T.C
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EVLİLİKTE KISKANÇLIK: FENOMENOLOJİK BİR İNCELEME

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SİBEL DEMİR

DANIŞMAN
DOÇ. DR. İLKAY DEMİR

İSTANBUL – 2019

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EVLİLİKTE KISKANÇLIK: FENOMENOLOJİK BİR İNCELEME

SİBEL DEMİR

DOÇ. DR. İLKAY DEMİR

EĞİTİM BİLİMLERİ
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI

İSTANBUL-2019

Bu çalışma 27.06.2019 Tarihinde aşağıdaki jüri tarafından
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı (YL) (Tezli) (Ücretli) Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ

Doç. Dr. İlkay Demir
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Üniversitesi
Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi

Doç. Dr. Esra İşmen Gazioğlu
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Üniversitesi
Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi

Doç. Dr. Nilgün Canel
Marmara Üniversitesi
Atatürk Eğitim Fakültesi

ÖNSÖZ

Zorlu ve uzun süren bir süreçte tanıştığım, tez yazımından vazgeçmek üzereyken verdiği umutla, güleryüzlü karşılamayla bana inanarak yola devam etmemi sağlayan ve bana yol gösteren tez danışmanım Doç. Dr. İlkay DEMİR'e,

Bende her daim özel yeri olan değerli hocam Doç. Dr. Şerife Gonca Zeren'e,

Mesleğimi severek, özveriyle yapmamı sağlayan ve gelişimime destek olan, eğitim hayatım boyunca bana katkı sağlayan tüm hocalarıma,

Bana her şeyin ötesinde hukunun üstünlüğünü savunmayı, adaletli ve vicdanlı olmayı, haklının yanında durmayı öğreten ve bize örnek olan canım babam ve anneme,

Her zaman nefeslerini ensemde hissettiğim, beni çoğu zaman benden çok düşünen, kıymetlilerim, canımdan öte kardeşlerime,

Her daim yanımda olan, koşulsuz sevgisini en içten hissettiğim ve en büyük destekçim can eşime,

Ve son olarak gözüne bakarken içimi titreten, ilkgözağrım, oğlum, Asaf'ıma,

Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

EVLİLİKTE KISKANÇLIK: FENOMENOLOJİK BİR İNCELEME

Bu çalışmanın temel amacı, evlilik ilişkilerinde romantik kıskançlığın nasıl yaşandığı, nasıl anlamlandırıldığı ve kıskançlık durumunda ne gibi tepkiler verildiğini fenomenolojik bir perspektifle ele alarak, ülkemizde kıskançlık yaşantısının evli bireyler bağlamında daha iyi anlaşılmasını sağlamaktır. Bu amaç doğrultusunda; kendini kıskanç olarak tanımlayan evli bireylerin gündelik yaşantılarında kıskançlık ne biçimlerde ortaya çıkmaktadır, bireylerin kıskançlık yaşantılarına ilişkin paylaşımlarda ne gibi anlamlar ortaya çıkmaktadır, evlilik yaşantılarında bireyler yaşadıkları kıskançlığa ne biçimlerde tepkilerde bulunmaktadır, kıskançlık tepkilerinde kadın ve erkeklerde ortak ve farklı temalar var mıdır sorularına yanıt aranmıştır.

Araştırmanın temel amaçlarını gerçekleştirmek için nitel araştırma geleneği içerisinde yer alan fenomenolojik yöntem kullanılmıştır. Bu araştırmada toplamda 7 katılımcıya ulaşılmıştır. Evli 4 kadın ve 3 erkek katılımcının yaşları 27 ile 32 arasında değişmektedir. Katılımcıların tamamı üniversite mezunudur ve hepsi çalışmaktadır. Katılımcılar orta sosyoekonomik düzeye sahip bireylerden oluşmaktadır.

Verilerin analizinde yorumlayıcı fenomenolojik analiz kullanılmıştır. Bu analizlerin sonucunda kıskançlığın anlamına ilişkin; sevgi göstergesi olarak kıskançlık, hayali bir ilişkiye tepki olarak kıskançlık, ilişki içerisinde öğrenilen bir tepki biçimi olarak kıskançlık temaları, kıskançlığa tepki biçimleri olarak da; partnerin duygusal-davranışsal kontrolüne dayalı tepkiler ve kendi kıskançlığının kontrolü, bireysel duygu-davranış kontrolüne dayalı tepkiler ve pasif tepki temaları ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Romantik Kıskançlık, Kıskançlık, Evlilik

ABSTRACT

JEALOUSY İN MARRİAGE: A PHENOMENOLOGİCAL STUDY

The main purpose of this study is to provide a better understanding of jealousy experiences in the context of married people by considering how a romantic jealousy is experienced in marital relations, how it is made meaningful and what kind of reactions are given in case of jealousy. In accordance with this purpose; the ways in which jealousy arises in the daily life of married individuals who define themselves as jealous, what kind of meanings occur in sharing about individuals' jealousy experiences, how people react to jealousy in their marriage experiences, answers to questions about whether there are common and different themes in women and men in jealousy reactions.

In order to realize the main objectives of the research, the phenomonological method which is in the qualitative research tradition is used. A total of 7 participants were reached in this research. The ages of married 4 female and 3 male participants ranged from 27 to 32 years. All of the participants are university graduates and all work. Participants consist of individuals with medium socioeconomic status.

In the analysis of data, interpretive phenomenological analysis was used. As a result of these analyzes, the meaning of jealousy; jealousy as a sign of love, jealousy in response to an imaginary relationship, jealousy themes as a form of response learned in the relationship, as well as forms of reaction to jealousy; reactions based on the emotional-behavioral control of the partner and control of his jealousy, reactions based on individual emotion-behavior control and passive response themes have emerged.

Keywords: Romantic Jealousy, Jealousy, Marriage.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ ..... **i**
ÖZET ..... **ii**
ABSTRACT ..... **iii**
BÖLÜM I: GİRİŞ **1**
1.1.Problem Durumu 1
1.2. Araştırmanın Amacı 4
1.3. Araştırmanın Önemi 4
1.5. Araştırmanın Sayıltıları 6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları 6
1.7. Tanımlar 6
BÖLÜM II: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR **8**
2.1.Romantik Kıskançlık 8
2.1.1. Romantik Kıskançlığın Tanımı 8
2.1.2. Romantik Kıskançlığın Tetikleyicileri 9
2.1.3. Romantik Kıskançlığın Etkileri 10
2.1.4. Romantik Kıskançlık Durumunda Verilen Tepkiler 12
2.1.5. Romantik Kıskançlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar 14
2.1.5.1. Psikodinamik Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık 14
2.1.5.2. Evrimsel Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık 16
2.1.5.3. Bilişsel-Olgusal Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık 18
2.1.5.4. Sosyal Mübadele Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık 20
2.1.5.5. Transaksiyonel Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık 21
2.1.5.6. Yatırım Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık 24
2.1.5.7. Sosyal Karşılaştırma Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık 25
2.1.6.Romantik Kıskançlık ile İlgili Araştırmalar 26
2.1.6.1. Romantik Kıskançlık İle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar 26
2.1.6.2. Romantik Kıskançlık ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar 30
BÖLÜM III: YÖNTEM **38**
3.1. Araştırma Modeli 38
3.1.1. Nitel Araştırma 38
3.1.2. Fenomenolojik Yöntem 39
3.2. Araştırmanın Deseni 40

3.3. Çalışma Grubu 40
3.4. Veri Toplama Araçları 42
3.5. Verilerin Toplanması 43
3.6. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması 44
3.7. Araştırmanın Güvenirliği ve Araştırmacının Rolü 45
BÖLÜM IV: BULGULAR 46
4.1. Romantik Kıskançlık Yaşantıları ve Anlamlandırma 46
4.1.1. Sevgi Göstergesi Olarak Kıskançlık 46
4.1.2. Hayali Bir İlişkiye Tepki Olarak Kıskançlık 48
4.1.3.İlişki İçerisinde Öğrenilen Bir Tepki Biçimi Olarak Kıskançlık 51
4.2. Kıskançlık Yaşantısında Bireylerin Kullandığı Tepki Biçimleri 52
4.2.1. Partnerin Duygusal-Davranışsal Kontrolüne Dayalı Tepkiler ve Kendi Kıskançlığının Kontrolü 52
4.2.1.1. Partnerin Kişisel Alanının Sürekli Denetimi 53
4.2.1.2. Davranış ve Yaşantıların Kısıtlanması 55
4.2.1.3. Duygusal Kontrol 57
4.2.2. Bireysel Duygu-Davranış Kontrolüne Dayalı Tepkiler 59
4.2.3. Pasif Tepki Biçimleri 61
BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER 64
KAYNAKLAR 72
EK-1 Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu 88
EK-2 Katılımcılara Yöneltilen Sorular 89

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1.Problem Durumu

Evlilik, iki farklı özelliğe sahip insanın psikolojik, fizyolojik ve toplumsal ihtiyaçlarını gidermek için kurdukları bir sistem olarak tanımlanabilir (Gülerce, 1996; Kansız ve Arkar, 2011). Bu sistem içerisinde eşlerin birbirlerine karşı sorumlulukları vardır (Geçtan, 1990). Bunun sağlanamadığı durumlarda evlilik kurumunun devam etmesinde sorunlar yaşanmaktadır.

Bireylerin evlilik ilişkilerini etkileyen önemli unsurlardan bir tanesi de romantik kıskançlıktır. Kıskançlık, çeşitli araştırmacılar tarafından farklı biçimlerde tanımlanmıştır. Bu tanımlar incelendiğinde kıskançlığın, ilişkinin varlığına yönelik algılanan tehdit ve bu tehdide karşılık verilen duygusal bir tepki, davranışsal, düşünsel ve duygusal olarak normal boyuttan patolojik boyuta doğru devamlılık, iç görü ve yoğunluk bakımından farklılık gösteren bir yelpaze ve kişinin partnerinin bir başkasını daha etkileyici ve çekici olarak algılaması ya da bir rakibin varlığına inanması şeklinde tanımlandığı görülmüştür (Bringle ve Boebinger, 1990;Harris, 2004; Hupka, 1991; Kingham ve Gordon, 2004; Pines, 1998;Solmuş, 2008). Kıskançlığın en önemli belirleyicilerinden birisinin "durumsal değişkenler" olduğu gerçeğinden yola çıkılarak yapılan bir sınıflandırmaya göre kıskançlık ikiye ayrılır; duygusal ve cinsel kıskançlık. Ayrıca, ilişkinin türü, süresi, ilişkisel doyum gibi ilişkisel ve eşin fiziksel çekiciliği, kültür gibi durumsal değişkenler de kıskançlık üzerinde etkili olabilmektedir (Demirtaş, 2004; McGuirk ve Pettijohn, 2008; Pines, 1992).

Evlilikte kıskançlık üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, kıskançlığın nedenleri arasında; kıskançlığa yatkınlık, içinde bulunulan kültür, aile dizilimi, aile yapısı ve yakın ilişkilerdeki kişisel tecrübeler (Hupka ve Zaleski, 1990; McGuirk ve Pettijohn, 2008; Pines, 1992)benlik saygısı, nevrotiklik, ilişkinin uzunluğu ve partnerlerin yaşı (Melamed, 1991), partnerin geçmişteki yakın ilişkide bulunduğu kişi ile herhangi bir bağ kurma girişimi, bir başka kişinin partnere karşı yakın tutum sergilemesi, partnerin başka bir kişiyi önemser davranışlar sergilemesi ve partnerin

karmaşık veya anlaşılması zor bir tutum sergilemesi(Sheets vd. 1997) ile eşin hayal edilen veya gerçek davranışını, romantik ilişkisi içinde bir çatışma öğesi olarak görülmesi (Hansen, 1982)gibi değişkenlerin olduğu görülmüştür.

Yurtdışında evlilikte kıskançlık ayrıca evrimsel bakış açısı ile değerlendirilmiş ve cinsel sadakatsizlik her iki cinsiyet içinde önemli bir yıkıcı etmen olarak görülürken (Harris, 2005), erkeklerde daha yoğun olarak yaşandığı anlaşılmıştır (Shettel-Neuber v.d.,1978). Ayrıca bağlanma sitilleri(Marazziti v.d., 2010), toplumdaki kadın ve erkeğe biçilen roller ile maddi durum gibi değişkenlerin de kişisel olarak romantik kıskançlık düzeylerinde farklılık oluşturabileceği de değerlendirilmiştir (Bendixen ve ark., 2015; Fussell ve Stollery, 2012).Diğer yandan kıskançlığın kültürel olarak farklı biçimlerde ortaya çıkabileceğine yönelik çalışmalar bulunmaktadır.Örneğin daha çok geleneksel toplulukta yetişmiş ve o kültür doğrultusunda karakterini oluşturmuş bireylerin kıskançlık seviyesinin daha yüksek olduğu öne sürülmektedir(Guerrero ve Andersen, 1998; Hansen, 1982).

Araştırmacılar kıskançlığın bazı ilişkilerde ödüllendirici bir yönünün olduğunu ve partnerler arası iletişimi arttırdığını belirtmişlerdir (Buss, 2000; Power ve Dalgleish, 1997; Guerroro ve Andersen, 1998). Bununla birlikte literatür incelendiğinde ise kıskançlığın yukarıda belirtilen olumlu yönlerinin aksine daha çok zarar verici bir etkisinin olduğu görülmektedir. Romantik kıskançlığın yakın ilişkilerde en güçlü, en yaygın ve en yıpratıcı duygulardan biri olduğu öne sürülmektedir (Pines ve Friedman, 1998). Ayrıca kıskançlığın sağlıksız boyutta yaşandığı durumlarda ilişkideki olumsuz faktörlere bağlı olarak, evlilik sorunları ile boşanma nedenleri arasında önemli bir yere sahip olduğu da anlaşılmıştır (Pines, 1992, Amato ve Rogers, 1997). Romantik kıskançlık ile ilgili yapılan bir araştırmada, bireylerin hayatları boyunca en az bir kere kıskançlık yaşadığı ve bunu psikolojik, duygusal ve zihinsel olarak olumsuz bir durum olarak değerlendirdikleri saptanmıştır (Pines ve Aronson, 1983). Pfeiffer ve Wong (1989) romantik kıskançlık ile birlikte güvensizlik, korku, öfke ve üzüntü gibi duyguların eşlik ettiğini ve bunun da ilişkileri olumsuz yönde etkilediğini belirtmektedirler. White ve Mullen (1989) romantik kıskançlıkla bağlantılı ve genel olarak olumsuz sayılabilecek altı temel duygu olduğunu ileri sürmüştür. Bu duygular; üzüntü, kaygı ve endişeyi içinde barındıran

“korku”; kızgınlık, hiddet, nefret ve iğrenme gibi duyguları içeren “öfke”; çekememezliği içeren “haset”; çaresizliği ve depresyonu kapsayan “keder”; utanma ve pişmanlık gibi duyguları barındıran “suçluluk” ile arzu ve şehveti içeren “cinsel uyarım” olarak sıralanmıştır.

Ülkemizde eş kıskançlığı ile ilgili çalışmalar kıskançlığı, evli kişilerin bağlanma biçimleri, kıskançlık düzeyleri, evlilik doyumu (Curun ve Çapkın, 2014; Karakurt, 2001) cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sayısı (Girgin, 2018), kendini kıskanç olarak algılayıp algılamama, geçmiş ilişki deneyimi ve şu anki ilişki durumu (Utkan, 2016), çeşitli bireysel ve ilişkisel farklılıklar (Arslan, 2015) gibi değişkenler açısından ele almıştır. Bu çalışmaların sonuçları incelendiğinde yüksek kıskançlığın, güvensiz ve korkulu bağlanma sitilleri (Karakurt, 2001), düşük evlilik doyumu (Girgin, 2018) ve yapıcı baş etme metotlarının etkin kullanılmamasıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülürken, güvenli bağlanma, yüksek evlilik doyumu ve sağlıklı fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkilerle (Utkan, 2016) negatif yönde ilişkili olduğu söylenebilir. Ancak, kıskançlık yaşantılarına ilişkin ülkemizdeki çalışmalarda kıskançlığın evlilik yaşantısında ne biçimlerde ortaya çıktığı, kıskançlık yaşayan eşlerin bu durumu nasıl anlamlandırdığı ve ne biçimlerde duygusal-bilişsel-davranışsal tepkiler verdikleri yeterince araştırma konusu olmamıştır.

Oysa örneğin yurtdışında Blévis ve Heal, (2009) bireyin kimliği ve benlik algısının kıskançlığı tetikleyen unsurlar ile bağlantılı olduğunu belirtirken, Guerrero ve Andersen (1998) ise kıskançlığın gösterilmesinde altı temel bileşenin ön plana çıktığını gözlemlemişlerdir. Bu bileşenleri kişilik, sahip olunan ilişkinin özellikleri, cinsiyet, durumsal faktörler, kültür ve yapılan yüklemeler ile stratejik hareketler şeklinde ifade etmişlerdir. Diğer yandan kıskançlığın kültürel olarak farklı biçimlerde ortaya çıkabileceğine dair araştırma bulgularına karşın (Guerrero ve Andersen, 1998; Hansen, 1982), ülkemizde kıskançlık konusu büyük ölçüde Batılı ölçme araçları kullanılarak araştırılmaktadır (Girgin, 2018; Utkan, 2016; Tortamış, 2014). Örneğin Tortamış (2014), bu çalışmalarda sık kullanılan “Romantik Kıskançlık Ölçeğinin”, Türk kültürü için yansıtıcı veriler noktasında eksiklikler bulunduran bir ölçek olduğunu öne sürmektedir. Bahsedilen perspektiften hareketle

bu çalışmanın temel amacı, evlilik ilişkilerinde romantik kıskançlığın nasıl yaşandığı, nasıl anlamlandırıldığı ve kıskançlık durumunda ne gibi tepkiler verildiğini fenomenolojik bir perspektifle ele alarak, ülkemizde kıskançlık yaşantısının evli bireyler bağlamında daha iyianlaşılmasını sağlamaktır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı evli kadın ve erkeklerin kıskançlık yaşantılarının; kıskançlık nedenleri, kıskançlık durumunda verilen tepkiler ve başa çıkma stilleri açısından incelenmesidir. Araştırmanın temel amacı kapsamında aşağıdaki sorulara yanıt aranmaya çalışılacaktır:

- Kendini kıskanç olarak tanımlayan evli bireylerin gündelik yaşantılarında kıskançlık ne biçimlerde ortaya çıkmaktadır?
- Bireylerin kıskançlık yaşantılarına ilişkin paylaşımlarda ne gibi anlamlar ortaya çıkmaktadır?
- Evlilik yaşantılarında bireyler yaşadıkları kıskançlığa ne biçimlerde tepkilerde bulunmaktadır? Kıskançlık tepkilerinde kadın ve erkeklerde ortak ve farklı temalar var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Romantik kıskançlık, bir eşin, gerçek veya hayali bir rakip için tehdit altındaki kaybına karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler kompleksidir ve evlilik uyuşmazlığının, ilişkideki başarısızlığın ve hatta cinayetin başlıca nedenlerinden biri olarak kabul edilir (Daly, 2012; Wilson ve Weghorst, 1982; White, 1981).

Demir'in (1988) ülkemizde yaptığı bir çalışmada, boşanma nedenleri olarak; eş baskısı ve kıskançlık (%12,5), anne-babaların müdahalesi (%10,8), ilgisizlik ve ihmal (%7,5), kişisel uyumsuzluk ve beklentilerin gerçekleşmemesi (%25,8), eşin aldatması (%10,0), ekonomik sorunlar (%6,7) ve şiddet (%20,0) olduğu ortaya çıkmıştır. Sağlam ve Aylaz'ın (2017) ülkemizde yaptığı çalışmada ise kadınlar açısından şiddet ve baskı, aile etkisinde kalma, ilgisizlik ve sorumsuzluk, erkekler

açısında ise; kendi ailesi etkisinde kalma, ilgisizlik ve sorumsuzluk, kıskançlık ve şüphecilik boşanma için en önemli nedenler arasında gösterilmiştir.

Türkiye'de boşanma oranlarına bakıldığında yıllara göre giderek arttığı görülmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu (2018) verilerine bakıldığında boşanan çiftlerin sayısı 2016 yılında 126 bin 164 iken 2017 yılında %1,8 artarak 128 bin 411 olduğu görülmüştür. Benzer durum İstanbul ili içindeki boşanmalar için de geçerlidir. Bu nedenle boşanmalarda etkisinin önemli bir faktör olduğu düşünülen romantik kıskançlığın anlaşılmasının önemli olacağı düşünülmektedir.

Yukarıdaki çalışmalarda da görüldüğü üzere toplumun temel yapı taşı olan ailede yaşanan kıskançlık durumları iyi yönetilemediğinde eşler arasında önemli problemlere neden olmakta, boşanma, şiddet hatta cinayet gibi olumsuz sonuçlar ile neticelenebilmektedir. Başta yakın çevre olmak üzere bu durum birçok insanı etkilemekte ve toplum sağlığı açısından telafi edilmez sonuçlara neden olabilmektedir. Bu anlamda evli bireyler arasında romantik kıskançlığa neden olan olayların anlaşılması, bu duruma maruz kalan bireylerin baş etme yöntemlerinin değerlendirilmesinin başta ruh sağlığı alanında çalışma yapan araştırmacılara olmak üzere çeşitli toplumsal çalışmalara fayda sağlayacağı değerlendirilmektedir.

Literatür ile birlikte ülkemizdeki yapılan çalışmalar incelendiğinde romantik kıskançlık ile ilgili genellikle nicel çalışmalara yer verildiği ve Pines ile Arenson (1983) tarafından geliştirilen, Türkçe 'ye uyarlanması Demirtaş (2004) tarafından yapılmış olan Romantik Kıskançlık Ölçeğinin kullanıldığı görülmüştür. Ancak bu ölçeğin kültürümüze yansımasında bir takım sıkıntılar olduğu değerlendirilmektedir. Bu anlamda romantik kıskançlığın yorumlayıcı fenemolojik analiz yöntemi kullanarak açıklanmasının ülkemizde yapılacak diğer çalışmalara da katkı sunacağı düşünülmektedir.

Birçok toplumda olduğu gibi bizim toplumumuzda da evlilik, kadın ve erkeğin birlikte yaşamasının kabul görüldüğü ilişki biçimidir. Toplumun temel yapı taşı olarak kabul edilen ailede oluşacak sorunlar zamanla hem bireyleri hem de

toplumu etkilemektedir. Kıskançlık gibi iyi yönetilmediğinde eşler arasındaki uyumu bozan, aile içi şiddete kadar varan ve evliliklerin sonlanmasına neden olan bir olgunun araştırılmasının önemli olduğu değerlendirilmiştir.

Ayrıca, romantik kıskançlık ile ilgili daha önce nitel bir çalışmanın yapılmamış olması açısından bu çalışmanın sonuçlarının sağlayacağı katkıların nicel çalışmalara oranla daha önemli olacağı düşünülmektedir. Bu anlamda katılımcılara ölçek soruları gibi kısıtlayıcı bilgi alma yolları yerine açık uçlu ve açıcı sorular sorularak romantik kıskançlık ile ilgili derinlemesine bilgi alınması araştırmanın diğer bir önemli noktasıdır.

1.5. Araştırmanın Sayıltıları

Araştırmaya katılan evli kadın ve erkeklerin, çalışma için geliştirilmiş görüşme sorularını, gerçek durumlarını samimi bir şekilde yansıtacak şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmanın sınırlılıkları şu şekilde ortaya konmuştur.

1. Araştırma İstanbul ili ile sınırlıdır.
2. Evli kadın ve erkekler ile yapılan bireysel görüşmelerle sınırlıdır.
3. Araştırmaya katılan evli 4 kadın ve 3 erkeğin yaşantıları ve araştırmacının konuyla ilgili yorumları ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Evlilik: Toplumsal kurallar ve kanunların öngördüğü biçimde, karşı cinsten iki kişinin yaşantılarını birleştirdikleri, kendine özgü bir ilişkiler bütünüdür.

Kıskançlık: Önemsenen bir ilişkinin yitirilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek bir tehlikenin varlığına yönelik algı sonucunda verilen karmaşık tepkidir.

Romantik Kıskançlık: Kişinin romantik ilişkide olduğu kişi ile gerçek ya da hayali bir rakip arasında olan ya da olabilme olasılığı bulunan bir ilişki sebebiyle algıladığı, ilişkiye ve kişinin benlik saygısına yönelik bir tehdit ile birlikte ortaya çıkan düşünce, davranış ve duygular kombinasyonudur (White, 1981).

BÖLÜM II: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Romantik Kıskançlık

Araştırmanın bu bölümünde sırasıyla romantik kıskançlığın tanımı, tetikleyicileri ve etkileri ile romantik kıskançlık durumunda verilen tepkiler ele alınmıştır. Daha sonra romantik kıskançlığa ilişkin kuramsal yaklaşımlara değinilmiştir. Son olarak da literatürde yer alan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.1. Romantik Kıskançlığın Tanımı

Kıskançlık, yakın ilişkilerde sıklıkla görülen, ilişkileri yıpratan, bazen parçalayan, bazen de güçlendiren çok boyutlu ve karmaşık bir kavram olarak karşılaşılmaktadır (Sharpsteen, 1991). Bu nedenle de kıskançlık, psikoloji araştırmalarında uzun suredir ele alınan kavramlardan bir tanesidir ve literatür incelendiğinde kıskançlığın birçok araştırmacı tarafından tanımlandığı görülmüştür (Harris, 2004; Hupka, 1991; Pines, 1998).

Kıskançlık, bireyin önemli bir ilişkiyi bir rakibe kaybetmekten korktuğunda ya da zaten kaybetmiş olduğunda ortaya çıkan duygudur (Parrott, 1991). Kıskançlık, kayıp tehdidine karşı sahip olunan şeyi elde tutmayı ve içinde bulunan durumu (ilişkiyi) korumayı hedefler (Spielman, 1971). Söz konusu "şey", romantik ilişki, arkadaşlık ilişkisi veya kardeşlerin ebeveynlerle kurduğu ilişki olabilir. Bu araştırmada da romantik ilişki içerisinde gerçekleşen kıskançlık üzerine yapılan tanımlara yer verilecektir.

Pines (2003), kıskançlığı değerli bir ilişkiye ya da bu ilişkinin bozulmasına veya kaybedilmesine sebep olabilecek bir riskin algılanması halinde gösterilen karmaşık bir tepki şeklinde tanımlamıştır. White (1981a) ise kıskançlığı; "bir partnerin gerçek veya hayali bir rakip için tehdit altındaki kaybına karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler kompleksi" şeklinde açıklamış ve evlilik uyuşmazlığının, ilişkideki başarısızlığın ve hatta cinayetin başlıca nedenlerinden biri olduğunu belirtmiştir. Bringle ve Boebinger (1990) romantik kıskançlığı, "romantik bir ilişkinin doğasına yönelik olarak algılanan tehdide gösterilen reaksiyon" şeklinde ifade etmiştir. Başka bir tanımda ise romantik kıskançlık, "romantik ilişki sırasında

ilişkiye, çiftten ayrı olarak üçüncü bir bireyin dahil olması ve bu romantik ilişkinin bitmesi yönünde tehdit unsuru oluşturması durumuna verilen çeşitli tepkiler" biçiminde tanımlanmıştır (Girgin, 2018). Solmuş (2008) ise kıskançlığı, kişinin partnerinin bir başkasını daha etkileyici ve çekici olarak algılaması ya da bir rakibin varlığına inanması biçiminde betimlemiştir.

2.1.2. Romantik Kıskançlığın Tetikleyicileri

Romantik kıskançlık, tek eşli ilişkilerde genellikle olumsuz terimlerle kavramsallaştırılırken, pozitif anlamda, eşler arası ilişkiyi canlı tutmak adına tasarlanmış temel bir uyarlayıcı mekanizma olarak da nitelendirilmektedir (Buss, 2000). Bu anlamda romantik kıskançlık; davranışsal, düşünsel ve duygusal olarak normal boyuttan patolojik boyuta doğru devamlılık, içgörü ve yoğunluk bakımından farklılık gösteren bir yelpazeye sahiptir (Kingham ve Gordon, 2004). Bu yelpaze içerisinde kıskançlığın tetikleyicileri, kişinin kıskançlık yaşamasına neden olan herhangi bir olay veya durum şeklinde açıklanabilir.

Yapılan araştırmalarda, romantik kıskançlığı tetikleyecek olan etmenlerin farklılaştığı görülmüştür (Tortamış, 2014). Romantik kıskançlık unsurlarının ve yoğunluğunun herkeste farklılık göstermesi gibi, romantik kıskançlığı başlatan olayın seviyesi de bireyden bireye değişmektedir. Romantik kıskançlığa yatkınlık, içinde bulunulan kültürden, aile diziliminden, aile yapısından ve yakın ilişkilerdeki kişisel tecrübelerden etkilenmektedir (McGuirk ve Pettijohn, 2008; Pines, 1992).

Guerrero ve Andersen (1998) çalışmalarında kıskançlığın gösterilmesinde altı temel bileşenin ön plana çıktığını gözlemlemişlerdir. Bu bileşenleri kişilik, sahip olunan ilişkinin özellikleri, cinsiyet, durumsal faktörler, kültür ve yapılan yüklemeler ile stratejik hareketler şeklinde ifade etmişlerdir. Bireyin kişisel özellikleri yani düşük kendilik değeri, kronik şüphecilikveya yetersizlik hissi, kıskançlığın gösterilmesinde önemli rol oynayabilirken, bireylerin sahip oldukları ilişkinin kalitesine dair düşünceleri de kıskançlığı etkileyebilmekte, mutsuz eşler kıskançlık oluşturabilecek durumlara daha rahat girebilmektedirler. Guerrero ve Andersen'e (1998) göre erkekler daha çokcinsel sadakatsizlik gösterirken, kadınların ise duygusal sadakatsizlik göstermektedirler. Ayrıca bireylerin yaşadıkları kültür de

eşlerin kıskançlık yaşamasını ve ifade etmesini çeşitli şekillerde etkilemektedir. Eşlerin birbirlerine ve ilişkilerine yükledikleri anlam ile kıskançlık duygusunun yaşandığı durumlarda, ilişkiyi test etme, değerlendirme, öç alma ya da cezalandırma yolları arama, kontrolü kazanmaya çalışmagibi çeşitli stratejilerin devreye sokulması da romantik kıskançlığın yaşanmasında etkili olmaktadır.

Sheets ve diğerleri (1997), romantik ilişkilerde kıskançlık konusunda yaptıkları araştırmalarında, kıskançlığı tetikleyici olarak dört ana faktöre değinmişlerdir. Bunlar, partnerin geçmişteki yakın ilişkide bulunduğu kişi ile herhangi bir bağ kurma girişimi, bir başka kişinin partnere karşı yakın tutum sergilemesi, partnerin başka bir kişiyi önemser davranışlar sergilemesi ve partnerin karmaşık veya anlaşılması zor bir tutum sergilemesidir. Hansen (1982), kıskançlığın oluşması için ön koşul olarak iki unsurun gerektiğini ifade etmektedir. İlk olarak birey, eşinin hayal edilen veya gerçek davranışını, romantik ilişkisi için bir çatışma öğesi olarak görmelidir. Ardından da ilişkisinin vazgeçilmeyecek kadar değerli olduğunu kabul etmelidir.

Blévis ve Heal, (2009) bireyin kimliği ve benlik algısının da kıskançlığı tetikleyen unsurlar ile bağlantılı olduğunu değerlendirmişlerdir. Onlara göre kıskançlığın kökenleri bireyin kendisini güçlü bağımsız ve arzulanır hissettirecek sevgiden yoksun kaldığı çocukluk veya gençlik yıllarına dayanır. Yani kıskançlığın bireyin çaresiz ve küçük düşmüş olduğu bir dönemdeki duruma verdiği gecikmiş bir tepki olarak da karşımıza çıktığı söylenebilir. Bu anlamda kıskançlığa dair esnekliği çok olmayan kişiler, eşlerinin başka birine bakmasıyla dahi kıskanç tavırlar sergilerken; romantik kıskançlığı daha reel boyutta algılayan bireyler için genel olarak eşinin başka bir ilişkisinin olması, kıskançlığın ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Kingham ve Gordon, 2004; Pines, 1992).

2.1.3. Romantik Kıskançlığın Etkileri

Ortaya çıkma biçimine ve yaşanması durumunda nasıl baş edildiğine bağlı olarak romantik kıskançlık, olumlu veya olumsuz olarak betimlenebilir. Bundan dolayı romantik kıskançlığı ortaya çıkaran faktörlere ilave olarak araştırmacıların birçoğu, romantik kıskançlığın arkasında oluşan etkileri ve kıskançlığa verilen

tepkileri ele almışlardır (Tortamış, 2014). Romantik kıskançlık, çoğunlukla aşkın olumlu bir sonucu olarak incelenmektedir. Araştırmacılar kıskançlığın bazı ilişkilerde ödüllendirici bir yönünün olduğunu ve partnerler arası iletişimi arttıran bir faktör olduğunu tanımlanırken kıskançlığın pozitif yönüne dikkat çekmişlerdir (Buss, 2000; Guerrero ve Andersen, 1998; Power ve Dalgleish, 1997). Bu anlamda kıskançlık, eşler arasındaki bağa herhangi bir tehdit unsuru oluştuğunda, kişileri ilişkilerini kaybetmemek için harekete geçirebilmektedir (Harris ve Darby, 2010).

Romantik kıskançlık ilişkileri her zaman pozitif yönde etkilememektedir. Literatür incelendiğinde, kıskançlığın yukarıda belirtilen olumlu yönlerinin olmasının yanı sıra ilişkilere zarar verici bir etkisinin olduğu da görülmüştür. Yapılan bir araştırmada, kişilerin yaşamları boyunca en az bir kere kıskançlık sergilediği ve bu durumu ruhsal bakımdan olumsuz bir durum olarak değerlendirdikleri görülmüştür (Pines ve Aronson, 1983). Ayrıca kıskançlığın sağlıksız boyutta yaşandığı durumlarda ilişkideki olumsuz faktörlere bağlı olarak, evlilik problemleri ile boşanma sebepleri arasında önemli bir yerinin olduğu da görülmüştür (Amato ve Rogers, 1997; Pines, 1992).

Romantik kıskançlık; davranışsal, bilişsel ve duygusal olmak üzere üç boyutlu bir yapıya sahiptir (Pfeiffer ve Wong, 1989). Sayar (2006) da romantik kıskançlığı, dışsal ve içsel bileşenleri olan karışık bir tepki şeklinde betimlemektedir. Dışarıdan görünmeyen içsel öğelerin genellikle çeşitli düşünce, fiziksel, duygusal belirtiler olduğunu; bu duyguların kızgınlık, acı, üzüntü, kıskanma, hiddet, korku, aşağılanma ve keder olduğunu ifade etmektedir.

White ve Mullen (1989) romantik kıskançlıkla bağlantılı ve genel olarak olumsuz sayılabilecek altı temel duygu olduğunu ileri sürmüştür. Bu duygular; üzüntü, kaygı ve endişeyi içinde barındıran "korku"; kızgınlık, hiddet, nefret ve iğrenme gibi duyguları içeren "öfke"; çekememezliği içeren "haset"; çaresizliği ve depresyonu kapsayan "keder"; utanma ve pişmanlık gibi duyguları barındıran "suçluluk" ile arzu ve şehveti içeren "cinsel uyarım" olarak sıralanmıştır.

Kıskançlık, yakın ilişkilerdeki önemli mutsuzluk sebeplerinden birisidir (Pines ve Friedman, 1998). White ve Mullen (1989) romantik kıskançlık sonucunda

meydana gelen duygusal olarak değişmenin iş sebebiyle başka yere taşınma, kaza geçirme gibi durumlardan daha çok kızgınlık uyandırdığı, özgüveni büyük ölçüde olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Bununla birlikte şiddet, boşanma hatta partnerin öldürülmesi gibi davranışsal anlamda kişilerin normalde yapmayacakları davranışları sergilemelerine neden olmaktadır. Ayrıca kıskançlık, kişilerin cinsel hayatı üzerinde negatif etkiler meydana getirmekte ve bireyler arasında cinsel işlev bozuklukları, uyumsuzluk gibi problemlerin oluşmasına sebep olmaktadır.

2.1.4. Romantik Kıskançlık Durumunda Verilen Tepkiler

Romantik kıskançlık anında yapılan bilişsel değerlendirmelerin yanında bazı duygusal tepkiler oluşmaktadır (Guerrero, 1998). Fakat kıskançlık; duygular, bilişler ve fiziksel semptomları içeren içsel bileşenlerle beraber, kişilerarası ilişkiler ile davranışları içeren dışsal bileşenleri de kapsamaktadır. Romantik kıskançlığın olumsuz etkileri kimi zaman kendini davranışsal alanda göstermekte ve kişilerin normalde yapmayacakları davranışları sergilemelerine neden olmaktadır. Kıskançlığa verilen tepkilerin yoğunluğu ve baş etme tercihi, kıskançlığın patolojik veya normal, olumsuz veya olumlu olarak incelenmesine etki etmektedir. (Carson ve Cupach, 2000). Romantik kıskançlık, farklı tepkilerin verilmesine sebep olmaktadır. Romantik kıskançlığı tetikleyen tüm etmenler, sıklık ve yoğunluklarına bağlı olarak çeşitli seviyelerde öfke ve korku duygularının ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Plutchik, 1980; akt., Güngör-Houser, 2009).

Guerrero ve diğerleri (2004), kıskançlığın ilişkideki tehdide cevap olarak verilen bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler olduğunu belirmektedir. Fleischmann ve diğerleri (2005) de kıskançlık anında verilen tepkileri kapıyı çarpma, duvarı yumruklama, vurma, nesneleri fırlatma, hakaret etme, itme, gözetleme, tehdit etme gibi *saldırganlık*, sözel iletişim kurmama, başkalarıyla ilgilenme, daha az sevgi gösterme iğneleme, etkilenmemiş görünme gibi *geri çekilme* ve daha faza vakit geçirme, mükemmel olmaya çalışma, daha fazla ilgi gösterme gibi *ilişkisel telafi girişimi* şeklinde sıralamaktadır.

Kıskançlık, ilişkinin devamlılığını tehdit eden aldatma gibi somut bir durumda ortaya çıkmaktadır ve kıskançlığı tetikleyen küçük veya büyük ipuçlarının varlığına gösterilen aşırı duygusal tepkileri içermektedir (Rydell ve Bringle, 2007). Kişiliğin, ilişkisel özelliklerin ve kültürün, kıskançlığın yaşanma şekli ve ifade ediliş biçimi üzerinde etkisi vardır. Bunun yanında kıskançlığın algılanması ve anlamı da kişide kişiye farklılık gösterebilmektedir. Kıskançlık durumunda bazı bireyler, başka kişiler nezdinde değer kaybetme korkusu yaşarken; bazı bireyler ise terk edilmekten korkmaktadır. Bazıları bunu ihanete uğramak şeklinde, bazıları ise rekabet olarak algılayabilmektedirler (Alpay, 2009; Pines, 2003).

Romantik kıskançlığa verilen tepkiler dışsal ve içsel olarak ikiye ayrılır (Demirtaş, 2004). Bringle (1991) bu ayrımı temel alarak, kıskançlığın duygusal bileşeni olan *kuşkucu kıskançlık* ve kıskançlığın davranışsal ve bilişsel bileşeni olan *tepkisel kıskançlık* şeklinde iki boyut olduğunu öne sürmektedir. Kuşkucu kıskançlık, eşin yaptığı veya yapma niyetinde olduğu değerlendirilen kıskançlığa neden olacak bir davranışla ilgili hissedilen şüphe, üzüntü, korku ve kaygı; eşe dair takıntılı bir kuşku duyma; kişinin eşiyle ilgili taşıdığı şüphelerin doğrulanması amacıyla ipucu arama ve eşinin davranışlarını denetleme gayreti; esas olarak kişilik özellikleri tarafından kontrol edilen güvensizliğin istikrarlı ve yüksek seviyeleri ile kıskançlığa neden olabilecek derecede önemli olmadığı halde, birtakım tetikleyici durumlara verilen yüksek seviyede duygusal tepkilerle ifade edilmektedir.

Guerrero ve diğerlerine (1995) göre kıskançlığın ifade edilmesinde on bir farklı iletişimsel tepki bulunmaktadır. İlk altı tepki iletişim kurulabilmesi ile ilgilidir. Birinci tepki olumsuz duyuşların ifade edilmesidir. Bunlar sözel olmayan; engellenme, öfke ya da üzüntü gibi duyuşlardır. İkinci tepki tamamlayıcı ve bütünleştirici iletişim tepkisidir. Yaşanan problemi çözme girişimleri ile duygu ve endişelerin ifade edilmesini içermektedir. Üçüncü tepki ise ikinci tepkinin tersi olan dağıtıcı iletişim tepkisidir. Partnere bağırma, kaba davranma gibi tepkileri içerir. Dördüncü tepki kaçınma ve reddetmeyi içeren davranışlar tepkisidir. Kıskançlığın reddi ve iletişimi kesme tepkilerini içerir. Beşinci tepki aktif uzaklaşma tepkisidir. Partnere soğuk ve kötü bakma, partneri görmezden gelme, olay yerini öfke içinde

terk etme gibi davranışları içerir. Altıncı ve son iletişim tepkisi ise saldırgan iletişim tepkisidir. Partneri tehdit etme ve fiziksel şiddet uygulama davranışlarını içerir. Diğer beş tepkide ise her zaman partnere yönelik iletişime gerek yoktur. Bunlardan birincisi gizlice izleme davranışıdır. Kişi bir ajan gibi partneri izler, nerede olduğunu kontrol eder. İkincisi telafi edici onarım stratejileridir. Kişi partnerine çiçek yollama, kendini daha çekici hale getirme gibi davranışlar sergiler. Üçüncüsü değişim stratejileridir. Kişi partnerin duygularını manipüle etmeye çalışır. Dördüncüsü rakiple iletişim davranışıdır. Kişi rakibi, eşinden uzak durması için uyarır. Beşincisi saldırgan davranıştır. Kişi, kapı çarpma, nesneleri fırlatma gibi doğrudan partnere yönelik olmayan ancak saldırganlık içeren şiddet davranışları sergiler.

Duygusal tepki ve davranışlar kıskançlığı yapılandırmakta, kıskançlığa verilen davranışsal ve bilişsel tepkiler de romantik kıskançlıkla başa çıkma yollarını meydana getirmektedir. Kıskançlıkta tepkisellik ise ilişkiden alınan ödüllerin azalması veya tehdit altında kalması sonucu oluşur. Eş tarafından bilerek yapılan ilişkisel davranışlar, partnerin cinsel ilişkide bulunması, dikkatini farklı ve tek bir bireye yönlendirmesi, diğer insanların görebileceği bir biçimde başka birine ilgi göstermesi, kıskanan bireyin kıskançlığa neden olan durum sonucunda kontrolünü kaybetmesi ve bu tür durumların meydana gelmesinde kendini sorumlu hissetme düzeyi kıskançlık durumunda bireylerin sergileyecekleri duygusal tepki seviyelerine etki etmektedir (Güngör-Houser, 2009).

2.1.5. Romantik Kıskançlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Kıskançlığa dair çeşitli kuramsal yaklaşımlar bulunmaktadır. Bu kapsamda psikodinamik, evrimsel, bilişsel-olgusal, sosyal mübadele, transaksiyonel, yatırım ve sosyal karşılaştırma yaklaşımları ele alınmaktadır**.**

2.1.5.1. Psikodinamik Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık

Psikodinamik yaklaşıma göre kıskançlık, bilinçdışı ve geçmişte yaşanan olaylar ile açıklanmaktadır. Kıskançlık, çocukların iki-üç yaş dönemlerine karşılık gelen ödipal dönemden kaynaklanmaktadır (Pines, 1992, 1998). Sigmund Freud, çocukların ilk cinsel doyumlarını bu dönemde yaşadıklarını ifade etmiştir. Ödipal

dönemde cinsel istek, en yakın karşı cinse yönelmektedir. En yakın karşı cinsler; kız çocuk için baba, erkek çocuk için annedir. Karşı cinsteki bu nesneye ilgi duyan çocuk için güçlü bir rakip olarak baba veya anne vardır. Rakip her bakımdan güçlü olduğu için çocuk, yarışı kaybedecektir. Erkek çocuk, annesini babasına; kız çocuk ise, babasını annesine kaptırır (Murdock, 2012). Çocuk, yetişkin olduğu zaman romantik ilişkisinde üçüncü bir bireyi tehdit unsuru olarak algılar. Çocuk için eski yara ve acısı, tekrar hatırlanarak kıskançlık yaşamasına sebep olmaktadır (Deutsch, 2006; Pines, 1998).

Freud (1955), üç çeşit kıskançlık olduğunu öne sürmektedir; *(i)* Yarışmacı veya normal kıskançlık, *(ii)* Yansıtılmış kıskançlık, *(iii)* Sanrısal kıskançlık. *Yarışmacı kıskançlıkta* birey, sevdiği bir şeyi, rakibi olarak gördüğü kişiye kaptırdığı veya kaptıracağı için korkarak acı çekmektedir. Kendine olan saygısını kaybetmekle beraber sevdiği kişiyi kaybettiği için kendisini eleştirmekte ve suçlamaktadır. *Yansıtılmış kıskançlık*, aldatma dürtülerinin ya da gerçek bir aldatılmanın bastırılmasından oluşmaktadır. Eşini aldatan ya da başka birini arzulayan fakat bunu eyleme geçiremeyen birey, kendi istediği veya yaptığı davranışı eşine yansıtarak, eşinin yapmayı istediğini veya yaptığını iddia eder. Sanrısal kıskançlık da kökenini bastırılmış aldatma dürtülerinden alır (Freud, 1955). Fakat birey burada hemcinsine ilgi duymaktan korktuğu için, eşini, rakip olarak gördüğü hemcinsinden hoşlanmakla suçlar (Demirtaş, 2004).

Kıskançlık, babaya karşı hissedilen kuşku ve rekabeti esas almaktadır. Kıskançlığın kökeninde, sevginin kaybı ya da kaybedilme ihtimali, partnere ve rakip olarak görülen kişiye karşı duyulan düşmanlık ve kendine olan saygısını azaltan narsizm bulunmaktadır (Klein, 1999). Freud'a (1955) göre kıskançlık, sanrılı ve normal kıskançlık olarak yaşanmaktadır. Kişinin yaşamış olduğu kıskançlık gerçek bir tehdit barındırıyorsa, bu normal kıskançlıktır. Olası ya da gerçek bir tehdit olmaksızın yaşanan kıskançlık ise, sanrılı kıskançlıktır. Kıskançlık durumunda verilen tepki, gerçek bir durumdan kaynaklanıyorsa; bu kıskançlık, normal bir kıskançlıktır.

Duygusal gereksinimleri karşılanmayan birey, bu ihtiyaçlarını giderebilecek özellikteki kişileri eş olarak seçme eğilimindedir (Pines ve Aronson, 1983). Çocukluktan kalma aldatmayla ilgili travmatik içsel çatışmaları olan bireylerin, yetişkinlikte aldatma konusunda süregelen çatışmaları olabilmektedir. Çocukluk dönemindeki kıskançlık yaşantıları da, yetişkin kıskançlığına dair ipuçları barındırmaktadır. Çocukluk çağındaki şartlara benzer durumlar olduğunda, kıskançlık duyguları tekrar yaşanmaktadır (Mathes, 1992; akt., Eken, 2018).

Freud kıskançlığın temel kaynaklarını; âşık olunan kişiyi kaybetme düşüncesinin sebep olduğu üzüntü, istenilen her şeye sahip olunamayacağına dair acı farkındalık, başarılı rakiplere karşı hissedilen haset duyguları ve kaybın sorumluluğunu kendi üstüne alarak yapılan öz eleştiri olarak özetlemektedir (Pines, 1998). Freud'un yaklaşımının önemli katkılarından birisi, yetişkinlik dönemindeki kıskançlığın çocukluk yaşantılarından kaynaklandığını ortaya atan görüşüdür. Yaklaşımın, normal kıskançlıkla sanrılı kıskançlığı ayrı ele alması ve dinamiklerini tanımlaması oldukça önemlidir. Psikodinamik yaklaşıma yapılan eleştiri ise, çocukluk çağı hakkında fazlaca durması ve şimdiki dinamiklerine gereken önemi vermemesidir (Çapkın, 2012).

2.1.5.2. Evrimsel Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık

Evrimsel yaklaşım, kıskançlığın eski dönemlerden beri var olduğunu ileri sürmekte ve kişinin yaşantısındaki uyumuna katkı sağlayan bir duygu olarak, aldatılma ve terk edilmeye karşı bir savunma mekanizması olarak işlev gördüğünü belirtmektedir (Buss ve Haselton, 2005). Evrim yaklaşımının kurucusu olan Darvin'e göre, kıskançlığın kökeninde evrimsel nedenler vardır. Çünkü kıskançlık içgüdüseldir, türün devamı için gereklidir ve mevcut ilişkiyi koruma işlevi bulunmaktadır (Kenrick ve Trost, 1997). Kıskançlık, çiftlerin üremelerini, çocuklarını yetiştirmelerini ve böylece soylarını devam ettirmelerini sağlamaktadır. Üçüncü bir bireyin ilişkiyi bozarak, üremeyi engellemesine izin vermez. Evrimsel yaklaşım, kıskançlığın bu işlevinin hayvanlarda da görülmesini, kıskançlığın doğuştan ve evrensel olması ile açıklamaktadır (Lucas, 2007; Pines, 2003).

Kıskançlık, genellikle negatif bir duygudurumu olarak değerlendirilen ve patolojik boyutunun altı çizilen bir olgudur. Evrimsel yaklaşım, kıskançlığı negatif bir durum olarak gören diğer yaklaşımlardan ayrı olarak kıskançlığın negatif yönünden çok, ilişkilerdeki gördüğü işleve işaret etmişlerdir (Demirtaş-Madran, 2008). Evrimsel kurama göre kıskançlık, insanların geçmişinden günümüze taşınan işlevsel, normal ve karışık bir olgudur. "Duygusal kıskançlık" ve "cinsel kıskançlık" şeklinde ikiye ayrılmaktadır. *Duygusal kıskançlık*, eşin bir başka kişiyle duygusal olarak ilişki yaşadığını bilmesi ya da eşinden şüphelenmesi sonucu oluşan kıskançlıktır. *Cinsel kıskançlık* ise, bireyin partnerinin bir başka kişiyle cinsel birliktelik yaşadığını bilmesi ya da eşinden şüphelenmesi durumunda yaşadığı kıskançlık olarak açıklanmıştır (Harvey v.d., 2004).

Evrimsel yaklaşım, kıskançlıkla ilgili olarak cinsiyetler arası farklılıklar olduğunu ileri sürer. Bu görüşe göre, erkekler için en önemli şüphe, çocukların babasının kendileri olup olmadığıdır. Kıskançlık nedeniyle erkekler, başka bir kimsenin çocuğuna bakma ihtimaline karşı, çocuklarının kendilerinden olduğunu garanti altına almak istemektedirler. Kadınlar için bir başka birinin çocuğuna bakma kaygısı ve kuşkusu yaşanmazken; partnerinin kaynaklarını paylaşma düşüncesi ve çocuklarını büyütürken kaybedeceklerini düşündükleri yardım, kaygıya neden olabilmektedir (Taylor v.d., 2007). Bir araştırma sonucunda; kadınların duygusal aldatma, erkeklerin ise cinsel aldatmadan rahatsızlık duydukları ortaya konmuştur (Buss ve Haselton, 2005).

Darwin hem hayvanlarda hem de insanlarda süregelen üzüntü, mutsuzluk, korku öfke gibi evrensel duygularla ilgili önemli çalışmalar yapmış ve "Doğal Ayıklanma Kuramını" bu konulara uyarlamıştır. Darwin'e göre, duygudurumunu açığa vurma ve diğer bireylerin his dünyalarını anlama, insan ve hayvanların yaşamlarını devam ettirebilmelerine ve soylarını devam ettirmelerine hizmet eden mekanizmalar olduklarından dolayı evrimleşmiştir (Harvey v.d., 2004).

Evrimsel yaklaşım, bazı araştırmacılar tarafından eleştirilmiştir. Bu eleştirilerden biri, insan ve hayvan davranışlarının birbiriyle ilişkilendirilmesidir. Yaklaşıma yapılan eleştirilerden diğeri de; kıskançlığın biyolojik ve doğal olarak

zaruri olduğu biçimindeki görüşüdür. Bu eleştirilere karşın evrimsel yaklaşım, erkekler ve kadınlar arasındaki farkların altını çizmesi bakımından önemli bir bakış açısı ortaya koymaktadır (Pines, 2003).

2.1.5.3. Bilişsel-Olgusal Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık

Bilişsel-olgusal yaklaşım, kıskançlığa eşlik eden düşünce, davranış ve duyguları açıklamakta ve duyguların, ortamdaki uyarana gösterilen bilişsel tepkiler neticesinde oluştuğu varsayımına dayanmaktadır (Lazarus, 1991). White (1981b) bilişsel-olgusal yaklaşımın kıskançlık ile ilgili açıklamalarını temel alarak, kıskançlığın tetiklenme nedenini bireyin partnerini bir rakibe kaptırması ya da böyle olacağına dair bir inancının olması şeklinde açıklamaktadır. Yaklaşım, kıskançlığa uyarlanınca; kişi (K), partner (P) ve rakipten (R) oluşan bir üçgen oluşmaktadır. Bu üçgende kişi partnerini, bir rakibe kaybetme riski ve tehlikesi içindedir.

Lazarus'un (1966) yaklaşımında, birey ilk olarak birincil değerlendirme yapar ve durumla ilgili karar verir. Durum; stres verici, olumlu veya ilişkisizdir. Rakibin, partneriyle bir ilişki kurma olasılığı yoksa ya da düşükse, durum onun için "ilişkisiz" sayılmaktadır. Birey bu durum için zaman ve enerji harcamaz, çok az duygusal tepki verir veya hiç vermez. Birey, partnerini sevmiyorsa; rakibin varlığını bu durumda "olumlu" olarak algılayabilir. Ya da kişi, çok eşliliğe olumlu yaklaşıyorsa, partnerini rakiple paylaşmaktan rahatsızlık duymayacak ve durumu yine "olumlu" olarak kabul edecektir. Rakip olarak görülen bireyin, partneri elde etme ihtimali varsa veya elde etmişse; üçgen, birey tarafından stres verici olarak değerlendirilecektir.

Rakip olarak görülen kişinin, partneri elde edebilme ihtimali, rakibin sosyal çekiciliği ile ilgilidir. Kişinin strese girmesine neden olan bu sosyal beğenilirlik; fiziksel çekicilik, zenginlik ya da zekâ gibi unsurları kapsamaktadır. Eğer rakip ve partner arasında cinsel birliktelik olmuşsa; kişinin partneriyle arasındaki bağ zarar görmüş olacak ve kişi, eşini kaptırmış olduğuna ya da kaptırabileceğine inanacaktır. Kişinin inanç sisteminde ilişkinin özel olması, sadakat ve tek eşlilik önemliyse, rakip olarak görülen bireyin varlığı büyük oranda stres verici olacaktır. Stres verici olarak algılanan duruma bireyin duygusal tepkisi, kıskançlıkla beraber gelen yoğun öfke,

ilişkiden alınan ödüllerin kaybedilmesi ile de duygusal çöküntü ve kaygı olacaktır (Demirtaş, 2004).

Birincil değerlendirme sonucunda rakip stres verici olarak değerlendirilmişse ikincil değerlendirme yapılır. İkincil değerlendirmede kişi, stres verici durumla nasıl başa çıkacağını belirlemektedir. Bireyin ikincil değerlendirmesi partneriyle ilişkisini daha iyi hale getirmek için yapabileceği şeyler üzerinde yoğunlaşacaktır. Kişi, rakip ile fiziksel çekicilik, duyarlılık, başarı, zekâ gibi birçok bakımdan yarış içine girebilir. Birey öte yandan da partnerinin ilişkilerinde doyumsuzluk yaşadığını, rakibi cinsel olarak çekici bulup daha çok ilgi görmek için ilişkiyi sınadığını düşünecektir. Birey ikincil değerlendirmesi sonucunda eşini cezalandırmayı seçebilir. Bu cezalar; cinsel, fiziksel ya da maddi katılımı çekmek, duygusal veya fiziksel şiddete başvurmak, ayrılmak veya bunlarla tehdit etmek olabilir. Kişi bunların yanında rakibi cezalandırarak da partnerinden uzak durmasını sağlama yoluna gidebilir (Eken, 2018).

Bireyin başvurabileceği bir diğer yöntem de savunma mekanizmalarını kullanmak olabilir. Kişi partnerini zaten sevmediğini, partnerini rakibe kaptırmaktan dolayı şanslı olduğunu düşünmeye başlayabilir. Akademik gelişim, sporda başarılar, iş yerinde başarılar gibi kendi saygısını yükseltebileceği işlere başlayabilir. Veya alternatif ilişkileri düşünmeye başlayabilir. Bu yöntemleri işe yaramazsa partneri olmadan yaşayamayacağı inancı daha çok pekişir ve algıladığı tehlike artar. Kişinin başa çıkma stratejilerine başvurmasıyla yeniden değerlendirme süreci başlamış olur. Taktikleri işe yararsa problemine çözüm bulmuş olur. Aksi takdirde yeni çözüm yolları aramaya başlayacaktır (Demirtaş, 2004). White (1981b) bu durumda kişinin partnerinin neden olduğu yaraları saracak başka bir partner bulacağını ve bu durumun kadınlarda daha çok görüldüğünü savunmaktadır.

White ve Mullen (1989), bilişsel-olgusal yaklaşımı kıskançlık olgusuna uyarlamışlar ve kıskançlığın kişilerin tehdit karşısında verdiği bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkiler olduğu görüşünden yola çıkmışlardır (Guerrero ve Andersen, 1998). Bu görüşe göre bireyler, tehdit unsurunun ne derece gerçek ve ciddi olduğuna yoğunlaştıkları birincil süreç ile kıskançlık ortamına ilişkin daha özel bir

değerlendirme yaparak, içinde sebep ve sonuç olasılıklarının olduğu; rekabet edilen kişiyi kıyaslama, motivasyon, alternatifler ve potansiyel kayıp şeklinde dört boyutun yer aldığı ikincil süreç aşamalarından geçmek suretiyle kıskançlıkla başa çıkmaktadır.

2.1.5.4. Sosyal Mübadele Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık

Sosyal mübadele yaklaşımı, kişisel ilişkilerde bedel ve ödül değişimlerine odaklanmaktadır. Kuramın temel varsayımı, kişilerin ilişkiden aldıkları ödül ve bedelleri tarttıklarıdır. Sosyal mübadele yaklaşımlarından biri olan Thibaut ve Kelley'in (1959) karşılıklı bağımlılık kuramına göre, kişilerin ilişkilerini "karşılaştırma düzeyi" ve "seçenekler için karşılaştırma düzeyi" şeklinde iki kritere göre değerlendirdiklerini ifade etmişlerdir. Kişiler ilişkilerinden aldıkları haz ve doyumun yüksek olmasını ve performanslarını olumsuz etkileyen etmenlerin düşük olmasını istemektedirler. Yani kişilerde yüksek ödül, düşük bedel arayışı vardır (Azizoğlu-Binici ve Hovardaoğlu, 1996).

Sosyal mübadele yaklaşımında, bireylerin davranışlarına dair çok geniş çerçeveli bir yaklaşımdan yola çıkılmakta ve yakın ilişkinin kurulması ve devam ettirilmesi aşamalarında ilişkiden sağlanan ödüllerin önemli olduğu düşünülmektedir (Buunk, 1997; Rusbult, 1983). Yaklaşıma göre ilişkiden yüksek doyum sağlamak, iki tarafın da özgürce etkinliklerini belirleyebildiği ilişkilerde yaşanmaktadır (Buunk, 1997). Fakat bu durum bir süre sonra kıskançlık meydana getirmektedir. İlişki dışı aktivitelere daha fazla ihtiyaç hisseden ve bunu karşılayan taraf daha az kıskançlık yaşarken diğer taraf kıskançlığın kölesi olabilmektedir (Buunk, 1981, 1984).

Mübadele düzeyi, ilişkinin o anda değerlendirildiği referans veya standart noktasıdır. Başka bir ifadeyle, insanlar ilişkiye, geçmiş tecrübelerinden elde ettiği bilgiler ve başka ilişkilere ilişkin gözlemlerle başlar (Curun, 2006). Buradaki bilgiler kişiler için halihazırdaki ilişkisini değerlendirme fırsatı bulabileceği bir referansı oluşturur (Sabatelli v.d., 1986). Mübadele düzeyi ise, bireyin var olan ilişkisini, olabilecek diğer ilişkileri yaşaması durumunda sağlayabileceği hazza dair öngörülerin merkezidir. Bu bağlamda, ödüllerin bedellerden ağır basması ve

muhtemel ilişki ihtimallerinin daha az ödüllendirici olarak algılanması durumunda ilişki devam etmektedir (Azizoğlu-Binici ve Hovardaoğlu, 1996).

Doyurucu bir ilişkide çiftin bir sorunla karşılaştığında işbirliğine giderek anlaşmaya ve sorunu çözmeye çalışmaları, birbirlerinin çıkarlarını gözetmeleri beklenmektedir. Fakat aldatma olduğunda veya kıskançlığı tetikleyen bir durum ortaya çıktığında, beklenenin tersine işbirliği olmaz, çift öfke ve saldırganlıkla başa çıkma yoluna gider. Karşılıklı bağımlılık yaklaşımına göre kıskançlığın düzeyi ilişkideki bağımlılık derecisine bağlıdır. İlişki biterse daha çok şey kaybedeceğini düşünen bağımlı tarafın daha fazla kıskançlık yaşayacağı beklenmektedir (Brehm, 1992; Buunk ve Bringle, 1987). Tatminkâr bir ilişkide her tarafların birbirinin çıkarları ve isteklerini gözetmeleri beklendiğinden, problemle karşılaşıldığında iş birliği yapılması, problem çözümü ve uzlaşma metotlarının seçilmesi beklenmektedir. Fakat ihanet veya kıskançlığı tetikleyen bir durum oluştuğunda, beklentinin aksine işbirliği bitmekte, öfke ortaya çıkmakta ve saldırganlık en çok görülen baş etme yolu olabilmektedir (Buunk, 1986).

Buunk (1981), kadın ve erkek için de romantik kıskançlık ve duygusal bağlılık arasında bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Bununla birlikte ilişkiye yapılan yatırımın da kıskançlığı etkilediği görülmektedir. White (1981b), ilişkisi için daha çok gayret gösteren bireyin daha kıskanç olduğunu ileri sürmüştür. Yapılan yatırımın seviyesi ve seçeneklerin istenmiyor olması, bireyin mevcut ilişkisini korumasına ve kıskançlık hissetmesine sebebiyet verebilmektedir (Lucas, 2007).

2.1.5.5. Transaksiyonel Yaklaşıma Göre Romantik Kıskançlık

Transaksiyonel yaklaşımın esas varsayımı, algılarımızın çevremizle olan etkileşimlerimiz neticesinde öğrenildiğidir. Kişi yeni durumlarla karşılaştığında, önceki yaşantılarından elde ettiği algılarının meydana getirdiği beklentilere göre davranır. Yaklaşıma göre olayları değerlendirirken referans olarak çevreyi alan bireyin algılama biçimini davranışlarının sebebini içinde bulunduğu kültür, değer sistemi ve toplum tarafından öğretilenler belirlemektedir. Kıskançlığa verilen tepkiler de bu etmenler doğrultusunda oluşmaktadır (Bringle, 1991).

Bu sebeple kıskançlık, ilişkide partnerin gerçek, düşsel ya da olabilecek davranışlarının sonuçlarına göre bireyin verdiği tepkilerdir (Bringle ve Buunk, 1985). Birey, üçüncü kişiye karşı ilişkisindeki ödülleri kaybedeceğini hissettiği an kıskançlık başlar. İlişkisine yönelik algıladığı tehditler eşin ya da ilişkinin kaybıyla beraber, zaman ve statü kaybı, yetersizlik düşüncesi, özeline müdahale, eşine olan nefret duyguları gibi birçok kayıpla ilgilidir (Bringle, 1995).

Transaksiyonel yaklaşıma göre, romantik kıskançlığı açığa çıkaran birden fazla koşul bulunmaktadır (Bringle, 1991, 1995). Romantik kıskançlık, kültürden ayrı bir şekilde değerlendirilemez. Kişiler ilişkileri hakkındaki kararlarını ve düşüncelerini sosyal çevrelerini göz önüne alarak yapılandırır. Kişinin inanç, değer, beklenti, kişilik özellikleri ve önceki yaşantıları toplumsal çevreyle ilişkileri doğrultusunda romantik kıskançlığı belirlemektedir. Olaylara yönelik anlamlandırma, kişi ile çevresi arasında olan bir etkileşimdir. Kişi ve uyaranın özellikleri de esas çıktıyı belirlemektedir (Bringle, 1991).

Transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlığı oluşturan bileşenler; *bağlanma, güvensizlik duygusu* ve *uyarılabilirlik*tir. Her bir bileşendeki artış, kıskançlık düzeyini ve sıklığını da arttırmaktadır (Demirtaş, 2004). Transaksiyonel yaklaşımda bağlanma, karşılıklı bağımlılık anlamında kullanılmaktır (Bringle ve Buunk, 1985). İlişkiye yatırımın ve beklentinin artması *bağlanmayı* arttırmaktadır. Bağlanmanın artması ise kıskançlığı tetikleyen durumlara verilecek tepkinin şiddetinin artmasına neden olmaktadır (Bringle, 1991). *Güvensizlik duygusu,* partnerin ilişkiye bağlılık algısı ile ilgilidir. Kıskançlık ilişkideki bağlılık kazandıran ilişkisel sonuçların belirsiz olduğu durumlarda yaşanmaktadır. Partnerin ilişkiye bağlanma düzeyinin düşmesi güvensizliği arttırmaktadır (Erber ve Erber, 2001; akt., Demirtaş, 2004). *Uyarılabilirlik* ise kıskançlığın tetiklendiği durumlarda duygusal tepkilerin şiddetinin artmasına neden olan yatkınlıktır. Bu yatkınlık geleceğe yönelik bilişsel değişikliklerin de sebebi olmaktadır (Bringle, 1995).

Toplumsal çevredeki olaylara ilişkin algılar, kişi ve sosyal çevresi arasında yer alan bir transaksiyondur. Bu görüşten yola çıkarak, etkileşimsel yaklaşıma göre kıskançlık, ilişki sırasında eşin gerçek, hayal veya gerçekleşme olasılığı olan

davranışlarının sonuçlarına ilişkin, kişi tarafından gösterilen tepki şeklinde tanımlanabilir (Bringle ve Buunk, 1985). Romantik kıskançlığa sebebiyet veren unsur, eş tarafından yapılan bir davranışın, ilişkiden sağlanan ödülleri azaltma veya kaybetme potansiyelinde olmasıdır. Rakibin partneri kapma kaygısı, kıskançlığa sebep olabilmektedir fakat bir ilişkinin bitmesi sadece partneri kaybetmeyi değil özel olma duygusu ve statünün yitirilmesi, beraber geçirilen zaman, olumsuz duyguların istilasına uğramak ve sosyal utanç gibi farklı kayıpları da kapsamaktadır. Başka bir ifadeyle, transaksiyonel yaklaşıma göre romantik kıskançlık, bireylerin içinde yaşamakta oldukları kültürel ortam başta olmak üzere birden fazla faktör tarafından tetiklenmektedir (Bringle, 1991). Bireyler olayları anlamlandırırken ve değerlendirirken içinde yaşadıkları çevrenin değer ve normlarını referans noktaları olarak kullanır. Romantik kıskançlıktan söz edildiğinde de kişinin değer sistemleri, beklentisi, düşüncesi, önceki deneyimleri ve kişilik özellikleri, içinde yaşadığı sosyal çevre tarafından büyük oranda biçimlenmekte ve bireyin kıskançlığa göstereceği tepkileri belirlemektedir (Güngör-Houser, 2009).

Transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlık bireyden bireye önem dereceleri farklılaşan içsel ve dışsal değişkenlerdeki etkileşimin sonucudur (Bringle, 1991). Bu sebeple *kuşkucu kıskançlık* ve *tepkisel kıskançlık* olarak iki biçimde ele alınmaktadır (Bringle, 1995; Buunk, 1997). *Kuşkucu kıskançlıkta* kişi; partnerinin yapmış olduğu veya yapacağından şüphe ettiği bir davranışla ilgili korku duyar, kaygılanır, partnerine takıntılı bir şüphecilikle yaklaşır. Kıskançlığa yol açacak önemli bir durum olmadığı halde küçük tetikleyici olaylarda yüksek duygusal tepkiler verir (Bringle, 1991). *Tepkisel kıskançlıkta* ise bireyin ilişkiden aldığı ödüllerde azalma ya da tehdit edilme durumu söz konusudur. Partnerin isteyerek yaptığı ilişkisel davranışlar (üçüncü biriyle flört etmek vb.), cinsel birliktelik yaşaması, dikkatini tek ve başka birine yöneltmesi, kalabalıkta herkesin görebileceği şekilde başkasıyla ilgilenmesi durumunda oluşan kıskançlıktır. Bireyin kontrolünü kaybetmesi ve kendini sorumlu görmesi vereceği duygusal tepkinin düzeyini etkilemektedir (Demirtaş, 2004).

2.1.5.6. Yatırım Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık

Yatırım yaklaşımı kıskançlığa ilişkin görüşleri, Evrim Kuramının "cinsel seçim" kavramı perspektifine dayanmaktadır. Cinsel seçim, erkekler ve kadınlar için ayrı süreçleri içermektedir. Kadınlar, daha çok çocuklarına bakacak güçlü bir partner arayışı, başka bir ifadeyle yatırımı içerisindedirler. Yaklaşım erkeklerin daha çok cinsel, kadınların ise daha çok duygusal kıskançlık yaşadıklarını ileri sürmektedir (Trivers, 1972).

Rusbult'un (1983) öne sürdüğü yatırım kuramı, ilişkilerde bağlanmanın, kişisel ve kişilerarası ihtiyaçların karşılanması konusunda güvenin önemine dikkat çekmektedir. Bağlanma; romantik ilişkinin işlevini, kişinin partnerinin tepkisini değerlendirme biçimini ve kıskançlık gibi problemlerin nasıl çözüleceğini anlamakta yordayıcı görevindedir (Rusbult v.d., 1991).

Sadece ilişkiye bağlılık değil, algılanan tehdit de kıskançlık yaşanmasına neden olmaktadır. Bu tehdit sadece ilişkiye yönelik değildir. İlişkiye yapılan yatırımlara karşı da birey tehdit altında hissetmektedir (Rusbult, 1987). Yapılan çalışmalara göre romantik ilişkiye bağlanmanın yüksek olması kıskançlığın daha fazla yaşanmasına neden olmaktadır (Rydell ve Bringle, 2007).

Yatırım kuramında, ilişkinin başlaması, sürdürülmesi ve sonlandırılması üzerinde durulmaktadır. Thibaut ve Kelly (1959) karşılıklı bağımlılık kuramında "karşılaştırma düzeyi" ve "seçenekler için karşılaştırma" kavramlarından söz etmektedir. Yatırım yaklaşımı da bu iki kavram üzerinde durmaktadır. Bu yaklaşıma göre karşılaştırma düzeyinde birey ödül ve kazançlarını kendi değerlerine ve standartlarına göre belirlemektedir. Birey, geçmiş ilişkilerindeki ya da şu anki ilişkisindeki kazançları etrafındaki diğer bireylerin ilişkilerini gözlemleyerek değerlendirmektedir. Kazancı yüksekse ilişkiden aldığı doyum yüksek olmaktadır. Seçenekler için karşılaştırmada birey; sahip olduğu ilişki dışındaki bir ilişkiden elde edebileceği ödüllerle kendi ilişkisinden aldığı ödülleri karşılaştırmaktadır. Alternatif ilişkiden daha fazla ödül alabileceğini düşünen birey, mevcut ilişkisini sonlandırmayı seçmektedir (Thibaut ve Kelley, 1959).

Yatırım yaklaşımına göre kişiler ilişkilerinde yaşadıkları sorunlara dört farklı tepki vermektedir. *Birinci tepki,* yıkıcı ve aktif olan çıkış tepkisidir. Bu şekilde tepki veren bireyin amacı, kendi benlik saygısını koruyup ilişkiyi sonlandırmaktır. *İkinci tepki,* yapıcı ve aktif olan konuşma tepkisidir. Bu davranışta birey, benlik saygısını ve ilişkisini korumak amacıyla partneriyle iletişim kurmaktadır. *Üçüncü tepki,* yapıcı ve pasif olan bağlılık tepkisidir. Bu tepkide birey, ilişkisini sürdürme amacıyla hiçbir eylemde bulunmadan beklemektedir. İlişkisinin düzeleceğine dair inancı bulunmaktadır. *Dördüncü ve son tepki,* yıkıcı ve pasif olan umursamama tepkisidir. Kişi, ilişkisini devam ettirme veya benlik saygısını koruma gibi bir amaç içinde değildir. Yaşadığı problemi, problem olarak görmemektedir (Eken, 2018).

2.1.5.7. Sosyal Karşılaştırma Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık

Sosyal karşılaştırma yaklaşımı, ilk kez Leon Festinger (1954) tarafından evrimsel yaklaşım çerçevesinde ele alınmıştır. Sosyal karşılaştırma, "kişinin kendisi hakkında bir fikir edinebilmek ve sahip olduğu fikri korumak amacıyla kendini diğerleri ile karşılaştırma sürecidir" (Bilgin, 2003). Birey bu karşılaştırmayı rastgele yapmamakta, karşılaştırdığı konuya en uygun kişi ile yapmaktadır (Broemer ve Diehl, 2004). Yaklaşımda, bireylerin kendileri hakkında bilgi edinebilmek için kendilerini başkalarıyla karşılaştırma ihtiyacı hissettikleri görüşü savunulmaktadır. Ancak *sosyal karşılaştırma yönelimi yani* karşılaştırma yapma sıklığı ve miktarı, bireyler arasında farklılıklar gösterebilmektedir (Gibbons ve Buunk, 1999).

Sosyal karşılaştırmanın duygusal sonuçlarından biri de kıskançlıktır (Salovey, 1991). Kişilerdeki sosyal karşılaştırma yönelimi, romantik ilişkilerdeki aynı cinsten rakip olan birey ile rekabette önemli bir yer tutmaktadır. Kişilerin şu anda var olan ilişkilerinde tehdit oluşturabilecek bir rakiple kendisini karşılaştırması sonucunda oluşacak olumsuz dönütler, kıskançlığın yaşanmasına neden olabilmektedir (Dijkstra ve Buunk, 2002). Romantik ilişkilerde aynı cinsle yapılan sosyal karşılaştırma, rekabet için oldukça önemlidir. Karşılaştırma alanı ve bireyin benliği ile ne kadar ilişkili olduğu, kıskançlık durumunda verilen tepkiyi farklılaştırabilmektedir (Salovey, 1991).

Rakipleri aşırı derecede çekici olduğunda fiziksel çekiciliğe önem veren kişilerde kıskançlık tepkisi daha çok görülmektedir (Rodin ve Salovey, 1989). Kıskançlıkta, rakip bireyin başarılarının önemi, sadece kişinin kendisi olma arzusuyla ilgili değil aynı zamanda partnerinin de bunu arzulanabilir bulduğuna inanmasına dayanır. Eğer kişi partnerin zeki bireylerden hoşlandığını biliyorsa ve rakip de zeki bir kişiyse, kişinin yaşayacağı kıskançlık daha yoğun olacaktır. İlişkiye yönelik tehdit; rakip görülen birey, kişinin partnerinin arzuladığı şeylerle uyumlu olduğunda artacaktır (DeSteno ve Salovey, 1996).

Destone ve Salovey'in (1996) yaptıkları araştırmalara göre; ilk romantik ilişkinin, çevresel durumun ve özellikle rakibin özelliklerinin değişimi, kıskançlık düzeyini değiştirmektedir. Yapılan çalışmalar, sosyal karşılaştırma yönelimi yüksek bireylerin partner seçiminde arzulanan rakibin özelliklerine yönelik kıskançlık tepkilerinin daha fazla olduğunu göstermektedir (Dijkstra ve Buunk, 2002).

2.1.6.Romantik Kıskançlık ile İlgili Araştırmalar

2.1.6.1. Romantik Kıskançlık İle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Romantik kıskançlığa dair alanyazın incelendiğinde; çalışmaların genellikle cinsiyetler arası farklara odaklandığı gözlenmiştir. Erkeklerin, eşlerini cinsel sadakatsizlik sonucu kaybetme olasılıkları karşısında; kadınların da duygusal sadakatsizlik olduğunda kıskançlık yaşadığı bulunmuştur (Symons, 1979; akt., Güngör- Houser, 2009).

Alanyazın gözden geçirildiğinde, cinsiyet değişkeninin kıskançlık kavramı üzerinde anlamlı bir fark oluşturduğunu ileri süren araştırmacıların olmasının yanında, bu görüşün aksini ortaya koyanlar da vardır (Pines ve Aronson, 1983; White, 1981; White ve Mullen, 1989). White (1981) kıskançlığı, cinsiyetten ziyade güç açısından açıklamayı tercih etmiş, zayıf olan kişinin kuvvetli olan bireyi kıskandığına ilişkin bir sonuca ulaşmıştır. Kıskançlık ve cinsiyetler arasındaki farklılar üzerine yapılan bir diğer araştırmada, kıskançlıkla en çok ilintili değişkenin cinsiyet kalıpları olduğu ve en yüksek kıskançlığın geleneksel cinsiyet rollerine sahip kişilerde olduğu bulunmuştur. Bunun yanında, daha çok geleneksel toplulukta

yetişmiş ve o kültür doğrultusunda karakterini oluşturmuş bireylerin kıskançlık seviyesinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Hansen ,1982).

Lester ve diğerleri (1985) tarafından romantik kıskançlık ve irrasyonel düşünceler üzerine yapılan bir araştırmada, aşka yönelik daha romantik tutumu olan bireylerin daha kıskanç olarak tanımlandıkları, yüksek kıskançlık düzeyine sahip bireylerin daha yüksek rasyonel olmayan inançları olduğu, benlik saygısı ile aşka yönelik tutumlar arasında ilişki olmadığı bulunmuştur.

Kıskançlık hisseden kadınların, aynı durumu paylaşan erkeklere nazaran daha fazla kendilerini cazibeli kılmaya çalıştıkları görülmüştür. Kıskançlık kavramının tanımında da bulunan üçüncü bir bireyin varlığı veya var olma şüphesine karşın kadınların cazibelerine arttırmak suretiyle erkekleri elde tutabilmeye veya kendilerine dönmelerini sağlamaya çalıştıkları bulgusuna ulaşılırken; erkeklerin ise aynı durum karşısında böyle bir girişim içine girmedikleri sonucuna varılmıştır (Buss, 1989).

Melamed (1991), romantik kıskançlıktaki bireysel farklılıkları araştırdığı araştırmasında yaşları 19 ile 61 arasında değişen, evli, birlikte yaşayan ya da flört ilişkisinde olan 41 erkek ve 59 kadın ile çalışmıştır. Kıskançlığı önceki "ilişkilerindeki kıskançlık, benlik saygısı, nevrotiklik, ilişkinin uzunluğu ve katılımcıların yaşı" ile ilişkili bulurken "yakınlık" değişkeni ile ilişkili olmadığını ortaya koymuştur. Bunun yanında kıskançlık ve kişilik arasındaki ilişkinin flört durumundaki çiftlerde daha belirgin olduğu da araştırmaya ait diğer sonuçlardır. Buss ve diğerlerine (1992) göre; sadakatsizlik durumlarında, kadınların çoğunlukla duygusal sadakatsizlik sebebiyle kıskançlık sergiledikleri; erkeklerin ise daha çok cinsel sadakatsizlik durumlarında kıskançlık sergiledikleri gözlenmiştir.

Dobrenski (2001) romantik kıskançlık ve erken dönem uyum bozucu şemalar üzerine yaptığı çalışmasında kendini ifade etme, yüksek standartlar ve duygusal yoksunluk şemaları dışındaki bütün şemalar ile romantik kıskançlık arasında pozitif anlamlı bir ilişki saptamıştır.

İrrasyonel inançlar ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, romantik kıskançlığın irrasyonel inançlarla yüksek ilişkisi olduğu; romantik kıskançlığın eş değeri ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı; irrasyonel inançların da eş değeri ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olmadığı bulunmuştur (Deutsch, 2006).

Murphy ve diğerleri (2006) araştırmasında üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde duygusal ve cinsel aldatmaya karşı oluşan romantik kıskançlıktaki cinsiyet farklılarını incelemiştir. Araştırmaya göre kadınların daha çok duygusal, erkeklerin ise cinsel aldatılmaya karşı kaygı duydukları bulunmuştur.

Warber (2007), yetişkin romantik ilişkilerinde bağlanma, romantik kıskançlık ve saldırganlığın farklı biçimlerinde, cinsiyetin ve toplumsal cinsiyet rollerinin etkisini araştırdığı çalışmada, romantik ilişkilerde bağlanma, saldırganlık ve romantik kıskançlık arasındaki ilişkilerin cinsiyet ve cinsiyete özgü farklı etkileri olduğunu bulmuştur. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rolünün etkisi her zaman çok güçlü olmasa da bu çalışmada biyoloji, evrim ve sosyalleşme etkileşim halinden olup bağlanma, saldırganlık ve romantik kıskançlık değişkenlerini etkilediği görülmüştür.

Gehl (2010), araştırmasında üniversite öğrencilerinde romantik kıskançlığın yaşanması ve ifadesinde öncül bir etmen olan kişiliği incelemiştir. Araştırma sonucunda yetişkin bağlanma boyutlarının, romantik kıskançlığı yaşama ve ifade etmede güçlü bir belirleyici olduğu bulunmuştur.

Mroz (2010), romantik kıskançlık ile sosyal karşılaştırma süreci arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında; romantik kıskançlığın tetiklendiği durumlarda, kendilerine dair pozitif öz değerlendirmelerini korumak amacıyla kişilerin sosyal karşılaştırmayı kullandıkları sonucuna ulaşmıştır.

German'ın (2012), romantik kıskançlıkta depresyonun etkisini araştırdığı çalışmasında, kıskançlığı tetikleyen durumlar ile depresyon, stres algısı, öz eleştiri ve duygusal kıskançlık durumları arasında ilişki bulunmuştur.

Fussell ve Stollery (2012) romantik kıskançlığı evrimsel bakış açısı ile değerlendirmişler ve on altı kadın ve erkekle görüşmelerini yorumlayıcı fenemolojik analiz ile analiz etmişlerdir. Araştırmalarında romantik kıskançlıkta "tehdit değerlendirmesi", "duygusal bölümler", "cinsiyete özgü tehdit"ve "affet ve unut" şeklinde dört temel tema belirlemişlerdir. Araştıma sonucunda hem kadın hem de erkeklerderomantik kıskançlık yaşadıklarında ifade ettikleri duygu ve düşüncelerin benzer olduğu görülmüştür. Cinsel sadakatsizlik her iki cinsiyet içinde önemli bir yıkıcı etmen olarak görülürken, erkeklerde daha yoğun olarak yaşandığı anlaşılmıştır. Araştırmada ayrıca evrimsel olarak cinsiyetler arasında kıskançlığın yaşanması ve ifade edilmesi açısından farklılıklar olsa da, bunun neden kaynaklandığının sadece nörobiyolojik faktörler ile açıklanabileceğini değerlendirmişlerdir.

Attridge (2013), üniversite öğrencilerinde evlilik öncesi ilişkilerde kıskançlığın olumlu ve olumsuz taraflarını araştırmıştır. Araştırma sonucunda duygusal/tepkisel kıskançlık genel olarak olumlu, bilişsel/şüpheci kıskançlık olumsuz olarak nitelendirilmiş, davranışsal kıskançlık ile aşk stillerinden oyun ve tutkulu davranışlarla ilişki bulunmuştur.

Romantik kıskançlık ve ilişki memnuniyetinin ilişkisinin araştırıldığı çalışma sonucunda; ilişki memnuniyetsizliğinin bilişsel kıskançlık ile izleme davranışlarıyla ilişkili olduğu ve ruminasyonların ilişki memnuniyetsizliği ve romantik kıskançlığı açıklayan bir etmen olduğu görülmüştür (Elphinston v.d., 2013).

Nelson (2014), üniversite öğrencileri üzerinde özdenetimin romantik kıskançlığa etkisini araştırdığı iki ayrı çalışma yapmıştır. Araştırma sonucunda, özdenetimin duruma bağlı olarak değişiklik göstermediği ve kadınlar ve erkekler arasında aldatma türlerinde farklılık olmadığı, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek öz denetim gösterdiği, kronik kıskançlık ve sürekli özdenetimin ilişkili olduğu, kıskançlık yaşantılarının özdenetim üzerinde etkisi olmadığı bulunmuştur.

Blomquist (2014), genç yetişkinlerde yakın ilişkilerde kıskançlıkla ilgili yapmış olduğu çalışmasında, kız ve erkeklerde kıskançlığın aynı şekilde

deneyimlendiğini fakat dostluklardaki kıskançlıkla romantik ilişkilerdeki kıskançlığın belirgin farklı niteliklere sahip olduğunu bulmuştur.

Martinez Leon ve arkadaşları (2017) yaptıkları çalışmada; romantik kıskançlığı, ilişkiye yönelik gerçek veya algılanan bir tehdidin tetiklediği karmaşık bir duygu olarak tanımlamışlardır. Ayrıca romantik kıskançlığı eşler arasındaki sonuçları itibariyle bir halk sağlığı problemi olarak değerlendirmişlerdir. Aralık 2016'dan itibaren, uluslararası veri tabanları ve platformlarında romantik kıskançlık ile ilgili yayınlanan araştırmaları incelediklerinde ise romantik kıskançlığı kişisel (cinsiyetteki farklılıklar, cinsel yönelim, hormonlar, özgüven, bağlanma stili ve alkol kullanımı), kişiler arası (romantik aşk, memnuniyet ve şiddet) ve sosyokültürel (kültürlerarası karşılaştırmalar, rakip ve sosyal ağların özellikleri) değişkenler olarak üç farklı nedenlerle gerçekleşebileceğini belirtmişlerdir.

2.1.6.2. Romantik Kıskançlık ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Karakurt (2001), romantik kıskançlıktaki temel süreçler ile temel bağlanma boyutları arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Çalışma sonuçları, bağlanma tarzlarının davranışsal kıskançlık üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu, duygusal ve bilişsel kıskançlığın ise bağlanma tarzlarını etkilemediğini göstermiştir. Korkulu bağlanma tarzına sahip olan kişilerin, güvenli bağlanma tarzına sahip olan bireylerden daha fazla davranışsal kıskançlık gösterdikleri bulunmuştur. Kıskançlığa yönelik tepkilerin incelenmesi, bağlanma stillerinin yetersizlik, kendinden şüphe etme, korku ve endişe duygulan üzerinde anlamlı etkileri olduğunu göstermiştir. Saplantılı bağlanan bireylerde güvenli bağlanan bireylerden anlamlı olarak daha fazla olumsuz duygu ve yetersizlik duygusu gösterdikleri görülmüştür. Kıskançlıkla baş etmeye ilişkin olarak, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin ilişkiyi korumaya daha çok; içselleştirme ve dışsallaştırma metotlarına başvurmaya ise daha az yatkın oldukları ve kayıtsız bağlanma stiline sahip olanların en düşük düzeyde ilişkiyi koruma eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Bu çalışma, bağlanma temel boyutlarının kıskançlığın yaşanması, gösterilmesi ve kıskançlıkla başa çıkılmasında önemli bir rol oynadığını ve yetersizlik duygusunun bağlanma ile kıskançlık arasında aracı bir değişken rolü oynadığını göstermiştir.

Bir başka çalışmada ise, yakın ilişkilerde kıskançlık ile cinsiyet, yaş, cinsiyet rolü yönelimi, ilişkinin türü, benlik saygısı, eşi fiziksel olarak çekici bulma gibi çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bulgulara göre, evli olan kadınlarla evli olmayan kadınların kıskançlık puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bunun yanında, evli kadınların kendilerini evli olan erkeklerden daha kıskanç buldukları görülmüştür. Kıskançlık durumunda gösterilen fiziksel tepkileri en iyi yordayan değişkenlerin benlik saygısı, ilişkinin süresi, alternatifleri çekici bulma ve ilişkiden alınan doyum düzeyi olduğu saptanmıştır. Yaş ile kıskançlık düzeyi arasında negatif bir korelasyon bulunmuştur. Kıskançlık anında, kadınların erkeklerden daha yüksek bilişsel, duygusal ve fiziksel tepki verdiklerini ifade ettikleri gözlenmiştir. Kıskançlık anında benlik saygısındaki düşüşle beraber kıskançlığa gösterilen tepkinin arttığı görülmüştür. İlişkinin süresi çoğaldıkça, kıskançlık anında verilen tepkilerin şiddetinin azaldığı saptanmıştır. Kıskançlıkla başa çıkmada kadınların erkeklere göre daha sık yapıcı tekniklere, erkeklerin ise kadınlara kıyasla daha sık yıkıcı metotlara başvurdukları ortaya konmuştur (Demirtaş, 2004).

Görücü usulü ve anlaşarak evlenen kişilerin, bağlanım düzeyleri; kıskançlık, kıskançlıkla ilgili birtakım tepki ve görüşler ile benlik saygı açısından karşılaştırılmıştır. İlişkiye bağlanma seviyesinin benlik saygısı ve kıskançlık üzerinde ne tür etkileri olduğu da araştırılmıştır. Sonuç olarak; ilişki doyumunun yordayıcılarının, ilişki yatırımı, 2. tür tetikleyiciler (partnerin başka biri ile cinsel ilişkisi), kıskançlık düzeyi, kıskançlık anında gösterilen bilişsel tepkiler, kıskançlıkla başa çıkmada umursamaz davranma ve konuşma metotlarına başvurmanın olduğu saptanmıştır (Çimen, 2007).

Alpay'ın (2009) çalışmasında, bağışlama ile benlik saygısı, bağlanma, empati, romantik kıskançlık ile evli çiftlerin partnerlerine incinme dereceleri arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Araştırmada evli kişilerde, evlilik doyumları, benlik saygısıları, romantik kıskançlık, bağlanma, empatik eğilimleri ve incinme düzeyleri bakımından cinsiyet açısından fark olup olmadığı incelenmiştir. Çalışma sonucunda; evlilik doyumları, incinme derecesi ve empati düzeyi açısından evli kişilerde cinsiyet

açısından fark olduğu görülmüştür. Bağışlamanın yordayıcılarının 2. tür kıskançlık tetikleyicileri, incinme derecesi, empati ve benlik saygısının olduğu bulunmuştur.

Güngör-Houser (2009), evli bireylerde evlilik doyumu, iletişim çatışmaları eğilimi, duygusal zeka ile romantik kıskançlık düzeyinin cinsiyet ve evlenme biçimine etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda; evlilik biçimi flört olan kadınların, evlilik biçimi görücü usulü olanlara; evlilik biçimi görücü usulü olan erkeklerin, evlilik biçimi flört olanlara göre daha kıskanç olduğu saptanmıştır. Ayrıca evlilik biçimi flört olan erkek bireylerde kıskançlığın evlilik doyumunu azalttığı, görücü usulü olan erkeklerde ise kıskançlığın evlilik doyumunu arttırdığı görülmüştür.

Başka bir çalışmada, evli bireylerin kıskançlık düzeyleri ile benlik saygısı, kişilik özellikleri, bağlanma tarzları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiler incelemiştir. Sonuç olarak, bağlanma tarzlarında kaygı alt boyutu ile kıskançlık bilişsel alt boyutu arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler görülürken, diğer değişkenler arasında ilişki saptanmamıştır. Kişilik özelliklerinden deneyime açıklık alt boyutu ile kıskançlık duygusal alt boyutu arasında pozitif bir korelasyon görülmüştür. Erkeklerin kıskançlığın bilişsel boyutu ile bağlanmanın kaygı boyutu ve kişilik özelliklerinden sorumluluk arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Kadın katılımcılarda ise, kişilik özelliklerinden dışadönüklük alt boyutunun bilişsel kıskançlığı yordadığı görülmüştür. Kadın katılımcıların duygusal kıskançlık düzeyi ile kişilik özelliklerinden deneyime açıklık ve dışadönüklük alt boyutları ile anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Çapkın, 2012).

Zeytinoğlu'nun (2013) yaptığı çalışmada, evli kişilerin benlik saygıları, kıskançlık düzeyleri, evlilik doyumları ve evlilikte yaşadıkları çatışmalar arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu değişkenlerin yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, evlenme biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı bakımından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda, evlilik doyumuyla en çok ilişkili olan değişkenin evlilik çatışması olduğu; benlik saygısı ve evlilik doyumu arasında düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Kıskançlık düzeyi ile diğer değişkenler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Evlenme biçiminin evlilik doyumu ile, yaşın benlik saygısı

ve kıskançlık düzeyi ile, eğitim düzeyinin kıskançlık düzeyi ile, cinsiyetin evlilik çatışması ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Akça (2014) araştırmasında, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ayrıca öğrencilerin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları ile romantik kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik nedeni ve yıkıcı baş etme alt boyutları puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, tetikleyiciler, olumsuz etkiler, kaybetme korkusu ve yapıcı baş etme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre Romantik Kıskançlık Ölçeğinin sadece Yapıcı Baş Etme alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre Romantik Kıskançlık Ölçeğinin Tetikleyiciler, Olumlu Etkiler, Olumsuz Etkiler, Yıkıcı Baş Etme ve Yapıcı Baş Etme alt boyutu puanları arasında anlamlı farklılık bulunurken, diğer alt boyut puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık gösterdiği, kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkeni açısından ise anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Tortamış (2014) yaptığı çalışmada, evli kişilerde erken dönem uyumsuz şema alanlarının ve işlevsel olmayan anne-baba tutumlarının romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğilimini ne ölçüde yordadığını incelemeyi; bunun yanı sıra işlevsel olmayan anne-baba tutumları ile romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünü değerlendirmeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucunda, kadınlarda romantik kıskançlık düzeyini yordayan değişkenler; zedelenmiş özerklik şema alanı, anneye dair algılanan koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ve babaya ilişkin algılanan koşullu başarı odaklı ebeveynlik biçimi olduğu görülmüştür. Erkeklerde ise romantik kıskançlık

düzeyi ile sadece anneye ilişkin algılanan koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçiminin ilişkili olduğu bulunmuştur. Kadınlarda kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik, aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik, cezalandırıcı ebeveynlik ile romantik kıskançlık düzeyi arasındaki ilişkide zedelenmiş özerklik şema alanının aracı bir rolü olduğu saptanmıştır. Son olarak kadınlarda aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik ile romantik kıskançlık düzeyi arasındaki ilişkide zedelenmiş sınırlar şema alanının aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Arslan (2015) yaptığı çalışmada, çeşitli bireysel ve ilişkisel farklılıkların kıskançlık üzerindeki rolünü; romantik ilişkilerdeki kıskançlık ve yetişkin bağlanma şekilleri arasındaki ilişkinde tehdit evresine göre farklılaşmaları; romantik kıskançlık ve psikopatolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, kıskançlığın hem duygusal hem de iletişimsel ifadelerinin saplantılı ve korkulu bağlanma gösteren kişilerde güvenli ve kayıtsız bağlananlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Kıskançlık uyandıran durumlardaki duygusal yoğunluk hissedilen duyguya göre değişiklik göstermiş ve bu ilişki ayrı ayrı yetişkin bağlanma şekilleri ve tehdit evresine göre farklılaştığı saptanmıştır. Kişisel özellikler, ilişkisel faktörler, yetişkin bağlanma şekilleri ve kişilik özellikleri kontrol edildikten sonra, kıskançlık uyandıran durumlarda rakiple temasa geçme ve inkar/kaçınmanın daha sık kullanılması ve doğrudan iletişimin daha az kullanılması, ayrıca üzüntünün bu durumlarda daha yoğun yaşanmasının psikopatolojik semptomları yordadığı görülmüştür.

Tunç'un (2015) araştırması üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, ilişki doyumu ve affetmenin alt boyutlarından durumu affetme ile istismar arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Bir diğer araştırmada, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik inançları arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmıştır. Bu ana amacın yanında üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık düzeyleri ile romantik ilişkilere yönelik işlevsel olmayan inançlarının, cinsiyet, kendini kıskanç

olarak algılayıp algılamama, geçmiş ilişki deneyimi ve şu anki ilişki durumu gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi de amaçlanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin tüm kıskançlık tetikleyicilerine karşı gösterebileceği toplam kıskançlık düzeyleri ile işlevsel olmayan toplam ilişki inançları ve İlişki İnançları Ölçeği'nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bunun yanında, üniversite öğrencilerinin işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanı ile Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık durumunda verilen bilişsel, fiziksel ve duygusal tepkiler, yapıcı baş etme, kıskançlığın olumlu ve olumsuz etkileri ve kaybetme korkusu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, yıkıcı baş etme ve yetersizlik duygusu puanları ile işlevsel olmayan ilişki inançları toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Üniversite öğrencilerinin puanlarına, kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamama değişkeni açısından bakıldığında ise, Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin kıskançlık tetikleyicileri, fiziksel, bilişsel ve duygusal tepkiler, yapıcı baş etme, kıskançlığın olumlu etkileri ve işlevsel olamayan toplam ilişki inançları arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır (Utkan, 2016).

Yeter (2016) yaptığı araştırmada; yakın ilişki içindeki kişilerin bağlanma yaklaşımı çerçevesinde ele alınan bağlanma stilleri, temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyleri ile partnerlerin incitici davranışına yönelik gösterdikleri kıskançlık değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, özerklik, yeterlilik, ilişkili olma, psikolojik ihtiyaçlar doyumu ile kıskançlık arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Kıskançlık düzeyinin belirleyicisi olarak güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, özerklik, yeterlilik, ilişkili olma, psikolojik ihtiyaçlar doyumu değişkenleri ile ilişkisi düşük bulunmuştur. Öğrencilerin güvenli bağlanma düzeyinin kıskançlık düzeyini düşürdüğü; öğrencilerin saplantılı bağlanma düzeyinin ise kıskançlık düzeyini arttırdığı bulunmuştur.

Başka bir çalışmada, romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkini araştırılmıştır. Araştırma sonuçları, bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyinin önemli bir yordayıcısı olduğunu, kaygılı bağlanma arttıkça kıskançlığın arttığını, kaçınmacı bağlanma arttıkça kıskançlığın azaldığını göstermiştir. Ayrıca kaçınmacı bağlanma ile ilişki doyumu, her üç tür kıskançlık tetikleyicisi, duygusal tepki, konuşma yöntemi, kıskançlığın olumlu etkilerine ilişkin görüşlere katılma düzeyi arasında negatif; umursamama yöntemi arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. İlişki süresi ile kıskançlık, duygusal tepki, kaybetme korkusu, yapıcı baş etme yöntemi arasında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür (Sümer, 2017).

Girgin'in (2018) araştırmasında, evli kişilerin bağlanma biçimleri, kıskançlık düzeyleri, evlilik doyumları arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, evlenme biçimi ve çocuk sayısı açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, bağlanma stiline göre evlilik doyumu ve kıskançlık düzeyinin değiştiği gözlenmiştir. Evlilikten alınan doyumun yordayıcılarının kaçıngan bağlanma ve maddi durum olduğu bulunurken; kıskançlık tetikleyicilerinin yordayıcıları ise kaçıngan bağlanma ve evlilik doyumu olduğu görülmüştür.

Romantik kıskançlık ile ilgili yapılan başka bir çalışmada, romantik kıskançlığın, erken dönem uyum bozucu şemalar ve çocukluk travmaları ile arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı; romantik kıskançlığın, uyum bozucu şemaların ve çocukluk çağı travmalarının bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda; erken dönem uyum bozucu şemaların ve çocukluk çağı travmalarının romantik kıskançlık ölçeği alt ölçekleriyle bazı boyutlarda ilişkili olduğu ancak bu ilişkinin açıklayıcılık gücünün düşük olduğu bulunmuştur. Romantik kıskançlık ölçeğinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında sadece kıskançlığın nedenleri ölçeğinde yetersizlik duygusu ve kaybetme korkusu puanlarında farklılaşma bulunmuştur. Evli olmayıp romantik ilişkisi bulunan kişilerin kıskançlık tetikleyicilerinden birinci tür ve ikinci

tür kıskançlık tetikleyicilerine verdikleri tepkiler, ilişkisi olamayanların puanlarından yüksek olduğu saptanmıştır (Eken, 2018).

Sümer ve Arıcak (2018), romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, romantik kıskançlık ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bunun yanı sıra söz konusu değişkenlerin cinsiyet ve ilişki türü bakımından nasıl bir farklılık gösterdiği ele alınmıştır. Araştırma sonuçları, ilişki doyumu ile romantik kıskançlık arasında pozitif, kaçınmacı bağlanma arasında ise negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Sonuçlar, bağlanma stillerinin romantik kıskançlık düzeyinin önemli bir yordayıcısı olduğunu, kaygılı bağlanma arttıkça kıskançlığın arttığını, kaçınmacı bağlanma arttıkça kıskançlığın azaldığını; bağlanma ile kaçınma ve kaygı boyutları arasında da düşük düzeyde pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, cinsiyetin ve ilişki türünün kıskançlık yaşanmasında belirleyici bir rolü olduğunu; kadınların erkeklere, flört ilişkisi olanların evlilere göre daha kıskanç olduklarını göstermiştir.

BÖLÜM III: YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın temel amaçlarını gerçekleştirmek için nitel araştırma geleneği içerisinde yer alan fenomenolojik yöntem kullanılmıştır.

3.1.1. Nitel Araştırma

Tüm araştırmaların temelinde bilgiyi üretmek vardır. İster nicel yöntemle olsun isterse de nitel yöntemle olsun araştırmalarda bilgiye ulaşma, bilgiyi üretme veya var olan bilgiyi geliştirme söz konusudur. Bunun oluşması içinde geçerli ve güvenilir yöntemler ile bunun gerçekleştirilmesi gerekir. Bu anlamda niçin ve nasıl soruları ile anlık görüntüler merak ediliyorsa nitel çalışma tercih edilmektedir (Neuman, 2009).

Nitel çalışmaların felsefesinde temel bir gerçeklik yer almamaktadır ve bunun yerine gerçeklik bağlamı bulunmaktadır. Bu gerçeklik bağlamı ise tarihsel ve kültürel anlamda değişebilen olayları genelleme yapmadan açıklamaya çalışır. Yöntemsel kökenleri antropolojiye dayanan nitel araştırma geleneğinin en temel özelliklerinden biri, sosyal fenomenleri kültürel bağlamlarda açıklama çabasıdır. Özellikle belirli bir durumda kültürün nasıl işlev gördüğünü araştırırken sıklıkla başvurulan bir yöntemdir (D'Andrade, 1984).

Nitel araştırma, gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algılandığı ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik bir sürecin izlendiği araştırma türüdür (Neuman, 2009)

Nitel araştırmalarda dar anlamda belirli bir soru üzerine yoğunlaşılmadan bir kuramsal ve felsefi bakış açısı ile birlikte açık uçlu sorularla konu enine ve boyuna değerlendirilir. Neuman (2009) nitel araştırma sürecinin yedi adımda gerçekleştiğini belirtmektedir. İlk olarak toplumsal benliğin kabul edilmesi daha sonra bir bakış açısı

belirleme ve çalışmanın tasarlanmasıdır. Verilerin toplanması ve analizinden sonra ise veriler yorumlanır. En son olarak da başkalarını bilgilendirmek için raporlaştırılır.

3.1.2. Fenomenolojik Yöntem

Fenomoloji Alman filozof Edmund Husserl tarafından geliştirilen bir felsefi teoridir. Fenomen sözcüğünün iki temel anlamı bulanmaktadır. İlk olarak bir nesneyi gördüğümüz, duyularımızla hissettiğimiz ve algıladığımız bir şey olarak dış dünyanın gerçekte varolduğu ve bu dünyanın duyularımızla, özellikle gözlerimizle algılanabilen kendine ait bir gerçekliği sahip olduğu varsayımıdır. İkinci olarak fenomen sıra dışı henüz açıklanamayan veya algılayamadığımız normal bir şey olarak kendine has bir gerçekliğe sahip olmayan fiziki dünyanın duyularımız ile yorumlanmasıdır. Bu anlamda fenomenolojinin ilgi odağı gündelik hayattır ve fenomoloji, insanların içinde yaşadıkları dünyayı yorumlama biçimlerinin araştırılmasıdır (Slattery, 2008).

Fenomenolojik yaklaşımda olaylar ve anlamlar üzerine yoğunlaşılır ve bu olaylar ile anlamların farklı yönlerini veya tek bir yönü araştırılabilir. Daha çok küçük gruplar üzerinde yapılan çalışmalarda tercih edilen bir yöntem olan fenomenolojik yaklaşım, felsefe içerisinde bir akım olmakla birlikte bir nitel çalışma yöntemidir. Fenomenoloji "Gerçek nedir?" sorusuna cevap arayan bir yöntemdir. Fenomenolojik yaklaşımının temelini bireysel tecrübeler oluşturmaktadır. Bireyin içselleştirmeleri ile ilgilenir ve birinci kişiden elde edilen bilgileri kapsamaktadır. Her birey dış dünyayı kendine özgü bir biçimde algılar ve herkesin içselleştirmesi farklıdır. Bu anlamada Fenomolojik yaklaşımda araştırmacı katılımcının öznel deneyimleri ile ilgilenmekte, bireylerin deneyimlerini, tepkilerini ve farklılaşan bakış açılarını anlamak için; nitel, bağlamsal, tarihsel ve öznelerarası bakış açısını kullanmaktadır (Wilson ve Hutchinson, 1991).

Fenemolojik araştırmanın amacı, dünyayı dünya olarak betimleme, yorumlama ve eleştirel özyansıtmadır (Van Manen, 1990).

3.2. Araştırmanın Deseni

Kıskançlık ile ilgili ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde genellikle nicel çalışmalara yer verildiği ve Romantik Kıskançlık Ölçeği gibi Türk kültürü için yansıtıcı veriler noktasında eksiklikler bulunduran ölçeklerin kullanıldığı görülmektedir. Kıskançlık gibi kapsamlı bir konunun nicelden çok nitel yöntemlerle ele alınmasının daha uygun olacağı değerlendirilirmiştir. Nitekim Patton (2002), araştırma sorusunun ilgili alanyazında kapsamlı bir biçimde yer bulmadığı durumlarda, konuya dair kapsamlı bilginin nicelden çok nitel yöntemlerle elde edilmesi daha uygun olacağını belirtmiştir. Bu yolla daha derinlemesine ve çok boyutlu veriye ulaşılması olanaklı olmaktadır.

Araştırmanın temel amaçlarını gerçekleştirmek için nitel araştırma geleneği içerisinde yer alan fenomonolojik yöntem kullanılmıştır. Fenomenoloji, çalışılan konuyu soyut olmaktan çıkararak, yaşamın bir parçası olarak değerlendirmekte ve bağlam aracılığıyla açıklamaya çalışmaktadır. Yani belirli bir durumu çalışmak için, bireylerin bu durumla ilgili deneyimlerinden, yaşantılarından ve bakış açılarından yola çıkılmaktadır Gerçeği farklı bireylerin nasıl değerlendirdiklerine odaklanarak aynı zamanda, bireylerin gerçeğe nasıl katkılarda bulunduklarını ortaya koymak bu yöntemin temel hedeflerindendir (Cohen ve Omery, 1994; Giorgi, 1999; Giorgi ve Giorgi, 2003; Gubrium ve Holstein, 2000; Moran, 2000).

Bu araştırmada da bireylerin kıskançlık yaşantılarının; kıskançlık nedenleri, kıskançlık durumunda verilen tepkiler ve başa çıkma stilleri açısından incelendiğinden yöntemsel olarak fenomenolojik bir bakış açısı tercih edilmiştir.

3.3. Çalışma Grubu

Yorumlayıcı fenomenolojide örneklemin araştırma sorusuna bağlı olarak mümkün olduğunca homojen bir grup oluşturması tercih edilir bu nedenle amaçlı örnekleme kullanılmaktadır. Bazen araştırma sorusunun kendisi oldukça dar bir grubu işaret eder, ancak bu çalışmadaki gibi geniş bir grubu hedefleyen çalışma sorusu söz konusu olduğunda, katılımcıların homojenliğini sağlamak amacıyla

ekonomik durum, eğitim durumu gibi demografik değişkenler kullanılması önerilmektedir (Smith ve Osborn, 2015).

Evli kadın ve erkeklerin romantik kıskançlık deneyimlerini derinlemesine anlamak için amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu çalışmada katılımcıların homojenliği açısından araştırma amacını etkileyebilecek diğer değişkenleri benzer kılabilmek adına eğitim seviyeleri, gelir düzeyi, evlilik şekli, evlilik süresi, kadınların çalışma durumu gibi demografik değişkenler kullanılmıştır. Çalışmanın homojenliği açısından değişkenlerin benzer olması için katılımcıların; üniversite mezunu, orta gelir düzeyi, tanışıp anlaşarak evlenme, kadınların çalışma geçmişinin olması ya da çalışıyor olması, kendini kıskanç olarak tanımlaması, kıskançlığı normalleştirmesi, aldatma ve aldatılma geçmişi olmaması ve eşinin tüm şifrelerini bilmesi gibi kriterler aranmıştır. Araştırmada belirlenen kriterlere uygun 3 evli erkek ve 4 evli kadın katılımcıya kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Araştırma süreci ilerledikçe, ulaşılan kişilerin yardımıyla daha fazla kişi listeye dahil edilmiş ve liste kartopu şeklinde büyümüştür. Kartopu örnekleme yöntemi de bu anlamda temas kurulan birinin yardımıyla ikinci birine, ikinci birinin yardımıyla üçüncü birine ulaşılmasıdır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Bu şekilde, sanki bir kartopunun büyümesi gibi örneklemde genişlemiştir.

Araştırmaya katılan 3 evli erkek ve 4 evli kadın katılımcının demografik bilgileri aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo-1: Araştırmaya Katılan Katılımcıların Demografik Bilgileri[1]

	İsim	Yaş	Evlilik Süresi	Eğitim	Sosyo-Ekonomik Düzey	Evlenme Şekli	Çalışma Durumu
1	Ahmet	31	6 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
2	Ece	32	1 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
3	Esma	31	5 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
4	Gizem	27	6 ay	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
5	Onur	30	5 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
6	Esra	32	7 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor
7	Yusuf	32	3 yıl	Lisans	Orta	Tanışma	Çalışıyor

Bu araştırmada toplamda 7 katılımcıya ulaşılmıştır. Tabloya bakıldığında araştırmaya katılan evli 4 kadın ve 3 erkek katılımcının yaşlarının 27 ile 32 arasında değiştiği görülmektedir. Katılımcıların tamamı üniversite mezunudur ve hepsi çalışmaktadır. Ayrıca hem erkek hem de kadın katılımcıların tamamının eşleri ile tanışarak evlendikleri görülmektedir. Katılımcılar orta sosyoekonomik düzeye sahip bireylerden oluşmaktadır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında bireysel derinlemesine görüşme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem katılımcıların belirli bir konuya ilişkin özgün bakış açılarını ortaya koymak amacıyla fenomenolojik çalışmalarda sıklıkla tercih edilmektedir (Pietkiewicz ve Smith, 2014; Smith, 1996). Konu odağını iyi yansıtabilmek açısından yarı yapılandırılmış, açık uçlu sorulardan oluşan bir görüşme rehberi hazırlanmıştır. Rehberin hazırlanmasında ilgili literatürden ve görüşme rehberinin hazırlanmasına yönelik kaynaklardan yararlanılmıştır (Smith ve Osborn, 2015). Rehber yarı yapılandırılmış olarak hazırlanmış, dolayısıyla

[1] Katılımcıların isimleri; Gökhan- Ahmet, Nazlı- Ece, Mukaddes- Esma, Oya- Gizem, Anıl- Onur, Huriye- Esra, Burçak- Yusuf olarak değiştirilmiştir.

görüşmeler sırasında öngörülmemiş olan alanlara yönelik bazı soruların kullanılmasında esneklik sağlanmıştır.

Hazırlanan sorular evli kadın ve evli erkek katılımcıların kıskançlık yaşantıları, kıskançlık nedenleri, kıskançlık durumda verdiği tepkiler ve başa çıkma stilleri hakkında bilgi almayı amaçlayan şekilde genelden özele şeklinde hazırlanmıştır. Sorular kendini kıskanç olarak tanımlayan evli kadın ve erkeklerin kıskançlığa maruz kaldıkları olayları, yaşadıkları kıskançlığı yansıtmada kullandıkları ortak bir dili ve kıskançlığa ilişkin buldukları baş etme metodlarını anlama yönelik olarak hazırlanmış 12 temel ve 2 yedek sorudan oluşmaktadır. Hazırlanan soruların ilk 4'ü kendini kıskanç olarak tanımlayan evli kadın ve erkeklerin kıskançlığa maruz kaldıkları olayları, sonraki 4 soru yaşadıkları kıskançlığı yansıtmada kullandıkları ortak bir dili ve son 4 soru da kıskançlığa ilişkin buldukları baş etme metodlarını anlama yönelik olarak hazırlanmıştır. Hazırlanan yedek sorular ise, soruların anlaşılamadığı durumlarda ya da yeterli yanıt alınamadığı durumlarda sonda için kullanılmıştır.

3.5. Verilerin Toplanması

Araştırmada katılımcılardan veri toplanmaya 2018 yılında başlanmıştır. Erkek katılımcılardan 2 tanesi ile evinde görüşülürken bir katılımcı ile iş yerinde görüşülmüştür. Kadın katılımcıların 3 tanesi ile evinde görüşülürken diğer katılımcı ile iş yerinde görüşülmüştür. Katılımcılar ile hem evlerinde hem de iş yerlerinde yapılacak görüşmelerden önce telefon ile irtibat kurulmuş ve görüşme saatleri belirlenmiştir. Görüşmelerden önce yapılan bu araştırma ile ilgili kısaca bilgi verilmiş ve yapılacak görüşmelerin etik kurallar ve gizlilik içerisinde kullanılacağı belirtilmiş ve bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Yapılan görüşmeler katılımcıların onayı ile ses kaydına alınmış ve ses kaydının araştırmacı tarafından yazılı dökümü sonrası tekrardan katılımcıların onayına sunulmuştur. Katılımcıların yazılı dökümlerden çıkarmak istedikleri herhangi bir sorunun olup olmadığı sorulmuştur. Görüşmeler 40 dakika ile 50 dakika arasında değişen sürelerde gerçekleşmiş ve toplamda katılımcılardan alınan ses kaydından 52 sayfa yazılı

döküme ulaşılmıştır. Bazı katılımcıların eşleri ile yaşadıkları romantik kıskançlığa ait bilgi vermede çekimser davranmaları nedeni ile bazı görüşmeler kısa sürmüştür.

3.6. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması

Verilerin analizinde yorumlayıcı fenomenolojik analiz kullanılmıştır. Bu analizin amacı, bireylerin dünyasını kavramak, katılımcıların kendi bireysel ve sosyal yaşantılarını nasıl anlamlandırdıklarını anlamaktır. Süreç yorumlayıcı olduğundan araştırmacı, katılımcıların dünyayı yorumlamasını yorumlamaya çalışmaktadır (Smith, 1996; Smith ve Osborn, 2015).

Araştırmada analizin ilk adımında; katılımcılara ait ses kayıtları harfiyen kelime işlemciye aktarılmış ve elde edilen verilerin defalarca okunmasıyla katılımcıların bakış açılarına hakim olunmaya çalışılmıştır. Daha sonra araştırma sorularına yanıt olan ögeler ayıklanarak her ifadedeki anlam grupları ortaya çıkarılmıştır. Bu noktada söylemin bireysel analizi yapılmıştır. Başka bir ifade ile her bir söylem araştırmacı tarafından yorumlanarak ifadelerin araştırmacı tarafından nasıl anlaşıldığı ortaya konulmuştur. Tüm metinler için bu işlem yapıldıktan sonra anlam gruplarının tekrarlanma sıklığı incelenmiştir. Burada yapılan, katılımcıların bakış açılarının örtüştüğü noktaları anlamaya çalışmaktır. Bu biçimde benzerlikler belirlenerek, üzerinde çalışılan fenomenin o bireyler için temel olan öğeleri ortaya çıkarılmıştır. Bu noktadan sonra benzerlikler, temalar ve kategoriler altında toplanarak bu temalar arasındaki bağlantılar ortaya konmuştur. Bu aşamada ilişkili temalar kendi aralarında gruplanarak kategoriler haline gelirken, bazı öğeler tamamen çıkarılmıştır. Son aşama ise kâğıda dökme ve yorumlama aşamasıdır. Bu aşamada nihai bulgular analiz edilerek, ilgili yazın araştırmaları yapılmıştır (Pietkiewicz ve Smith, 2014; Sadala ve Adorno, 2002; Smith ve Osborn, 2015).

3.7. Araştırmanın Güvenirliği ve Araştırmacının Rolü

Araştırma konusuna karar verirken ve soruları hazırlarken tez danışmanından destek alınmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların gönüllük esasına göre seçilmesi geçerlik ve güvenirlik için bir önem teşkil etmektedir. Hazırlanan soruların anlaşılabilirlik ve netliğinin denenmesi için pilot uygulama yapılmıştır. Araştırma soruları pilot uygulamadan sonra revize edilmiş ve ek sorulara gerek görülmüştür. Görüşmeler kayıt altına alınıp kağıda döküldükten sonra defalarca okunup ortak temalar ve kategoriler bulunmuştur. Nitel araştırmada çalışmanın geçerlik ve güvenirliğini sağlamak amacıyla katılımcıların konuya ilişkin kendi gerçeklerini yansıttığından elde edilen temalara ve kategorilere ilişkin yine katılımcıların görüşlerine başvurulmuştur. Böylelikle bulgular katılımcılara gönderilmiş ve geribildirim istenmiştir. Katılımcılara kağıda işlenen dökümanlar yollanmıştır ve eklemek ya da çıkarmak istedikleri herhangi bir konunun olup olmadığı sorulmuştur. Katılımcılar ekleme ya da çıkarma talebinde bulunmamıştır. Ayrıca araştırmacı güvenirlik kapsamında veri toplama ve analiz aşamasında objektif yaklaşım göstermeye özen göstermiştir. Verilerin analizinde olası yanlılığı en aza indirmek için tez danışmanından yardım alınmıştır. Bunun yanısıra araştırma bulgularının sunumunda katılımcıların ifadelerine doğrudan alıntılarla sıklıkla yer verilmiştir.

Araştırmacının görüşmelere başlamadan önce doğru kişilere ulaşıp ulaşmadığı konusunda önyargıları olmuştur. Ancak yapılan görüşmelerde kendini kıskanç olarak tanımlayan kişilerin kendini açarak, olayları ve örnekleri olduğu gibi anlatmasıyla kıskançlıkla ilgili problemleri daha detaylı inceleme fırsatı yakalamıştır. Bunun yanı sıra araştırmacının kıskançlığın olumlu yanlarının olmayacağına ilişkin düşünceleri olmuştur. Fakat görüşmeler esnasında kendi düşüncelerini paranteze alarak katılımcıların yaşanmışlıklarını anlatırken kullandıkları beden dillerini gözlemleyerek olumlu yanlarınında farkına varmıştır. Her görüşmeden sonra ortak temaların oldukça fazla olduğunun farkına varmıştır. Görüşmeler sonucunda analizler yapılırken temaların son hale getirilme sürecinde tez danışmanından destek alınmıştır.

BÖLÜM IV: BULGULAR

Bu bölümde, araştırma grubunda yer alan evli kadın ve erkek katılımcıların evlilikte romantik kıskançlıkla ilgili verilerinin analizine yer verilmiştir. Analiz verileri doğrultusunda, kadın ve erkeklerin kıskançlığı tanımlama biçimleri, kıskançlık nedenleri, kıskançlığa maruz kalınan olaylar, kıskançlığı tetikleyen durumlar, kadın ve erkeklerin kıskançlığı yansıtma şekilleri, kıskançlığın evliliğe etkileri ve kıskançlıkla baş etme metotları sırası ile incelenmiştir.

Romantik kıskançlık yaşayan evli kadın ve erkek katılımcıların görüşleri doğrultusunda yapılan fenomenlojik analiz sonuçlarına göre "romantik kıskançlık yaşantıları ve anlamlandırma" ve "kıskançlık yaşantısında bireylerin verdiği tepki biçimleri" olmak üzere 2 üst tema belirlenmiştir.

4.1. Romantik Kıskançlık Yaşantıları ve Anlamlandırma

Araştırma kapsamında kıskançlık yaşantıları ve nasıl anlamlandırıldığı 3 tema çerçevesinde ortaya çıkmıştır: sevgi göstergesi olarak kıskançlık (paylaşmama-kaybetme korkusu), hayali bir ilişkiye tepki olarak kıskançlık (aldatılma tehdidi-güvensizlik-şüphecilik) ve ilişki içerisinde öğrenilen bir tepki biçimi olarak kıskançlık (karşılıklılık).

4.1.1. Sevgi Göstergesi Olarak Kıskançlık

Grupta bulunan 4 evli kadın ve 3 evli erkeğin romantik kıskançlığı farklı şekillerde tanımladıkları ve anlamlandırdıkları görülmüştür. Bu grupta yer alan kadın ve erkek katılımcılarda romantik kıskançlığı tanımlarken, eşlerini paylaşmama ve kaybetme korkusu ön plana çıkmaktadır.

> *"Yani kıskançlık, korumacılıktır yani. Koruyan, paylaşmayı sevmeyen, onlara bir şey olacak diye üzerine titreyen bu şekilde tanımlarım." (Ahmet 31)*

"Bence kıskanç insanlar sevdiğini başkasıyla paylaşmaktan korktuğu için kıskanır, başkasıyla düşünmek istemez. Bu yüzden kıskanır diye düşünüyorum. Sevdiği için…" (Esma 31)

"Genel olarak bence kıskançlık; insan sevdiğini kıskanır. Mesela benim babam şey der; bir tek eşini kıskanmayan domuzdur. Domuz kıskanmazmış sadece. Ben kıskanmayan insanın sevgisinden şüphe ederim. Az bir şey de olsa kıskanması gerekir bence. Kadın erkekte olsa mesela benim bir tanıdığım vardı eşini kıskanmadığı için ayrıldı." (Esra 32)

Ahmet, Esma ve Esra kıskançlığı, karşıdaki sevilen ve değer verilen kişinin kaybedilmesi korkusu ile yaşanan bir durum olarak açıklamışlardır. Bir yıldır evli olan Esra kıskançlığı tarif ederken babasının bir cümlesini referans olarak kabul etmekte ve toplumumuzda genel kabul olan bir görüşü kullanmaktadır. Kıskanmayan tek canlı olarak kabul edilen domuz etrafında kurduğu mantık, "kıskanmazsam domuzdan farkım olmaz" düşüncesinde olduğu değerlendirilmiştir. Ayrıca eşlerin birbirlerini kıskanmadığı evliliklerin devam etmeyeceği yönündeki düşüncesini de bir tanıdığının evliliğinden örnek vererek açıklamaktadır.

"Kıskanmak güzel şey her insanın hoşuna gider. Yani hani o zaman kadının şeyi hissediyor ona olan sevgini. Ben biliyorum yaşadım yani. Gördüm yani. Aslında sinirleniyor nasıl düşünüyorsun böyle bir şey diyor ama içten içe mutlu yani hani eşim beni kıskanıyor diye. Mutlu oluyor." (Yusuf 32)

Yusuf kıskançlığı, eşe gösterilen bir sevgi nişanesi olarak tanımlamaktadır. Kıskanmayı gruptaki diğer katılımcıların çoğu gibi olumlu bir durum olarak değerlendiren Yusuf, kendi deneyimlerinden yola çıkarak eşine gösterdiği kıskançlık tepkileri her ne kadar eşi tarafından tepki görmüş olsa da aslında bu durumdan eşinin de memnun olduğu düşüncesindedir.

"Bencillikten kaynaklanıyor bence. Bencil insan kıskanır bence. Empati kuramayan kişiye. Bir de toplumsal baskı." (Ece 32)

"Benim için kıskançlığın tanımı benim kişisel hak ve özgürlüklerimi ve davranışlarıma karışılması ve bunun kısıtlanması olarak görüyorum. Yani bence bu genel bir tanım. Ama basit şeylerde olabilir mesela atıyorum belli bir saatten sonra işte dışarıdaki ortamı biliyorsunuz tehlikeli olur, başka bir şeyler olabilir. İşte alkol olan insanlar olabiliyor mesela. Bu bence çokta kısıtlama değil aslında çünkü eşler birbirinin iyiliğini istiyor aslında. Karşı tarafın göremediği şeyleri görebilmek aslında Bu kısıtlama değil." (Gizem 27)

Gruptaki katılımcılardan Gizem ve Ece'nin, kıskanmayı farklı şekilde tanımladıkları görülmüştür. Diğer katılımcılar kıskanmanın tanımını yaparken "seven kıskanır" düşüncesinden yola çıkarlarken, yedi yıldır evli olan Ece ise kıskanmanın nedeni olarak "bencilliği" ön plana çıkarmaktadır. Ayrıca empati yapamamanın ve toplumsal baskının da evlilikte eşler arasında kıskançlığın yaşanmasında etkili olduğu düşüncesinde olduğu görülmüştür. Altı aydır evli olan Gizem ise kıskançlığı her ne kadar kendi kişisel haklarının ve özgürlüğünün kısıtlanması olarak tanımlasa da, aslında eşler arasında "iyilik" temelli bir davranış olarak görülmesi gerektiği düşüncesinde olduğu anlaşılmaktadır.

4.1.2. Hayali Bir İlişkiye Tepki Olarak Kıskançlık

Bu grupta yer alan erkek ve kadın katılımcıların romantik kıskançlığı tanımlarken veya anlamdırmaya çalışırken eşlerine yönelik,aldatılma tehdidi, güvensizlik ile şüphecilik gibi duyugu ve düşünceler içerisinde oldukları anlaşılmıştır.

"Aslında güvensizlik. Yani genel olarak erkekler ister istemez sağına soluna bakar. Eşim de bu konuda beni birkaç kere uyardı. O yüzden beni sürekli kontrol etmek istiyor. Oysaki şimdiye kadar yapmış olduğum hiçbir şey yok. Onun kafasındaki erkek onu her an aldatabilir. Bence güven evliliğin ileriki yıllarında oluşur." (Ahmet 31)

Gruptaki katılımcıların evlilikte yaşanan kıskançlığın nedeni olarak farklı etkenleri ön plana çıkardıkları anlaşılmıştır. Altı yıldır evli olan Ahmet, kıskançlığın

temel nedeni olarak eşler arasında yaşanan güven sorununu işaret etmektedir. Erkeklerin istemsiz şekilde çevresinde bulunan bayanlara bakması olayı etrafında daha önce ikazlar alan Ahmet, bu kaçamak bakışlar dışında eşini kıskandıracak başka bir teşebbüsünün olmadığını iddia etmektedir. Kıskançlık noktasında eşinin ileri sürdüğü "bütün erkekler aldatır" inancından rahatsız olduğu anlaşılan Ahmet'in, eşler arasındaki güvenin evlilikte zaman geçtikçe sağlanabileceği düşüncesinde olduğu da görülmektedir.

> *"Yani aslında bir nevi erkeğin kadını kıskanmasındaki en büyük neden kadının kendini aslında iyi hissetmesi için tamam bu normal ona bir şey demiyorum ama aslında bir taraftan da ilgi çekmeye çalışıyor bence. Yani hani ilgi üzerinde olsun istiyorlar. Kadınların genel yapısı bu. Ama diğer taraftan da yanımdakinin duruşu, bakışı veya karşımdaki kişinin ona karşı bakış ya beni rahatsız edecek düzeydeyse ben aşırı tepkiler verebiliyorum." (Yusuf 32)*

Üç yıldır evli olan Yusuf, eşler arasında yaşanan kıskançlığın nedeni olarak kadınların eşlerine karşı ilgi çekme düşüncesi üzerinde yoğunlaşmaktadır. Yusuf, Ahmet'in eşinin "bütün erkekler aldatır" düşüncesinin diğer boyutunda kadınları genelleyerek bütün kadınların ilgi çekme adına eşlerini kıskandıracak durumlara girebilecekleri düşünmektedir. Yusuf ayrıca eşinin veya karşıdaki başka bir erkeğin, kendisinin istemediği bir şekilde hareket etmesi durumunda ya eşine ya da karşıdaki diğer erkeğe tepkide bulanabileceği düşüncesinde olduğu anlaşılmaktadır.

> *"Mesela sürekli böyle bir tedirginlik, mesela ben kendimden biliyorum sürekli tedirginlik halindeyim onu kalabalık yerlere sokmak istemem mesela kendi ailesinin dışında iş yemeklerinin gitmesini arkadaşlarıyla bir yere gitmesini, atıyorum 3 saat da olsa bir kafeye gitmesini, tatile tek başına gitmesini kesinlikle yani. Sadece işine odaklansın. İşinde de sadece erkeklerin olabileceği bir ortam olsun. Ama arkadaşlarından bile tedirgin olabiliyorum bazen erkek arkadaşlarından mesela onu kışkırtacaklarını düşünüyorum daha doğrusu ben ondan çok çevresine güvenmiyorum. İş ortamına güvenmiyorum, tekstil de çalışıyor kendisi.*

Biraz böyle eğlenceyi seven tipte arkadaşları var. Onlar evliliğe sıcak bakmayan tipler; sürekli gezip gönül eğlendirme peşinde olan insanlar. O yüzden ben o yönden kıskanıyorum."(Esra 32)

Bir yıldır evli olan Esra, eşinin evi ile işi dışında bir hayatının olmamasını istemektedir. Eşinin çalıştığı sektör olan tekstil sektörüne yönelik kuşkuları olduğu anlaşılan Esra'nın, eşinin özellikle iş ortamında bulunan ister kadın olsun isterse erkek bütün arkadaşlarını bir tehdit olarak algıladığı görülmektedir.

"Bunun en büyük örneği sosyal medyayı verebilirim. Biliyorsunuz artık çoğu aldatma ve benzeri olaylar sosyal medyadan dolayı oluyor. Bu da çok fazla hayatımızın içinde." (Gizem 27)

Gruptaki kadın katılımcılardan bazılarının erkeklerde olduğu şekliyle giyim, süslenme veya çalışma ortamı gibi etmenleri kıskançlığın nedeni olarak değerlendirmedikleri, bununla birlikte en fazla eşlerinin sosyal medyayı sınırsızca kullanmalarını kıskançlığın temel nedeni olarak gördükleri anlaşılmıştır. Bütün kadın katılımcılarda sosyal medya kullanımı kıskançlık nedeni olarak belirtilmiştir. Sanal dünya ve buna bağlı aldatmaların sayısının arttığına dikkat çeken Gizem'in, eşlerin cep telefonları ile fazla vakit geçirmelerini şüphelenilecek bir durum şeklinde yorumlamaktadır.

"Başka bir ortama girdiğinde eşinin kaşının gözünün oynaması, sürekli etrafı izlenmesi, kim var ortamda diye bakması, kim eşine bakıyor, hangileri tehlikeli olabilir gibi bakışlar."(Ece 32)

"Yani giyinip kuşanması hoşuma gider ama çok giyinmesinde de şüphe duyabilirim. Neden giyindi mesela? Ben ona hepsini söylemesem de, aklıma gelir. Onu biriyle paylaşacağım düşüncesi aklıma girdiğinde her türlü kıskanırım." (Esma 31)

Ece için özellikle eşi ile farklı ortamlara girildiğinde eşinin jest, mimik ve hareketlerine bağlı olarak sürekli bir kontrol içinde olduğu, Esma'nın ise erkeklerinkine benzer şekilde eşinin giyimine bağlı olarak kıskançlık yaşadığı anlaşılmıştır.

"Çevreye güvenmemek birinci sırada yer alır ikinci sırada da çok sevmek. Çevreden gelebilecek tehlikeleri önlemek için aslında insan kıskanır. Ama çevreye güvenmiş olsan kıskanmazsın bence. Sadece değer verdiğimiz, sevdiğimiz kişiye zarar gelmesini istemeyiz. Sevdiğimiz için de kıskanırız ama bence en önemli şey çevreye güvenmemek." (Onur 30)

Görüşmelerde eşlerin evlilik süreçlerinde güveni sarsacak bir olay yaşamadıkları durumlarda genellikle çevresel faktörlerin kıskançlığa neden olduğu düşüncesinde oldukları görülmüştür. Bu anlamada beş yıldır evli olan Onur, kıskanmanın temel nedeni olarak çevreye güvenilmezliği ön plana çıkarmaktadır. Çalışmaya katılan tüm erkek katılımcıların diğer erkekleri, kadın katılımcıların ise eşlerine karşı diğer kadınları potansiyel tehdit olarak algıladıkları değerlendirilmiştir.

4.1.3.İlişki İçerisinde Öğrenilen Bir Tepki Biçimi Olarak Kıskançlık

Bu grupta yer alan kadın ve erkek katılımcıların eşlerine yönelik yaşadıkları romantik kıskançlığı tanımlarken, kendilerinin eşlerine göre konum aldıklarını ve romantik kıskançlığı eşleri ile karşılıklı şekilde yaşadıklarını belirtmişlerdir.

"Bence ben kıskançlığı eşimden öğrendim. Yani mesela evet biz tanıştık ama ben ilk başta onun bana aşık olduğu kadar aşık değildim. Evet hissim vardı ama çok fazla onun kadar değildi. Ama daha sonra aşk oldu tabi ilk zamanlarda değil ama ilerleyen zamanlarda. Sonra kısıtlamalar başladı. O kısıtlamalara başlayınca ben de ondan görüp kısıtlamalara başladım ve hep hayatımızda kısıtlamalar başladı. (Esma 31)

Esma'nın kıskançlığa bakışında eşinin etkisi görülmektedir. Esma, kıskançlığa yönelik duygu ve düşüncelerinde eşinin etkili olduğunu belirtmiş ve eşinin kıskançlığa bakış açısına göre kendisinin de çeşitli şekillerde eşini sınırlandırmaya gittiğini ve bu şekilde de bir şekilde hayatlarını sınırlandırdıklarını ifade etmiştir.

"Belki de biz karşılıklı olarak, ilişkiyi bu şekilde yaşadığımız için bu konuyu artık görmezden geliyoruz." (Gizem 27)

Gizem'in romantik kıskançlığa yönelik bakış açısında eşinin duygu ve düşücelerinin etkisi olduğu görülmektedir. Yaşadıkları ilişkideki durumlarının karşılıklı olarak devam ettiği görüşündedir.

> *Sürekli onu kıskanmamı istiyor, tepki vermeyince, beğenmediğim zaman üstüme geliyor niye tepki vermedin diye. Aşırı kıskanılmak, sahiplenilmek ve sevilmek istiyor. Ben de öyle istiyorum." (Esra 32)*

> *"Erkek olarak da söylüyorum kıskanılmak benim için de güzel. Çünkü böyle olmazsa şüphe ederim yani. Beni neden paylaşıyor derim yani. Neden buna izin veriyor?" (Yusuf 32)*

Kıskançlığın evlilik yaşamında olumsuz etkileri ile birlikte bazı zamanlarda da eşler arasındaki bağları kuvvetlendirdiği görülmektedir. Romantik kıskançlığın eşler arasında iletişim arttırdığı ve birbirlerine yönelik hisleri güçlendirdiği anlaşılmıştır. Esra ve Yusuf evliliklerinde eşleri tarafından kıskanılmanın kendilerini mutlu ettiğini belirtmektedirler. Ayrıca Esra, eşinin kıskançlığa bakış açısını ifade ederken aslında kendisinin de benzer duygu ve düşünceler içerisinde olduğunu belirtmektedir.

4.2. Kıskançlık Yaşantısında Bireylerin Kullandığı Tepki Biçimleri

Kıskançlık yaşantısında bireylerin kullandığı stratejiler 3 tema çerçevesinde ortaya çıkmıştır. Bunlar: "Partnerin Duygusal-Davranışsal Kontrolüne Dayalı Tepkiler ve Kendi Kıskançlığının Kontrolü", "Bireysel Duygu-Davranış Kontrolüne Dayalı Tepkiler" ve "Pasif Tepki Biçimleri"dir.

4.2.1. Partnerin Duygusal-Davranışsal Kontrolüne Dayalı Tepkiler ve Kendi Kıskançlığının Kontrolü

Grupta yer alan kadın ve erkek katılımcıların genelde kıskançlık hissedince öncelikle partneri kontrol etmeye yönlendikleri, kendi kıskançlıklarını kontrol etmeye yönelik herhangi bir girişimde bulunmadıkları anlaşılmıştır. Partnerin duygusal-davranışsal kontrolüne yönelik tepkileri, katılımcı grubunun yoğun kıskançlık yaşayan bireylerden oluşması nedeniyle en fazla kullanılan tepki biçimlerini oluşturmaktadır.

Bu tema kendi içinde üç alt temadan oluşmaktadır. Bunlar; "Partnerin Kişisel Alanının Sürekli Denetimi", "Davranış ve Yaşantıların Kısıtlanması" ve "Duygusal kontroldur.

4.2.1.1. Partnerin Kişisel Alanının Sürekli Denetimi

Bu grupta yer alan katılımcıların, eşlerini telefonla sürekli aramak, neredesin diyerek soru sormak, kayıt-kanıt istemek ve özellikle cep telefonu üzerinden sosyal iletişim ve sosyal medya kullanımının yakın takibi-sorgulanması gibi kontrol mekanizmalarını kullandıkları görülmüştür.

> *"İlk tanıştığımız zamanlar deli gibi takip ediyordum. WhatsApp a girdiği saatleri…" (Esra 32)*

Grupta yer alan erkek ve kadın katılıcıların eşlerine yönelik genelde güven duyduklarını söylemelerine rağmen eşlerini çeşitli zamanlarda ve farklı şekillerde kontrol ettikleri anlaşılmaktadır.

> *"Sosyal medyasını yani. Özellikle ilk yıllarında çok kurcalıyordum. İşte Instagramına bakıyordum, Twitterına bakıyordum, Facebook'una bakıyordum, WhatsAppını kontrol ediyordum sürekli. Bütün şifreleri ben de vardı zaten. Yani dışarıdan gelecek tehlikelere bir önlem gibi. Korumacılık diyorum ya o yüzden." (Ahmet 31)*

> *"Mesela bazen uykudan kalkmışsam onun Instagram'ını açıp kontrol ediyorum yani eminim oda benimkini kontrol ediyordur. Ya da oda benim WhatsApp konuşmalarımı bakıyor. Bir keresinde Instagram'da beğenileri kontrol ediyordum sonra baktım yani dedim yani arkadaşları olabilir ama o bana böyle bir şey için mesela müsade etmiyorsa oda yapmayacak." (Esma 31)*

> *"Mesela sosyal medya da o beni merak ediyor evet ama ben de onu merak ediyorum. Instagram'ını Facebook'unu araştırıyorum. İşte hangi kızla konuşmuş, ne yazışmış, yazışmanın içeriğini hangi gün hangi tarih, Bunların hepsini tek tek araştırıyorum. Not alıyorum hatta. WhatsApp'a*

giriş çıkış saatlerini kontrol ediyorum. Saat kaçta online olmuş-Merak ediyorum çünkü aklıma takılıyor bir kızla mı yazışıyor diye-yüklediği resimlere bakıyorum işte acaba ikimizin resmini yüklemiş mi yüklememiş mi?" (Ece 32)

Gruptaki kadın ve erkek katılımcıların eşlerini kontrol etmek için kullandıkları yöntemlerin başında eşlerinin cep telefonlarını ve sosyal medya hesaplarını incelemek olduğu anlaşılmıştır. Cep telefonunda yer alan ve farklı algılamalara neden olacak paylaşımlar, mesajlar tehdit olarak algılanmakta ve eşlerin çeşitli sorgulamalar yapmalarına yol açmaktadır. Ahmet örneğinde olduğu kimi zaman da eşlerin bütün sosyal medya hesaplarının şifrelerini bilinmek suretiyle çeşitli zamanlarda kontrol sağlanmaktadır. Ece'nin özellikle eşinin yüklediği resimlerde kendisinin bulunmaması durumunu bir tehdit olarak algıladığı ve bu durumu eşinin kendisini "yok sayması" şeklinde yorumladığı görülmektedir.

"Sürekli arıyordum ediyordum ama bu hani şey amaçlı değil de neredesin, ne yapıyorsun şimdi nereye çıktın, neden gittin tarzında değildi." (Yusuf 32)

"İşte ne bileyim günde 30 40 defa eşimi aramak, görüntülü aramak, sürekli işte nerede olduğu ile ilgili konum istemek, fotoğraf istemek, tüm arkadaşları ile tanışmak istemek, hatta arkadaşlarıyla görüşmesine izin vermemek, iyi kıyafete kadar karışmak, ya da aile fertleri ile çok fazla görüşmesini istememek, sadece benimle vakit geçirmesini istemek gibi çok farklı açılardan şeyler yaptım. Bunların çok çok doğru olmadığını biliyorum ama şimdi biraz daha durumu baskılamaya çalışıyorum."(Gizem 27)

Evliliklerin ilk yıllarında eşler arasında güven ağlarının yeterli oluşmamasına bağlı olarak eşlerin birbirlerini daha çok kontrol etme ihtiyacı hissettikleri görülmüştür. Üç yıllık evli olan Yusuf, evliliğin ilk yıllarında sürekli eşini telefonla aradığını belirtirken, altı aylık evli olan Gizem ise birçok farklı yöntemle eşini kontrol ettiğini belirtmektedir. Gizem, eşine yönelik sergilemiş olduğu kontrol etme düşüncelerinden rahatsız olduğunu ve kendini engellemek için çaba sarf ettiğini de

ifade etmektedir. Ayrıca katılımcıların, eşlerini sürekli olarak ulaşılabilir olacak şekilde kontrol etme ihtiyacı hissettikleri de anlaşılmaktadır.

4.2.1.2. Davranış ve Yaşantıların Kısıtlanması

Bu grupta yer alan katılımcıların eşlerine yönelik, kıyafet kısıtlaması, diğerlerine gülümseme, elini sıkma öpme-nazik davranma kısıtlaması, partnerden ayrı bir bireysel sosyal yaşantıya-akraba-yakın arkadaş vb. gibi davranışa ve yaşantıya yönelik kısıtlamalar getirdikleri görülmüştür. Eşlerin bu durumlara müdahalesinin ise "izin vermeme" düzeyinde bir davranış kontrolü ile yapılmaya çalışıldığı anlaşılmıştır.

> *"Eşimin telefonunda iPhone'umu bul uygulamasını yükledim tamam nerede olduğunu biliyorum ama olurda bir şey olursa benim de haberim olsun diye bir önlem aslında. Eşim şu an setlerde kostüm şefi olarak çalışıyor. Ve işi kereye geç saatlere kadar dışarda kalabiliyor. Bu yüzden zaman zaman habersiz bir şekilde onun setine gittiğim zamanlarda oluyor." (Onur 32)*

Beş yıllık evli olan Onur'un, eşini kontrol ederken teknolojinin imkanlarını kullanmakta olduğu görülmektedir. Bir cep telefonu uygulaması ile eşinin yerini sürekli olarak takip eden Onur, ayrıca eşinin geç saatlere kadar çalışması nedeni ile de habersiz şekilde iş yerini kontrol ettiğini belirtmektedir.

> *"Ben buna dikkat ederim erkekler daha mesafeli olmalı erkeklerle konuştuğu gibi konuşmalı. Değişik sosyal medya kullanımı takip ederim. Mesela bazı sosyal hesapları kullanmasını takip ederim yani. İşte oda diyor ki otelde sadece bir tane sosyal medya hesabını kullanamam. Ben de hepsini kontrol ediyorum." (Esma 32)*

Beş yıldır evli olan ve eşine yönelik daha önce güven sorunları olduğunu belirten Esma, eşinin kadınlarla konuşurken kullandığı dile dikkat etmesini ve kadınlar ile de tıpkı erkekler gibi konuşması gerektiğini ifade etmektedir. Ayrıca haber verilmeden açılan sosyal medya hesaplarını bir tehdit olarak algılayan Esma'nın, devamlı olarak bunları kontrol etme çabasında olduğu anlaşılmaktadır.

"Ama ben de mesela dışarı çıktığımızda eşime dikkatli bakıldığında ben de onun kıyafetlerine karışıyorum. Yani hani bu birazcık onunla ilgili. Onun dışında o benim iş yerinde erkek arkadaşım olmasını istemez. Bende onun kız arkadaşı olmasını istemiyorum. İyi ya da işte aile fertleriyle yani bekar olan aile fertleri ile kuzenleriyle, yeğenleriyle görüşmesini istemiyorum. O konuda bana çok fazla müdahalede bulunmuyor."(Gizem 27)

Bir yıldır evli olan Gizem'in kırmızı çizgiler ile sınırlandırdığı yasak ise kız arkadaş, bekar arkadaş ve akrabalar. Bununla birlikte genellikle erkeklerin eşlerine yönelik kıskançlık nedeni olarak gösterdikleri kıyafet sorununun, Gizem içinde geçerli olduğu anlaşılmaktadır. Gizem'de çevreden gelen bakışları önlemek için eşinin hangi kıyafet giymesi gerektiği yönünde bazı zamanlarda sınırlamalar getirdiğini belirtmektedir.

"Hani o yüzden nasıl deyim onun başkalarıyla konuşması hoşuma gitmez. Veya kıyafetlerden bahsettik, Biriyle telefonda uzun süre konuşması beni rahatsız eder, eğer bu kişi erkekse hele ki, benim haberim olmadan biriyle görüşmeye gitmezse mesela dışarı çıkması, tek başına çıkıp gezmesi hani tamam bunlar müsaade edilir ama kıskançlık değil. Çevreyle alakalı. Ben tek başına çıkıp gezmesini çok şey yapmıyorum. İstemem işin açıkçası. Bir arkadaşı mutlaka olsun yani illaki ben olayım demiyorum. Mesela yanında bir erkek sesi duydum kıskanırım." (Yusuf 32)

Üç yıldır evli olan Yusuf'un ise eşine çizdiği kırmızıçizgiler, belli renk ve tarzda kıyafetlerin giyilmemesi, tanımadığı biriyle uzun süre telefon konuşması ve habersiz evden dışarı çıkması. Yusuf'un bu kırmızı çizgileri çizmesindeki düşüncesinin, çevrenin güvenilmez oluşu ve bu sınırlamaların güvensiz çevreden mümkün olduğunca eşini koruyabilmek olduğu değerlendirilmiştir.

4.2.1.3. Duygusal Kontrol

Gruptaki katılımcıların, romantik kıskançlık yaşadıktan sonra ortaya çıkan küsme, kavga çıkarma, tartışma, çatışma içeren her tür müdahalesibu grupta değerlendirilmiştir.

> *"Suratımı asarım, konuşmam, hırçınlaşırım. Yani benim bir şeye kıskandığımı bilir aslında. Ya da bir şeyden hoşlanmadığımı bilir." (Esma 31)*

Grupta yer alan katılımcıların eşleri ile romantik kıskançlığa neden olabilecek bir olay veya durum yaşadıktan sonra bunu karşıya nasıl yansıttıkları sorulduğunda, ister erkek olsun isterse kadın her katılımcının bu durum ve olaya farklı şekilde tepki verdiği anlaşılmıştır. Beş yıldır evli olan Esma, bu tür durumlarda genellikle eşine surat asma, konuşmama ve hırçınlaşma gibi davranışlarla yaşadığı kıskançlığı belli etmeye çalıştığını ifade etmektedir.

> *"Ben hani biraz agresif davranıyorum bu konuda. Yani hani bunu giyinme şunu çıkart, ne işin var. Bahsettim ya daha önce kalasız diye. Aslında ben yani onu giymesin de değilim, yazlık mekana gitsek istediğini diyebilir. Ama hani genelde ortam şekillendiriyor bu durumu. Genelde bağırma çağırma oluyor. Yoksa şiddet kesinlikle karşıyım. Ben de suratımı asıyorum, konuşmuyorum." (Yusuf 32)*

> *"Direk kavga, direk bağırış, trip. Hatta eşyaları sağa sola atma, ciddi anlamda kavgalarımız oluyor bizim oldu da. Ben susmam hani kıskandığım zaman susayım değil direk kavga çıkarırım. Bağırırım. Oda ilk başta sakin olup alttan almaya çalışır ama bazı zamanlarda oda kendisini tutamıyor. O yüzden yüksek dozda kavgalarımız çok oldu. Şöyle anlatayım ben size; bir kavgamızda ben sinir krizi gibi bir şey yaşamıştım. Beni sakinleştirmeye çalışmıştı eşim ama ben sakinleşmedim o sırada. Daha sonraki evrede benim eşim de çok sinirlendi oda bu sefer üstüme yürümeye başladı." (Gizem 27)*

"Çok hırçınlaşıyorum, kabalaşıyorum, yeri geliyor bağırıyorum, sinirleniyorum, alıyorum çantamı gidiyorum dışardaysak. Adeta o gün bize zehir oluyor. Tepkilerimi çok belli ediyorum. Sevgiliyken kaç kere ayrılma noktasına geldik sonra bitti tamam olmayacak dedik ama en fazla üç gün ayrı kalabildik. Sonra dönüş." (Esra 32)

Kıskançlık, yakın ilişkilerde sıklıkla görülen, ilişkileri yıpratan, bazen parçalayan, bazen de güçlendiren çok boyutlu ve karmaşık bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu anlamda üç yıllık evli olan Yusuf, tartışmalarının daha çok eşinin giymek istediği kıyafetler üzerinden yaşandığını belirtmektedir. Bu tür olaylarda ilk olarak surat asma ve konuşmama gibi davranışlarla tepkisini gösterdiğini, bazı zamanlar ise tartışmanın boyutunun artması üzerine bağırma ve çağırmalarında olduğunu ifade etmektedir. Altı aylık evli olan Gizem'de kıskançlığa bağlı eşi ile tartışmalar yaşadığını ve bu tartışmalarda genellikle kavgaların yaşandığını belirtmektedir. Gizem ve eşi arasında yaşanan tartışmalarda eşlerden biri geri adım atmadığında ise tarafların birbirlerine karşı fiziksel ve duyuşsal tepkilerini artırdığı anlaşılmaktadır. Bir yıldır evli olan Esra'nın ise evlenmeden önce başlayan kıskançlık tartışmaların evlendikten sonra da devam ettiği ve tartışmalarda genelde verdiği tepkilerin yüksek seviyede duygusal tepkiler olduğu görülmektedir.

"Ben kendim kıskanırsam direk söylerim. Bu kimdi şu kimdi derim. Ben kendi evliliğimde de bir kıskançlık yaşıyorsam direk tepkimi belli ederim. Huzursuz bir ortam yaratırım, üstündekini direk değiştirtirim, yani biraz baskı uygularım." (Ahmet 31)

"Eşime rahatsız olduğum konuları anlatırım ilk başta göstermeye çalışırım ama eşim bunları mantıksız gördüğünde beni çok dinlememeyi tercih eder. Sorgularım hemen belli ederim. Öfke kontrolümü sağlayamadığımda olay başka yerlere gider. Kavga, terslemek, herhangi bir şeyden nem kapıp sorun etmek benim en çok yaptığım şeyler. Bu durumda da direk olarak kendimi hakim olamayıp tepkimi gösteririm." (Onur 32)

Altı yıldır evli olan Ahmet, eşi ile kıskançlığa neden olabilecek bir durum veya olay yaşadığında, bu durumu eşine hemen belirttiğini ve tepkisini de koyduğunu ifade etmektedir. Ayrıca Ahmet, bu durumlarda eşine baskı yaparak huzursuz bir ortam oluşturmayı tercih etmektedir. Beş yıldır evli olan Onur'da eşi ile kıskançlığa neden olabilecek bir olay yaşadığında daha çok eleştirel ve saldırgan tavırlar benimsediğini belirtmektedir.

> *"İçten içe çok kıskanıyorum. Dışardan da tabi bazen anlaşılabiliyor. Soruyorum yani. Mesela rahatsız olduğun durumları söylüyorum soruyorum. Mesela okuldaki kız arkadaşı ile yazıştığında ne yazıştığını merak ediyorum soruyorum. Hemen göster bana ne yazıştığınız diyorum. Eğer çekinirse göstermeye bir şeyler olduğunu düşünüyorum. Rahatça gösterirse tamam bir şey yok demek diyorum. Hep benimle olmasını istiyorum. Kardeşiyle annesiyle babası ile konuşmalarından, onları çok vakit ayırmasından rahatsız oluyorum. Benimle vakit geçirsin, hep benimle olsun istiyorum." (Ece 32)*

Ece'nin eşi ile yaşadığı kıskançlık yaratan durumlara karşı kuşkucu yaklaştığı, eşinin yaptığı veya yapma niyetinde olduğunu değerlendirdiği kıskançlığa neden olabilecek bir davranışa yönelik şüphe, üzüntü, korku veya kaygı yaşadığı görülmektedir. Eşine karşı bu takıntılı kuşku duyma durumu Ece'yi eşiyle ilgili taşıdığı şüphelerin doğrulanması amacıyla ipucu arama ve eşinin davranışlarını denetleme gayretine sevk ettiği anlaşılmaktadır.

4.2.2. Bireysel Duygu-Davranış Kontrolüne Dayalı Tepkiler

Bu grupta yer alan katılımcıların, eşleri ile kıskançlık yaşadıklarında anneye kardeşe danışmak, kendine telkinde bulunmak ve duygu denetimi gibi çeşitli çabalara girdikleri görülmüştür.

> *Çoğu zaman aslında izin vermeye çalışıyorum. Aslında bu yönde kendimi telkin ediyorum. Ailesine karşı da düşüncelerimi değiştirmeye çalışıyorum. Kıskançlık düşüncelerimin farkına varıyorum ve bunun*

onun yerine kendimi koyarak gerçekten koymaya Çalışıyorum. Empati kurmaya çalışıyorum." (Ece 32)

Yedi yıllık evli olan ve kocası ile aynı yerde görev yapan Ece ise, eşi ile empati kurmaya çalıştığını ve eşine yönelik beslediği kıskançlık duygularına engel olmak yönünde gayretlerinin olduğunu belirtmektedir.

"Ona kadar sayıyorum. Yani şöyle bunu aslında bir makale gibi dergide okumuştum. Bir sinir halde yaşayacağınız zaman, öfke patlaması yaşayacağınızı hissettiğiniz zaman içinizden ona kadar sayın, Bu sizi rahatlatacak sakinleşmenizi sağlayacak. İşte derin bir nefes alın Ve bu davranışın ne kadar doğru olduğunu düşünün diye yazıyordu. Aslında bu durum çok hoşuma gitmişti ve yavaş yavaş uygulamaya başladım. Onun dışında kendime çok fazla telkinlerde bulunuyorum işte hem sakin olmalısın, şu anda bu tepki vermemelisin gibi. Ve hemen gözümde bu konuşma geçtikten sonraki kavga canlanıyor. İşte ben eşime zarar verir miyim, o bana zarar verir mi hani ben bunu söyleyeceğim ama biz bir sıkıntı yaşar mıyız gibi daha sonraki aşamayı düşünüyorum. Ve kendimi bu anlamda sakinleştirmeye çalışıyorum. Ve şöyle bir metot geliştirdim hemen diyorum ki, eşin seni seviyor, sana yanlış bir hareket yapmaz bu yüzden sakin ol ve birbirimizi daha fazla yıpratmayın diyorum. Kendimi hep böyle motive ediyorum." (Gizem 27)

Altı aydır evli olan Gizem'in, romantik kıskançlık ile mücadele etmek için bir yöntem kullanmaktan daha çok kıskançlık yaşandıktan sonra vereceği yıkıcı tepkileri engellemek yönünde gayretlerinin olduğu anlaşılmaktadır. Öfkesini kontrol etmek için çeşitli şekillerde öğrendiği öfke kontrol yöntemlerini uyguladığını ve kendisine telkinler vererek çatışma durumundan kaçınmaya çalıştığını belirtmektedir.

"Elimden geleni de yapıyorum. Kendim de baya ilerleme görüyorum. Mesela benim annem hiç kıskanç değildir. Annemle konuşarak o bana çok yardımcı oluyor. Kızım sen böyle yaparsan daha çok bunaltırsın diyor, kıskandığını belli etme içinde yaşa diyor. Zaten ben bu aşırı kıskançlığım ona belli etsen daha da kötü olurdu şu an. Hiç belli

etmeden halletmeye çalışıyorum. Sevmesen evlenmezdin, güvenmen gerekiyor diyor. Ben baş edebildiğimi düşünüyorum şu anda iyi yerde olduğumu düşünüyorum." (Esra 32)

"Yani yansıtmamaya çalışıyorum bazen. Bazen gerçekten saçma durumlar olabiliyor. Baş etmek için çokta uğraşmıyorum ama yansıtmamaya çalışıyorum. Uzatmamaya çalışıyorum mesela. Gerçekten beni aşan durumlarda mesela kız kardeşimle konuşmayı tercih ederim. O benden küçük olmasına rağmen daha mantıklı bir bakış açısı ile bakar. Ve bazen öyle yollar gösterir ki çok mantıklı gelir. Onun dışında genel olarak yansıtmamak galiba. Ya da uzatmamaya çalışmak olabilir." (Esma 31)

Esra ve Esma'nın ise eşleri ile yaşadıkları kıskançlığa bağlı sorunları aşmak için yakın aile bireylerinden yardım aldıkları görülmektedir. Her ne kadar eşler ile ilgili kuşkularının olduklarını düşünseler de bunu karşı tarafa yansıtmayarak herhangi bir tartışmanın başlamasını engelledikleri yönünde çabalarının olduğu da anlaşılmaktadır.

4.2.3. Pasif Tepki Biçimleri

Bu grupta yer alan katılımcıların, eşleri ile kıskançlık durumuna bağlı bir sorun yaşadıklarında pasif kaldıkları, kendilerini "bizim yapımız böyle, yapacak bir şey yok" diyerek telkin ettikleri göülmüştür. Bu grupta yer alan bireylerin ayrıca yaşadıkları sorunları, karşı tarafın yumuşatmasıyla, alttan almasıyla veyazamanla ve tanıdıkça azalacağına inandıkları anlaşılmıştır.

"Genelde konuşuyoruz, duygusal yönden birbirimize sarılabiliyoruz. Karşılıklı birbirimizden özür dileyebiliyoruz. Nasıl deyim hani gel sana bir yemek ısmarlayayım gibi gönül alma olabiliyor. Ama baş etme derken şunu kast ettiğini biliyorum önüne geçmek için neler yapıyorsunuz? Böyle bir uğraşımız yok açıkçası. Çok konuştuk tutmadı olmadı yani. Yapımız bu. İkimizde rahat insanlar değiliz yani yapacak bir şey yok." (Yusuf 32)

Üç yıldır evli olan Yusuf'un, eşi ile romantik kıskançlığa bağlı yaşanan çatışmaları konuşarak çözmeye çalıştığı anlaşılmaktadır. Kıskançlığa neden olan düşünceleri ortadan kaldırma veya eşler arasında oluşması gereken güveni artırmaya yönelik bir gayreti olamadığı değerlendirilen Yusuf'un, eşini yemeğe çıkarmak gibi yöntemlerle eşinin gönlünü almaya çalıştığı ve bu şekilde aralarında yaşanan olumsuz durumların üstesinden geldiği görülmüştür.

> *"Açıkçası yok. Zamanla geçtiğini görüyorum. Mesela sevgili iken daha fazlaydı ama şimdi ona göre daha az. Çevresindeki herkesi tanıdıkça daha da azalacağını düşünüyorum." (Onur 30)*

Beş yıldır evli olan Onur, eşi ile yaşadıkları kıskançlığa bağlı sorunlarda pasif bir tutum sergilediğini ve evlilikte geçen zamana bağlı olarak zamanla artan güven ortamının çatışmaları engelleyeceği düşüncesinde olduğu görülmüştür.

> *"Eşim alttan almaya çalışıyor, beni daha çok sinirlendirmemek adına kestirip atıyor bazen kızıyor tabi. Ben farkındayım üzülüyor ve en büyük tepkisi konuşmamak. Bunu bana defalarca kere yaptı. Haklı olarak. Ama artık alıştı çok fazla tepki vermiyor. Genelde alttan almaya çalışır, durumu yumuşatmaya çalışır. Böyle yani." (Ahmet 31)*

Altı yıldır evli olan Ahmet'in, kıskançlık durumunda yaşanan sorunlara yönelik herhangi bir çözüm metodunun olamadığı görülmektedir. Kendisinin sahip olduğu yıkıcı tepkileri değiştirmek adına bir girişimi olmadığı anlaşılan Ahmet'in, daha çok eşinden yapıcı bir tutum beklediği anlaşılmaktadır. Ayrıca Ahmet sorunlarını çözmek yerine zamana bıraktıklarını ve bu duruma alıştıklarını ifade etmektedir.

> *"Bu huyu değişti beni tanıdıkça güvenmeye başladı. En azından annemsiz kuzenime gidebiliyorum, bekarken hiç gidemiyordum." (Esra 32)*

Bir yıldır evli olan Esra, eşinin evlilik öncesi dönemde başlayan kıskançlık durumlarının zamanla azaldığını belirtmektedir. Evlilik öncesi akrabalarda dahil

olmak üzere sınırlandırılmış ziyaret planları, evliliklerinin üzerinden uzun zaman geçmese de, eşinin kendisine güvenmesine bağlı olarak daha esnek hale gelebilmiştir.

> *"Belki de biz karşılıklı olarak, ilişkiyi bu şekilde yaşadığımız için bu konuyu artık görmezden geliyoruz." (Gizem 27)*

Altı aydır evli olan Gizem ise,kıskançlığa bakış açılarının eşi ile benzer olmasına bağlı olarak,sorunlarını görmezden geldiğini belirtmektedir.

BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, evli kadın ve erkeklerin kıskançlık yaşantıları; kıskançlık nedenleri, kıskançlık durumuna verdikleri tepkileri ve kıskançlık ile başa çıkma metotları incelenmiştir. Bu amaçla kendini kıskanç olarak tanımlayan 4 evli kadın ve 3 evli erkeğin kıskançlığa maruz kaldıkları olaylarda benzerlik olup olmadığı ve kıskançlığa ilişkin buldukları baş etme metotlarında ortak temalar olup olmadığı katılımcıların ifadeleri doğrultusunda açıklanmaya çalışılmıştır.

Kıskançlık, yakın ilişkilerde sıklıkla görülen, ilişkileri yıpratan, bazen parçalayan, bazen de güçlendiren çok boyutlu ve karmaşık bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Sharpsteen, 1991). Araştırmaya katılan kadın ve erkek katılımcıların kıskançlığı farklı şekillerde tanımladıkları görülmüştür. "Seven insan kıskanır" düşüncesi etrafında eşlerin kıskanılması ve korunması gereken varlıklar olduğu düşüncesi hem kadın hem de erkek katılımcılarda gözlenen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde; Shettel-Neuber v.d.(1978) kadın ve erkeklerin üçüncü bir kişinin varlığında yaşanan kıkançlığa farklı şekillerde tepki verdiklerini belirtirlerken, Gazioğlu (2006) ise erkeklerde kadınlara göre "evli bireyler başka romantik ilişkilere girebilirler", "evlilikte ailenin reisi erkektir", "evlilikte eşler birbirlerini dövebilirler", "evlilikte eşitlik olmaz" düşüncelerinin daha fazla olduğunu belirtmektedir. Harris (2005) ise, bu çalışmayla benzer şekilde kadın ve erkekler arasında doğuştan gelen cinsiyet farkının, kıskançlık yaşantısında etkili olmadığını ifade etmektedir.

Evrimsel yaklaşım, kıskançlığın eski dönemlerden beri var olduğunu ileri sürmekte ve kişinin yaşantısındaki uyumuna katkı sağlayan bir duygu olarak, aldatılma ve terk edilmeye karşı bir savunma mekanizması olarak işlev gördüğünü belirtmektedir (Buss ve Haselton, 2005). Bu anlamda katılımcıların kıskanmayı"seven insan kıskanır" ile birlikte "koruma güdüsü" etrafında gelişen bir durum olarak gördükleri de anlaşılmıştır.

Scheinkman ve Werneck (2010) tarihsel olarak kadınların, erkeklerin mülkü olarak kabul edildiklerini, günümüzde dahi erkekler kadınları mülkleri olarak gördüklerini ve bu mülk kaybından ve gururlarından korktukça da kendilerini agresif bir şekilde ifade ettiklerini belirtmişlerdir. Kadınlar ise bu bakış açısına bağlı olarak erkeklere bağımlı hale gelmişler ve kıskançlıklarına da genellikle kendileri ve yavruları için güvenlik ve kaynakları kaybetme korkusu etrafında yaşamaya başlamışlardır. Bu da aslında hem kadın hem de erkek katılımcıların kıskançlıkla ilgili anlam ve tepkilerinde tehdidi daha çok "erkekten gelen bir unsur" olarak görmelerini açıklamaktadır. Yani erkekler eşlerinden çok "hayali bir başka rakip erkeğe" olan güvensizliklerini ifade ederlerken, kadın katılımcılar "hayali rakip kadın"a değil, daha çok eşlerine ve eşlerinin bekar erkek arkadaşları tarafından kandırılabileceklerine dair bir güvensizlik ifade etmektedir. Bu durumun ayrıca erkeğe atfedilen "çok eşliliğe yatkınlık" özelliğinden de kaynaklandığı düşünülebilir.

Diğer yandan özellikle kadın katılımcılarda kıskançlık yalnızca "olası aldatma" durumuna değil, ayrı geçirilen zamana-kişilere yönelik olarak da ortaya çıkmıştır. Erkeklerin; çalışma, eğitim, çeşitli hobiler, evcil hayvanlar, akıllı telefonlar, internet, pornografi gibi eşleri dışında zaman harcadıkları durumlarda kadınlar için bir aldatma durumu olarak kabul edilebilmektedir. Bu biçimde bir kıskançlığın kadınlarda daha fazla görülmesi de aslında kadınların doğrudan ifade etmeseler de "duygusal kıskançlığı" erkeklere göre daha fazla deneyimlemesiyle ilişkili olabilir. Bu anlamda çalışmamızda yer alan kadın katılımcılarının eşlerini sürekli olarak evde zaman geçirmeleri ve kendileri ile ilgilenmelerini istemeleri bu düşünce çerçevesinde değerlendirilebilir.

Romantik kıskançlık ile ilgili yapılan tanımlamaların birçoğunda kıskançlığı değerli bir ilişkiye ya da bu ilişkinin bozulmasına veya kaybedilmesine sebep olabilecek bir riskin algılanması halinde gösterilen karmaşık bir tepki şeklinde tanımlamıştır. Bu çalışmada da evli katılımcıların eşlerini kıskanmalarında yatan nedeninin alanyazında olduğu gibi sevilen ve değer verilen bir kişinin kaybedilmemesi düşüncesinde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kültürel öğelerin, cinsiyetin, aile yapısının (Parrott, 1991; Pines, 2003; Spielman, 1971;

White, 1981a) da çeşitli şekillerde kıskançlığa yönelik bakış açısını etkilediği değerlendirilmiştir.

Katılımcıların çoğunda kaybetme kaygısı-endişe güvensizlik vb. duygular hakim olduğundan, yaşadıkları kıskançlık bağlanma kuramıylada ilişkilendirilebilir. Bağlanma kuramında yer alan birine bağlanma ve onunla sürekli olarak birlikte olma düşüncesi, benzer şekilde kıskançlık durumunda da karşıdaki eşten istenmektedir. Bağlanma kuramında olduğu gibi yaşanan ve bağlanılan kişiden ayrılma ile başlayan öfke, kızgınlık, hüzün kıskançlık durumunda da yaşanmakta ve karşıdaki kişiye yönelik güvensizlik düşüncesi ortaya çıkmaktadır (Marazziti v.d., 2010). Bu anlamda yoğun romantik kıskançlık yaşayan eşler arasında, güvenli bağlanmanın gerçekleştirelemediği değelendirilmiştir.

Katılımcıların yaşadıkları kıskançlığın nedenleri olarak farklı durum, olay ve davranışları belirttikleri anlaşılmıştır. Gruptaki kadın ve erkek katılımcıların genellikle "ben sana değil başkalarına güvenmiyorum" şeklinde bir yaklaşımla eşlerine yaşadıkları kıskançlığı açıklamaya çalıştıkları görülmüştür. Hayali bir ilişkiye tepki biçimi açısından bakıldığında genelde katılımcıların cinsiyetlerinden bağımsız olarak "erkeklik-cinsellik ve aldatma" arasında doğal bir bağ görülmektedir. Burada hem erkek katılımcıların erkeklere, hem de kadın katılımcılarında eşlerine yönelik aynı şekilde erkeklere güvenmedikleri görülmektedir. Buradan hareketle de erkeklerdeki cinselliğin doğasına dair, kontrol edilemez, çok eşliliğe eğilimli olması gibi bir varyasın buluınduğu görülmektedir.Bu anlamda,Buss ve Haselton (2005)da yaptıkları araştırmada erkeklerin özellikle cinsel aldatmadan rahatsızlık duyduklarını belirtmişlerdir.

Gruptaki hem kadın hem de erkek katılımcıların kıskançlığın nedenlerini farklı olarak tanımlamalarında, aile değerleri, evlilikte oluşan sosyal bağ ve ilişkiler, çitlerin birbirleriyle ilişki kurma biçimleri, toplumsal ve sosyal çevrenin etkili olabileceği değerlendirilmiştir. Bununla birlikte özellikle uzun süreli ilişkilerde eşe, kendine ve ilişkiye duyulan güven artmakta olduğu ve eşin, tüm ilişkisel sorunlara ve rakiplere rağmen ilişkide kalacağına duyulan inancın da arttığı anlaşılmıştır (Perlman ve Duck, 1987). Fakat başta aldatma olmak üzere, kıskançlığı tetikleyen bir durum

ortaya çıktığında eşler arasında güven sorunları oluşmakta ve evlilik büyük zarar görmektedir.

Teknolojideki gelişmelere bağlı olarak akıllı cep telefonları ve bilgisayarlarda görülen değişim iletişim biçimlerini de etkilemiş ve sosyal ağların yaygınlaşması ile birlikte birçok insan sosyal medya platformları üzerinden zaman ve mekan kısıtlaması olmaksızın birbirleri ile etkileşim kurabilecek duruma gelmişlerdir. Birçok faydası ile birlikte bu platformlarda kurulan sanal arkadaşlıklar evliliklerde eşler arasında zamanla istenmeyen kıskançlıklara neden olmuştur. Başta Facebook olmak üzere sosyal ağlar kaynaklı kıskançlık nedeni ile birçok ilişkinin sonlandığı, ilişkisel şiddet olaylarının ve boşanmanın gerçekleştiği bilinmektedir (Demirtaş Madran, 2016). Bu anlamda hem erkek hem de katın katılımcıların eşlerinin sosyal medya hesaplarını düzenli olarak kontrol ettikleri anlaşılmıştır. Bu anlamda hem erkek hem de kadın katılımcıların eşlerinin sosyal medya hesaplarını düzenli olarak kontrol ettikleri, bununla birlikte kadınların kıskançlığa bağlı olarak erkeklere oranla başta Facebook olmak üzere eşlerinin durumlarını daha fazla takip ettikleri anlaşılmıştır (Muise v.d., 2014). Benzer şekildeki çalışmalarda da kadınların erkeklere oranla eşlerini daha fazla takip ettikleri sonucuna ulaşılmıştır (Guerrero v.d., 1993; Pfeifer ve Wong, 1989).

Katılımcıların eşlerini kıskançlık durumu oluşturabilecek durumlara yönelik çeşitli şekillerde sınırlandırdıkları anlaşılmıştır. Girilmesinin veya yapılmasının kesinlikle istenmediği bu sınırlamaların özellikle evliliğin ilk zamanlarında daha yoğun yaşandığı görülmektedir. Evlilik süresi zamanla arttıkça eşler arasında güven de artmakta ve birbirlerine karşı çizilen kırmızı çizgilerde değişebilmektedir. Bununla birlikte erkeklerin özellikle eşlerinin çalışma ortamında bulunan diğer erkekleri, kadınların ise eşlerinin çevresindeki kadınlarla birlikte bekar erkek arkadaşları birer tehdit olarak algıladıkları anlaşılmıştır.

Guerrero ve Andersen (1998), kıskançlığın bir yüzünde aşk diğerinde paranoyanın bulunduğu bir kılıç olduğunu ve hangi tarafın geldiğine göre bazı çiftler için ödüllendirici diğerleri içinse stres kaynağı oluşturduğunu söylemiştir. Bu anlamda özellikle erkek katılımcıların modernlik ile geleneksel değerler arasında

kaldıkları, kadınların ise eşlerinin kendilerini gözden çıkarıp bir rakiple kalıcı bir ilişkiye giremeyecek kadar ilişkiye bağlandıklarını düşünmeye başladıktan sonra daha az kıskançlık duymaya başladıkları değerlendirilmiştir.

Gruptaki kadın ve erkek katılımcıların eşleri ile kıskançlık yaratan bir olay veya durum yaşadıklarında tercih etikleri ilk yöntemin genellikle yapıcı olmayan davranış ve tutumlar olduğu görülmüştür. Eşler birbirlerine karşı fiziksel, duyuşsal veya bilişsel tepkiler verebilmektedir. Kadınların kıskançlıkla baş etmede erkeklere kıyasla daha sık yapıcı yöntemlere başvurdukları, erkeklerin ise daha sık olarak yıkıcı yöntemlere başvurdukları görülmüştür.Bununla birlikte kadın katılımcılarında yıkıcı tepkiler verebileceği anlaşılmıştır.Bu anlamda hem erkek hem de kadın katılımcıların evliliklerde kıskançlığın olabileceğini belirttikleri, bununla birlikte eşler arasında yeterli güven oluşmadığında veya eşlerden ikisinin de yıkıcı tepkiler vermesi ile evliliklerinin olumsuz etkilendiğini belirttikleri anlaşılmıştır.

Guerrero ve diğerlerine (1995) göre kıskançlığın ifade edilmesinde farklı iletişimsel tepkiler yer almaktadır. Bu tepkilerden bir tanesi olumsuz duyuşların ifade edilmesidir. Bunlar sözel olmayan; engellenme, öfke ya da üzüntü gibi duyuşlardır. Diğer tepki ise tamamlayıcı ve bütünleştirici iletişim tepkisidir. Yaşanan problemi çözme girişimleri ile duygu ve endişelerin ifade edilmesini içermektedir. Başka bir tepki ise bir önceki tepkinin tersi olan dağıtıcı iletişim tepkisidir. Partnere bağırma, kaba davranma gibi tepkileri içerir. Diğer bir tepki de kaçınma ve reddetmeyi içeren davranışlar tepkisidir. Kıskançlığın reddi ve iletişimi kesme tepkilerini içerir. Beşinci tepki aktif uzaklaşma tepkisidir. Partnere soğuk ve kötü bakma, partneri görmezden gelme, olay yerini öfke içinde terk etme gibi davranışları içerir. Son iletişim tepkisi ise saldırgan iletişim tepkisidir. Partneri tehdit etme ve fiziksel şiddet uygulama davranışlarını içerir. Bu anlamda gruptaki katılımcılar ile yapılan görüşmelerde evliliğin ilk yıllarında olan katılımcıların daha çok saldırganlık içeren tepkiler verirken, beş yıl ve üzeri evli olan katılımcılarda sözel iletişim kurmama gibi genelde kendilerini geri çekme şeklinde tepkileri daha çok kullandıkları değerlendirilmiştir.

Scheinkman ve Werneck'a (2010) göre, kıskançlık yaşandıktan sonra eşler arasında yaşanan durumlar her zaman olumsuz olmayabilir. Yaşanılan bu durum

istenildiği takdirde bir fırsata çevrilerek sevginin bir parçası, cinsellik veya şefkat kaybı olduğuna dair bir uyarı işareti ve birbirlerine önemlerini tekrar doğrulamaları gerektiğinin bir işareti olarak da görülebilir. Bununla birlikte bu çalışmada, kıskançlığın eşler arasındaki bağları kuvvetlendirdiği gerçeği, katılımcılar tarafından sanki kıskanmak onlar için zaten kendi başına bir sevgi-aşk-bağlılık göstergesi olduğu için, kıskançlığa yönelik olumsuz olarak değerlendirilen durumların katılımcılar açısından da aynı şekilde algılanmadığı ve normalleştirildiği görülmüştür.

Evliliklerde bir sorunla karşılaşıldığında eşlerin işbirliğine giderek anlaşmaya ve sorunu çözmeye çalışmaları, birbirlerinin çıkarlarını gözetmeleri beklenmektedir. Fakat aldatma olduğunda veya kıskançlığı tetikleyen bir durum ortaya çıktığında, işbirliği yerine, öfke ve saldırganlıkla başa çıkma yoluna gidilmektedir. Grupta yapılan görüşmelerde katılımcıların eşleri ile romantik kıskançlığa bağlı sorunlarda genellikle işlevsel olmayan çözüm metotları geliştirdikleri, sorunu çözmek yerine görmezden gelme veya karşı tarafın geri adım atması gibi yöntemler geliştirdikleri görülmüştür.

Guerrero ve diğerlerine (1995) göre eşler arasında kıskannçlık durumu yaşandıktan sonra bütünleştirici iletişim, dağıtıcı iletişim, aktif uzaklaştırma, genel kaçınma/reddetme, olumsuz etkinin ifadesi ve olumsuz iletişim veya tehditler ile gözetim/kısıtlama, telafi edici restorasyon, manipülasyon girişimleri, rakip temas ve şiddet içeren davranış gibi genel tepkiler verilebildiğini belirtmişlerdir. Bu anlamda bu çalışmada hem kadın hem de erkek katılımcıların eşlerine yönelik kısıtlama ve gözetim gibi davranışlarda bulundukları, bazı zamandalarda birbirlerini tehdit ettikleri veya kimi zamanlarda da şiddet içeren davranışlarda bulundukları görülmüştür. Bu çalışmaya paralel olarak eşler arasında yaşanan kıskançlık sonrası yaşanan durumların, olumlu ve olumsuz anlamda çeşitli şekillerde yaşandığı da görülmüştür (Buss, 1989; Buunk, 1981; White ve Mullen, 1989).

Çalışmalarda, genel olarak kadınların kıskançlık yaşadıklarında erkeklere göre daha "yapıcı" stratejiler izledikleri, erkeklerin ise bağırma, terk etme, fiziksel şiddet uygulama gibi daha yıkıcı yöntemlere başvurdukları görülmektedir (Brehm,

1992; Carson ve Cupach, 2000; Mathes, 1992). Gruptaki katılımcıların kıskançlığa bağlı yaşanan sorunlarla ilgili baş etme metotlarının eşler arasındaki ilişkinin süresi, evliliğe yüklenen anlam, geçmiş yaşantılar, aile yapısı, kişisel özellikleri gibi nedenlerle değişebileceği değerlendirilmektedir. Buradan hareketle hem kadın hem de erkek katılımcıların açık iletişimi tercih etmedikleri, sürekli olarak eşleri tarafından anlaşılmak istendikleri, eşler arası güveni güçlendirmek adına daha çok karşı tarafın girişimde bulunması gerektiğini düşündükleri görülmüştür. Bununla birlikte eşler arasında yaşanan kıskançlığa bağlı sorunlarda katılımcıların profesyonel yardım alma yönünde bir talep ya da girişimlerinin olmadığı da anlaşılmıştır.

Bu araştırmadan elde edilen veriler doğrultusunda şu öneriler getirilmiştir:

- Bu çalışmada, kadın ve erkek katılımcıların kıskançlık yaşantılarında hayali biriyle yakınlaşma-aldatılma tehdidi ön plana çıkarken, bu durumun hoşlanma-aşık olma mı, yoksa cinsel ilişki boyutunda mı olduğu tespit edilememiştir. Kıskançlık ile yapılacak diğer çalışmalarda, katılımcılara bu durumum tespitine yönelik sorular sorulması ve varsa kadın ile erkek arasında bir farklılığın olup olmadığının değerlendirilmesinin,
- Kıskançlık yaşayan bireylerle yapılan görüşmelerde kıskançlığın nedeninin bir güven probleminden mi yoksa aşırı sahiplenmeden mi kaynaklandığının farkına varılmasının İstanbul'da yaşayan ve romantik kıskançlık deneyimi olan dört evli kadın ve üç erkeğin yer aldığı bu araştırma ile ortaya çıkan romantik kıskançlık durumlarını farklı gruplarda çalışarak genellenmesinin,
- Boylamsal ve kesitsel çalışmalarla, evlilikte yaşanan kıskançlığın evlilik öncesi dönemden başlayarak evliliğin ilerleyen dönemlerinde nasıl bir farklılaşma gösterdiğine yönelik çalışmaların yapılmasının,
- Akraba evliliği ve görücü usulü evlilik yapan bireylerde nasıl olabileceğine yönelik çalışmaların yapılmasının,
- Değişkenlerin farklı olmaması açısından; birliktelik ve evlilik süreleri dikkate alınarak birbirine yakın bireylerle çalışma yapılmasının,

- Erkek katılımcıların kıskançlığın evliliği bitirebilecek bir olgu olduğunu, gerçek anlamda anladığında ne gibi başetme yöntemlerini kullanabileceğine yönelik çalışmalar yapılmasının,
- Nitel olarak çalışılan bu araştırmanın nicel veriler ile de desteklenerek, evli bireylerde yaşanan kıskançlığın farklı boyutlarının birlikte ele alındığı çalışmaların yapılmasının,
- Romantik kıskançlık yaşadığında verilmesi gereken yapıcı tepkileri öğretme yönünde programlar hazırlanmasının ve bu programlarda kıskançlığın evliliğe verdiği zararlar ve eşlerde oluşan duyguları ortaya çıkaracak konuların yer almasının,
- Evlilikte yaşanan kıskançlığa yönelik evlilik öncesi programlarının hazırlanmasının, bu programlarda kıskançlığın öğrenilen ve aslında değiştirilebilen bir olgu olabilceği ve bunun da kontrol altına alınabileceği hakkında bilgilendirmeler yapılmasının önemli olduğu,
- Bu çalışmanın bulgularının, kıskançlığın yakın ilişkilerde şiddetle ve ilişkinin bitimiyle sonuçlanabildiği gerçeği dikkate alındığında özellikle danışmalara yol gösterici olabileceği değerlendirilmiştir.

KAYNAKLAR

AKÇA, M.Ş.: 2014 "Üniversite Öğrencilerinde Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi".**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

ALPAY, A.: 2009 "Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi".**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

ARSLAN, S.: 2015 "Adult Attachment, Stage of Threat and Romantıc Jealousy in Relation to Psychopathological Symptoms: Importance of Personal Characteristics and Quality of Relationship".**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

ATTRIDGE, M.: 2013 "Jealousy and Relationship Closeness Exploring the Good (Reactive) And Bad (Suspicious) Sides of Romantic Jealousy",**SAGE Open,** 3(1), 1-16.

AZİZOĞLU-BİNİCİ, S., HOVARDAOĞLU, S.: 1996 "Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeğinin (EKDÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması",**Türk Psikoloji Dergisi,** 11(38), 66-76.

BİLGİN, N.: 2003 **Sosyal Psikoloji Sözlüğü: Kavramlar, Yaklaşımlar**. (1. Baskı). İstanbul, Bağlam Yayıncılık.

BLOMQUIST, K.P.: 2014 "Jealousy in Close Relationships Among Emerging Adults". **Unpublished Doktoral Thesis** by Duke University.

BOGDAN, R., BİKLEN, S. 1998 **Qualitative research for education: An introduction to theory and methods.** Boston: Allyn and Bacon.

BREHM, S.S.: 1992 **Intimate Relationships.** NY, McGraw Hill.

BRİNGLE, R. G., BOEBİNGER, K. L. : 1990 "Jealousy and theThird'Person in the Love Triangle." **Journal of Social and Personal relationships,** 7(1), 119- 133

BRINGLE, R.G.: 1991 "Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model", **The Psychology of Jealousy and Envy**, 103-131.

1995 Sexual Jealousy in the Relationships of Homosexual and Heterosexual Men: 1980 and 1992",**Personal Relationships**, 2, 313-325.

BRINGLE, R.G.,BUUNK, B.: 1985 "Jealousy and Social Behavior: A Review of Person, Relationship, and Situational Determinants", P. Shaver (der.), **Self, Situations, and Social Behavior: Review of Personality and Social Psychology,** Beverly Hills, CA, Sage, 241-264.

BROEMER, P., DIEHL, M.: 2004 "Romantic Jealousy and a Social Comparison Outcome: When Similarity Stings",**Journal of Experimental Social Psychology,** 40, 393-400.

BUSS, D.M.: 1989 "Conflict between the Sexes: Strategic Interference and

the Evocation of Anger and Upset".**Journal of Personality and Social Psychology,** 56, 735-747.

2000 "The Evolution of Happiness",**American Psychologist,** 55(1), 15.

BUSS, D.M.,HASELTON, M.: 2005 "The Evolution of Jealousy", **Trends in Cognitive Sciences**, 9(11), 506-507.

BUSS, D.M., LARSEN, R.J., WESTERN, D.,SEMMELROTH, J.: 1992 "Sex Differences in Jealousy: Evolution, Physiology and Psychology",**Psychological Science,** 3, 251-255.

BUUNK, B.: 1981 "Jealousy in Sexually Open Marriages",**Alternative Life Styles,** 4, 357-372.

1984 "Jealousy as Related to Attributions for the Partner's Behavior",**Social Psychology Quarterly,**47(1), 107-112.

1986 "Husband's Jealousy", In R. A. Lewis and R. E. Salt (Ed.), **Men in Families,**Beverly Hills, CA, Sage, 97-114.

1997 "Personality, Birth Order and Attachment Styles as Related to Various Types of Jealousy",**Personality and Individual Differences,** 23, 997-1006. http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00136-0.

BUUNK, B., "Jealousy in Love Relationships". D. Perlman and S.

BRINGLE, R.G.: 1987 Duck (Ed.), **Intimate Relationships: Development, Dynamics and Deterioration**,Beverly Hills, CA, Sage, 123-147.

CARSON, C.L., CUPACH, W.R.: 2000 "Fueling the Flames of the Green-Eyed Monster: The Role of Ruminative Thought in Reaction to Romantic Jealousy",**Western Journal of Communication,** 64(3), 308-329.

CURUN, F.: 2006 "Yüklemeler, İletişim Çatışmaları, Cinsiyet ve Cinsiyet Rolü Yönelimi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki".**Yayınlanmamış Doktora Tezi,** Ankara Üniversitesi, Ankara.

CURUN, F., ÇAPKIN, M.: 2014 "Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması",**Psikoloji Çalışmaları Dergisi,** 34(1), 1-22.

ÇAPKIN, M.: 2012 "Romantik Kıskançlığın, Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

ÇİMEN, Ş.E.: 2007 "Görücü Usulü ve Anlaşarak Evlenen Bireylerin Çeşitli Sosyal Psikolojik Faktörler Yönünden Karşılaştırılması".**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

D'ANDRADE, R.: 1984 **Cultural meaning systems.** In R. A. Schweder & R. A. Levine(Eds.), Culture theory: Essays on mind, self, and emotion (pp. 88-119), Cambridge Press

DEMİR, G.:1988 Boşanma Yoluyla Parçalanmış Aile'de Kadının Rol ve Statüsündeki Değişmeler. **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, Ege Üniversitesi, İzmir.

DEMİRTAŞ, H.A.: 2004 "Yakın İlişkilerde Kıskançlık (Bireysel, İlişkisel ve Durumsal Değişkenler)". **YayınlanmamışDoktora Tezi,** Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

DEMİRTAŞ-MADRAN, A.: 2008 "Duygusal ve Cinsel Kıskançlık Açısından Temel Cinsiyet Farklılıkları: Evrimsel Yaklaşım Ve Süregelen Tartışmalar",**Türk Psikiyatri Dergisi,** 19(3), 300-309.

DEUTSCH, C.: 2006 "Relative Mate Value, Irrational Beliefs, and Romantic Jealousy".**Unpublished Master's Thesis** by Lakehead University, Canada.

DESTENO, D. A.,SALOVEY, P.: 1996 "Evolutionary Origins of Sex Differences in Jealousy? Questioning the "Fitness" of the Model", **Psychological Science,** 7(6), 367-372.

DIJKSTRA, P.,BUUNK, B. P.: 2002 "Sex Differences in the Jealousy-Evoking Effect of Rival Characteristics",**European Journal of Social Psychology,** 32(6), 829-852.

DOBRENSKI, R.A.: 2001 "Romantic Jealousy: Symptoms, Schemas, and Attachment". **Unpublished Doctoral Dissertation** by University of Toledo.

EKEN, S.B.: 2018 "Romantik Kıskançlığın Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Çocukluk Travmaları İle İlişkisi". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Üsküdar

Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

ELPHINSTON, R.A., FEENEY, J.A., NOLLER, P., CONNOR, J.P., FITZGERALD, J.: 2013 "Romantic Jealousy and Relationship Satisfaction: The Costs of Rumination",**Western Journal of Communication,** 77(3), 293-304.

FESTINGER, L.: 1954 "A Theory of Social Comparison Processes",**Human Relations**, 7, 117-140.

FLEISCHMANN, A.A., SPITZBERG, B.H., ANDERSEN, P.A., ROESCH, S.C.: 2005 "Tickling the Monster: Jealousy Induction in Relationships",**Journal of Social & Personal Relationships,** 22(1), 49-73.

FREUD, S.: 1955 **Some Neurotic Mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality. In The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud,** Volume XVIII (1920-1922): Beyond the Pleasure Principle, Group Psychology and Other Works, 221-232.

FUSSELL, N. J., STOLLERY, B. T.: 2012 "Between-sex differences in romantic jealousy: Substance or spin? A qualitative analysis"**. Evolutionary Psychology,** 10(1).

GAZİOĞLU, A. E.:2006 "Genç yetişkinlerin evlilik ve aile hayatına ilişkin görüşlerinin değerlendirilmesi". **Eğitim Bilimleri Dergisi**, 23(23), 107-123.

GEÇTAN, E.:1990 **"Varoluş ve psikiyatri."** İstanbul**,** Remzi Kitabevi

GEHL, B.K.: 2010 "Personality Antecedents of the Experience and Expression of Romantic Jealousy". **UnpublishedDoctoral Dissertation** by The University of Lowa.

GERMAN, R.E.: 2012 "The Influence of Depression on Romantic Jealousy: A Transactional Model Approach". **Unpublished Doctoral Dissertation** by American University.

GIBBONS, F.X., BUUNK, B.P.: 1999 "Individual Differences in Social Comparison: Development of a Scale of Social Comparison Orientation", **Journal of Personality and Social Psychology,** 76(1), 129.

GIORGI, A., GIORGI, B.: 2003 "The Descriptive Phenomenological Psychological Method". In P. M. Camic, J. E. Rhodes ve L. Yardley (Eds.), **Qualitative Research in Psychology. Expanding Perspectives in Methodology and Design** (pp. 243-273). Washington DC, American Psychological Association.

GİRGİN, B.: 2018 "Çatalca'da Yaşayan Evli Bireylerin Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık Düzeyi Ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,**İstanbul Aydın Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

GUBRİUM, J. F., HOLSTEİN, J. A. 2000 "Analyzing interpretive practice." In N. K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.), **Handbook of qualitative research**(2nd ed., pp. 487-508). Thousand Oaks, CA: Sage.

GUERRERO L.K.: 1998 "Attachment-style Differences in the Experience and Expression of Romantic Jealousy",**Personal Relationships,** 5(3), 273-291.

GUERRERO, L.K., ANDERSEN, P.A.: 1998 "Jealousy Experience and Expression in Romantic Relationships". **Handbook of Communication and Emotion: Research, Theory, Applications, and Contexts**, 155-188.

GUERRERO, L.K., ANDERSEN, P.A., JORGENSEN, P.F., SPITZBERG, B. H.,ELOY, S.V.: 1995 "Coping With the Green-Eyed Monster: Conceptualizing and Measuring Communicative Responses to Romantic Jealousy",**Western Journal of Communication,** 59, 270-304.

GUERRERO, L.K., SPITZBERG, B.H., YOSHIMURA, S.M.: 2004 "Sexual and Emotional Jealousy". **The Handbook of Sexuality in Close Relationships.** Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 311-345.

GÜNGÖR-HOUSER, A.: 2009 "Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi". **YayınlanmamışDoktora Tezi,** Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

HARRİS, C. R.: 2005 "Male and female jealousy, still more similar than different: Reply to Sagarin (2005)."**Personality and Social Psychology Review**, 9(1), 76-86

HANSEN, G.L.: 1982 "Reactions to Hypothetical Jealousy Producing Events",**Family Relations,** 31, 513-518.

HARVEY, J.H., SPRECHER, S., WENZEL,A.: 2004 **The Handbook of Sexuality in Close Relationships.** Mahwah, NJ. Lawrence Erlbaum Associates.

HAZAN, C., SHAVER, P.R.: 1994 "Attachment as an Organizational Framework For Research on Close Relationships." **Psychological Inquiry,** 5(1), 1-22.

KANSIZ, M., ARKAR, H.:2011 "Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi." **Anadolu Psikiyatri Dergisi.**

KARAKURT, G.: 2001 "The Impact of Adult Attachment Styles on Romantic Jealousy". **YayınlanmamışYüksek Lisans Tezi,** Ankara Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

KENRICK, D.T.,TROST, M.R.:2004 "Evolutionary Approaches to Relationships", **Close relationships: Key Readings,** 115-134.

KINGHAM, M., GORDON, H.: 2004 "Aspects of Morbid Jealousy",**Advances in Psychiatric Treatment**, 10(3), 207-215.

KLEIN, M.: 1999 **Haset ve Şükran.** Çev. Orhan Koçak,Yavuz Erten. İstanbul, Metis Yayınları.

LAZARUS, R.S.: 1966 **Psychological Stres and the Coping Process.** NY, McGraw Hill.

1991 **Emotion and Adaptation.** New York, Oxford University Press.

LESTER, D., "Jealousy and Irrationality in Love",**Psychological**

DELUCA, G., HELLINGHAUSEN, W., SCRIBNER, D.: 1985 **Reports,** 56(1).

LUCAS, A.: 2007 Explicating Jealousy: Utilizing Four Theoretical Perspectives to Provide Suggestions For Future Communication Research. **In National Communication Association 93rd Annual Convention.** Accessed (Vol. 8, No. 31, p. 09).

MARTÍNEZ-LEÓN, N. C., PEÑA, J. J., SALAZAR, H., GARCÍA, A., SİERRA, J. C.:2017 "A systematic review of romantic jealousy in relationships". ***Terapia Psicológica***, *35*(2).

MELAMED, T.: 1991 "Individual Differences in Romantic Jealousy: The Moderating Effect of Relationship Characteristics", **European Journal of Social Psychology**, 21(5), 455-461.

MURDOCK, N.L.: 2012 **Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları.**(1. Baskı). (F. Akkoyun, Çev.). Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık.

MORAN D.: 2000 **Introduction to phenomenology.** London: Routledge.

MURPHY, S.M., VALLACHER, R.R., SHACKELFORD, T.K., BJORKLUND, D.F., YUNGER, J.L.: "Relationship Experience as a Predictor of Romantic Jealousy", **Personality and Individual Differences,** 40(4), 761-769.

2006

MARAZZİTİ, D., CONSOLİ, G., ALBANESE, F., LAQUİDARA, E., BARONİ, S., DELL'OSSO, M. C.: 2010 "Romantic attachment and subtypes/dimensions of jealousy."**Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH,** 6, 53

MROZ, K.L.: 2010 "Romantic Jealousy as a Social Comparison Process".**Unpublished Master Thesis,** Faculty of California State University.

NELSON, L.A.: 2014 "The Effect of Romantic Jealousy On Self-Control: An Examination of Trait Constructs and Sex Differences Based on Survey and Experimental Data".**UnpublishedDoctoral Dissertation,** The East Tennessee State University.

NEUMAN, W. L.:2009 **Toplumsal Araştırma Yöntemleri: Nitel Ve Nicel Yaklaşımlar**: 1. cilt. Yayınodası, 2009.

PARROTT, W.G.: 1991 **The Emotional Experience of Envy and Jealousy. The Psychology of Envy and Jealousy.**Ed. Peter Salovey. New York, The Guilford Press, 3-28.

PATTON, M.Q.: 2002 **Qualitative Research.** London, John Wiley and Sons, Ltd.

PFEİFFER, S. M., WONG, P. T.:1989 "Multidimensional jealousy." **Journal of Social and Personal Relationships**, 6(2), 181-196.

PIETKIEWICZ, I., SMITH, J.A.: 2014 "A Practical Guide to Using Interpretative Phenomenological Analysis in Qualitative Research Psychology",**Psychological Journal,** 20(1),7-14.

PINES, A.M.: 1992 "Romantic Jealousy: Five Perspectives and an Integrative Approach",**Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training,** 29(4), 675.

1998 **Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures.** NY, Routledge.

2003 **Aşk ve Kıskançlık.** (Çev., Canan Yonsel). İstanbul, Okuyan Us Yayın.

PINES, A.,ARONSON, E.: 1983 "Antecedents, Correlates and Consequences of Sexual Jealousy",**Journal of Personality,** 51(1), 108-136.

POWER, M., DALGLEİSH. T.:1997 **"Cognition and emotion: From order to disorder. Hove,"** UK: Psychology Press.

RODIN, J.,SALOVEY, P.:1989 "Health Psychology",**Annual Review of Psychology,** 40(1), 533-579.

ROGERS, S. J., AMATO, P. R.:1997 "Is marital quality declining? The evidence from two generations." **Social Forces,** 75(3), 1089-1100.

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(1), 101.

1987 "Responses to Dissatisfaction in Close Relationships: The Exit-Voice-Loyalty-Neglect Model", D. Perlman& S. W. Duck (der.), **Intimate Relationships: Development, Dynamics, and Deterioriation,**Beverly Hills, CA, Sage, 209-237.

RUSBULT, C.E., VERETTE, J., WHITNEY, G.A., SLOVIK, L.F., LIPKUS, I.: 1991 "Accommodation Processes in Close Relationships: Theory and Preliminary Empirical Evidence",**Journal of Personality and Social Psychology,** 60, 53-78.

RYDELL, R.J., BRINGLE, R.G.: 2007 "Differentiating Reactive and Suspicious Jealousy", **Social Behavior and Personality: an International Journal,** 35(8), 1099-1114.

SABATELLI, R.M., BUCK, R., KENNY, D.A.:1986 "A Social Relations Analysis of Nonverbal Communication Accuracy in Married Couples", **Journal of Personality,** 54(3), 513-527.

SADALA, M.L.A., ADORNO, R.D.C.F.: 2002 "Phenomenology as a Method to Investigate the Experience Lived: A Perspective from Husserl and Merleau Ponty's Thought",**Journal of Advanced Nursing**, 37(3), 282-293.

SAĞLAM, M., AYLAZ, R.: 2017 "Çeşitli değişkenler açısından boşanmış bireylerin özellikleri." **Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi.** 10(51), 584-590.

SALOVEY, P.: 1991 "Social Comparison Processes in Envy and Jealousy", In

J. M. Suls ve T. A. Wills (Ed.), **Social Comparison: Contemporary Theory and Research,Hillsdale,** NJ, Erlbaum, 261-285.

SHETTEL-NEUBER, J., BRYSON, J. B., YOUNG, L. E.: 1978 "Physical attractiveness of the" other person" and jealousy."**Personality and Social Psychology Bulletin**, 4(4), 612-61

SHEETS, V.L., FREDENDALL, L.L., CLAYPOOL, H.M.: 1997 "Jealousy Evocation, Partner Reassurance, and Relationship Stability: An Exploration of the Potential Benefits of Jealousy",**Evolution and Human Behavior,** 18(6), 387-402.

SLATTERY, M.:2008 **Sosyoloji'de Temel Fikirler**. Sentez Yayıncılık, İstanbul

SMITH, J.A.: 1996 "Beyond the Divide between Cognition and Discourse: Using Interpretative Phenomenological Analysis in Health Psychology",**Psychology and Health,**11(2), 261-271.

SMITH, J.A., OSBORN, M.: 2015 "Interpretative Phenomenological Analysis", In J.A. Smith (Ed.), **Qualitative Psychology: a Practical Guide to Research Methods**,London, Sage, 53-80.

SOLMUŞ, T.: 2008 **Bağlanma ve Aşkın İki Yüzü**, Sistem Yayıncılık, İstanbul.

SPIELMAN, P.M.: 1971 "Envy and Jealousy: An Attempt at Clarification",**The Psychoanalytic Quarterly,** 40(1), 59-82.

SÜMER, S.: 2017 "Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin

İncelenmesi". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

SÜMER, S.,ARICAK, T.: 2018 "Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Romantik Kıskançlık ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", **Psikoloji Araştırmaları,** 3(6), 6-13.

TAYLOR, S., PEPLAU, L.A. SEARS, D.: 2003 **Sosyal Psikoloji.** Çev. Ali Dönmez. Ankara, İmge Kitabevi.

THIBAUT, J.W., KELLEY, H.H.: 1959 **Social Psychology of Groups.** New York, Wiley.

TORTAMIŞ, M.: 2014 "Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Türü ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi". **Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Hacettepe Ünv. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

TRIVERS, R.L.: 1972 "Parental Investment and Sexual Selection",**In Sexual Selection and the Descent of Man,** B. Campbell (Ed.). Chicago, Aldine Atherton, 136-179.

TUNÇ, E.: 2015 "Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Yaşadıkları İstismar ile İlişki Doyumu, Affetme ve Kıskançlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi".**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,** Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

UTKAN, H.B.: 2016 "Üniversite Öğrencilerinde Romantik Kıskançlık ile İlişki İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". **Yüksek**

Lisans Tezi, Çukurova Ünv., Adana.

VAN MANEN, M.: 1990 "Beyond assumptions: Shifting the limits of action research."**Theory İnto Practice,** 29(3), 152-157.

WARBER, K.M.: 2007 "The Impact of Sex and Gender in the Relationships Among Attachment, Romantic Jealousy, and Varying Forms of Aggression in Adult Romantic Relationships". **Unpublished Doctoral Dissertation** by The University of Arizona.

WHITE, G.L.: 1981A "Jealousy and Partner's Perceived Motives for Attraction to a Rival", **Social Psychology Quarterly,** 44, 24-30.

1981B "Relative Involvement, Inadequacy, and Jealousy", **Alternative Lifestyles,** 4(3), 291-309.

WHITE, G.L.,MULLEN, E.: 1989 **Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies.** Guilford Press.

WİLSON H., HUTCHİNSON S.: 1991 "Triangulation of qualitative methods: Heideggerian hermeneutics and grounded theory". **Qualitative Health Research,** 1(2), 263–276.

YAZICIOĞLU, Y., ERDOĞAN, S.: 2004 **Spss Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri.** Ankara: Detay Yayıncılık.

ZEYTİNOĞLU, E.: 2013 "Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". **Yüksek Lisans Tezi,** Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

EK-1

T.C. İstanbul Üniversitesi

Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi …… tarafından yürütülen "……" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı ……dir. Araştırmada sizden tahminen …. (süreyi saat veya dakika olarak belirtebilirsiniz) ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen …….kişi katılacaktır. [1] Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. İletişim bilgileriniz ise sadece izninize bağlı olarak ve farklı araştırmacıların sizinle iletişime geçebilmesi için "ortak katılımcı havuzuna" aktarılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya ..... e-posta adresi ve ……..... numaralı telefondan ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının **:**

Adı-

Soyadı:.....

İmzası: İletişim Bilgileri: e-posta: Telefon:

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için "ortak araştırma havuzuna" aktarılmasını; □ kabul ediyorum □ kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)

EK-2

Katılımcılara Yöneltilen Sorular

1. Eşinizle nasıl tanıştınız, nasıl evlendiniz bunlardan biraz bahsebilir misiniz?
2. Romantik kıskanç birini nasıl tanımlarsınız?
3. Hangi tutum ve davranışlar birinin eşine karşı kıskanç olduğunu gösterir?
4. Kendinizde romantik kıskançlığı ne ölçüde gözlemliyorsunuz?
5. Eşinize karşı kıskanç tutumlarınızı nasıl yansıtırsınız?
6. Romantik kıskançlık yaşadığınız durumlarda bu tepkiler eşe karşı mı yoksa karşı tarafa mı yönlenir?
7. Eşiniz bu tutumlara nasıl tepkiler verir?
8. Kıskanan kadın ve erkek arasında ne gibi farklılıklar olabilir?
9. Romantik kıskançlık evliliğinizi nasıl etkiliyor?
10. Sosyal medya kullanımı ve kıskançlık ile ilgili neler düşünüyorsunuz?
11. Romantik kıskançlık ile başetme yöntemleriniz nelerdir?
12. Romantik kıskançlıkla ilgili neler söylemek istersiniz?