ve ilişkilere bakış açılarının da farklılaştığı (Güneş ve Elkurdı, 2022) göz önünde bulundurulduğunda, grup karşılaştırmasında karıştırıcı değişkenlerin mevcut olabileceği düşünülebilir.

Mevcut çalışmada, DEHB özelliklerinin de araştırma değişkenlerinden olması sebebiyle ilişki durumuna göre gruplar arası karşılaştırmasına bakılmak istenmiştir. Varsayıldığı gibi, DEHB özellikleri açısından sevgili ve evli olan katılımcıların puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. İlişki durumuna göre DEHB özelliklerinin yoğunluğunun farklılaşacağının beklenmesi için güçlü bir gerekçe olmayabileceğinden alanyazında evli ve sevgili kimselerin bu anlamda kıyaslandığı bir çalışmaya rastlanamamıştır. Yalnızca, Kroeger, Umberson, Powers ve Forrest'in (2020) bir çalışmasında, genç yetişkin DEHB'li bireyler için aynı evde beraber yaşayan ancak evli olmayan çiftlerde; evli olan DEHB'li bireylerin olduğu çiftlere kıyasla daha az olumlu ruhsal sağlık çıktılarının olduğundan bahsedilmektedir. Beraber yaşamanın evliliğe kıyasla daha dürtüsel geçişlere olanak sağladığını, bunun da sözü edilen olumsuzluklara kapı araladığını örtük bir şekilde ifade etmiş olsalar da aradaki bağlantı yeterince net gözükmemektedir. Sonuç olarak, bu çalışmada evli ya da sevgili olan kimselerin DEHB özelliklerinde anlamlı farklılıklar bulunmadığı karşımıza çıkmaktadır.

4.2.2. Araştırma değişkenlerinin birbirleriyle ilişkilerine yönelik bulguların tartışılması

Araştırmada yakınlık, APD, ilişki doyumu ve partner DEHB semptomlarının düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi, ilişki doyumunu yordayan faktörleri incelemek adına ise hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüştür. İlk başlıkta yakınlık, APD ve partner DEHB'si puanlarının korelasyon

analizi sonuçları; ikinci başlıkta ise ilişki doyumunun araştırma değişkenleri ile ilişkisine yönelik korelasyon analizi sonuçları ve yordayıcı faktörlerin araştırıldığı regresyon analizi sonuçları beraber tartışılacaktır.

4.2.2.1 Yakınlık, APD ve DEHB arasındaki ilişkilerin tartışılması

Mevcut araştırmanın sonuçları yakınlık ve APD arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Buna göre yakınlık düzeyinin artmasıyla APD düzeyinin de artması söz konusu olmaktadır. Bu sonuç; kişinin kendini açması ve karşılığında onaylanmış, takdir edilmiş ve değer verilmiş hissetmesinin yani partnerini duyarlı olarak algılamasının yakınlığı geliştirdiğini ortaya koyan alanyazın bulgularıyla uyumludur (Debrot, Cook, Perrez, ve Horn, 2012; Forest, Kille, Wood ve Holmes, 2014; Laurenceau, Barrett, ve Pietromonaco, 1998; Laurenceau, Barrett, ve Rovine, 2005; Reis ve Shaver, 1988). Sonuçta, APD ve yakınlığın pozitif ve anlamlı ilişki göstereceğine dair araştırma hipotezi desteklenmiştir.

Kişilerin partnerlerinin sahip olduğu DEHB semptomlarının düzeyinin, katılımcıların kendi yakınlık düzeyleri ile ilişkileri incelenmiştir. Bulgular, bu değişkenlerin arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir. Reis ve Shaver (1988), her iki tarafın etkileşimlerinde karşılıklı hassasiyetleri gözetmeleri ve bunu birbirlerine yansıtmaları sayesinde yakınlığın kurulduğundan bahsetmektedir. Bu karşılıklı etkileşimde tarafların iletişime dair bazı beceri ve bilgilere sahip olması gerektirmektedir ki dinleme, yanıtlama ve etkileşim gerçekleşebilsin. Zira yakınlık kurma kapasitesi; belirli düzeyde diğerini algılayabilme, onun açısından olaylara bakabilme ve empati kurabilmeyi gerektirmektedir (Abdel-Hamid ve ark., 2019). Ne var ki, DEHB özellikleri olan; göz temasını sürdürememek, dağınık dikkat nedeniyle konuşma ve konularla ilgili gözükmemek, detayları hafızada tutamamak, perspektif alamamak ve dürtüsel davranışları baskılayamamak etkileşimleri bu yönüyle olumsuz etkileyebilmektedir (Novotni ve Petersen, 1999). Buradan hareketle partnerin DEHB semptomlarının artmasıyla, iletişimin niteliğinin azalacağı, duygulanım ve etkileşimde yakınlığı azaltacak olumsuz tecrübeler edinileceği varsayılmıştır. Nitekim, araştırmalar da DEHB tanısı almış kişilerin ilişkilerinde yakınlığın ciddi ölçüde azaldığını öne sürmektedir (Ben-Naim ve ark., 2017). Ancak mevcut sonuçlar araştırmanın hipotezini desteklememiştir. Bu

sonucun, çalışmanın örneklemini oluşturan grubun tanı altı bir grup olmasıyla beraber yeterince yoğun DEHB semptomları sergilemiyor olmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Tanı almış olan ya da DEHB özellikleri belli bir eşiğin üstünde olan kimselerle gerçekleştirilebilecek bir başka çalışmada, yakınlık ve DEHB özellikleri değişkenlerinin ilişkisinin gözlenmesinin daha mümkün olabileceği düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada partner DEHB'si ve APD arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bulgulara göre bireylerin partnerlerinin sahip olduğu DEHB özelliklerinin yoğunluğu, kişilerin ilişkideki APD seviyeleriyle, düşük düzeyde de olsa, istatiksel olarak ilişkilidir. Alanyazında daha önce APD ve DEHB'nin ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmadığı için yakınlık üzerinden çıkarsama yapılmaya çalışılmıştır. Yakınlığı olumsuz etkileyen DEHB özelliklerinin; kendini açan taraf için görülmeme, ilgi ve takdir hissedememeye karşılık geleceği, bunun da partneri duyarsız algılamaya sebep olacağı mevcut çalışmanın araştırmacısı tarafından varsayılmıştır. Zira Reis (2012), APD'nin anlaşılma hissi, onaylanma ve ilgi görme olmak üzere üç temel unsurdan oluştuğunu öne sürmektedir. Anlaşılma boyutu, partnerin aktif bir dinleyici olmasına, karşısındakinin aktarımlarını kabul edip, yansıtmasına; onaylanma ise, partnerin tutumlarının, önemsediklerinin takdir edilmesine, değerli ve saygın hissettirilmeye karşılık gelir. Son olarak da ilgi boyutu, kişinin diğerine duygularını açması ve ihtiyaçlarını desteklemesini gerektirir (Reis, 2012). Kişiler partnerlerini bu kriterlere dayanarak belli ölçüde duyarlı ya da duyarsız olarak değerlendirdiğine ve sıklıkla söz kesen, paylaşımları hatırlamayan, iletişimde sabırsız ve huzursuz gözüken, öfke ve sinir patlamalarına kapılan partnerleri olan kimseler kendilerini değersiz ve yalnız hissettiklerine göre (Ersoy ve Topçu-Ersoy, 2019; Halverstadt 1998; Robbins, 2005) DEHB ve APD arasında negatif bir ilişki olabileceği düşünülmüştür. Kırımer-Aydınlı ve Sümer (2020) bazı kültürlerde APD'nin kişinin partnerine kendini ifade etmeden "gözünden anlaşılma" arzusuna karşılık geldiğinden bahsetmektedir. Ne var ki, mevcut çalışmanın araştırmacısı tarafından, DEHB semptomlarının yoğunluğuna bağlı olarak görülme ve anlaşılma halinin ilişkide karşılanmasının zor olacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla da kişilerin sahip oldukları DEHB semptomlarının düzeyinin artması ile, APD'nin anlamlı ölçüde azalması beklenmiştir. Sonuçlara göre, partner DEHB özellikleri ile bireysel APD seviyesi anlamlı şekilde negatif ancak düşük düzeyde ilişkilidir.

Özetle, mevcut çalışmada katılımcıların yakınlık ve APD düzeyleri pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Kişilerin ilişkilerindeki yakınlık hissi partnerlerinin öz bildirme dayalı DEHB semptomları ile ilişki göstermezken; söz konusu semptomlar APD ile düşük düzeyde negatif yönde ilişki göstermektedir.

4.2.2.2 İlişki doyumunun araştırma değişkenleriyle ilişkilerine dair bulguların tartışılması

Kişilerin ilişkilerinde ne ölçüde doyum hissettikleri; ilişkinin sürdürülebilirliğini etkileyen en önemli faktörlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Sbarra ve Hazan, 2008), buradan hareketle mevcut araştırmada korelasyon analizlerine ek olarak regresyon analizi ile çift ilişkisinde doyumu yordayan faktörler incelenmiştir. İlişki doyumuna dair analizlerin bulguları bu bölümde tartışılmaktadır.

Öncelikle, korelasyon analizi yardımıyla ilişki doyum ile araştırma değişkenlerinin ilişkileri incelenmiştir. Buna göre; yakınlık ve ilişki doyumu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkilidir, bir başka deyişle yakınlık seviyesi arttıkça doyum düzeyinin de arttığı görülmüştür. İlişki doyumunu yordayan faktörlerin aşamalı olarak ele alındığı regresyon analizinde de, ikinci basamakta denkleme eklenen yakınlığın varyansın %58'ini açıkladığı görülmüştür. Buradan yakınlıktaki artışın ilişki doyumundaki artışı yordadığı anlaşılmaktadır. Doyumun artmasında yakınlığın pozitif etkisi alanyazında sıklıkla karşılaşılan bir bulgudur ve araştırmanın hipotezini doğrulamıştır. Kişiler kendilerini karşı tarafa açabildiklerinde, öznel deneyimlerinin paylaşımında partnerlerinden ilgili ve empatik yanıtlar alabildiğinde, aralarındaki bağ gelişmekte ve bu olumlu haller doyumu kaçınılmaz olarak artırmaktadır (Acker ve Davis, 1992; Dandeneau ve Johnson, 1994; Fekete, Stephens, Mickelson, ve Druley, 2007; Greeff ve Malherbe, 2001; Waring, 1980).

Analiz bulguları APD ve doyum arasında da anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Zira ilişki doyumunun yordanan değişken olduğu regresyon analizinde APD üçüncü basamakta denkleme girdiğinde açıklanan varyansı %58'den %66'ya yükseltmiştir. Yani bir başka deyişle, APD oranlarındaki artış ilişki doyumundaki artışı yordamaktadır. Dagan ve arkadaşları (2014) APD ve doyum arasında doğrudan bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Gable ve Reis de (2010), APD'nin artmasının, kişilerin mutluluk ve neşe duygularını arttırmadaki rolü aracılığıyla ilişki doyumunu yükselttiğini öne

sürmektedir. Öte yandan APD'nin azalmasının doğrudan doyumun azalmasına yol açtığını belirten araştırmalar da (Algoe ve Zhaoyang, 2016; Bar-Kalifa ve ark., 2015; Gable ve ark., 2004; 2006; Gadassi ve ark., 2016; Reis ve Gable, 2015) mevcuttur. Kendilerini sevgilileri/eşleri tarafından sevilip takdir edilmiş, değer görmüş bulan ve anlaşılmış hisseden bireyler partnerlerini duyarlı olarak algılamaktadırlar (Gable, Reis, Impett, ve Asher, 2004) ve bu durum ilişkinin niteliğinin olumlu yönde değerlendirilmesine; yani ilişki doyumunun artmasına yol açmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013). Özetle bu bulgu, APD'nin doyum üzerinde pozitif etkisi olduğunu gösteren ilgili çalışmalarla ve mevcut araştırmanın hipoteziyle uyumludur.

Enter yönteminin kullanıldığı regresyon analizini detaylı ele almak gerekirse; ilk olarak demografik özelliklerin, ardından da araştırmanın değişkenleri olan APD, yakınlık ve partner DEHB özelliklerinin ilişki doyumunu ne oranda yordadığı aşamalı olarak incelenmiştir. İlk basamakta analize tüm demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey ve ilişki durumu) girilmiştir ve bunlardan cinsiyet ve yaşın doyumla ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Cinsiyet bağlamında, erkek olmanın doyumdaki artışı yordadığı görülmüştür. Nitekim, uyumlu şekilde ilişki doyumu grup karşılaştırmaları da; mevcut çalışmada erkeklerin kadınlardan daha yüksek ilişki doyumu seviyelerine sahip olduklarını göstermiştir. Alanyazında cinsiyet faktörü ve doyum ile ilgili çeşitli bulgulara rastlamak mümkündür. Kimi araştırmalar kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde ilişki doyumu bildirdiklerini (Cingisiz, 2010; Yılmaz-Dinç, 2013); kimileri ise erkeklerin kadınlardan daha yüksek doyum düzeylerine sahip olduklarını (Rochlen ve Mahalik, 2004) bulgulamışlardır. Bununla beraber; ilişki doyumu söz konusu olduğunda, kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığını gösteren araştırmalar da (Theran, 2011; Yılmaz ve Gündüz, 2021) bulunmaktadır. Buna göre cinsiyetin doyum üzerinde tutarlı ve genel- geçer bir etkisi olmayabileceği düşünülebilir. Wymbs, Canu, Sacchetti ve Ranson'ın (2021) yaptıkları araştırmada, kadınların erkeklere oranla daha gerçekçi ilişkisel değerlendirmelerde bulunduklarını söylemesine paralel şekilde bu çalışmada da erkeklerin mevcut ilişki doyumu deneyimlerini kadınlara kıyasla daha olumlu bir yanlılıkla değerlendirmiş olabilecekleri veya kadınların mevcut durumu gerçektekinden daha olumsuz değerlendirmiş olabilecekleri düşünülebilir. Bu da ilişki doyumunda cinsiyet özelinde, erkek olmanın pozitif bir yordayıcı olarak görülmesine sebep olmuş olabilir.

Regresyon analizine göre ilişki doyumu üzerinde etkiye sahip olduğu anlaşılan bir diğer demografik özellik ise yaştır. Bulgulara göre yaşın artışı, ilişki doyumundaki azalışı yordamaktadır. Alanyazında kimi çalışmalar yaşla beraber doyumun yükseldiğini (Özbiçer ve Atıcı, 2018), kimisi ise yaşın artmasının doyumu düşürdüğünü (Jose ve Alfons, 2007) belirtmektedir. Yaşın ilişki doyumu üzerinde etkisinin bulunmadığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Kervancıoğlu, 2016). Bu sonuçlara göre yaş ve ilişki doyumu arasında sabit ve beklendik bir etkiden söz etmek güçleşmektedir. Belki de farklı çalışmalarda erişilen katılımcı profillerinin ve/ veya ölçüm araçlarının değişkenliği araştırmalar arası tutarlı bulgulara ulaşılmasını zorlaştırıyor olabilir.

Son olarak, partnerlerin DEHB özellikleriyle bireylerin ilişki doyumu düzeylerinin ilişkileri incelenmiştir. Önce, korelasyon analizi ardından da demografik değişkenler, yakınlık ve APD'nin etkilerinin kontrol edildiği regresyon analizi uyumlu sonuçlar vermiştir. Korelasyon analizi bulguları DEHB puanlarının doyum puanları ile olumsuz yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir. Regresyon analizinden elde edilen sonuçlar ise, araştırma hipotezini destekleyerek DEHB özelliklerinin artmasının ilişki doyumundaki azalmayı yordadığını ortaya koymuştur. Bu durum, demografik değişkenler ve araştırmanın diğer değişkenleri olan yakınlık ve APD'nin etkileri kontrol edildiğinde dahi, açıklanan varyansı %1 oranında artırıyor da olsa, DEHB özelliklerinin ilişki doyumuyla ilişkisinin devam ettiğine işaret etmektedir. Yetişkin DEHB'si ile ilgili uluslar-arası alanyazın DEHB'nin romantik ilişkilerde doyumu kayda değer ölçüde azalttığını ortaya koymaktadır (Ben-Naim ve ark., 2017; Canu ve Carlson, 2007; Eakin ve ark., 2004; Marton ve ark., 2015; Robbins 2005). Ayrıca, sonuçlar araştırma hipotezini destekler niteliktedir.

Merves-Okin ve arkadaşları (1991) ilişkide doyumun partnerlerin problem çözme becerilerinden; Yoo ve arkadaşları (2013) ise etkili bir iletişime sahip olmaktan büyük ölçüde etkilendiğini belirtmiştir. Öte yandan duygu düzenlemeye dair güçlüklerin ilişkide doyumu azaltabildiği paylaşılmaktadır (Akdur ve Aslan, 2017). Ayrıca, olumsuz çatışma çözme yöntemlerinin kullanılması, sağlıklı iletişim yöntemlerinin etkin olarak kullanılamaması da ilişkide doyumu düşüren etmenlerdendir (Cramer, 2004; Gonzalez-Ortega ve ark., 2021). İlişki doyumuna dair yukarıdaki bilgilerden hareketle, mevcut araştırmada DEHB semptomlarının ilişki doyumunu da benzer bazı unsurlar aracılığıyla

olumsuz yönde etkilediği düşünülebilir. Duygusal açıdan dürtüsellik, duyguları fark etme ve anlamlandırmada zorlanmak, kolay irrite olmak, sabırsızlık, hayal kırıklığına karşı düşük toleranslı olmak ve kolayca öfkelenmek DEHB'nin zayıf duygu düzenleme becerisine bağlı semptomlarıdır (Barkley ve Fischer, 2010; Gallo ve Posner, 2016). Yürütücü işlevler ve sosyal- bilişsel becerilerdeki aksaklıklar nedeniyle problem çözme davranışlarının etkisinin azalması, uyaran arayışı nedeniyle uzlaşmacı tarzdan ziyade daha kışkırtıcı ve kavgacı çatışma çözme davranışlarının sergileme (Bilkey ve ark., 2014; Wymbs, 2018), dikkatsizliğe bağlı olarak paylaşılanları unutma, etkileşimde ilgisiz ve sıkılgan bir izlemim uyandırma, göz temasını sürdürememe, dürtüselliğe bağlı olarak düşünmeden konuşma, söz kesme (Betchen, 2003; Barkley, 2010; Robin ve Payson, 2002) gibi iletişimdeki aksamalarla beraber partnerlerin sahip olduğu DEHB özellikleri ilişki doyumunu azaltıyor olabilir. Nitekim, Bruner ve arkadaşları (2015), DEHB belirtileri olan kimselerin ilişki doyumlarının düşmesinde zayıf duygu düzenleme becerisinin ve düşmancıl tartışma tutumlarının aracı olduğunu ispatlamıştır. Benzer bir durumun Türkiye örnekleminde de söz konusu olabileceği, DEHB semptomlarının romantik ilişkide iletişim ve etkileşimlerin niteliğini düşürerek kişilerin ilişki doyumunu azaltıyor olabileceği düşünülebilir.

Özetle, mevcut araştırmanın sonuçlarına göre, DEHB özellikleri ilişkide yakınlıkla ilişkili olmasa da APD ve doyum ile ters yönde ilişkilidir. Dahası, araştırma değişkenlerinden yakınlık, APD ve demografik değişkenlerin etkileri kontrol edildiğinde dahi DEHB özellikleri ilişki doyumu ile ilişkisini sürdürmektedir. Tüm sonuçlar beraber ele alındığında, Türkiye'de yaşayan çiftler için DEHB semptomlarının APD ile negatif ilişkide olduğu ve bu semptomların artışının doyumu olumsuz etkilediği görülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölüm, araştırmaya dair bir özeti, araştırmanın sınırlılıklarını ve çalışmanın alanyazınla beraber klinik müdahalelere katkısının neler olabileceğini içermektedir.

Doğası gereği sosyal bir canlı olan insanın ilişkilerinden en merkezi olanı romantik ilişkilerdeki deneyimleri onun fiziksel ve zihinsel sağlığına dair pek çok süreci etkileyebilmektedir. Bu ilişkilerde etkili olduğu bilinen deneyimlerden bazıları doyum, yakınlık, APD ve DEHB özellikleridir. Ne var ki Türkiye'de romantik ilişkilerde DEHB özelliklerinin bu değişkenlerle beraber ele alındığı bir çalışmaya rastlanmadığından, mevcut araştırma bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerini incelemiştir. Ayrıca ilişkilerin süreğenliğindeki en belirleyici faktörlerden olan doyumu yordayan faktörleri araştırmıştır. Son olarak, katılımcıların cinsiyetlerinin ve ilişki durumlarının (evli olmak ve sevgili olmak) doyum, yakınlık, APD ve DEHB özellikleri bağlamında anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığı test edilmiştir. Cinsiyet açısından, kadınlar ve erkekler arasında yakınlık hissi, APD ve DEHB özellikleri bağlamında anlamlı farklılıklar gözlenmemiştir. İlişki durumuna bakıldığında ise, evli olmayan katılımcıların evli olanlara kıyasla daha yüksek düzeyde doyum, yakınlık ve APD seviyelerine sahip olduğu görülmüştür. İlişki doyumu, yakınlık ve APD değişkenlerinin her birinin kendi içinde anlamlı ve pozitif bir ilişki gösterdiği; kişilerin partnerlerinin sahip olduğu DEHB özelliklerinin ise katılımcıların APD ve doyum düzeyleriyle negatif ilişkisinin olduğu görülmüştür. İlişki doyumunun yordayıcıları özelinde ise; yakınlık ve APD'nin pozitif, DEHB özelliklerinin negatif yönde etkisinin olduğu görülmüştür. Bu bulgulardan hareketle yakınlık ve APD'nin doyumu artırdığı ve DEHB özelliklerinin ilişkide doyumu azalttığı anlaşılmaktadır.

Araştırma sonuçları, DEHB özelliklerinin olumsuz etkilerine karşı hem kişisel hem de ilişkisel alanlarda sağaltıcı çalışmalar yapmanın gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bireysel ölçekte DEHB özelliklerinden muzdarip olan kimseler, DEHB tanılı kimselerde etkililiği kanıtlanmış olan Bilişsel Davranışçı Terapi uygulamalarından faydalanabilirler (Canu ve Wymbs, 2015; Harper ve Gentile, 2022). Organize olmakta, para yönetiminde, bir işi tamamlamada, çatışma yönetmede, duygu düzenlenmede zorlanma gibi

semptomlar, bunlara sahip kişilerin bireysel terapilerinde bilişsel, duygusal ve davranışsal yöntemler aracılığıyla baş etmeyi öğrenebileceği durumlardır. Psikoterapi sayesinde iyileştirilebilecek olan etkili zaman yönetimi, olumlu çatışma çözme yöntemleri, sağlıklı iletişim, empati kurma gibi beceri setlerindeki gelişmeler kişinin hem bireysel yaşamını hem de ilişkilerini olumlu yönde etkileyecektir. Çift bazında ise, öncelikle partnerlere DEHB özelliklerinden ilişkiye yansıyan sorunlar özelinde psikoeğitim sunmak iyi bir fikir olacaktır. Bu kapsamda partnerlerin etkileşimlerinde meydana gelen çatışmaların, kısır döngülerin ve olumsuz duyguların daha objektif şekilde ele alınması, yeniden yapılandırma yöntemlerinden faydalanarak mümkün hale gelebilir. Kişilere partnerlerinin ani kararlar verme, bir işi bitirmeden diğerine atlama, faturaları ödemeyi unutma, geç kalma, savurgan harcamalar yapma, verilen sözleri tutmama, iş bölümüne eşit katılmama gibi davranışlarının sorumsuzluktan veya bencillikten kaynaklanmadığını; aksine pek çok kimsenin muzdarip olabildiği bireysel bir farklılığa, DEHB semptomlarına karşılık geldiğini anlatmak, söz konusu etiketlemelerin ve buna bağlı yaşanan kriz ve anlaşmazlıkların önüne geçebilir. Böylesi bir çerçevelendirme, suçlayıcı ve yargılayıcı bir iletişim tarzından ziyade daha empatik bir iletişime alan açabilir. Dahası, paylaşılamayan iş bölümü ve çocuk bakımını, para idaresini, cinsel yaşama dair beklentileri anlamayı ve iyileştirmeyi hedef alan olumlu çatışma çözme stratejilerinin çiftlere öğretilmesi, iletişim becerilerini pekiştirmeye yönelik pratiklerin kazandırılması önem taşımaktadır. Ek olarak, anlaşmazlıklara bağlı yaşanan sorunlar nedeniyle ortaya çıkan öfke, tükenmişlik, çaresizlik, yalnızlık, anlaşılmama ve hayal kırıklığı gibi duygularını ifade etmelerini ve bunların yoğunluğunun azalmasını mümkün kılacak duygu odaklı müdahalelerin de faydalı olabileceği düşünülmektedir. Özetle; uluslararası camiada uygulanmaya başlanan ve bahsedilen tüm bu yaklaşım, müdahaleleri kapsayan DEHB Odaklı Bireysel Yetişkin Terapisi ve DEHB Odaklı Çift Terapisi (Pera ve Robin, 2016), Türkiye'deki birey ve çiftler için de yüz güldürücü sonuçlara yol açabilir; en azından mevcut araştırma bulgularının bu noktada bir ihtiyaç olduğunu gösterdiğine inanılmaktadır.

Son olarak, evli çiftlerde yakınlık, APD ve doyumun, sevgili olan çiftlere kıyasla, daha düşük olduğunun görülmesi bu gruba özel müdahalelerin yapılmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Evli çiftler için özel olarak destek grupları ya da grup psikoterapileri düzenlenmesi, bu kişilere kendilerininkine benzer sorunları başka çiftlerin de yaşadığını

göstererek evliliğin doğası gereği stresörlerinin olduğunun, bazı sorunların yalnızca onlara özgü olmadığının fark edilmesine katkı sunabilir. Bu da ilişkideki olumsuz deneyimlerle baş etmeyi kolaylaştırabilir. Ayrıca bu çiftler için, evlilikle beraber hayatlarına dahil olan kriz alanlarının neler olduğunun belirlenmesi ve her biriyle baş etmeye dair spesifik davranışsal düzenlemelerin planlanması; ilk zamanlara kıyasla azalmış olabilecek kendini açma, duygu ve ihtiyaçlarını paylaşma, partnerde keşfedecek yeni alanlar arama, merak ve arzu duygusunu yeniden uyandırma/artırma kapsamında destekleyici uygulamaların sunulması işlevsel olabilir.

Bu çalışmanın nitel ve nicel düzeyde bazı yeniliklere sahip olduğu düşünülmektedir. Öncelikle, uluslar-arası çalışmalarda DEHB semptomlarının yetişkin romantik ilişkilerinde oynadığı roller çalışılmaya başlanmış olsa da ulusal alanyazında DEHB'nin çoğunlukla çocukluk yaşamındaki görüngüleri çalışılmaktadır. Zira, çiftlerde her iki partnerden de veri toplanarak; DEHB ile APD ilişkisinin araştırıldığı uluslararası bir çalışma araştırmacının bildiği kadarıyla, bulunmamaktadır. Ayrıca, demografik değişkenler ve diğer araştırma değişkenleri olan yakınlık ve APD'nin kontrol edilmesinin ardından dahi partner DEHB semptomlarının ilişki doyumunu yordamaya devam etmesi söz konusu semptomların ilişkilerde doyuma olan olumsuz etkilerine dair önemli bir bulgu sunmaktadır.

Mevcut araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan ilki, kendi bildirim ölçeği doldurtulması yoluyla DEHB semptomlarının ele alınmış olmasıdır. DHB özelliklerinin romantik deneyimlerdeki etkileri hakkında daha güvenilir ve genel geçer sonuçlara ulaşabilmek için halihazırda bu tanıya klinik düzeyde sahip kimselerle yapılacak araştırmaların sonuçlarının daha sağlıklı olacağı düşünülmektedir. Öte yandan araştırmanın katılımcılarına ulaşılma yöntemi, katılımcı sayısı ve katılım koşulları da bulguların genellenebilirliğini sınırlandırmış olabilir. Araştırma katılımcılarının sosyo-ekonomik düzeylerinin orta ve üst olması, yalnızca 18-65 yaş aralığında olan ve cinsel yönelimi heteroseksüellik olan çiftlerden oluşması bunun başlıca sebepleri olarak ele alınabilir. Sonraki araştırmalar ergenlik dönemi ve yaşlılık dönemi romantik ilişkilerinde ve lezbiyen, gay, biseksüel, trans, interseks, queer gibi farklı cinsel yönelim ve cinsiyet kimliklerine sahip bireylerin yaşantılarında DEHB özelliklerinin ilişki yansımalarını araştırabilirler.

Son olarak, bu araştırmada öz bildirim ölçeği toplam puanı kullanılarak DEHB semptomlarının yoğunluğu üzerinden DEHB'nin araştırma değişkenleriyle ilişkileri ve doyum üzerindeki yordayıcı etkisi araştırılmıştır. Ne var ki, DEHB'nin, dikkat eksikliğinin baskın olduğu, aşırı hareketlilik- dürtüselliğin baskın olduğu ve her iki grubun semptomlarının da mevcut olduğu bileşik görünüm olmak üzere üç farklı tipinin olduğu bilinmektedir. APD ve doyum ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gösterilen DEHB'nin hangi alt boyutunun(boyutlarının bu değişkelerle spesifik olarak ilişkili olduğunu araştırılması çalışmaları ve müdahaleleri bir adım daha ileriye taşıyabilir.

KAYNAKLAR

Abdel-Hamid, M., Niklewski, F., Heßmann, P., Guberina, N., Kownatka, M., Kraemer, M., ... ve Kis, B. (2019). Impaired empathy but no theory of mind deficits in adult attention deficit hyperactivity disorder. *Brain and Behavior*, *9*.

Acker, M., ve Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, *9*, 21-50.

Akdur, S., ve Aslan, B. (2017). Duygusal zeka ile ilişki doyumu arasında duygu düzenleme güçlüğü ve romantik kıskançlığın aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi*, *5*(9), 71-88.

Algoe, S. B., ve Zhaoyang, R. (2016). Positive psychology in context: Effects of expressing gratitude in ongoing relationships depend on perceptions of enactor responsiveness. *The Journal of Positive Psychology*, *11*(4), 399-415.

Amerikan Psikiyatri Birliği, (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal elkitabı, beşinci baskı (DSM-5)*, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Argyle, M. (2001). Social relations and work and unemployment. In M. Argyle (Ed.), *The Psychology of Happiness* (pp. 14-31, 32-63). New York: Methuen ve Co. Company.

Asherson P. (2005). Clinical assessment and treatment of attention deficit hyperactivity disorder in adults. *Expert Review of Neurotherapeutics*, *5*(4), 525–539. https://doi.org/10.1586/14737175.5.4.525

Ataca, B. (2009). Turkish family structure and functioning. Are avoidant wives and anxious husbands unhappy in a collectivist context? Dyadic associations in established marriages. *Journal of Family Studies*, *22*(1), 63-79.

Bar-Kalifa, E. ve Rafaeli, E. (2013). Disappointment's sting is greater than help's balm: Quasi-signal detection of daily support matching. *Journal of Family Psychology, 27*(6), 956-967. doi: 10.1037/ a0034905

Bar-Kalifa, E., Hen-Weissberg, A., ve Rafaeli, E. (2015). Perceived partner responsiveness mediates the association between social anxiety and relationship satisfaction in committed couples. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*(7), 587-610. https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.7.587

Barkley, R. A. (2010). Differential diagnosis of adults with ADHD: The role of executive function and self-regulation. *Journal of Clinical Psychiatry, 71*(7), 1–17. doi:10.4088/JCP.9066tx1c.

Barkley, R. A., Edwards, G., Laneri, M., Fletcher, K., ve Metevia, L. (2001). Executive functioning, temporal discounting, and sense of time in adolescents with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) and oppositional defiant disorder (ODD). *Journal of Abnormal Child Psychology, 29*(6), 541-556.

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality ve Social Psychology, 61,* 226-244.

Beach, S. R., Katz, J., Kim, S., ve Brody, G. H. (2003). Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic model. *Journal of Social and Personal Relationships*, *20*(3), 355-371.

Beck, L. A., Pietromonaco, P. R., DeVito, C. C., Powers, S. I., ve Boyle, A. M. (2014). Congruence between spouses' perceptions and observers' ratings of responsiveness: The role of attachment avoidance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *40*(2), 164-174.

Ben-Naim, S., Marom, I., Krashin, M., Gifter, B., ve Arad, K. (2017). Life with a partner with ADHD: The moderating role of intimacy. *Journal of Child and Family Studies*, *26*(5), 1365-1373.

Betchen, S. J. (2003). Suggestions for improving intimacy in couples in which one partner has attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Sex and Marital Therapy, 29*(2), 87–102. doi:10.1080/ 716100612.

Beyers, W., ve Seiffge-Krenke, I. (2010). Does identity precede intimacy? Testing Erikson's theory on romantic development in emerging adults of the 21st century. *Journal of Adolescent Research, 25,* 387–415. doi:10.1177/0743558410361370

Biederman, J., Petty, C. R., Evans, M., Small, J., ve Faraone, S. V. (2010). How persistent is ADHD? A controlled 10-year follow-up study of boys with ADHD. *Psychiatry Research, 177*(3), 299-304.

Biederman, J., Petty, C. R., Woodworth, K. Y., Lomedico, A., Hyder, L. L., ve Faraone, S. V. (2012). Adult outcome of attention deficit/hyperactivity disorder: A controlled 16-year follow-up study. *Journal of Clinical Psychiatry, 73*(7), 941–950. doi:10.4088/JCP.11m07529.

Bilkey, T., Surman, C., ve Weintraub, K. (2014). ADHD grows up. *Scientific American Mind, 25*(1), 64–69. doi:10.1038/scientificamericanmind0114-64

Bijlenga, D., Vroege, J. A., Stammen, A. J. M., Breuk, M., Boonstra, A. M., Van der Rhee, K., ve Kooij, J. J. S. (2018). Prevalence of sexual dysfunctions and other sexual disorders in adults with attention-deficit/hyperactivity disorder compared to the general population. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, *10*(1), 87-96.

Birnbaum, G. E., Ein-Dor, T., Reis, H. T. ve Segal, N. (2014). Why do men prefer nice women? Gender typicality mediates the effect of responsiveness on perceived attractiveness in initial acquaintanceships. *Personality and Social Psychology Bulletin, 40*(10), 1341-1353. doi: 10.1177/0146167214543879.

Birnbaum, G. E., Reis, H. T., Mizrahi, M., Kanat-Maymon, Y., Sass, O. ve Granovski-Milner, C. (2016). Intimately connected: The importance of partner responsiveness for experiencing sexual desire. *Journal of Personality and Social Psychology, 111*(4), 530-546. doi: 10.1037/pspi0000069

Bodenmann, G. (2005). Dyadic Coping and Its Significance for Marital Functioning. In T. A. Revenson, K. Kayser, ve G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33–49). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/11031-002

Bodenmann, G., ve Cina, A. (2006). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and separated/divorced Swiss couples: A 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce ve Remarriage*, *44*(1-2), 71-89

Bodenmann, G., Ledermann, T., ve Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, *14*(4), 551-569.

Bowlby, J. (1988). A secure base: Clinical applications of attachment theory. London, England: Routledge

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., ve Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family, 62*, 964-980.

Bruner, M. R., Kuryluk, A. D., ve Whitton, S. W. (2015). Attention-deficit/hyperactivity disorder symptom levels and romantic relationship quality in college students. *Journal of American College Health*, *63*(2), 98-108.

Candel, O. S., ve Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor pistand partner associations. *Personality and Individual Differences, 147*, 190-199. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037

Canu, W. H., ve Carlson, C. L. (2007). Rejection sensitivity and social outcomes of young adult men with ADHD. *Journal of Attention Disorders*, *10*(3), 261-275.

Canu, W. H., ve Wymbs, B. T. (2015). Novel approaches to cognitive-behavioral therapy for adult ADHD. *Cognitive and Behavioral Practice, 22*, 111–115. https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2015.01.002

Carroll, J. S., ve Doherty, W. H. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations, 53*, 105–118.

Cassidy, J. (2001). Truth, lies, and intimacy: An attachment perspective. *Attachment ve Human Development*, *3*(2), 121-155.

Chelune, G. J., Vosk, B. N., Sultan, F. E., Ogden, J. K., ve Waring, E. M. (1984). Self-

disclosure patterns in clinical and nonclinical couples. *Journal of Clinical Psychology*, *40*(1), 213-215.

Cingisiz, N. (2010). *Ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zekâları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki* (Yayın no. 264892) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Cohen, S., ve Pressman, S. (2004) The stress-buffering hypothesis, N. B. Anderson (ed.), *Encyclopedia of Health and Behavior*, Sage Publications, Thousand Oaks, pp. 780–782.

Cramer, D. (2004). Emotional support, conflict, depression, and relationship satisfaction in a romantic partner. *The Journal of Psychology*, *138*(6), 532-542.

Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientaion on romantic relationship satisfaction* (Yayın no. 191465) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Çağ, P., ve Yıldırım, İ. (2013). Relational and Personal Predictors of Marital Satisfaction. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *4(*39), 13-23.

Çelik, M., ve Tümkaya, S. (2012). The relationship between job variables of life satisfaction and marital satisfaction of lecturers. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *13*(1), 223-238.

Dagan, M., Sanderman, R., Hoff, C., Meijerink, W. J. H., Baas, P. C., van Haastert, M., ve Hagedoorn, M. (2014). The interplay between partners' responsiveness and patients' need for emotional expression in couples coping with cancer. *Journal Of Behavioral Medicine*, *37*(5), 828-838.

Dandeneau, M. L., ve Johnson, S. M. (1994). Facilitating intimacy: Interventions and effects. *Journal of Marital and Family Therapy*, *20*(1), 17-33.

Debrot, A., Cook, W. L., Perrez, M., ve Horn, A. B. (2012). Deeds matter: Daily enacted

responsiveness and intimacy in couples' daily lives. *Journal of Family Psychology*, *26*(4), 617.

Diamond, R. M., Brimhall, A. S., ve Elliott, M. (2018). Attachment and relationship satisfaction among first married, remarried, and post-divorce relationships. *Journal of Family Therapy, 40*, S111-S127.

Dinç, S. Y. (2013). *Polislerde evlilik doyumu ile mesleki tükenmişlik arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayın no. 336025) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Doğan, S., Öncü, B., Varol-Saraçoğlu, G., ve Küçükgöncü, S. (2009). Erişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği (ASRS-v1.1): Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 77–87.

Downing, V. L. (2008). *Attachment style, relationship satisfaction, intimacy, loneliness, gender role beliefs, and the expression of authentic self in romantic relationships*. University of Maryland, College Park

Dönerce-Aksoy, A. (2018). *Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) tanısı almış hastalarda yaşam kalitesi, romantik ilişki doyumu ve ilişki niteliğinin arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın no. 513267) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Duran-Bozkurt, E. (2014). *Evli ve çalışan bireylerin tükenmişlik düzeyleri ile evlilik doyumları arasındaki ilişki* (Yayın no. 368267) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Eakin, L., Minde, K., Hechtman, L., Ochs, E., Krane, E., Bouffard, R., Greenfield, B., ve Looper, K. (2004). The marital and family functioning of adults with ADHD and their spouses. *Journal of Attention Disorders, 8*(1), 1–10. https://doi.org/10.1177/108705470400800101

Erikson, E. H. (1956). The problem of ego identity. *Journal of the American*

Psychoanalytic Association, *4*(1), 56-121.

Ersoy, M. A., ve Topçu Ersoy, H. (2019). Gender-Role Attitudes Mediate the Effects of Adult ADHD on Marriage and Relationships. *Journal of Attention Disorders*, *23*(1), 40–50. https://doi.org/10.1177/1087054715618789

Eshel, Y., Sharabany, R., ve Friedman, U. (1998). Friends, lovers and spouses: Intimacy in young adults. *British Journal of Social Psychology*, *37*(1), 41-57.

Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., ve Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, *42*, 28-46.

Feeney, B. C. (2004). A secure base: responsive support of goal strivings and exploration in adult intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *87*(5), 631.

Fekete, E. M., Stephens, M. A. P., Mickelson, K. D., ve Druley, J. A. (2007). Couples' support provision during illness: The role of perceived emotional responsiveness. *Families, Systems, and Health*, *25*(2), 204.

Fletcher, G. J., Simpson, J. A., Campbell, L., ve Overall, N. C. (2019). *The science of intimate relationships*. John Wiley ve Sons.

Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A. ve Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology, 87(*2), 228-245. doi: 10.1037/0022- 3514.87.2.228

Gadassi, R., Bar-Nahum, L. E., Newhouse, S., Anderson, R., Heiman, J. R., Rafaeli, E., ve Janssen, E. (2016). Perceived partner responsiveness mediates the association between sexual and marital satisfaction: A daily diary study in newlywed couples. *Archives of Sexual Behavior, 45*(1), 109-120. https://doi.org/10.1007/s10508-014- 0448-2

Gilford, R., ve Bengtson, V. (1979). Measuring marital satisfaction in three generations: Positive and negative dimensions. *Journal of Marriage and the Family, 41,* 387 398.

Graham, J. M. (2010). Measuring love in romantic relationships: A meta analysis. *Journal of Social and Personal Relationships, 28*(6), 748-771

Goldstein, S., Naglieri, J. A., Princiotta, D., ve Otero, T. M. (2014). Introduction: A History of executive functioning as a theoretical and clinical construct. In S. Goldstein, ve J. A. Naglieri (Eds.). *Handbook of executive functioning* (pp. 3–12). New York, NY: Springer.

González-Ortega, E., Orgaz, B., Vicario-Molina, I., ve Fuertes, A. (2021). Adult Attachment, Conflict Resolution Style and Relationship Quality among Spanish Young-adult Couples. *The Spanish Journal of Psychology, 24,* E5. doi:10.1017/SJP.2021.4

Gorchoff, S. M., John, O. P., ve Helson, R. (2008). Contextualizing change in marital satisfaction during middle age: An 18-year longitudinal study. *Psychological Science, 19*(11), 1194-1200.Sprecher, 2002

Gottman, J. M. (2008). Gottman method couple therapy. *Clinical Handbook of Couple Therapy, 4*(8), 138-164.

Gottman, J. M., ve Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and the Family, 62*(3), 737–745. doi:10. 1111/j.1741-3737.2000.00737.x.

Greeff, H. L. Malherbe, A. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex and Marital Therapy*, *27*(3), 247-257.

Güleç, G. (2012). Aile ve Evlilik. Ç. Yenilmez (Ed.), *Aile Yapısı ve İlişkileri* (s. 62-79). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları.

Güneş, Ö., ve Elkurdı, M. (2022). X, Y ve Z Kuşaklarının Evlilik Algısı. *Socrates Journal Of Interdisciplinary Social Studies, 15,* 244-256.

Halford, W. K., ve Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, *33*(4), 512-525.

Halverstadt, J. (1998). A. *D. D. and romance: Finding fulfillment in love, sex, and relationships*. Dallas, TX: Taylor Publishing Company

Harma, M. ve Sümer, N. (2016). Are avoidant wives and anxious husbands unhappy in a collectivistic context? Dyadic associations in established marriages. *Journal of Family Studies, 22*(1), 63-79.

Harper, K., ve Gentile, J. P. (2022). Psychotherapy for Adult ADHD. *Innovations in Clinical Neuroscience*, *19*(10-12), 35–39.

Hatfield, E., Cacioppo, J. T., ve Rapson, R. L. (1993). Emotional contagion. *Current Directions in Psychological Science*, *2*(3), 96-100.

Hawkins, A. J., Hill, M. S., Eliason, S. A., Simpson, D. M., ve Hokanson, S. (2022). Do couple relationship education programs affect coparenting, parenting, and child outcomes? A meta-analytic study. *Journal of Child and Family Studies*, *31*(2), 588-598.

Hawkins, A. J., Hokanson, S., Loveridge, E., Milius, E., Duncan, M., Booth, M., ve Pollard, B. (2022). How effective are ACF-funded couple relationship education programs? A meta-analytic study. *Family Process*.

Haylı, R. G., Durmuş, E., ve Kış, A. (2017). Investigating the marital satisfaction in terms of gender: A meta-analysis study Evlilik doyumunun cinsiyet açısından incelenmesi: Bir meta-analiz çalışması. *Journal of Human Sciences, 14*(4), 3328-3342.

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

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family, 50*, 93-98

Horowitz, M. J. (1979). *States of mind: Analysts of change in psychotherapy*. New York: Plenum Publishing.

Huston, T. L., ve Burgess, R. L. (1979). Social exchange in developing relationships. In R. L. Burgess ve T. L. Huston (Eds.), *Social Exchange in Developing Relationships* (pp. 61-98). New York: Academic Press.

Jose, O., ve Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction?. *Journal of Sex and Marital Therapy, 33*(1), 73-85.

Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M.Kalkan ve Z.Hamamcı. (Ed.) *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma*, 1-7. Ankara: Anı Yayıncılık

Kagitcibasi, C. (1983). Traditional families in Turkey. *International Journal of Mass Emergencies and Disasters, 1*(1), 145-152.

Kane, H. S., McCall, C., Collins, N. L. ve Blascovich, J. (2012). Mere presence is not enough: Responsive support in a virtual world. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*(1), 37-44. doi:10.1016/j. jesp.2011.07.001

Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu yordama gücü* (Yayın no. 454203) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kessler, R. C., Adler, L., Ames, M., Demler, O., Faraone, S., Hiripi, E., Howes, M. J., Jin, R., Secnik, K., Spencer, T., Ustun, T. B., ve Walters, E. E. (2005). The World Health Organization Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS): a short screening scale for use in the general population. *Psychological Medicine, 35*(2), 245–256.

Khaleque, A. R., ve Rohner, N. (2004). Intimate adult relationships, quality of life and psychological adjustment. *Social Indicators Research, 69,* 351 360.

Kılınçel Ş. (2021). The Relationship between the Theory of Mind Skills and Disorder Severity among Adolescents with ADHD. *Alpha Psychiatry*, *22*(1), 7–11.

Kırımer-Aydınlı, F., ve Sümer, N. (2020). Bireysel ve ilişkisel bağlamda algılanan partner duyarlılığı derleme çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, *23*(46), 87-100.

Knopp, K., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., VE Markman, H. J. (2020). "Defining the relationship" in adolescent and young adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *37*(7), 2078–2097.

Kroeger, R. A., Umberson, D., Powers, D. A., ve Forrest, D. L. (2020). The Effects of Family Transitions on Depressive Symptoms: Differences among Young Adults with and without Childhood Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Society and Mental Health*, *10*(3), 237–256.

Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., ve Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*(5), 1238–1251.

Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., ve Rovine, M. J. (2005). The interpersonal process model of intimacy in marriage: a daily-diary and multilevel modeling approach. *Journal of Family Psychology*, *19*(2), 314.

Lavner, J. A., Barton, A. W., ve Beach, S. R. (2019). Improving couples' relationship functioning leads to improved coparenting: A randomized controlled trial with rural African American couples. *Behavior Therapy*, *50*(6), 1016-1029.

Lemay Jr, E. P., Clark, M. S. ve Feeney, B. C. (2007). Projection of responsiveness to needs and the construction of satisfying communal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*(5), 834-853. doi: 10.1037/0022-3514.92.5.834

Loving, T. J., ve Slatcher, R. B. (2013). *Romantic relationships and health*. Oxford University Press.

Levenson, R.W., Carstensen, L.L., ve Gottman, J.M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging, 8,* 301-313.

MacKinnon, S. P., Nosko, A., Pratt, M. W., ve Norris, J. E. (2011). Intimacy in young adults' narratives of romance and friendship predict Eriksonian generativity: A mixed method analysis. *Journal of Personality, 79*, 587–617.

Malouff, J. M., Schutte, N. S., ve Thorsteinsson, E. B. (2014). Trait emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A meta-analysis. *The American Journal of Family Therapy, 42(*1), 53-66. https://doi.org/10.1080/01926187.2012.748549

Marsh, L. E., Norvilitis, J. M., Ingersoll, T. S., ve Li, B. (2015). ADHD symptomatology, fear of intimacy, and sexual anxiety and behavior among college students in China and the United States. *Journal of Attention Disorders, 19*(3), 211–221. doi:10.1177/ 1087054712453483

Marton, I., Wiener, J., Rogers, M., ve Moore, C. (2015). Friendship characteristics of children with ADHD. *Journal of Attention Disorders, 19*(10), 872–881. doi:10.1177/1087054712458971.

McAdams, D. P., ve Bryant, F. B. (1987). Intimacy motivation and subjective mental health in a nationwide sample. *Journal of Personality*, *55*(3), 395-413.

Merves-Okin, L., Amidon, E., ve Bernt, F. (1991). Perceptions of intimacy in marriage: A study of married couples. *American Journal of Family Therapy*, *19*(2), 110-118.

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

Minde, K., Eakin, L., Hechtman, L., Ochs, E., Bouffard, R., Greenfield, B., ve Looper, K. (2003). The psychosocial functioning of children and spouses of adults with ADHD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, *44*(4), 637–646. https://doi.org/10.1111/1469-7610.00150

Monsour, M. (1992). Meanings of intimacy in cross-and same-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *9*(2), 277-295.

Moss, B. F., ve Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 31-37.

Murray, S. L., Holmes, J. G., ve Collins, N. L. (2006). Optimizing assurance: the risk regulation system in relationships. *Psychological Bulletin, 132*(5), 641.

Myers, D. G. (2003). Close relationships and quality of life. In D. Kahneman, E. Diener, ve N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 376-390). NY: The Russell Sage Foundation

Nigg, J. T., ve Casey, B. J. (2005). An integrative theory of attention-deficit/ hyperactivity disorder based on the cognitive and affective neurosciences. *Development and Psychopathology*, *17*(3), 785–806. https://doi.org/10.1017/S0954579405050376

Novotni, M., ve Petersen, R. (1999). *What does everybody else know that I don't? A reader-friendly guide: Social skills help for adults with attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)*. Plantation, FL: Specialty

Ökten, M. 2016. *Modeling the relationship between romantic jealousy and relationship satisfaction: the mediator roles of rumination, co-ruminatio and self-compassion* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Özbiçer, S. M., ve Atıcı, M. (2018). University students' emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: A quantitative study. *Journal of Human Sciences*, *15*(1), 265-279.

Özen, A. (2012). *Experience and expression of emotions in marital conflict:*

an attachmnet theory perspective (Yayın no. 323119) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Pansera, C., ve La Guardia, J. (2012). The role of sincere amends and perceived partner responsiveness in forgiveness. *Personal Relationships, 19*(4), 696-711.

Payne, B. K. (2005). Conceptualizing control in social cognition: how executive functioning modulates the expression of automatic stereotyping. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(4), 488.

Pedersen, C. A. (2004). How love evolved from sex and gave birth to intelligence and

human nature. *Journal of Bioeconomics, 6*(1), 39–63. doi:10.1023/B:JBIO.0000017278.56163.6b

Pera, G., ve Robin, A. L. (Eds.). (2016). *Adult ADHD-focused couple therapy: Clinical interventions*. Routledge.

Pielage, S. B., Luteijn, F., ve Arrindell, W. A. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sample. *Clinical Psychology ve Psychotherapy: An International Journal of Theory ve Practice*, *12*(6), 455-464.

Pistole, M. C. (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*(4), 505-510. https://doi.org/10.1177/0265407589064008

Polanczyk, G. V., Wilcutt, E. G., Salum, G. A., Kieling, C., ve Rohde, L. A. (2014). ADHD prevalence estimates across three decades: An updated systematic review and meta-regression analysis. *International Journal of Epidemiology, 43*(2), 434–442. doi:10. 1093/ije/dyt261.

Prager, K.J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: Guilford Press.

Qin, L., Liu, W., Ma, K., Wei, J., Zhong, P., ve Cho, K., ve ark. (2016). The ADHD-linked human D4 receptor variant D4.7 induces oversuppression of NMDA receptor function in prefrontal cortex. *Neurobiology of Disease, 95*(1), 194–203. doi:10.1016/j.nbd. 2016.07.024

Randall, A. K., ve Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, *13*, 96-106.

Rasmussen, P., ve Gillberg, C. (2000). Natural outcome of ADHD with developmental coordination disorder at age 22 years: a controlled, longitudinal, community-based study. *Journal of the American Academy of Child ve Adolescent Psychiatry*, *39*(11), 1424-1431.

Reis, H. T. (2007). Steps toward the ripening of relationship science. *Personal*

Relationships, *14*(1), 1-23.

Reis, H. T. (2012). Perceived partner responsiveness as an organizing theme for the study of relationships and well-being. In L. Campbell and T. J. Loving (Eds.), *Interdisciplinary research on close relationships: The case for integration* (pp. 27–52). American Psychological Association.

Reis, H. T., Clark, M. S., ve Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. In D. J. Mashek ve A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 211–236). Erlbaum.

Reis, H. T., Crasta, D., Rogge, R. D., Maniaci, M. R., ve Carmichael, C. L. (2017). Perceived Partner Responsiveness Scale (PPRS) (Reis ve Carmichael, 2006). *The sourcebook of listening research: Methodology and measures*, 516-521.

Reis, H.T., Gable, S. L. (2015). Responsiveness. *Current Opinion in Psychology, 1*, 67-71.

Reis, H. T., ve Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck, D. F. Hay, S. E. Hobfoll, W. Ickes, ve B. M. Montgomery (Eds.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 367–389). John Wiley and Sons.

Resnick, R. J. (2005). Attention deficit hyperactivity disorder in teens and adults: They don't all outgrow it. *Journal of Clinical Psychology*, *61*(5), 529–533. doi:10.1002/jclp.20117.

Rholes, W., ve Simpson, J. A. (2004). *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications.* Guilford Publications.

Robbins, C. A. (2005). ADHD couple and family relationships: Enhancing communication and understanding through imago relationship therapy. *Journal of Clinical Psychology, 61*(5), 565–577. doi:10.1002/jclp.20120

Robertson, I. (1987) *Sociology* (3rd ed.). New York: Worth.

Robin, A. L., ve Payson, E. (2002). The impact of ADHD on marriage. *The ADHD Report. 10*(3), 9.

Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., ve McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *140*(1), 140.

Rochlen, A. B., ve Mahalik, J. R. (2004). Women's perceptions of male partners' gender role conflict as predictors of psychological well-being and relationship satisfaction. *Psychology of Men and Masculinity, 5*(2), 147-157.

Rubin, H., ve Campbell, L. (2012). Day-to-Day Changes in Intimacy Predict Heightened Relationship Passion, Sexual Occurrence, and Sexual Satisfaction: A Dyadic Diary Analysis. *Social Psychological and Personality Science*, *3*(2), 224–231. https://doi.org/10.1177/1948550611416520

Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16,* 172-186.

Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45,* 101-117. doi:10.1037/ 0022-3514.45.1.101

Rusbult, C. E., Agnew, C. R., ve Arriaga, X. B. (2012). The Investment Model of Commitment Processes. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, ve E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*, (Vol. 2, pp. 218-231).Los Angeles, CA: SAGE.

Saraç, A. (2013). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordamada Akılcı olmayan inançlar ve evlilik öncesi ilişki algılarının rolü* (Yayın no. 370442) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Sbarra, D. A., ve Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An

integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, *12*(2), 141-167.

Schaefer, M. T., ve Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, *7*(1), 47-60.

Sears, M., Mcmahon, L., Crosby, C., Freihart, B., ve Meston, C. (2022). A Multidimensional Evaluation of Intimacy. *European Psychiatry*, *65*(S1), S802-S803.

Selcuk, E. (2018). *Perceived partner responsiveness scale adaptation* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Selcuk, E., Gunaydin, G., Ong, A. D., ve Almeida, D. M. (2016). Does partner responsiveness predict hedonic and eudaimonic wellbeing? A 10-year longitudinal study. *Journal of Marriage and Family, 78*(2), 311–325. https://doi.org/10.1111/jomf.12272

Selçuk, E., Karagöbek, A. B. ve Günaydin, G. (2018). Responsiveness as a key predictor of happiness: Mechanisms and unanswered questions. M. Demir ve N. Sümer (Ed.) *Close Relationships and Happiness across Cultures* (pp. 1-18). Dordrecht: Springer.

Selçuk, E. ve Ong, A. D. (2013). Perceived partner responsiveness moderates the association between received emotional support and all-cause mortality. *Health Psychology*, *32*(2), 231-235. doi: 10.1037/ a0028276

Sevim, B. (2011). *Roles of attachment styles on personality traits, and anger on relationship and life satisfaction: Mediator roles of humor, intimacy and psychological problems* (Yayın no. 300754) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Shackelford, T. K., ve Buss, D. M. (2000). Marital satisfaction and spousal cost-infliction. *Personality and Individual Differences*, *28*, 917-928.

Skounti M, Philalithis A, Galanakis E (2007) Variations in prevalence of attention deficit hyperactivity disorder worldwide. *Eur J Pediatr, 166*, 117-123.

Slatcher, R. B., Selcuk, E., ve Ong, A. D. (2015). Perceived partner responsiveness predicts diurnal cortisol profiles 10 years later. *Psychological Science, 26*(7), 972-982.

Simon, R. W., ve Barrett, A. E. (2010). Nonmarital Romantic Relationships and Mental Health in Early Adulthood: Does the Association Differ for Women and Men? *Journal of Health and Social Behavior, 51*(2), 168 182.

Soldati, L., Bianchi-Demicheli, F., Schockaert, P., Köhl, J., Bolmont, M., Hasler, R., ve Perroud, N. (2020). Sexual Function, Sexual Dysfunctions, and ADHD: A Systematic Literature Review. *The Journal of Sexual Medicine, 17*(9), 1653–1664. https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.03.019

Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research, 39*(3), 190-196.

Spielmann, S. S., Maxwell, J. A., MacDonald, G., ve Baratta, P. L. (2013). Don't get your hopes up: Avoidantly attached individuals perceive lower social reward when there is potential for intimacy. *Personality and Social Psychology Bulletin, 39*(2), 219-236.

Stanton, S. C., Selcuk, E., Farrell, A. K., Slatcher, R. B., ve Ong, A. D. (2019). Perceived partner responsiveness, daily negative affect reactivity, and all-cause mortality: A 20-year longitudinal study. *Psychosomatic Medicine, 81*(1), 7.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93*, 119- 135.

Sternberg, R. J. (1988). Triangulating love. In R. J. Sternberg, ve M. L. Barnes (Eds), *The psychology of love* (pp. 119-138). New Haven, CT: Yale University Press.

Sternberg, R. J.., ve Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*, 345-356.

Tai, T. O., Baxter, J., ve Hewitt, B. (2014). Do co-residence and intentions make a difference? Relationship satisfaction in married, cohabiting, and living apart together couples in four countries. *Demographic Research, 31,* 71-104.

Taşfiliz, D., Çetiner, E. S., ve Selçuk, E. (2020). Yakın ilişkilerde algılanan duyarlılığın yaş farklılıkları ve psikolojik esenlik ile ilişkisi. *Turkish Journal of Psychology, 2*.

Taşfiliz, D., Selçuk, E., Günaydın, G., Slatcher, R. B., Corriero, E. F. ve Ong, A. D. (2018). Patterns of perceived partner responsiveness and well-being in Japan and the United States. *Journal of Family Psychology, 32(*3), 355–365.

Tatar, Z. B., ve Cansız, A. (2022). Executive function deficits contribute to poor theory of mind abilities in adults with ADHD. *Applied Neuropsychology: Adult*, *29*(2), 244-251.

Tatar, Z. B.., Yargiç, İ., Oflaz, S., ve Büyükgök, D. (2015). Erişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunda duygu tanımanın dikkat ve dürtüsellik belirtileri ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *26*(3), 172-180.

Theran, S. A. (2011). Authenticity in relationships and depressive symptoms: A gender analysis. *Personality and Individual Differences*, *51*(4), 423-428.

Thériault, J. (1998). Assessing intimacy with the best friend and the sexual partner during adolescence: The PAIR-M inventory. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied, 132*(5), 493–506.

Traupmann, J., Eckels, E., ve Hatfield, E. (1982). Intimacy in older women's lives. *The Gerontologist, 22*, 493-498.

Troxel, W. M. (2010). It’s more than sex: Exploring the dyadic nature of sleep and implications for health. *Psychosomatic Medicine, 72*, 578–586.

Uekermann, J., Kraemer, M., Abdel-Hamid, M., Schimmelmann, B. G., Hebebrand, J., Daum, I., Wiltfang, J., ve Kis, B. (2010). Social cognition in attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD). *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *34*(5), 734–743. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2009.10.009

Ulutaş E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile kişilik özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın no. 526963) [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Vohs, K. D., ve Baumeister, R. F. (2004). Sexual passion, intimacy, and gender. In D. J. Mashek ve A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 189- 199). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Wasserstein, J. (2005). Diagnostic issues of adolescents and adults with ADHD. *Journal of Clinical Psychology, 61*(5), 535–547. doi:10.1002/jclp.20118.

Waring, E. M. (1988). *Enhancing marital intimacy through facilitating cognitive self-disclosure*. New York: Brunner/Mazel.

Waring, E. M., ve Chelune, G. J. (1983). Marital intimacy and self-disclosure. *Journal of Clinical Psychology*, *39*(2), 183-190.

Williamson, D., ve Johnston, C. (2013). Marital and co-parenting relationships: Associations with parent and child symptoms of ADHD. *Journal of Attention Disorders, 20*(8), 684–694. doi:10. 1177/1087054712471717

Wincze, J. P., ve Carey, M. P. (2001). *Sexual dysfunction: A guide for assessment and treatment: Treatment manuals for practitioners.* New York, NY: Guilford Publications.

Wolf, L. E., ve Wasserstein, J. (2001). Adult ADHD, concluding thoughts. *Annals of the New York Academy of Sciences, 931*(1), 396–408. doi:10.1111/j.1749-6632.2001.tb05793.x.

Wymbs, B. T., Canu, W. H., Sacchetti, G. M., ve Ranson, L. M. (2021). Adult ADHD and romantic relationships: What we know and what we can do to help. *Journal of Marital and Family Therapy*, *47*(3), 664–681.

Yıldırım, F., ve Barnett, R. V. (2017). Comparing the effects of specific variables on

passionate love among young people: A cross-cultural study. In *Family dynamics and romantic relationships in a changing society* (pp. 62-84). IGI Global.

Yılmaz, B. ve Gündüz, B. (2021). Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunun yordayicisi olarak benlik ayrımlaşması, otantiklik ve depresyon. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *58*, 334-361.

Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D., ve Gangamma, R. (2014). Couple Communication, Emotional and Sexual Intimacy, and Relationship Satisfaction, *Journal of Sex and Marital Therapy*, *40*(4), 275-293, doi: 10.1080/0092623X.2012.751072

Ziherl, S., ve Masten, R. (2010). Differences in predictors of sexual satisfaction and in sexual satisfaction between female and male university students in Slovenia. *Psychiatria Danubina*, *22*(3), 425-429.

EKLER

Ek-1: Etik Kurul Kararı

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6698 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-2: Bilgilendirilmiş Onay Formu

"Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6698 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-3: Demografik Bilgi Formu

1) Cinsiyetiniz:

2) Yaşınız:

3) Mesleğiniz:

4) Eğitim düzeyiniz:

□ İlkokul

□ Ortaokul

□ Lise

□ Ön lisans

□ Lisans

□ Lisansüstü

5) Sosyoekonomik düzeyiniz:

□ Düşük □ Orta □ Yüksek

6) Daha önce psikiyatrik bir tedavi aldınız mı?

□ Aldım/ şu anda alıyorum. □ Almadım.

7) Psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz/ kullandınız mı?

☐ Evet ☐ Hayır

8) Evet ise lütfen ne zamandır kullandığınızı bildiriniz.

___ YIL ___ AY

9) Şu anki ilişki durumunuz nedir?

□ Partnerimle sevgiliyiz.

□ Partnerimle sözlüyüz/ Nişanlıyız.

□ Partnerimle evliyiz.

10) Partnerinizle birlikteliğiniz ne kadar süredir devam ediyor?

___ YIL ___ AY

11) Hangisi ilişkiniz için en uygun seçenektir?

□ Partnerimle beraber yaşıyoruz.

□ Partnerimle aynı şehirde ayrı yaşıyoruz.

□ Partnerimle farklı şehirlerde yaşıyoruz.

Ek-4: İlişki Doyumu Ölçeği

Aşağıda romantik ilişkilerden sağlanan doyuma ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını belirtiniz.

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

Hiç Çok iyi

karşılamıyor karşılıyor

1. Partneriniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
3. Diğerleriyle karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyi?	1	2	3	4	5	6	7
4. Ne sıklıkla ilişkinize hiç başlamamış olmayı istiyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin başlangıçtaki beklentilerinizi karşılıyor?	1	2	3	4	5	6	7
6. Partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7
7. İlişkinizde ne kadar problem var?	1	2	3	4	5	6	7

Ek-5: Sternberg Aşk Üçgeni Ölçeği

Aşağıda bir dizi ifade bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeye ne kadar katıldığınızı değerlendiriniz.

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

Kesinlikle katılmıyorum Orta derecede katılıyorum Tamamen katılıyorum

1. Romantik partnerimin mutluluğunun her zaman destekleyicisiyimdir.	1	2	3	4	5	6	7
2. Romantik partnerimle sıcak bir ilişkim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
3. İhtiyacım olduğunda romantik partnerime güvenebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4. Romantik partnerim ihtiyacı olduğunda bana güvenebilir.	1	2	3	4	5	6	7
5. Kendimle ilgili şeyleri ve sahip olduklarımı romantik partnerimle paylaşmak için gönüllüyümdür.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik partnerimden bir hayli duygusal destek alırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik partnerime bir hayli duygusal destek veririm.	1	2	3	4	5	6	7

8. Romantik partnerimle iyi iletişim kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
9. Romantik partnerime hayatımda çok değer veririm.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik partnerime kendimi yakın hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
11. Romantik partnerimle rahat bir ilişkim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik partnerimi gerçekten anladığımı hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Romantik partnerimin beni gerçekten anladığını hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik partnerime gerçekten güvenebileceğimi hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik partnerimle, kendimle ilgili derin kişisel bilgilerimi paylaşırım.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-6: Algılanan Partner Duyarlılığı Ölçeği

Lütfen şu anki romantik partnerinizle (sevgiliniz ya da eşinizle) ilgili aşağıdaki soruları cevaplayınız.

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

Hiç doğru değil — Ne doğru, ne yanlış — Tamamen doğru

Partnerim (eşim, sevgilim) çoğu zaman:

1. Nasıl biri olduğumu çok iyi bilir.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. "Gerçek ben" i görür.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. İyi yönlerimi ve kusurlarımı, benim kendimde gördüğüm gibi görür	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Söz konusu bensem yanılmaz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Zayıf yönlerimi de dahil her şeyimi takdir eder	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Beni iyi tanır	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Beni anlar	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Çoğu zaman en iyi yönlerimi görür	1	2	3	4	5	6	7	8	9

9. İyisiyle kötüsüyle "gerçek ben" i oluşturan her şeye değer verir ve saygı gösterir	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Ne düşündüğümün ve hissettiğimin farkındadır	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Beni gerçekten dinler.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Bana olan sevgisini gösterir ve beni yüreklendirir	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Ne düşündüğümü ve hissettiğimi duymak ister	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.Benimle birlikte bir şeyler yapmaya heveslidir	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Yetenek ve fikirlerime değer verir	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Benimle aynı kafadadır	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Bana saygı duyar	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. İhtiyaçlarıma duyarlıdır	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Ek-7: Erişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Kendi Bildirim Ölçeği

Lütfen aşağıdaki soruları **son 6 ay içinde** kendinizi nasıl hissettiğiniz ve nasıl davrandığınız konusunda en iyi tanımlayan ifadeleri seçerek yanıtlayınız.

0----------1----------2----------3----------4

Asla Nadiren Bazen Sık sık Çok sık

1. Üzerinde çalıştığınız bir işin/projenin son ayrıntılarını toparlayıp projeyi tamamlamakta sorun yaşar mısınız?	1	2	3	4
2. Organizasyon gerektiren bir iş yapmanız zorunlu olduğunda işlerinizi sıraya koymakta ne sıklıkla zorluk yaşarsınız?	1	2	3	4
3. Yükümlülüklerinizi ve randevularınızı hatırlamakta ne sıklıkla sorun yaşarsınız?	1	2	3	4
4. Çok fazla düşünmeyi ve konsantrasyonu gerektiren bir iş yapmanız gerekiyorsa ne sıklıkla başlamaktan kaçınır ya da geciktirirsiniz?	1	2	3	4
5. Uzun bir süre oturmanız gerektiğinde, ne sıklıkla huzursuzlaşır, kıpırdanır ya da el ve ayaklarınızı kıpırdatırsınız?	1	2	3	4
6. Ne sıklıkla kendinizi aşırı aktif ve sanki motor takılmış gibi bir şeyler yapmak zorunda hissedersiniz?	1	2	3	4
7. Sıkıcı veya zor bir proje üzerinde çalışmanız gerektiğinde, ne sıklıkla dikkatsizce hatalar yaparsınız?	1	2	3	4
8. Monoton veya tekrarlayıcı bir iş yaparken ne sıklıkla dikkatinizi sürdürmekte güçlük çekersiniz?	1	2	3	4
9. Doğrudan sizinle konuşuyor bile olsalar, insanların size söylediklerine yoğunlaşmakta ve dinlemekte ne sıklıkla güçlük yaşarsınız?	1	2	3	4

10. Evde veya işte eşyaları bulmakta ya da nereye koyduğunuzu hatırlamakta ne sıklıkla güçlük yaşarsınız?	1	2	3	4
11. Etrafınızdaki hareketlilik ve gürültü ne sıklıkla dikkatinizi dağıtır?	1	2	3	4
12. Orada oturmanız beklendiğinde, bir toplantı veya benzer durumda ne sıklıkla yerinizden kalkarsınız?	1	2	3	4
13. Ne sıklıkla kendinizi huzursuz, kıpır kıpır hissedersiniz?	1	2	3	4
14. Kendinize ait boş zamanınız olduğunda ne sıklıkla gevşemekte ve rahatlamakta güçlük çekersiniz?	1	2	3	4
15. Sosyal ortamlarda bulunduğunuzda, ne sıklıkla kendinizi çok konuşurken yakalarsınız?	1	2	3	4
16. Bir sohbet ya da görüşmede, ne sıklıkla karşınızdaki kişi cümlesini bitirmeden onun cümlesini bitirdiğinizi fark edersiniz?	1	2	3	4
17. Sıraya girmek gerektiğinde, ne sıklıkla sıranızın gelmesini beklemekte güçlük çekersiniz?	1	2	3	4
18. Başka bir işle meşgul olduklarında diğer insanları araya girip engeller misiniz?	1	2	3	4

ÖZGEÇMİŞ

Zozan AYLUÇTARHAN

Eğitim

Yüksek Lisans	2020-2023	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji
Lisans	2014- 2019	Bilkent Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji

İş

2021- Halen	Psikoterapist
2022- Halen	Gönüllü Psikoterapist, World Human Relief
2022	Psikolog, Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği (SGDD-ASAM)

Staj

2022	Bütün Psikoloji, İstanbul
2021	Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi
2018	Çankaya Belediyesi Kadın Sığınma Evi
2018	Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı
2017	Özel Özkaya Tıp Merkezi, Ankara

Alınan Burs ve Ödüller

2020-2021	TÜBİTAK BİDEB Bursiyeri
2016-2019	Bilkent Üniversitesi Şeref ve Yüksek Şeref Öğrencisi Ödülleri

Yayınlar ve Diğer Bilimsel/Sanatsal Faaliyetler

Karakurt, G., Ayluçtarhan, Z., Erguner-Tekinalp, B., Kose, O. (2021). Regaining

courage to leave abusive relationships: Theoretical framework, *The American Journal of Family Therapy, 50,* 144-158. doi: 10.1080/01926187.2021.1877208

Karakurt, G., Koç, E., Cetinsaya, E., Ayluçtarhan, Z., Bolen, S. (2019). Meta-analysis and systematic review for the treatment of perpetrators of intimate partner violence. *Neuroscience ve Biobehavioral Reviews, 105,* 220-230. doi: 10.1016/j.neubiorev.2019.08.006