



T.C.

**ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI  
AİLE DANIŞMANLIĞI TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**EVLİ BİREYLERDE ROMANTİK İLİŞKİLERE YÖNELİK  
RASYONEL OLMAYAN İNANÇLARIN, İLETİŞİM ÇATIŞMASI TÜRÜ  
VE ALDATMA EĞİLİMİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DİLARA ERGÜN**

**Tez Danışmanı**

**DR.ÖĞR. ÜYESİ BEKİR ÇELİK**

**ÇANAKKALE – 2022**





T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

AİLE DANIŞMANLIĞI BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE ROMANTİK İLİŞKİLERE YÖNELİK RASYONEL OLMAYAN  
İNANÇLARIN, İLETİŞİM ÇATIŞMASI TÜRÜ VE ALDATMA EĞİLİMİ  
ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİLARA ERGÜN

Tez Danışmanı

DR.ÖĞR. ÜYESİ BEKİR ÇELİK

ÇANAKKALE – 2022

## ETİK BEYAN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Yönergesi'ne uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi taahhüt ve beyan ederim.

Dilara ERGÜN

24/08/2022

## TEŞEKKÜR

Tez yazma süresinin son sınırlarına dayanmış olmama karşın benden ümidini kesmeyen, süreç içerisinde vazgeçmek istediğim anlarda beni motive eden, benden yardım ve desteğini esirgemeyen tez danışmanım Dr. Bekir ÇELİK'e saygılarımı ve teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans hayatım boyunca aldığım her dersle bana yeni ufuklar açan, temelimi zenginleştiren tüm hocalarım ve lisans hayatım boyunca beni bu mesleğe, temelden, en güzel şekilde yetiştiren tüm hocalarımın minnet, saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Çanakkale'ye taşınıp yüksek lisans okuyacağım dediğimde, hiç sorgulamadan, bana tam anlamıyla bir güven ve destekle yaklaşan, bu süreçte maddi ve manevi her şekilde yanımda olan canım babam Tacettin ERGÜN, canım annem Şengül ERGÜN ve canım abim Cengizhan ERGÜN'e çok teşekkür ederim. Sizin her an arkamda olduğunuzu bilmesem, hayallerimin peşinde koşmaya cesaret edemezdim.

Çanakkale yolculuğumda beni hiçbir zaman yalnız hissettirmeyen, gelişmeme ve dönüşmeme vesile olan, benim adeta Çanakkale'deki aileme dönüşen insanlara teşekkürü bir borç bilirim. Beni eleştirerek geliştiren ve hep çok güldüren Hüseyincan KATILMIŞ'a; en zor zamanlarımda yanımda olan, hasretini hep çektiğim Leyla KARABELA'ya; tüm dertlerimi dinlettiğim ve her daim örnek aldığım canım psikolog Seda SOLMAZ DEVLEZ'e ve tez sebebiyle gerçekleştirdiğim İstanbul-Çanakkale arası yolculuklarımda bana evini açan, tez süresinde ihtiyacım olan kitapları ÇOMÜ Kütüphane-İstanbul arasında taşıyan biricğim Ayşegül ÖZEN'e özellikle emekleri için teşekkür ederim.

Aynı anda iki yüksek lisans yaptığım süre boyunca hiçbir sosyal yaşamım kalmamışken, 'yalnızca mahalledeki kahveciye bir saat çıkabilirim' dediğimde; bir sene boyunca her hafta, aynı günde, aynı saatte, aynı yerde buluşmayı kabul ederek; beni bu süreçte yalnız bırakmayan, destek ve sevgilerini her daim hissettiren ilkokul arkadaşlarım Esmâ AKYOL ve Meltem

USLU'ya çok teŖekkür ederim. 'Bir fincan kahvenin kırk yıl hatırı vardır' sözünün anlamını siz olmasanız bilemezdim. Tezimin son dokunuşlarında bana yardımcı olan canımın içi kuzenim Zeynep BİLGİÇ'e teŖekkür ederim. Her zaman bana olan inancını, desteğini ve sevgisini hissettiğim, senelerdir konuşmadan bir gün bile geçirmediğim Hande ASMAZ'a varlığı için teŖekkür ederim. Süreç boyunca bana her şekilde, her an destek olan, motive eden, ismini tek tek anamadığım güzel insanlar, hepimize çok teŖekkür ederim. İyi ki varsınız!

Son olarak tez boyunca yaŖadıęım her türlü inişimde çıkışım olan, bana benim kendime inandığımdan daha çok inanan, karamsarlıklarımı aydınlıkla buluşturan, beni sevgisi ve desteğiyle iyileştiren Fatih YAVUZ'a çok teŖekkür ederim.

Sanırım artık sona geldim. Bu zorlu süreci sabırla ve özenle, vazgeçmeden, pes etmeden yürüttüğü için kendimle gurur duyuyor ve kendime inandığı mesleki gelişim yolundan vazgeçmediği için çok teŖekkür ediyorum.

Dilara ERGÜN

Çanakkale, Ağustos 2022

## ÖZET

# EVLİ BİREYLERDE ROMANTİK İLİŞKİLERE YÖNELİK RASYONEL OLMAYAN İNANÇLARIN, İLETİŞİM ÇATIŞMASI TÜRÜ VE ALDATMA EĞİLİMİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Dilara ERGÜN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Dr.Öğr. Üyesi Bekir ÇELİK

24/08/2022, 196

Evlilik karşılıklı cinsel doyum, birliktelik, dayanışma ve neslin devamının sağlandığı bir ilişki biçimidir. Psikoloji literatüründe rasyonel olmayan inançlar, çatışma ve aldatma faktörlerinin evlilik ilişkisini etkilediğine dair çalışmalara rastlanmaktadır. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı, evli bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar, çatışması eğilimi ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini, 2020-2022 yılları arasında Türkiye’de yaşayan 216 evli birey oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini bulabildiğini örnekleme yöntemiyle seçilmiştir.

Bu çalışmada ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Veri Toplama Formu, Kalkan (2006) tarafından geliştirilen İlişkilerde İnanç Envanteri, Dökmen (1986) tarafından geliştirilen

Çatışma Eğilimi Ölçeği ve Polat (2006) tarafından geliştirilen Aldatma Eğilimi ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda evli bireylerin bazı sosyodemografik değişkenlere göre aldatma eğilimi, çatışma eğilimi ve ilişkilerde inanç envanterlerinden alınan puanların değişiklik gösterdiği; aldatma eğilimi ve romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu; çatışma eğilimi ve aldatma eğilimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu; çatışma eğilimi ve romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu; romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının, aldatma eğilimi ve çatışma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu; romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların ve çatışma eğiliminin birlikte, aldatma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Çatışma Eğilimi, Romantik İlişki, Rasyonel Olmayan İnançlar, İletişim, Aldatma Eğilimi, Evlilik



## ABSTRACT

# A STUDY IN UNDERSTANDING THE EFFECTS OF IRRATIONAL BELIEFS TOWARDS ROMANTIC RELATIONSHIPS IN MARRIED INDIVIDUALS, ON COMMUNICATION CONFLICT TYPE AND INFIDELITY TENDENCY

Dilara ERGÜN

Çanakkale Onsekiz Mart University School of Graduate Studies

Master of Science Thesis in Family Counseling

Advisor: Assistant Professor Bekir ÇELİK

24/08/2022, 196

Marriage is a form of relationship in which mutual sexual satisfaction, togetherness, solidarity and the continuation of the generation are ensured. In the psychology literature, some studies show that irrational beliefs, conflict and infidelity factors affect the marriage. Accordingly, the main purpose of the research is to examining the relationships between irrational beliefs about romantic relationships, tendency to conflict and tendency to infidelity in married individuals in terms of various variables. By selecting the sampling method, the sample of the research consists of 216 married individuals living in Turkey between the years 2020-2022.

Relational screening model was used in this study. In order to collect data in the research, Personal Data Collection Form developed by the researcher, Belief in Relationships Inventory developed by Kalkan (2006), Conflict Tendency Scale developed by Dökmen (1986) and Infidelity Tendency scale developed by Polat (2006) were used.

As a result of the research, it has been determined that the scores obtained from the belief inventories in the tendency of infidelity and conflict and relationships of married individuals differ according to some sociodemographic variables; there is a positive and significant relation between their tendency to infidelity and their irrational beliefs about romantic relationships; the tendency to conflict and tendency to infidelity; tendency to conflict and irrational beliefs about romantic relationships. It has been also concluded that irrational beliefs about romantic relationships are significant predictors of infidelity and conflict tendencies, and that irrational beliefs about romantic relationships and conflict tendency together are important predictors of infidelity tendency.

**Keywords:** Conflict Tendency, Romantic Relationships, Irrational Beliefs, Communication, Infidelity Tendency, Marriage

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa No

JÜRİ ONAY SAYFASI .....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ETİK BEYAN .....	i
TEŞEKKÜR .....	ii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT .....	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
KISALTMALAR .....	xii
TABLolar DİZİNİ .....	xiii

### BİRİNCİ BÖLÜM

#### GİRİŞ

1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	4
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	6
1.5. Araştırmanın Varsayımı .....	7
1.6. Tanımlar .....	7

### İKİNCİ BÖLÜM

#### KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar .....	8
2.1.1. Bilişsel Kuramların Gelişimi.....	8
2.1.2. Bilişsel Davranışçı Kuram.....	11
Otomatik Düşünceler.....	13
Ara İnançlar .....	14
Temel İnançlar .....	15
Duygular, Bedensel Duyumlar ve Davranışlar.....	17
Bilişsel Çarpıtmalar .....	17
2.1.4. Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram .....	20
2.1.5. Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar, İletişim Çatışmaları ve Aldatma Hakkında Yapılmış Araştırmalar .....	23
2.2. İletişim ve İletişim Çatışmaları .....	33
2.2.1. Evlilikte İletişim Çatışmaları.....	36
2.2.2. İletişim Çatışmalarının Nedenleri.....	39
Biliş.....	39
Algı .....	40

İletişim Becerisi.....	41
Kişisel Faktörler .....	43
Kültürel Faktörler .....	45
2.2.3. Graf Analizi Açısından İletişim Çatışmalarının Sınıflandırılması .....	47
2.2.4. İletişim Çatışmaları ve Aldatma .....	49
2.3. Aldatma .....	51
2.3.1. Aldatmanın Evrimsel Kökeni .....	56
2.3.2. Aldatmanın Sosyal-Bilişsel Öğrenme Kuram ile Açıklanması .....	61
2.3.3. Aldatma ve Cinsiyet İlişkisi .....	63
2.3.4. Aldatma, Cinsiyet ve Kıskançlık İlişkisi .....	72
2.3.5. Aldatma ve Yaş İlişkisi .....	74
2.3.6. Aldatma ve Eğitim İlişkisi.....	75
2.3.7. Aldatma ve Sosyoekonomik Düzey İlişkisi .....	76
2.3.8. Aldatma ve Evlilik.....	79
2.3.9. Aldatmada Psikolojik Faktörler.....	87
2.3.10. Aldatmada İnançlar ve Bilişsel Yeniden Yapılandırma .....	90
2.3.11. Aldatmanın Sonuçları ve Risk Faktörleri .....	92

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

3.1. Araştırma Yöntemi .....	98
3.2. Katılımcılar.....	98
3.3. Veri Toplama Araçları.....	99
3.3.1. Kişisel Veri Toplama Formu .....	99
3.3.2. İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE).....	99
3.3.3. Çatışma Eğilimi Ölçeği (ÇEÖ).....	100
3.3.4. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ).....	102
3.4. Veri Toplama Süreci.....	103
3.5. Verilerin Analizi.....	103

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

4.1.Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Özetlenmesi .....	106
4.2. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi .....	108
4.2.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar cinsiyete göre farklılık göstermekte midir? .....	108
4.2.2. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir? .....	109
4.2.3. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir? .....	110
4.2.4. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir?.....	110

4.2.5. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir? .....	111
4.2.6. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir? .....	112
4.2.7. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir? .....	113
4.2.8. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir? .....	113
4.2.9. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile yaş arasında bir ilişki var mıdır? .....	114
4.2.10. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır?.....	114
4.2.11. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır?.....	115
4.2.12. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır?.....	115
4.3. İletişim Çatışmalarının Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi .....	115
4.3.1. İletişim çatışmaları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir? .....	115
4.3.2. İletişim çatışmaları eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?...	116
4.3.3. İletişim çatışmaları meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir? .....	117
4.3.4. İletişim çatışmaları sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir? .....	117
4.3.5. İletişim çatışmaları evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir? .....	118
4.3.6. İletişim çatışmaları sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir? .....	119
4.3.7. İletişim çatışmaları aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir? .....	120
4.3.8. İletişim çatışmaları aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir? ....	120
4.3.9. İletişim çatışmaları ile yaş arasında bir ilişki var mıdır?.....	122
4.3.10. İletişim çatışmaları ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır?.....	122
4.3.11. İletişim çatışmaları ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır? .....	122
4.3.12. İletişim çatışmaları ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır? .....	122
4.4. Aldatma Eğiliminin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi ..	122
4.4.1. Aldatma eğilimi cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?.....	122
4.4.2. Aldatma eğilimi eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir? .....	123
4.4.3. Aldatma eğilimi meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir? ....	124
4.4.4. Aldatma eğilimi sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir? .....	125
4.4.5. Aldatma eğilimi evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir? ....	125
4.4.6. Aldatma eğilimi sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir? .....	126
4.4.7. Aldatma eğilimi aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir? .....	126
4.4.8. Aldatma eğilimi aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir? .....	127
4.4.9. Aldatma eğilimi ile yaş arasında bir ilişki var mıdır? .....	128
4.4.10. Aldatma eğilimi ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır? .....	128

4.4.11. Aldatma eğilimi ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır?.....	129
4.4.12. Aldatma eğilimi ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır? .....	129
4.5. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar ile İletişim Çatışması Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi .....	129
4.5.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve alt boyutları ile iletişim çatışması eğilimi ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? .....	129
4.6. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi .....	130
4.6.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve alt boyutları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?.....	130
4.7. İletişim Çatışması Eğilimi ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	131
4.7.1. İletişim çatışması eğilimi ve alt boyutları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? .....	131
4.8. Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların ve Çatışma Eğiliminin, Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi .....	132
4.9. Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların, Çatışma Eğilimi ve Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.....	133
4.9.1. Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların çatışma eğilimi üzerinde anlamlı bir belirleyici etkisi var mıdır? .....	133
4.9.2. Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir belirleyici etkisi var mıdır? .....	134

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

5.1. Tartışma .....	135
5.1.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	135
5.1.2. Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	138
5.1.3. Meslek Grupları Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	140
5.1.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	142
5.1.5. Evlenme Biçimi Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	144
5.1.6. Çocuk Sayısı Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	145
5.1.7. Aldatma ve Aldatma Türü Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	147
5.1.8. Yaş, Tanışmadan Evlenmeye Dek Geçen Süre, Evlenme Yaşı ve Evlilik Süresi Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması .....	148
5.1.9. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar, İletişim Çatışması Eğilimi ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması.....	150
5.2. Sonuç .....	156
5.3. Öneriler.....	160
KAYNAKÇA .....	162
EKLER .....	I
ÖZGEÇMİŞ.....	XI

## KISALTMALAR

<b>AEÖ</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği
<b>BDT</b>	Bilişsel Davranışçı Terapi
<b>ÇEÖ</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği
<b>İİE</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri
<b>Min.</b>	Minimum
<b>Max.</b>	Maksimum
<b>SED</b>	Sosyoekonomik Düzey

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo No</b>	<b>Tablo Adı</b>	<b>Sayfa No</b>
<b>Tablo 1</b>	Bilişsel Çarpıtma Türleri Sınıflandırılması	19
<b>Tablo 2</b>	Graf Analizi Kapsamında Çatışma Sınıflandırması	48
<b>Tablo 3</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği Alt Boyutlarının Madde Numaraları	101
<b>Tablo 4</b>	Katılımcıların Cinsiyet, Eğitim, Meslek, SED, Evlenme Biçimi, Çocuk Sayısı, Aldatmaya Dahil Olma ve Aldatma Türüne Dair Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımına İlişkin Bulgular	106
<b>Tablo 5</b>	Katılımcıların Yaş, Tanışmadan Evlenmeye Dek Geçen Süre, Evlenme Yaşı ve Evlilik Süresine Dair Sosyodemografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler	107
<b>Tablo 6</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi	108
<b>Tablo 7</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	109
<b>Tablo 8</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi	110
<b>Tablo 9</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların SED'e Göre İncelenmesi	111
<b>Tablo 10</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi	111
<b>Tablo 11</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi	112
<b>Tablo 12</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi	113
<b>Tablo 13</b>	İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi	114
<b>Tablo 14</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi	116



<b>Tablo 15</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi	117
<b>Tablo 16</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi	118
<b>Tablo 17</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi	119
<b>Tablo 18</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi	120
<b>Tablo 19</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi	121
<b>Tablo 20</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi	123
<b>Tablo 21</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	123
<b>Tablo 22</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi	125
<b>Tablo 23</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi	126
<b>Tablo 24</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi	127
<b>Tablo 25</b>	Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi	127
<b>Tablo 26</b>	İlişkilerde İnanç Envanterinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Çatışma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	130
<b>Tablo 27</b>	İlişkilerde İnanç Envanterinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	131
<b>Tablo 28</b>	Çatışma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	132

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sınırlılıkları, varsayımı ve tanımlara yer verilmiştir.

### 1.1. Problem Durumu

Evlilik eşlere psikolojik olarak iyi olma hali sağlarken aynı zamanda zorlu bir süreci de içerir. Evlilik bireylere mutluluk ve doyum sağlarken, problem ve çatışma kaynağı da olabilmektedir (Erok, 2013). Evlilik çatışması, eşlerden birinin isteklerinin, diğer eş tarafından engellendiğini algılamasıyla başlar ve her iki eşin de algı, duygu ve davranışlarını içinde barındırır (Özgüven, 2001). Çatışmaları çözüme kavuşturma yoluyla eşler arasındaki yakınlık ve ilişkiden alınan doyum arttırılır. Mutsuz evliliklerde eşlerin, çatışmaları çözücü davranışlar sergilemek yerine arttıran olumsuz tutumlara başvurmaları sebebiyle çatışmaların çözüme kavuşması zorlaşmaktadır (Crowley, 2006). Dolayısıyla eşlerin evlilikten yüksek doyum almalarının ve evlilik durumunun sürekliliğinin sağlanması için eşler arasındaki çatışmaların nasıl yönetildiğini bilmek oldukça önemlidir.

Evli çiftlerin iletişim çatışmaları, eşlerin düşünce boyutundaki sorunlarla ilgilidir (Ülker, 2011). Bireylerin otomatik düşünceleri ve inançları davranışlarını etkilemektedir (Beck, 2021). Eşlerin evlilik ilişkisine ilişkin bilişleri ve davranış farklılıkları, evlilik ilişkisinde çatışmaların oluşmasına sebep olabilmektedir (Erok, 2013). Literatürde yapılan deneysel çalışma ve klinik gözlemlere göre bilişsel bazı özellikler örneğin seçici dikkat, yorumlama, beklentiler ve varsayımlar vb. evlilik çatışmasını etkiliyor gözükmektedir (Erok, 2013). Kurdek (1999) çalışmasında evli çiftlerin sık ve yoğun çatışmaları, evlilik ilişkisi hakkında işlevsel olmayan inançları ile ilişkili bulunmuştur. Dolayısıyla evlilik çatışmasını anlamaya çalışırken,

evlilik ile ilgili işlevsel olmayan düşünce ve inançları da incelemek gerekmektedir (Erok, 2013).

Çok kısa sürede, hızlıca ve kendiliğinden oluşan, mantık dışı düşünceler otomatik düşünce olarak adlandırılmaktadır. Otomatik düşünceler zihinde imajlar ya da sözcükler olarak belli durumlara özgü ortaya çıkmaktadır. Otomatik düşünceler objektif kanıtlarla tersi ispatlanabilir olmasına rağmen çarpıtılmıştır ve gerçeklikten uzaktır. Kimi otomatik düşünceler doğru olabilir fakat bu düşünceler işlevselliklerini yitirmişlerse, bireylerin hayatlarını zorlaştırabilirler (Beck, 2021).

Bilişsel çarpıtmalar, bireyin hem kendini hem de dış dünyayı algılamak rasyonel olmayan değerlendirmelerini ve otomatik düşüncelerini kullanmasıyla ve bu durumun bireyde yol açtığı duygu, düşünce ve davranış sorunları ile açıklanmaktadır (Fair, 1986). Bilişsel Davranışçı Kuram'a göre otomatik düşünceler; ara inanç, kural ve sayıltıları içerir. Bunlar bireyin kendisi, diğerleri ve dış dünya hakkında yerleşik hale gelmiş kuralları ve beklentileri oluşturur. Bilişin en alt katmanında ise temel inançlar yer almaktadır. Bunlar erken dönem yaşantılarla oluşmuştur ve yaşam süresince benzer yaşantılar ve deneyimlerle pekiştirilmiştir. Temel inançlar katı ve aşırı genelleycidirler. Beck (2021), olumsuz temel inançları sevilmezlik ve çaresizlik olarak iki alt boyutta incelemiştir.

Evli bireylerde, ilişkiye dair rasyonel olmayan inançlar ile düşük evlilik uyumu, düşük evlilik doyumu ve evlilik çatışmaları arasında ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Küçükçelik, 2015). Sullivan ve Schwebel (1995), gerçekçi olmayan ilişki beklentilerine sahip olan bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları hayal kırıklığının çatışmalara yol açabileceğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde, Möller vd. (2001) evliliğinde problem yaşayan evli bireylerin, evliliğinde problem yaşamayan evli bireylere göre daha fazla bilişsel çarpıtma gösterdiğini belirtmiştir.

Birçok araştırma çift ve aile ilişkisindeki eksikliklerin, memnuniyetsizliğin, tekrarlanan sorunların ve çatışmaların sadakatsizliği hızlandırmada ve sürdürmede merkezi bir rol oynayabileceğini göstermiştir (Allen vd., 2005; Allen ve Atkins, 2005; Blow ve Hartnett, 2005; Fisher vd., 2009; Glass ve Wright, 1985). Ek olarak çatışmaların kötü yönetilmesi, evlilik ilişkisi içinde tatminsizliğe ve sorunların artmasına yol açan önemli bir faktördür (Crowley, 2006). Dolayısıyla evlilik doyumunu tehdit eden unsurlar eşlerin birbirlerinden memnuniyetsizliğine sebebiyet vererek aldatma eğilimini ortaya çıkarabilme olasılığına sahiptir. Evlilik çatışmaları ve anlaşmazlıklar evlilik doyumunu üzerinde en önemli etkiye sahip olan olgulardandır. Çatışmalara yol açan sebeplerden biri de ilişkilere yönelik algılanan çarpıtılmış inanışlardır. Dolayısıyla çarpıtılmış inanışlar ve aldatma eğilimi arasında bir ilişki bulunması olasıdır. Literatürde bu konuda yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın bilişsel çarpıtmalar ve aldatma eğilimi konusunda alanda yeni çalışma alanları açacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın ana problem cümlesi “Evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının, iletişim çatışması türü ve aldatma eğilimi üzerinde etkisi var mıdır?” şeklindedir. Araştırmanın diğer problemleri aşağıda verilmiştir:

1-Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar evli bireylerin sosyodemografik bilgilerine göre farklılık göstermekte midir?

2-Çatışma eğilimi evli bireylerin sosyodemografik bilgilerine göre farklılık göstermekte midir?

3-Aldatma eğilimi evli bireylerin sosyodemografik bilgilerine göre farklılık göstermekte midir?

4- Evli bireylerde romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve çatışma eğilimi ve arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

5- Evli bireylerde romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

6-Evli bireylerde aldatma eğilimi ve çatışması eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

7-Evli bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların ve çatışma eğiliminin, aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir belirleyici etkisi var mıdır?

8- Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar, çatışma eğilimi ve aldatma eğilimini yordamakta mıdır?

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı, evli bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların, iletişim çatışmaları türleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Evlilik yaşamında problem ve çatışmalar ortaya çıktığında etkili çözüm yollarına ve sağlıklı iletişim kurma yöntemlerine başvurulamaması sonucu çiftler arasındaki ilişki yıpratmakta ve çiftler boşanma noktasına gelebilmektedir (Güven ve Sevim, 2007). 2000’li yılların başından bu yana artış gösteren boşanma oranları, evlilik ilişkisinde ortaya çıkan çatışma dinamiklerinin anlaşılması ve çözümlenmesine yönelik araştırmalara duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2022). Evlilik ilişkisinde oluşan çatışmalar

genellikle iletişim süreçlerinin zayıflığı veya sağlıklı iletişim kalıplarının kullanılmasından kaynaklanan iletişim sorunlarıdır (Aydın, 1988; Cüceloğlu, 1991; Klinetob ve Smith, 1996). Dolayısıyla evlilik ilişkisinde boşanmaya yol açan sorunları oluşturan iletişim çatışmaları türlerinin belirlenmesi önleyici çalışmalar için ihtiyaç niteliğindedir.

19. yüzyılın başlarından bu yana evlilik ile ilgili araştırmalar gerçekleştirilmektedir ve bu araştırmalarda çoğunlukla bireysel özellikler, evlilik doyumu ve problem çözme davranışları vb. üzerine yoğunlaşmıştır (Güven ve Sevim, 2007). 19.yüzyılın sonlarına doğru ise evlilik ilişkisine ilişkin işlevsel olmayan inançlar ve eşlerin birbirlerine karşı gerçek dışı beklentileri gibi bilişsel bazı yapıların etkisini inceleyen araştırmalar ortaya çıkmıştır (Fincham ve Bradbury, 1990). Tüm bu çalışmaların sonucunda evlilik ilişkisinde sorunların oluşumunu tetikleyen bilişsel süreçlere dikkat çekilmiş ve evlilik ilişkisini bu bilişsel süreçler çerçevesinde incelemeye ihtiyaç duyulmuştur.

Bireylerin sahip olduğu bilişsel çarpıtmalar gündelik yaşantılarında ve kişilerarası ilişkilerinde birtakım sorunları beraberinde getirmektedir. Bilişsel çarpıtmaların evlilik ilişkisi içerisinde aldığı form romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar olarak gözlenebilmektedir. Eşlerin ilişkilerine dair geliştirdikleri gerçek dışı inançların, evlilik doyumlarını ve iletişim biçimlerini olumsuz etkileyebileceği düşünülmüştür. Eşlerin ilişkilerine dair geliştirdikleri olumsuz inanışların, iletişimlerini sekteye uğratarak anlaşmazlık durumu ortaya çıkarabileceği ve çatışmalara yol açabileceği düşünülmüştür. Çatışma biçimleri işlevsel olmayan çiftlerde bu durum ilişkinin sonlanmasına zemin hazırlayabilir. Dolayısıyla bireylerin evlilik doyumsuzluğunun onları alternatif eş seçeneklerine yöneltebileceği düşünülmüştür. Bu kapsamda aldatma eğilimlerinin ele alınması gerekmektedir.

Aldatma çoğunlukla evlilik ilişkisinin sonlanmasına yol açan, ilişkiyi tehdit edici bir unsurdur. Aldatma hem yol açtığı ilişki sorunları hem de eşler üzerinde oluşturduğu olumsuz

psikolojik etkiler sebebiyle, ruh sağlığı alanında çalışanların klinik deneyimlerinde sıklıkla karşılaştıkları bir olgudur. Aldatmanın oluşmasında etkili olan faktörlerin ve ilgili ilişki dinamiklerinin ortaya konulması, evlilik ilişkisinde karşılaşılan sorunlara sunulacak çözümler açısından önem taşır. Bu çalışmada aldatma eğilimi, çatışma türleri ve bireylerin sahip olduğu inançlara dair bir ilişki haritasının ortaya konulması özellikle bilişsel davranışçı ekolle çalışan ruh sağlığı çalışanlarının klinik pratiklerine yeni bir bakış açısı kazandıracaktır.

Bu araştırma, romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan inançların evli bireylerin çatışma türleri ve aldatma eğilimleri üzerindeki etkisi ve bu değişkenlerin birbirleri ile ilişkisini ortaya koyacaktır. Ülkemizde evlilik ilişkilerini inceleyen araştırmalarda daha çok iletişim çatışmaları ile evlilik doyumunu ve evlilik uyumu ilişkileri araştırılmıştır. Çatışma Eğilimleri ile İlişkilerde İnanç ve Aldatma konularında literatürde sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmış, Aldatma Eğilimi ve İlişkilerde İnanç ile ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Aynı zamanda evlilik içerisinde iletişim çatışmaları, aldatma eğilimi ve bilişsel süreçlerden ilişkilerde inanç faktörünü birlikte ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın literatürdeki bu açığa çatışma türleri, aldatma eğilimi ve bilişsel süreçler arasındaki ilişkileri ortaya koyarak katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

**1-** Araştırmada evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarına ilişkin veriler İlişkilerde İnanç Envanteri'nin; iletişim çatışmaları türüne ilişkin veriler atışma Eğilimi Ölçeği'nin; aldatma eğilimine ilişkin veriler Aldatma Eğilimi Ölçeği'nin ölçtüğu değerler ile sınırlıdır.

**2-** Araştırmaya katılan evli bireylere ilişkin elde edilen sosyodemografik veriler 'Kişisel Veri Toplama Formu'ndan elde edilen cevaplarla sınırlıdır.

3- Araştırma bulguları, araştırmaya katılan 2020-2022 yılları içerisinde evli olan 225 bireyden elde edilen verilerle sınırlıdır.

4- Araştırma bulguları, veri toplama araçlarının Google Forms üzerinden iletildiği evli bireylerin gönüllü katılımıyla elde edilen verilerle sınırlıdır.

### 1.5. Araştırmanın Varsayımı

1. Araştırmaya katılan evli bireylerin, araştırma kapsamında kullanılan İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE)'ni, atışma Eğilimi Ölçeği (EÖ)'ni, Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)'ni ve Kişisel Veri Toplama Formu'nu içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

### 1.6. Tanımlar

**Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar:** Bireyin romantik ilişkinin doğasına, kendisine ve birlikte olduğu kişiye ilişkin abartılmış, katı, mantıklı olmayan ve değişmeye dirençli inançlarıdır (Sarı ve Korkut Owen, 2016; Ellis, 1986).

**Aldatma:** Romantik ilişki dışında gerçekleşen ve romantik ilişkinin duygusal yakınlığını tehlikeye atan cinsel veya duygusal etkileşimdir (Hertlein vd., 2003).

**Kişilerarası İletişim atışması:** Bireyler arasında anlaşmazlık olduğunda ve/veya bireylerin amaçlarına ulaşmaları engellendiğinde verilen olumsuz duygusal tepkilerdir (Barki ve Hardwick, 2004).

**Evlilik:** Farklı istek, ihtiyaç ve özelliklere sahip iki bireyin, çeşitli sebeplerle birbirlerine verilen sözlerle oluşturdukları evrensel bir kurumdur (Baran, 2017).



## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde rasyonel ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançlar, iletişim çatışmaları ve aldatma eğilimi ile ilgili kuramsal çerçeveye ve daha önce yapılmış çalışma bulgularına yer verilecektir.

#### 2.1. Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar

##### 2.1.1. Bilişsel Kuramların Gelişimi

Bilişsel Kuramlar bireylerin algı, anlamlandırma ve bilişlerinin davranışlarında rol oynadığı ilkesiyle, aslında yüzyıllar öncesinde Stoacı Epiktetos'un görüşleriyle benzerlik göstermektedir (Dryden, 2005; Türkçapar, 2018). Epiktetos'un insanlara rahatsızlık veren şeyin olayın kendisinin değil, insanların olaya karşı geliştirdikleri katı ve aşırı bakış açıları olduğuna ilişkin düşüncesi bilişsel kuramların temelini oluşturmuştur (Dryden, 2005). Bilişsel Davranışçı Kuram her ne kadar yüzyıllar öncesine dayanan ilkelere sahip olsa da kuram olarak ortaya çıkışını hazırlayacak bazı bilimsel gelişmelerin yaşanması gerekmiştir.

20.yüzyılın başlarında ilk defa psikanalize alternatif bir akım olarak davranışçılık doğmuştur (Türkçapar, 2018). Pavlov (1927) ve Skinner (1904-1990)'in hayvan öğrenmesine ilişkin çalışmaları ve Watson ve Rayner (1920)'in insan kaygısına ilişkin çalışmaları davranışçı kuramın oluşmasına zemin hazırlamıştır (akt. Simmons ve Griffiths, 2021; akt. Türkçapar, 2018). Pavlov'un köpekler üzerinde gerçekleştirdiği deneyler sonucu klasik koşullanma kavramı ortaya atılmıştır (Simmons ve Griffiths, 2021). Pavlov bu deneyde köpeklerin yemek verilmeden önce çalınan bir zil sesine koşullandıklarını ve yemek verilme bile bu zil sesini duyduklarında salya salgılamaya başladıklarını ortaya koyarak, hayvan öğrenmesine dair çarpıcı bir sonuca ulaşmıştır (Simmons ve Griffiths, 2021). Skinner ise edimsel koşullanma

kavramını ortaya atarak neredeyse tüm insan davranışlarının davranışçılık ilkeleriyle açıklanabileceği fikrini oluşturmuştur (Türkçapar, 2018). Edimsel koşullanmayla belli bir davranışın sonucuna göre davranışın sıklığının artıp azalabileceğini ortaya konulmuştur (Türkçapar, 2018). Yapılan bir davranışın ardından ödül gelmesi durumunda, davranışın gerçekleştirilme sıklığının artacağı gösterilmiştir (Simmons ve Griffiths, 2021). Watson ve Rayner (1920) tarafından gerçekleştirilen Küçük Albert deneyi ise çevresel müdahaleler ile insanda koşullu bir kaygı tepkisi, diğer bir deyişle fobik tepki oluşturulabileceğini ortaya koymuştur (akt. Simmons ve Griffiths, 2021; Türkçapar, 2018). Watson düşünceyi tek başına bir işlevi olmayan edilgen bir süreç olarak görmüştür ve düşünceyi konuşma olarak değerlendirerek, davranış olarak ele almıştır (Türkçapar, 2018). Buna ek olarak bireyin davranışlarını şekillendiren en önemli faktörün çevre olduğunu belirtmiştir.

Davranışçılık, psikanalize bir tepki olarak ortaya çıkması sebebiyle gözlenemeyen ve ölçümlenemeyen hiçbir şeyi psikoloji biliminin konusu etmeme ilkesiyle hareket etmiş ve zihni edilgen kabul ederek, yalnızca gözlenebilir insan davranışları ve fizyolojik tepkilere odaklanmıştır. Davranışçılar zihni dünyanın yansımalarını işleyen, bilgi toplayıcı boş bir depo olarak kabul etmiştir. Davranışçılık klinik ortamda fobilerin tedavisinde başarılı olmuş olsa da depresyon tedavisinde yetersiz kalmıştır (Türkçapar, 2018).

Bilişsel Davranışçı Kuram, mevcut psikoterapi yaklaşımlarının eksik kalan yönlerine ve yetersizliklerine yanıt arama ihtiyacından doğmuştur (Savaşır vd., 2009). Davranışçılık yalnızca gözlemlenebilen davranışı ele alırken, Bilişsel Kuram davranışa yol açan düşünceleri ele almak gerektiğini vurgulayarak, doğuşuyla 1970'lerde davranışçılığın psikoloji alanındaki egemenliğini sarsmaya başlamıştır (Sönmez, 2012; Türkçapar, 2018). Bunun sebebi davranışçı kuramın açıklayamadığı bazı faktörlerin olmasıdır. Bunlardan en önemlileri insanların aynı ortamda aynı uyaranlara karşı farklı tepkiler verebiliyor olması ve herhangi bir pekiştirici olmadığı halde, koşullanma gerçekleşmeksizin de öğrenmenin gerçekleştirilebiliyor olmasıdır

(Türkçapar, 2018). Bilişsel Kuram'a göre farklı ortamlarda benzer uyaranlara farklı tepkiler verilmesinin ya da farklı duygular hissedilmesinin sebebi farklı bilişsel değerlendirmelerdir (Lazarus, 1991). Bilişsel Kuram'ı diğerlerinden ayıran en önemli unsur, uyaran ile davranış arasındaki zihinsel süreçlere odaklanmasıdır ve uyaranla davranış arasında ne olduğunu anlamak üzere yapılan bazı çalışmalar, biliş kavramının psikolojinin yeni konusu olmasını sağlamıştır (Sönmez, 2012). Rotter (1966)'ın sosyal öğrenme kuramına bağlı olarak açıkladığı iç ve dış kontrol odağı mekanizmaları, Bandura'nın sosyal öğrenme kuramına bağlı olarak açıkladığı öz etkinlik ve gözlemsel öğrenme mekanizmaları ve Seligman'ın açıkladığı öğrenilmiş çaresizlik kuramı zihinde olup bitenleri anlamak adına yol gösterici olmuştur (akt., Türkçapar, 2018). Wolpe'nin düşünceyi durdurma kavramı, Meichenbaum'un kendini eğitime kavramı, D'Zurilla ve Goldfried'in problem çözme ve bilişsel yeni yapılandırma kavramı ve Rehm'in kendini kontrol etme kavramları üzerine yaptıkları çalışmalar ise Bilişsel Kuram'ın gelişimine katkı sağlamıştır (Savaşır vd., 2009).

Zihinsel süreçlere vurgu yapan ilk kişi Albert Ellis'tir ve Akılcı Duygusal Terapi adını verdiği kuramını geliştirmiştir (Türkçapar, 2018). Kuram bireyin psikolojik sorunlarının çoğunlukla gerçeğe uygun olmayan inançlardan kaynaklandığını savunmaktadır (Türkçapar, 2018). Aaron T. Beck de 1960'lı yılların başında psikanalizin kabulünü arttırabilmek için psikanalitik teorilerin geçerliliğinin ampirik olarak ortaya konulması gerektiğine inanmıştır ve bunu sağlamak amacıyla araştırmalar yapmıştır, fakat bu çalışmaların sonuçları beklentilerini doğrulamamıştır (Beck, 2021). Beck, depresyonun bireyin kendisine yönelen hostilitenin bir sonucu olduğunu iddia eden psikanalitik kuramı test etmek için uyguladığı deneyde depresif bireylerin rüyalarını incelemiştir. Bu inceleme sonucunda depresif bireylerin rüyalarında çok az hostilite olduğunu fark etmiş ve rüyalarda çoğunlukla kusurluluk, yoksunluk ve kayıp konularına rastlamıştır. Bunun sonucunda psikanalitik kuramın ortaya attığı depresif hastaların

acı çekmeye yönelik ihtiyacına dair görüşlerin doğru olmadığı sonucuna ulaşmıştır (Beck, 1967, aktaran, Beck, 2021).

Beck'in geliştirdiği ilk haliyle Bilişsel Davranışçı Kuram geniş bir alanda kabul görmeye başlayarak ve diğer bilişsel yaklaşımlarla birleşerek bugün bildiğimiz Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT)'yi oluşturmuştur (Simmons ve Griffiths, 2021). Bilişsel Davranışçı Kuram öğrenme kuramı, sosyal öğrenme kuramı ve bilişsel psikolojiyle ilgili araştırmaların bilimsel sonuçlarına dayanmaktadır (Türkçapar, 2018). BDT yöntemleri ilk olarak depresyon üzerinde kullanılmıştır ve Beck bozulmuş olumsuz düşünce ve inançları depresyonun öncelikli belirtisi olarak bildirmiştir (Simmons ve Griffiths, 2021; Beck, 1967, aktaran, Beck, 2021). Beck, kuramını geliştirirken davranışçı yaklaşımları görmezden gelmemiş aksine davranışçı müdahalelerin bireylerin bilişsel değişimleri için etkili müdahaleler olduğunu belirtmiştir ve davranışçı müdahalelerden oldukça yararlanmış (Patterson ve Watkins, 1996). Ellis'in Akılcı Duygusal Kuramı ve Beck'in Bilişsel Davranışçı Kuramı ve Davranışçı Kuramın bütünleşmesiyle Bilişsel Davranışçı Terapi oluşmuştur (Türkçapar, 2018). Günümüzde kullanılan BDT'ye göre bireyin içinde bulunduğu çevre, biyolojik yapısı, duygular, bilişler ve davranışlar etkileşim içinde bireyin ruhsal bütünlüğünü oluşturmaktadırlar (Türkçapar, 2018).

### **2.1.2. Bilişsel Davranışçı Kuram**

Bilişsel Davranışçı Kuram, Beck (1976) tarafından öne sürülen bilişsel bilgi işleme modeline dayanmaktadır (Beck, 2021; akt. Simmons ve Griffiths, 2021; Türkçapar, 2018). Bilgi işleme süreçleri; duyular (nöronlar uyarıldığından ortaya çıkan ilk tepki), algılama (duyuların değerlendirilmesi) ve bilişten (duyular ve algılardan gelen verilerin işlenerek ortaya çıkarılan karmaşık süreçler) oluşmaktadır (Türkçapar, 2018). Bilişsel model; bireyin duygu, düşünce ve fizyolojik yapısının durum ve olaylara karşı algılamalarından etkilendiğini varsaymaktadır (Beck, 2021). Bilişsel modele göre bireyin duyguları ve davranışları içinde bulunduğu durum

ya da olayı nasıl yorumladığından ve ne düşündüğünden etkilenmektedir (Sönmez, 2012; Beck, 2021). Dolayısıyla bireyin içinde bulunduğu durum ya da başından geçen olayın kendisi, duygu ve davranışları üzerinde doğrudan bir etkiye sahip değildir (Beck, 2021). Bireyin olay ya da durumu algılama ve yorumlama şekli bu noktada aracı rol oynamaktadır (Beck, 2021; Simmons ve Griffiths, 2021). Lazarus (1991), bireyin iç ve dış uyaranlardan gelen bilgileri algılayıp, anlamlandırması ve değerlendirmesi sonucu düşüncelerinin temellerinin oluştuğunu varsaymaktadır.

Bahsedilen bilişsel süreçlerin esas işlevi bireyin çevreye uyum sağlamasını kolaylaştırmaktadır (Türkçapar, 2018). Fakat bireyin olayı ya da durumu olumsuz algılaması ve yorumlaması durumunda, olumsuz tepkiler geliştirmekte ve bu da bireyde sıkıntı oluşturmaktadır (Simmons ve Griffiths, 2021). Bu sebeple kurama dayanan müdahale yöntemleri, düşünce süreçleri ve davranış tepkilerinde oluşan olumsuz değerlendirme yanlışlıklarını hedef almaktadır (Simmons ve Griffiths, 2021). Bilişsel model, tüm psikolojik bozukluklarda işlevsiz düşünce kalıplarının bulunduğunu savunmaktadır (Beck, 2021). Psikolojik sorunlara ve davranış sorunlarına yol açan düşünceler bilgi işleme sürecindeki yanlışlıkların ve bilişsel eksikliklerin bir sonucudur (Türkçapar, 2018).

Bilişsel Kuram'a göre evliliklerde ortaya çıkan sorunlar ve çatışmalar, bireylerin kişilerarası davranışlarını belirleyen, algı ve davranışsal beklentilerinden kaynaklanmaktadır ve bu algılamalar kimi zaman çarpıtılmış olduğundan, eşler arasındaki sorunlu davranışlar varlığını sürdürür (Bennun, 2019). Ancak eşler bilişsel çarpıtmalarını sorguladıklarında, olumlu davranış değişimi mümkün olur. Sosyal Öğrenme Kuramı'na göre ise evlilik sorunları olumsuz davranışların karşılıklı değişimiyle oluşmaktadır ve sorunlu eşler birbirleri hakkında olumsuz yüklemeler yapma eğilimindedirler (Bennun, 2019). Epstein (1982)'e göre sorunlu ilişkilerin 3 özelliği bulunmaktadır: (1) Bireylerin kişilerarası yanlış algıları ve geçersiz varsayımları bulunur, (2) Eşlerin kişilerarası davranışlarla ilgili olumsuz şemaları bulunur, (3) Eşlerin

olumsuz şemalarına dayanan genellemeleri ve sorgulanmayan algılamaları mevcuttur. Bilişsel yaklaşım kullanan çift ve aile terapistlerinin görevi mevcut yıkıcı şemalar yerine gerçekçi ve uyumlu şemalar geliştirmektir (Bennun, 2019). Bilişsel model kullanılarak, işlevsiz düşünce kalıplarının sorunların sürmesini nasıl etkilediğine dair bir bakış açısı kazandırılmakta ve sorunların düşünce süreçlerine müdahaleler yoluyla azaltılması sağlanmaktadır (Simmons ve Griffiths, 2021). Evlilik ilişkisinde bilişsel müdahaleler üç kategoride incelenebilir: gerçekçi olmayan beklentilerin değiştirilmesi, yanlış yüklemelerin düzeltilmesi, kendi kendini eğitme ve öz kontrol (Bennun, 2019).

Aşağıda bilişsel modelin unsurları açıklanmıştır. Bilişsel model tüm bu unsurların birbirleriyle ilişkili olduğunu ve bir unsurda gerçekleşecek değişimin, diğer unsurları da değiştireceğini savunmaktadır (Simmons ve Griffiths, 2021). Bu değişim olumsuz olup kısır bir döngü oluşturabileceği gibi, bilişsel davranışçı müdahaleler yoluyla olumlu bir değişim yaratılarak, bu kısır döngüyü kırabilir (Simmons ve Griffiths, 2021).

### **Otomatik Düşünceler**

Otomatik düşünceler, bilişsel çarpıtmaların sonucu olarak meydana gelmektedir ve aynı anda birden fazla bilişsel çarpıtmayı barındırabilmektedir (Kuyucu, 2007; Türkçapar, 2018). Bireyin zihninde görüntüler ve kelimeler olarak beliren otomatik düşünceler duruma hastırlar, daha çok duygusal sıkıntı anlarına eşlik ederler veya duygusal sıkıntıya yol açarlar ve en yüzeysel biliş düzeyini oluşturmaktadırlar (Lynn ve Garske, 1985; Beck, 2021; Türkçapar, 2018). Bu düşünceler kısa ve net olmakla birlikte bireyin bilinçli kontrolünde değildir, kişi bu düşünceleri isteyerek aklına getirmez ve bu sebeple 'otomatik' olarak adlandırılmaktadır (Lynn ve Garske, 1985; Türkçapar, 2018; Simmons ve Griffiths, 2021). Otomatik inançların dikkat gerektirmemeleri sebebiyle birey, otomatik düşünceleri başlatmak için herhangi bir çaba harcamamaktadır (Kuyucu, 2007). Otomatik düşünceler temel inançlar ve ara inançlardan

kaynaklanmaktadır ve kişinin yaşamının her anına canlı yorumlama yapılmış gibi yaşanmaktadır (Simmons ve Griffiths, 2021). Çoğunlukla otomatik düşünceler incelenmeden doğru kabul edilmektedir (Beck ve Newman, 2017; Türkçapar, 2018). Çoğunlukla hızlıca belirip kaybolmaları sebebiyle ruh hali üzerinde olumlu ya da olumsuz etkileri birey tarafından fark edilmemektedir (Beck ve Newman, 2017; Simmons ve Griffiths, 2021). Fakat otomatik düşünceler bireyde üzüntü, kaygı, öfke ve mutluluk gibi çeşitli duyguları oluşturabilmektedir (Gökdağ, 2014). Otomatik düşünceler psikolojik sorunlara sahip bireylerde çoğunlukla çarpıtılmış ve abartılmış şekilde var olmaktadır (Sharf, 2015). Otomatik düşünceler yalnızca sözel değildir, imgesel biçimde de var olabilmektedir (Türkçapar, 2018). Otomatik düşünceler ne kadar mantıksız olsalar da davranışı etkilemektedirler ve bireylerin onlara olan inancı güçlüdür (Lynn ve Garske, 1985).

Otomatik düşünceler, daha yüzeysel düşünceler olmalarından ötürü onlara erişmek nispeten kolaydır. Dolayısıyla terapiye ilk olarak otomatik düşüncelerin saptanmasıyla başlanmaktadır. Terapide bu düşünceleri doğru değerlendirme ve olumlu düşüncelerle değiştirme gibi müdahaleler gerçekleştirilmektedir. Bu düşüncelerle yüzleşmek, çoğunlukla otomatik düşüncelerle birlikte gelen duyguları da olumlu yönde değiştirmektedir. Terapide rasyonel olmayan otomatik düşüncelerden daha derinde yer alan ara inançlar ve temel inançlar daha sonra ele alınmaktadır (Oruç, 2013).

### **Ara İnançlar**

Ara inançlar; otomatik düşüncelere kıyasla daha zor fark edilen, sözcüklere döküldüğünde fark edilmeleri kolaylaşan, çoğunlukla ‘eğer..., o zaman...’ kalıpları ya da ‘meli-malı’ cümleleriyle tanımlanan, bireyi olumsuz temel inançlardan korunmak amacıyla ortaya çıkan yaşama kurallarıdır (Simmons ve Griffiths, 2021). Ara inançlar doğrudan yaşantı ve gözlemlerden öğrenilenlerden oluşmuş, bireyin kendisi, diğer insanlar ve deneyimleriyle

ilgili kalıcı hale gelmiş, zihnin derinliklerinde bulunan kural, beklenti ve varsayımlardır (Corey, 2015; Oruç, 2013; Türkçapar, 2018). Kendi başlarına bu kuralları kötü olarak nitelendirmek doğru değildir aksine esnek ve uyarlanabilir olduklarında bireyin yaşamına oldukça faydalı olabilmektedirler (Simmons ve Griffiths, 2021). Fakat duruma göre kişinin yaşam uyumunu bozucu ve işlevsiz de olabilmektedirler (Türkçapar, 2018).

### **Temel İnançlar**

Temel inançlar, bireyin kendisi, diğerleri ve çevreyle ilgili bilgilerini düzenlemesini sağlayan, varsayımlarını içeren, geçmiş yaşantı ve deneyimleri sonucu oluşan yapılar olarak tanımlanmıştır (Türkçapar, 2018). Temel inançlar; belli koşullara bağlı değildir, kalıcıdır, örtüktür, katıdır, aşırı genellenmiştir, değişime dirençlidir ve birey tarafından mutlak doğru olarak kabul edilir (Beck, 2021; Simmons ve Griffiths, 2021; Uğur, 2013). Otomatik düşüncelerin aksine temel inançlar, duruma ya da olaya özgü değil, geneldirler (Simmons ve Griffiths, 2021). Olumlu ya da olumsuz şekilde var olabilen temel inançlar, bireyin kendisi ve diğer insanlarla kurduğu ilişkiler sonucunda oluşurlar (Beck ve Newman, 2017).

Bireyler çok erken yaşlardan itibaren yaşantıları aracılığıyla kendileri, başkaları ve dünya ile ilgili birtakım inançlar geliştirirler (Beck, 2021; Simmons ve Griffiths, 2021). Bireylerin diğer insanlarla ve çevreyle olan etkileşimleri genetik yatkınlıklarından da etkilenerken belirli anlamlar oluşturur (Beck, 2021). Eğer birey erken dönem yaşantılarında zorlu ve travmatik deneyimlere sahipse veya eksik ve yanlış öğrenmeleri olmuşsa, olumsuz inançlar ve varsayımlar geliştirmesi daha olasıdır ve bu inançlar da olumsuz otomatik düşüncelerin ve hatalı bilişlerin oluşmasına sebep olmaktadır (Uğur, 2013; Simmons ve Griffiths, 2021). Zorlu erken dönem yaşantılara sahip bireyler olay ve durumları olumsuz algılama eğilimindedirler (Simmons ve Griffiths, 2021). Bu sebeple benzer deneyimler yaşanmaya ve/veya olaylar olumsuz algılanmaya devam ettikçe, olumsuz inançlar pekişmekte ve katılaşmaktadır



(Simmons ve Griffiths, 2021; Türkçapar, 2018). Bunun sonucunda erken dönem yaşantılarla oluşmuş temel inançlar, bireyin yetişkin yaşamında artık gerekli ve uyum sağlayıcı olmadıkları halde, sorgulanmadıkları sürece varlıklarını sürdürmeye devam ederler (Simmons ve Griffiths, 2021). Tam tersi de geçerlidir. Eğer birey erken dönem yaşantılarında iyi deneyimlere sahipse olumlu inançlar geliştirir, olumlu otomatik düşünceler oluşturur ve durum ya da olayları olumlu algılamaya eğilimli olur (Simmons ve Griffiths, 2021). Kimi zaman bireyler olumsuz temel inançlara sahip olsalar da eğer olumlu yaşantılara sahipse bu inançlar nadiren tetiklenir ve tetiklense dahi olumlu inançların bireyin duygu, düşünce ve davranışları üzerinde daha fazla etkisi olacağından, bireyler olumsuz temel inançlarından etkilenmeyebilirler (Simmons ve Griffiths, 2021). Kimi zamansa olumsuz yaşam olayları olumsuz temel inançları tetikledikten sonra birey, artık olay ve durumları bu olumsuz temel inançların filtresinden algılamaya başlar (Simmons ve Griffiths, 2021)

Beck temel inançları üç ana başlıkta toplamıştır ve bu üç ana başlık çaresizlik, sevilemezlik ve değersizliktir (Türkçapar, 2018). Çaresizlikle ilgili temel inançlar bir şeyleri yapabilmeye dair endişeleri içeren yetersizliklerle (çaresizlik, güçsüzlük), zarar görmeye açık durumda olmayı içeren kendini koruyamamayı (incinebilirlik, tuzağa düşürülmüştük, kontrolü kaybetmişlik) ve insanlarla kendini kıyaslamayı (başarısızlık, yeterince iyi olmama) ilgilidir (Beck, 2021; Türkçapar, 2018). Sevilmemeye ilgili temel inançlar, duygusal eksikliklerle ilgilidir ve istenmemek, hoşlanılmamak, terk edilmek, yalnız kalmak, kusurlu olmakla ilgili endişeleri içermektedir. Değersizlikle ilgili temel inançlar ise kötü biri olma anlamına gelen ahlaksızlık ve suçluluk ile ilgili endişelerle ilgilidir. Sağlıklı bireylerde olumsuz ve olumlu temel inançlar denge halindedir ve olumsuz yaşam olayları sırasında olumsuz inançlar aktif olurken, olumlu yaşam olaylarında olumlu inançlar aktif olmaktadır. Fakat denge bozulduğunda yani bireyde olumsuz temel inançlar fazla olduğunda ya da olumlu temel

inançlar hiç olmadığında bu durum çeşitli psikolojik sorunlara ve kişilik sorunlarına işaret etmektedir (Türkçapar, 2018).

### **Duygular, Bedensel Duyumlar ve Davranışlar**

Duygular, psikolojik sıkıntının önemli bir bileşenidir ve kişinin yardım araması için itici bir güç oluşturur (Simmons ve Griffiths, 2021). Duygular, reflekslerden ve fizyolojik dürtülerden çok daha esnek ve değişkendir (Lazarus, 1991). Buna ek olarak duygular, neyin faydalı neyin zararlı olduğunu belirleyen karmaşık sosyal yapılar ve anlamlarla şekillenmektedir ve bu sebeple deneyimlerden öğrenme, yargılama ve değerlendirme duygular için önemlidir (Lazarus, 1991). Duygular kendilerinden sonraki düşünce ve duyguları etkileyebilirler ve bu sebeple bilişsel modelin her bir unsuruna yapılan müdahalelerden dolayı olarak etkilenirler (Lazarus, 1991; Simmons ve Griffiths, 2021). Bilişsel müdahaleler yoluyla bireyin yoğun duygularla ve olumsuz inançlarla başa çıkma gücü arttırabilir (Simmons ve Griffiths, 2021). Sıkıntı ve sorunlar genellikle bedensel olarak fizyolojik birtakım değişikliklerle (kalp atışı hızlanması, nefessiz kalmak, iştahsızlık vb.) kendilerini, bedensel duyumlar olarak göstermektedirler (Simmons ve Griffiths, 2021). Davranışlar, bireyin sıkıntı ve sorunlar karşısında gerçekte yaptığı şeylerdir (Simmons ve Griffiths, 2021). Bunlara çeşitli kaçınma davranışları ve başa çıkma yöntemleri (alkol ve uyuşturucu kullanımı vb.) örnek verilebilir (Simmons ve Griffiths, 2021).

### **Bilişsel Çarpıtmalar**

Bilişsel çarpıtmalar; bireylere olayları değerlendirme açısından hız ve pratiklik kazandırması sebebiyle yaşamı kolaylaştırdığından, insanlar bilişsel çarpıtmalara meyillidirler ve her insanda belli bir düzeye kadar bulunmaktadır (Beck ve Newman, 2017; Türkçapar, 2018). Ancak, çevreden alınan bilgi uygun olmayan biçimde işlemediğinde bilişsel çarpıtmalar

daha katı, duruma uyumsuz hale gelmektedir ve duygusal sıkıntıya yol açan otomatik düşünceleri oluşturmaktadır (Türkçapar, 2018).

Psikolojik sorunlar bireylerin algılama, anlamlandırma ve değerlendirme süreçlerinde meydana gelen; bilişsel üçlü adı verilen döngüsel hataya yol açan -bireyin kendisini, dünyayı (çevresini, yaşantıları) ve geleceği olumsuz ve hatalı değerlendirmesi- düşünce çarpıtmalarından kaynaklanmaktadır (Beck ve Newman, 2017; Bilgin, 2004). Bilişsel üçlünün oluşumunun ilk adımı bireyin kendisini yetersiz ve beceriksiz görmesidir; birey kendisini bu şekilde algılamaya devam ettikçe ikinci adım olan yaşantılarını, dünyayı ve çevreyi olumsuz değerlendirme oluşur, son adımda ise birey, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler içine girmektedir (Bilgin, 2004). Bilişsel çarpıtmalar sürekli olduğunda bireylerin romantik ve sosyal yaşamları hakkında plan yapmaları zorlaşmakta ve sonucunda depresyon, kaygı vb. psikolojik stres ve düzensizlikler oluşabilmektedir (Sharf, 2015). Beck'e göre psikiyatrik hastalıklarda oluşan duygusal zorlanmalar, işlevsel olmayan düşünce çarpıtmalarından kaynaklanmaktadır (Sönmez, 2012). Bilişsel çarpıtmalar; kişilik bozuklukları, depresyon, fobiler, kaygı bozuklukları gibi pek çok psikolojik rahatsızlığın sebebi olarak gösterilmektedir (Uğur, 2013). BDT'nin temel amacı uygunsuz davranışlara ve olumsuz duygulara yol açan bilişsel çarpıtmaları gerçeğe uygun ve işlevsel hale getirmektir (Türkçapar, 2018).

Bilişsel çarpıtma türleri Türkçapar (2018) tarafından aktarıldığı şekliyle Tablo 1'de sınıflandırılarak gösterilmiştir.

Tablo 1

*Bilişsel Çarpıtma Türleri Sınıflandırılması*

Keyfi Çıkarıma	Destekleyen herhangi bir kanıt olmadan da veya tersine kanıtlar olduğu halde belli bir sonuca ulaşmaktır.
Seçici Soyutlama	Olay ya da durumu bağlamından ayrı değerlendirerek belli bir detaya odaklanmak ve olay ya da durumun diğer özelliklerini ihmal ederek yalnızca odaklanılan sınırlı detaylar çerçevesinde kavramsallaştırma yapmaktır.
Aşırı Genelleme	Sınırlı sayıda örneğe dayandırılarak oluşturulan genel bir kurala inanmaktır.
Büyültme ve Küçültme	Bireylerin olay ya da durumlara dair yorumlarına öznel birtakım değerler atfetmeleridir. Bu hatayı yapan bireyler kendi yapabildikleri şeyleri küçük, yapamadıkları şeyleri ise büyük görmektedirler.
İkili Düşünme	Her türlü deneyim ve yaşantının ya hep ya hiç olarak iki uç düzey bağlamında değerlendirilmesidir. İki uç düzey arasında yer alan düzeyler görülmez.
Kişiselleştirme	Bireyin kendisiyle ilgili olmayan ya da ilgisi çok zayıf olan olay ya da durumları kendisiyle bağlantılı görerek, olumsuz sonuçlardan kendisini sorumlu tutmasıdır.
Felaketleştirme	Tek bir olumsuz sonuçtan yola çıkarak, diğer olması muhtemel sonuçlar göz ardı edilerek durumu ya da olayı hep olumsuz olarak değerlendirmektir.
Olmalı İfadeleri	Bireyin kendisi, diğerleri ve dünyaya dair nasıl davranılması ve nasıl olunması gerektiğine dair katı, sadece tek bir doğru olduğuna inandığı kuralları bulunur ve bu kurallar gerçekleşmediğinde olacak kötü sonuçlar abartılır.
Zihin Okuma	Birey diğer bireylerin ne düşündüğünü bildiğine inanır ve diğer insanların da kendisinin ne düşündüğünü bilmeleri gerektiğini düşünür.
Duygudan Sonuca Ulaşma	Tersine kanıtlar olduğu halde bireyin bunları yok sayarak yalnızca öyle inandığı ve hissettiği için bir şeyin doğru olduğunu düşünmesidir.
Etiketleme	Bireyin kendisine ve diğerlerine dair genel etiketler oluşturması ve durum ya da olayları bu nitelendirmeler çerçevesinde değerlendirmesidir.

#### 2.1.4. Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram

Albert Ellis tarafından 1955'te geliştirilen Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram, psikoterapilerin insana özgü düşünme ve yorumlama süreçlerine yönelmesi gerektiğini savunmaktadır (Dryden, 2005; Simmons ve Griffiths, 2021; Türkçapar, 2018). Ellis, psikanaliz eğitimi almıştır fakat bu yöntemle uyguladığı terapilerin sonuçları onu hayal kırıklığına uğratmıştır ve yaptığı çeşitli deneylerden sonra Epiktetos, Bertrand Russell gibi filozofların fikirlerinden ve Watson'un davranışçı kuramından ilham alan Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram'ı oluşturmuştur (Dalby, 1987; Dryden, 2005). Ellis, 1950'li yılların sonlarına rasyonel olmayan düşünce kalıplarının duygusal sıkıntıya neden olduğunu formüle etmeye başlamıştır ve insanların biyolojik olarak rasyonel olmayan şekilde düşünmeye eğilimli olduğunu savunmuştur (Dalby, 1987).

Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram'a göre psikolojik sorunlar gerçekliğin çarpıtılmasından kaynaklanan yanlış değerlendirme ve yorumlar sebebiyle oluşmaktadır (Türkçapar, 2018). Psikolojik rahatsızlıkların rasyonel olmayan inançlarla ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (Dryden, 2005). Bireyler olaylara karşı mantıksız düşünceler geliştirdiklerinde rahatsızlıklar meydana gelmektedir (Dryden, 2005). Kurama göre psikolojik açıdan sağlıklı kabul edilen rasyonel inançlar esnek, gerçeklikle tutarlı, mantıklı, kendini ve ilişkiyi geliştirici; psikolojik rahatsızlığın temelinde yer aldığı düşünülen rasyonel olmayan inançlar katı, gerçeklikle tutarsız, mantıksız ve kendini ve ilişkiyi yitiricidir (Dryden, 2005). Kuramın öne sürdüğü ABC Modeline göre A) gerçek ya da çıkarsanabilen tetikleyici olumsuz olay, B) rasyonel ya da rasyonel olmayan şekilde bireyin bilişsel sistemi tarafından olayın yorumlanması ve C) A hakkında bir inanç sahibi olmanın duygusal, davranışsal ve bilişsel sonuçları olarak açıklanabilir (Dryden, 2005; Türkçapar, 2018). A'lar C'lere neden olmaz, onlara katkıda bulunur (Dryden, 2005). Ellis'e göre yorumlama ve değerlendirmelerin altında akılcı ve akılcı olmayan inançların oluşturduğu inanç sistemi yatmaktadır (Türkçapar,

2018). A hakkında rasyonel bir inanca sahip olmak sağlı duygular, işlevsel davranış ve gerçekçi düşüncelere yol açarken, A hakkında rasyonel olmayan bir inanca sahip olmak sağlıksız duygu, işlevsiz inanç ve gerçekçi olmayan düşüncelere yol açmaktadır (Dryden, 2005).

Kuramın varsayımları şu şekilde sıralanmıştır (Türkçapar, 2018):

1-Bilişler duyguların en önemli belirleyicisidir ve duygularımızı olay, kişi ya da durumlar değil, bilişlerimiz belirlemektedir.

2-İşlevi bozulan düşünceler duygusal sıkıntının ana ögesidir.

3-Akıl dışı inançların oluşumunda genetik ve çevre faktörleri gibi çoklu faktörler etkilidir.

4-Sorunları sürdüren bireyin kendi kendine gerçekleştirdiği bilişsel çarpıtmalardır.

5-İnançlar saptanma, karşı çıkma, dönüştürmeye dönük aktif ve sürekli çaba ile değiştirilerek duygusal sıkıntı azaltılabilir.

Kurama göre, bireylerin rahatsızlıklarının temelinde rasyonel olmayan inançların yattığına dair iç görüden yoksun olmaları ve bu sebeple rahatsızlığın olaylardan kaynaklandığını düşünmeleri; rahatsızlığın temelinde rasyonel olmayan inançların yattığını anladıklarında tek başına bu farkındalığın değişime yol açacağını düşünmeleri; rasyonel olmayan inançları değiştirmek ve yerine alternatif inanç sistemlerini getirmek için çalışmamaları; rasyonel olmayan inançlara uygun şekilde davranmaya devam etmeleri; önemli sosyal beceriler, iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinde yetersiz olmaları; rahatsızlıkların sağlıklı alternatif düşüncelerin avantajlarından daha ağır basan getirileri olduğunu düşünmeleri ve rahatsızlıkların altında yatan rasyonel olmayan inançları destekleyen ortamlarda yaşamaları rahatsızlıklarının sürdürülmesine yol açmaktadır (Dryden, 2005). Ellis'e göre tedavinin üç ana temeli bulunmaktadır (Dalby, 1987). Birincisi birey kendi kendini

rahatsız etmektedir, ikincisi birey kendisini hala rahatsız ediyorsa bunun sebebi çocukluk dönemi yaşantıları değil hala benzer şekilde kendisini yenilgiye uğratma felsefesine sahip olmasıdır, üçüncüsü bireyin rasyonel olmayan inançlarını yenmek ve rasyonel inançları sürdürmek için hayatının geri kalanınca çalışmak ve pratik yapmaktan başka seçeneğinin olmamasıdır. Bu sebeple Akılcı Duygusal Davranışçı Kuram için diyaloglar yoluyla rasyonel olmayan düşünce örüntülerini ayırmak ve açıklamak özellikle önemlidir (DiGiuseppe vd., 2014).

Ellis aynı zamanda sorunlu evlilik ilişkilerinde bilişsel faktörün rolünü vurgulayan ilk kişilerdendir ve evlilik ilişkisindeki bozulmaların sebebi olarak eşlerin, evlilik ilişkisinin kendisi hakkında gerçekçi olmayan beklentilerini göstermiştir (Hamamcı, 2005). Romantik ilişkilere ilişkin rasyonel olmayan inançları Ellis (1986), ilişkinin doğasıyla ilgili mantıksız, değişime karşı dirençli ve abartılı inançlar olarak tanımlamıştır. Ellis (1994) kişiler arası işlev bozukluğuna sebep olan üç inanç tanımlanmıştır: (1) Başkaları tarafından sevilme ve onaylanmak gerekir, (2) Kişi tamamiyle yetkin, yeterli ve başarılı olmalıdır, (3) İşler istenildiği gibi olmadığında bu bir felakettir. İlk maddede bahsedilen onaylanmayla ilgili inanç, bireyin eşyle anlaşmazlığa düşmeye ya da eş tarafından eleştirilmeye duyarlı olmasına sebep verebilmektedir (Epstein ve Eidelson, 1981). Dolayısıyla ilişkiye dair rasyonel olmayan inançların varlığı bu inançlar ile ilişkinin gerçekleri arasındaki tutarsızlıkların tolere edilmesi zorlaştırmaktadır (Epstein ve Eidelson, 1981).

Ellis (1986) problemlili evliliklerde rasyonel olmayan inanç ve beklentileri vurgulayarak, bireylerin ilişkiyi nasıl anlamlandırdıklarına odaklanmış, her iki eşin de rasyonel ve işlevsel düşünmesinin ilişkilerde uyumu arttıracaklarını ifade etmiştir. Ellis (1986) 'e göre evlilik etkileşimindeki bozulma evliliğe dair kesin varsayımların ve gerçekçi olmayan taleplerin sonucu olarak ortaya çıkan hayal kırıklıklarıyla başlamaktadır. Bozulan evlilik ilişkisinin ilk ve en önemli nedeni eşlerin evlilik ilişkisinin kendisi hakkında rasyonel olmayan beklentileridir.

Eşlerin birbirlerinden sürekli sevgi dolu olmalarını beklemek gerçekçi olmayacaktır. Terapide uygunsuz duyguların ve işlevsiz davranışların altında yatan rasyonel olmayan inançları bulmak, bu inançları tartışmaya ve onlara meydan okumaya açık olmak, rasyonel olmayan inançların yerine mantıksal, ampirik, rasyonel yaşam felsefeleri geliştirmek, uygun düşünme, hissetme ve davranmaya teşvik edecek teknikleri öğretmek hedeflenmektedir (Ellis, 1986).

### **2.1.5. Romantik İlişkilere Yönelik Akılcı Olmayan İnançlar, İletişim Çatışmaları ve Aldatma Hakkında Yapılmış Araştırmalar**

Bilişsel kuram bireylerin düşünme biçimlerinin yanı sıra düşünce içeriklerinin de ilişki içindeki uyumlarını etkilediğini varsaymaktadır (Stackert ve Bursik, 2003; Möller ve Van Zyl, 1991). Bilişsel Davranışçı Aile Teorisi (Schwebel ve Fine, 1994) bireylerin ilişkiyle ilgili inançlarının, ilişkilerinde nasıl düşündüklerini, hissettiklerini ve davrandıklarını şekillendirdiğini öne sürmektedir. Evliliğe dair şemalar, evlilik hakkında organize edilmiş bilgileri içeren bilişsel bir yapı olarak tanımlanmıştır (Fitzpatrick, 1990). Evlilik ilişkisinde şemalar ve biliş başta evliliğe ve eşe karşı yapılan yüklemeler, rasyonel olmayan düşünceler ve evlilikte problem çözme becerileri olmak üzere; eşin davranışlarını yorumlama, çıkarsama, hatırlama, eşin bazı davranışlarına dikkat etme gibi pek çok farklı bilişsel bileşeni içermektedir (Fitzpatrick, 1990; Güven ve Sevim, 2007).

Eşlerin ilişkiyle ilgili inançları, ilişkiye uyumu arttırıyorsa ve gelişimlerini kolaylaştırıyorsa sağlıklı kabul edilmektedir (Sullivan ve Schwebel, 1995). Başarılı bir ilişkiyi sürdürmenin çaba gerektireceği, her iki eşin de ihtiyaçlarının önemli olduğu, ilişkilerin her zaman mükemmel olmayacağı ve insan etkileşiminde çatışmanın kaçınılmaz olduğu ve farklı bakış açılarına sahip olunduğu vb. inançlar sağlıklı inançlardır. Buna karşın, her inanç sağlıklı değildir ve kimi inançlar gerçekleri yansıtmayabilmektedir. Rasyonel olmayan inançlar bireylerin temel ilişki hedeflerine ulaşmalarını engelleyebilmektedir (Stackert ve Bursik, 2003).



Bunun sebebi rasyonel olmayan ilişki inançlarının, ilişkideki olayların mantıksız yorumlanmasına yol açmasıdır (Kurdek, 1993). Evlilik ve aile terapistleri tarafından yaygın olarak belirtilen üç rasyonel olmayan ilişki inancı bulunmaktadır: (1) Eşler arasındaki anlaşmazlıklar zayıf bir ilişkiye işaret etmektedir, (2) Eşler birbirlerinin ruh hallerini ve ihtiyaçlarını sanki birbirlerinin zihnini okuyormuşçasına hissedebilmelidir, (3) Bir ilişkide eşlerin olumlu yönde değişimi mümkün değildir (Epstein ve Eidelson, 1981).

Evlilik ilişkisinde bireyler yeni rol ve sorumluluklara sahip olmaktadır (Onur, 2011). Eşlerin birbirlerinden bu rol ve sorumluluklara ilişkin bazı beklentileri bulunmaktadır ve bu beklentiler başlangıçta olumlu olsalar da her zaman bu şekilde kalmamaktadır (Onur, 2011; Güven ve Sevim, 2007). Bireyler ilişkilerin nasıl yürümesi gerektiği, eşlerin bu ilişkilerde oynadıkları roller, ilişkide nelerin olacağına dair varsayımları içeren beklentilere sahiptir (Baucom ve Epstein, 1990). Yanlış ya da ulaşılamaz ilişki inanç ve beklentileri rasyonel olmayan inançlara dayanmaktadır (Kurdek, 1993; Sharp ve Gagnon, 2000). Larson (1988), bireylerin evliliğe ilişkin bu beklentilerinin çoğunda gerçekçi olmayan bir iyimserlik olduğunu bildirmiştir. Yüksek düzeyde iyimser romantik inançlar evlilik ilişkisinde gerçekçi olmayan standartlar oluşturmaktadır (Sharp ve Gagnon, 2000; Glenn, 1991). Yüksek düzeyde iyimser romantik inançlara göre; aşk her engeli aşabilmektedir, her insan için sadece bir ideal eş bulunmaktadır, ilk görüşte aşk gerçektir ve evlilik ve eş idealize edilmiştir (Hendrick ve Hendrick, 1986).

Evlilik ilişkisinde karşılaşılabilecek sorunların yeterince farkında olmadan evliliğe girmek başarısız bir evlilik ilişkisine sebebiyet olabilmektedir (Glenn, 1991). İlişkiye dair gerçekçi olmayan olumlu beklentiler ve standartlar, taleplerin karşılığı davranışlar istenilen düzeye ulaşamayınca ya da evliliğin başında karşılanan standartlar zamanla azalınca eşler hayal kırıklığı yaşamaktadırlar (Sullivan ve Schwebel, 1995; Glenn, 1991). Bireyler evliliği gerçekçi olmayan standartlar açısından değerlendirdiklerinde hayal kırıklığına uğramak kaçınılmazdır

(Epstein ve Eidelson, 1981). Beklentiler karşılanmadığında yaşanan hayal kırıklığı ile birlikte eşler arasında çatışmalar meydana gelmektedir (Onur, 2011; Sullivan ve Schwebel, 1995). Beklentileri karşılanmayan eşler yaşanan anlaşmazlıklar sonucu birbirlerine olumsuz etiketlemeler (duygusuz ya da kaba vb.) yapmaktadırlar (Kooalee vd., 2009). Bunun sonucunda evliliğe dair mantıksız beklentiler, evlilik tükenmişliğine yol açmaktadır (Kooalee vd., 2009).

Bilişsel Davranışçı Aile Teroisi bireylerin ilişki beklentileri ile gerçekliğin örtüşmemesi durumunda oluşan uyumsuzluğun bireyde evlilikte strese neden olduğunu öne sürmektedir (Schwebel ve Fine, 1994). Epstein ve Eidelson (1981) mutsuz çiftlerin, evlilik hakkında gerçekçi olmayan inançlara sahip olduklarını bildirmiştir. Larson (1988) yüksek boşanma oranlarının ve evlilikten alınan tatminin düşük olmasının sebebinin bir eşten aynı anda arkadaş, sırdaş, cinsel ilişki partneri, danışman ve ebeveyn olmasını bekleyerek evlilik ile ilgili gerçekçi olmayan ve yüksek beklentilere sahip olmak olduğunu belirtmiştir. Çift terapistleri de evlilik ilişkisinde karşılaşılan, tedavisi en zor ve ilişkiye en zarar verici olan sorunlardan birinin ilişkiye dair gerçekçi olmayan beklentiler olduğunu belirtmiştir (Whisman vd., 1997). Çift terapisinde danışanların gerçekçi olmayan inançları, terapide iyileşme şansları ve ilişkiyi iyileştirme istekleriyle negatif ilişkili bulunmuştur (Epstein ve Eidelson, 1981). Bu sebeple inançlar, beklentiler ve yüklemeler gibi bilişsel değişkenler çiftin evlilik işleyişi ve ilişki sorunlarının tedavisinde evlilik terapisi literatüründe önemlidir.

Solomon vd. (2004) bireylerin geleneksel, ayırık ve bağımsız olmak üzere evliliğe dair üç şeması olduğunu belirtmiştir. Geleneksel şemaya sahip eşler geleneksel cinsiyet rollerini ve toplumsal gelenekleri sürdürürler, istikrarlıdırlar. Geleneksel şemaya sahip eşler arasında yüksek düzeyde arkadaşlık ve paylaşım bulunur ve ancak konu önemliyse çatışmaya girerler. Bağımsız şemaya sahip eşler spontandırlar, birbirlerinin özgürlüklerini kısıtlamazlar, eşleriyle arkadaşlıklarına önem verirken ayrı arkadaşlıklar kurmaya da önem verirler, çatışmaları iddialı ve aktif şekilde yönetirler. Ayrı şemaya sahip eşler ise istikrarlıdırlar, geleneksel yapıya

bağlıdırlar ancak bireysel özgürlüğe, ilişkinin devamlılığında daha fazla önem verirler. Bu eşler arasında hem psikolojik hem de ev içerisinde ayrı bir alan oluşturarak fiziksel mesafe korunur ve çatışmalara girmekten genellikle kaçınma eğilimi gösterirler. Solomon vd. (2004) araştırmalarının sonucunda geleneksel evlilik şemasına sahip bireylerin eşlerine daha fazla bağlılık hissettiğini ve bağımsız ve ayrı evlilik şemasına sahip olan bireylerin ise eşlerinden çok kendilerine bağlılık hissettiklerini, dolayısıyla daha fazla ilişki alternatifine sahip olabileceklerini düşündüklerini belirtmiştir. Evlilikte yalnız bir eşin evliliğine alternatifler düşünüyor olması, evlilikte hoşnutsuzluğa yol açabilmektedir (Glenn, 1991). Glenn (1991)'e göre bir eş sürekli olarak mevcut evliliğini gerçek ya da hayali bir alternatifle karşılaştırırsa evliliğini kaçınılmaz olarak kimi yönlerden olumsuz olarak değerlendirecektir ve bu da ilişkide çözümlere sebebiyet vermektedir. Glenn (1991)'in değindiği bir başka nokta bireylerin, karşılanan ihtiyaçlarının pek farkında olmadıkları ancak karşılanmayan ihtiyaçlarını fark etmeye yönelik seçici dikkat geliştirdikleridir. Dolayısıyla seçici dikkatleri evlilikte karşılanmayan ihtiyaçlara odaklanma eğiliminde olduğundan her zaman evli olmamak ya da başka biriyle evli olmak daha çekici görünecektir (Glenn, 1991).

Cann vd. (2001), erkeklerin ve kadınların sahip oldukları farklı öğrenme deneyimleri sonucu ilişkiye dair geliştirdikleri tutum ve inançlarının, aldatmaya karşı verdikleri tepkileri farklılaştırdığını belirtmiştir. Sönmez (2012), boşanma sürecinde olan çiftlerin otomatik düşünceleri ile evliliğe ilişkin geleneksel inanışlarının ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Öcal Yüceol (2016) da benzer şekilde romantik ilişki içindeki bireyler daha geleneksel oldukça, akılcı olmayan inançlarının arttığını ortaya koymuştur. Buna göre geleneksel tutum sahibi bireyler eşlerinden daha katı beklentiler talep etmektedirler ve bu beklentileri daha fazla idealize etmektedirler. Sternberg (1995), bireylerin ilişkilerle ilgili rol modellere maruz kaldıkça ve kendi yaşamlarında farklı ilişkiler deneyimledikçe ilişkilere dair bazı beklenti ve inançlar geliştirdiklerini ve bu inançların bireylerin ilişkileri nasıl değerlendirdiklerini ve ilişki

içindeki olaylara nasıl tepki verdiklerini etkilediğini belirtmiştir. Baucom ve Epstein (1990)'a göre de rasyonel olmayan evlilik inançları gözlemlenerek ya da medyadaki evlilik imajlarına maruz kalma yoluyla oluşmaktadır.

Günümüzde evlilik sorunları ve boşanma oranlarındaki yükseliş, evlilik ilişkilerinin anlaşılmasını sorunların çözümü için gerekli kılmıştır ve evlilik ilişkilerine yönelik rasyonel olmayan inançların araştırılmasına yol açmıştır (Kalkan, 2006). Koolaee vd. (2009), boşanmak için başvuran kadınların, evliliğini sürdürmek isteyen kadınlara kıyasla daha fazla mantıksız inançlara sahip olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmaya göre boşanmak üzere olan kadınların ilişkiye dair anlaşmazlığın yıkıcı olduğu ve eşlerin istenmeyen davranışlarının değişmeyeceğine dair inançları mevcuttur. Ek olarak boşanmak isteyen kadınların eşlerinden zihin okumaya dair beklentileri evliliği sürdürmek isteyen kadınlardan daha fazladır. Eşlerin değişmeyeceğine yönelik inanç insan davranışının esnek olmadığına ilişkin gerçekçi olmayan bir varsayımdır ve bu inanca sahip eşler çift terapisinin ilişki sorunları üzerinde bir etkisi olmayacağını da varsaymaktadır (Epstein ve Eidelson, 1981). Aynı zamanda bu inanca sahip bireyler evliliği sürdürmeye yönelik çabalara daha az bağlı olabilmektedirler (Jacobson ve Margolin, 1979). Dolayısıyla eşlerinin davranışlarının değişebileceğine inanmayan bireyler boşanmayı gerekli bir sonuç olarak seçebilmekte ya da maliyet fayda analizine dayalı mutsuz bir evliliği sürdürmeyi seçerek çift terapisine de hiçbir zaman başlamamaktadır (Epstein ve Eidelson, 1981).

Evlilik ilişkisine dair rasyonel olmayan inançların gelecekte evlilik sorunlarını öngördüğü bildirilmiştir (Markman vd., 1988; Larsen ve Olson, 1989). Fincham (1985), sorunlu evliliklerde eş davranışlarını olumsuz açıklamaya yönelik bir eğilim olduğunu ve evlilik sorunlarının kaynağı olarak eş özelliklerine ve davranışlarına olumsuz nedensel yüklemeler yapıldığını ortaya koymuştur. Tutarel Kışlak (1997) olumsuz eş davranışına yapılan yüklemelerle evlilik uyumsuzluğu arasında negatif ilişki bildirmiştir. Rasyonel olmayan

inançları fazla olan eşler evlilik ilişkisinde meydana gelen anlaşmazlıkları zayıf bir ilişkileri olduğuna yormaktadırlar ve cinsel ilişkilerinden daima doyum almaları gerektiğini düşünmektedirler (Huber ve Milstein, 1985; Sharp ve Ganong, 2000). Evli bireylerde, ilişkiye dair rasyonel olmayan inançlar ile düşük evlilik uyumu, düşük evlilik doyumunu ve evlilik çatışmaları arasında ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Küçükçelik, 2015).

Literatürde evlilikte bilişlerle evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi açıklayan araştırmalar bulunmaktadır. İlişki doyumsuzluğu ile işlevsel olmayan ilişki inançları arasında anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur (Bradbury ve Fincham, 1988; Stackert ve Bursik, 2003; Haferkamp, 1994; Epstein ve Eidelson, 1981; Larson, 1988). Sullivan ve Schwebel (1995), araştırmalarında evlilik ilişkisinden beklenen doyum ve mantıksız inançlar arasında ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. İlişkiye dair gerçekçi olmayan beklentilerin ve bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu ikinci sırada yordadığı bildirilmiştir (Güven ve Sevim, 2007). Eşlerin evlilik doyumunun nasıl sağlanacağına ilişkin inançları; bireyin flört etme şeklini, eş seçimini, evlilik yaşını, evlilik beklentilerini, evlilik davranışlarını ve evlilik doyumunu önemli düzeyde etkilemektedir (Greenberg ve Nay, 1982). Doyumsuz evlilikleri olan bireylerin, eşlerinin olumsuz davranışlarını kişilik özelliklerine yükledikleri, eşin bu davranışını sürekli olarak algıladıkları ve bu durumun evliliğin her alanında görüldüğü bildirilmiştir (Tutarel Kışlak, 1997). İlişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar eşlerin evlilikteki çatışmalarını tetikleyerek evlilik doyumlarını etkilemektedir (Güven ve Sevim, 2007). Epstein vd. (1993), eşlerin ilişkiye dair işlevsel olmayan inançlarının, evlilik ilişkisinde mutsuzluğa yol açtığını bildirmiştir.

Eşlerin evlilik ilişkisine dair geliştirdikleri işlevsel olmayan inançların, evlilik çatışmasının ana sebeplerinden biri olduğu bildirilmiştir (Epstein vd., 1993). Bu tür inançlar sorunsuz bir ilişki için beklenti ve talepler yaratmakta ve evlilik ilişkisinde kaçınılmaz olan çatışmalara toleransı azaltmaktadır (Epstein ve Eidelson, 1981). Ellis ve Harper (1989) bireylerin rasyonel olmayan inançlarının, eşlerine karşı sergiledikleri olumsuz duygusal ve

davranışsal tepkilere aracılık ettiğini öne sürmüşlerdir. Hamamcı (2005), evlilikte çatışma sıklığı, sayısı ve çatışmalarla ilgili hissedilen gerilim düzeyi ile ilişkiye yönelik işlevsel olmayan inançlar arasında pozitif yönlü bir ilişki bildirmiştir. Möller ve Van Zyl (1991) gerçekçi olmayan beklenti ve mantıksız inançların evlilikte sıkıntı ve çatışmaya yol açtığını ortaya koymuştur. Möller vd. (2001) evliliğinde problem yaşayan evli bireylerin, evliliğinde problem yaşamayan evli bireylere göre daha fazla bilişsel çarpıtma gösterdiğini belirtmiştir. Dönmez ve Tunç (2019), çalışmalarında evlilikte ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ile tolerans düzeyi arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Eşler yaşadıkları problemlere toleranslı olamayıp, davranışları kötü olarak yorumladıklarında esas problemi görememekte ve sağlıklı problem çözme yöntemleri geliştirememektedirler. Literatürde bu bulgularla çelişen sonuçlara da rastlanmıştır. Haferkamp (1994) işlevsel olmayan ilişki inançları ile çatışma davranışı arasında anlamlı bir ilişki bulamamış ve işlevsel olmayan inançlar ile tartışma başlatma arasında anlamlı negatif bir ilişki bildirmiştir.

Emmelkamp vd. (1987), evlilik uyumsuzluğu ve iletişim eksikliğinin rasyonel olmayan ilişki inançlarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Rasyonel olmayan düşünme tarzının ilişkilerde zayıf bir uyuma yol açtığı, rasyonel düşünme tarzının ise daha iyi uyumu sağladığı görülmüştür (Stackert ve Bursik, 2003; Möller ve Van Zyl, 1991). Evlilikte uyumsuzluk yaşayan bireylerin olumsuz davranışlara olumsuz nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri geliştirdikleri ve bunun da yeniden olumsuz davranışlara yol açtığı bir kısır döngü bildirilmiştir (Tutarel-Kışlak, 1997). Evlilik uyumsuzluğu ve sıkıntısı ile anlaşmazlıkların yıkıcı olduğuna ve eşin değişmez olduğuna ilişkin mantıksız inanca sahip olma arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya konulmuştur (Haferkamp, 1994; Möller ve Van Zyl, 1991). Anlaşmazlıkların yıkıcı olduğuna ilişkin inanç başta olmak üzere, ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların evlilik sıkıntısıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Jones ve Stanton, 1988). Eşlerin birbirlerinden farklı düşündükleri noktada, eşlerden biri ya da her ikisinin romantik ilişki yaşayan bireylerin

her konuda fikir birliğine sahip olmaları gerektiğine inanması, evlilik uyumsuzluğunu arttıran bir faktördür (Karabacak ve Çiftçi, 2016).

Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ve bilişsel çarpıtmaların cinsiyetler arasında farklılaştığını ifade eden araştırmalar literatürde mevcuttur (Karabacak ve Çiftçi, 2016). Kadın ve erkeklerin evlilikten farklı beklentileri olduğuna dair bulgular bulunmaktadır (Glenn, 1991). Sönmez (2012), otomatik düşüncelerin cinsiyet açısından farklılaştığını, kadınların erkeklerden daha fazla otomatik düşüncelere sahip olduğunu göstermiştir. Tutarel Kışlak (1997) kadınların erkeklere kıyasla daha fazla nedensellik ve sorumluluk yüklemesi yaptığını ve eşlerin uyumsuz davranışlarını erkeklerden daha fazla bencil güdülere yüklediğini bildirmiştir. Kadınların yaşadığı evlilik çatışmalarının, bilişsel çarpıtma türü olan zihin okumadan etkilendiğini bildirmiştir (Hamamcı, 2005; Koolae vd., 1995). Bu bireylere göre birbirlerinin duygu ve ihtiyaçlarına zihin okuyormuşçasına duyarlı olmak gerekmektedir (Kalkan, 2006). Eşlerin birbirlerinin zihnini okuyabilmeleri gerektiğine dair inanç, iletişime bir kısa yol bulma bir başka deyişle eşlerine düşünceleri ve hislerini sormak zorunda kalmamaya yönelik isteği temsil etmektedir (Epstein ve Eidelson, 1981). Ancak Jacobson ve Margolin (1979), eşlerin zihin okuma girişimlerinin çoğunlukla yanlış algılamalara yol açarak çatışmaların çoğalmasına sebebiyet verdiğini bildirmiştir. Stackert ve Bursik (2003) çalışmalarında kadınların anlaşmazlıkların yıkıcı olduğuna ilişkin rasyonel olmayan inançlarının erkeklerden daha fazla olduğu; erkeklerin ise cinsel mükemmeliyetçiliğe dair rasyonel olmayan inançlarının kadınlardan daha fazla olduğu ortaya konulmuştur. Araştırmacılar tarafından kadınlar ve erkekler arasındaki bu farklılık geleneksel yollarla sosyalleşmelerine dayandırılmaktadır. Toplum tarafından kadın ve erkeklere ait olarak görülen birtakım roller, farklı nitelermeler ve davranış kalıpları yüklemektedir ve bu yüklemeler bireylerin inançlarını etkilemektedir (Karabacak ve Çiftçi, 2016). Toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumları geleneksel olan bireylerin romantik ilişkiye yönelik akılcı olmayan

inançlarının daha fazla olduğu bildirilmiştir (Öcal Yüceol, 2016). Evlilik ilişkisine dair mantıksız düşüncelere sahip olan kadınların evlilik doyumsuzluğunun daha yüksek düzeyde olduğu ve olumsuz ve mantıksız inançların kadınlarda evlilik tükenmişliğini yordadığı ortaya konulmuştur (Koolae vd., 2009). Literatürde çelişen bulgulara rastlamak da mümkündür. Hamamcı (2005) ise ilişki inançları ile evlilik çatışması arasındaki ilişkiyi erkeklerde kadınlara göre daha yüksek bildirmiştir. Sharp ve Gagnon (2000), erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek düzeyde rasyonel olmayan ve oldukça iyimser romantik inançlara sahip olduğunu ve bu inançların değişime daha dirençli olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca erkeklerin evlilikle ilgili mitlere daha fazla inanıyor olmaları da muhtemel görünmektedir (Larson, 1988).

İlişkilere dair bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözmenin eğitim düzeyi açısından farklılaştığı ortaya konulmuştur (Dönmez ve Tunç, 2019). Hamamcı (2005) tarafından yapılan araştırma da benzer bulgu tekrarlanmıştır. Sönmez (2012), ilköğretim mezunu bireylerin, üniversite mezunu bireylere kıyasla daha fazla otomatik düşünceye sahip olduğunu ortaya koymuştur. Aynı bulgu Yalçın Koçkan (2015) tarafından da tekrarlanmıştır. Ek olarak evliliğe ilişkin geleneksel inanışların eğitim düzeyi yükseldikçe azaldığını bildirmiştir. Evli bireylerde gerçekleştirilen Yalçın Koçkan (2015)'nin çalışmasında gelir düzeyi düşük bireylerin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarının ve gerçekçi olmayan ilişki beklentilerinin orta ve yüksek gelir düzeyli bireylere göre daha fazla olduğu bulunmuştur.

Literatürde tanıştıktan kısa bir süre sonra evlenen bireylerin, eşleriyle ilgili olumsuzlukları görmek ve eşleriyle ilgili rasyonel beklentiler oluşturabilmek veya yapıcı çatışma çözme yöntemleri oluşturmak için yeterli zamanları olmadığı savunulmaktadır (Raschke, 1987). Evli bireylerde evlenme biçiminin de rasyonel olmayan inançlarla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yalçın Koçkan (2015), evlenme biçimi görücü usulü ve akraba evliliği olan bireylerin, evlenme biçimi kendi kararı/flört olan bireylere kıyasla, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının daha fazla olduğunu bildirmiştir.



Evlilik sorunlarının klinik tedavisinde giderek artan bir şekilde bilişsel yeniden yapılandırma bileşenleri kullanılmaktadır (Ellis ve Harper, 1989; Jacobson ve Margolin, 1979). Klinikte kullanılan bilişsel müdahaleler, bireylerin kendilerini, eşlerini ve evlilik hakkında sahip olduklarını inançların değiştirilebileceği inancına dayanmaktadır (Huber ve Milstein, 1985). Bireyler, düşüncelerini daha gerçekçi değerlendirebildiklerinde duygularında ve davranışlarında olumlu yönde değişimler meydana gelmektedir (Beck, 2021). Bilişsel Aile Teorisi, uygun müdahaleler yoluyla evlilik stresinin oluşmasının önlenebileceğini ya da var olan stresin etkisinin azaltılabileceğini belirtmiştir (Schwebel ve Fine, 1994). Sharp ve Gagnon (2001), çalışmalarında ilgili eğitimlerle evlilik inançlarının azaltılabileceğini ortaya koymuştur. Bilişsel yeniden yapılandırma yoluyla çift terapistleri eşlerin inanç ve beklentilerini azaltma veya inanç ve beklentilerinde bilişsel değişimler oluşturma yoluyla, evlilik uyumu ve doyumunu arttırmayı hedeflemektedirler (Kalkan, 2006; Sharp ve Gagnon, 2000). Nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri hakkında eşlere bilgi verilmesi, eşin olumlu davranışlarına dikkat çekilmesi, olumsuz yüklemelere sağlıklı alternatifler geliştirilmesi çift terapisinden olumlu sonuçlar elde edilmesini sağlayacaktır (Tutarel Kışlak, 1997). Bu inançların farkına varmak ve inançları değiştirmek için çalışmak, çiftlerin uzun süren evlilik yaşamlarına sahip olmalarına yardımcı olacaktır (Kooalee vd., 2009; Schwebel ve Fine, 1994). Eşlerin gerçekçi olmayan inançları değişmedikçe terapide hedeflenen davranış odaklı ilerlemeler de sınırlı olacaktır (Jacobson ve Margolin, 1979).

Rasyonel olmayan inançlar bireyler ilişkilerinde sorunlarla karşılaştıklarında verdikleri iletişimsel tepki türlerini etkilemekte ve bu tepkiler de ilişki tatminini etkilemektedir (Metts ve Cupach, 1990). Bir başka deyişle iletişim ilişkiye dair rasyonel olmayan inançlar ve ilişki tatmini arasında aracı değişkendir. Metts ve Cupach (1990) ek olarak problem çözme tepkilerinin ilişkiye dair rasyonel olmayan inançlar ve evlilik doyumunu arasında aracılık ettiğini de ortaya koymuştur. Bu noktada rasyonel olmayan inançların değişimini iletişim ve problem

özme gibi ilişki becerilerini geliştirmek için tasarlanmıŐ tedavi programlarıyla sağlamak önemli olacaktır (Epstein ve Eidelson, 1981).

## 2.2. İletişim ve İletişim atıŐmaları

İletişim bilgiyi üretme, aktarma ve anlamlandırma sürecidir (Dökmen, 2004). İletişimin gerçekleşmesi için iki sistem gerekir ve bu iki sistem arasındaki bilgi alışverişi iletişim kabul edilir. Cüceloğlu (1991) benzer Şekilde iletişimi iki bireyi ilişki içine sokan psikososyal bir süreç olarak ele almıştır. McKeachie ve Doyle (1996) bu noktada iletişimi bir göndericiden bir alıŐıya mesaj iletilmesi olarak tanımlamıştır. Baltaş ve Baltaş (2001) ise iletişimi duygu, düşünce ve bilgilerin olabilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması olarak tanımlamıştır. Kişilerarası iletişimin ise belirli bir tanımını yapmak ve onun diğer iletişim Őekillerinden ayırmak zordur (Dökmen, 2004). Cappella (1989) kişilerarası iletişimi kaynağı ve hedefi insanlar olan iletişim olarak tanımlamıştır. Lazar (2001) ise kişilerarası iletişimi bireylerin birbirlerini anlamak üzere gerçekleŐtirdikleri etkileşim olarak tanımlamaktadır (akt. Şahin ve Aral, 2012). Kişilerarası iletiŐimler, bireylerin bilinçli ya da bilinçsiz olarak birbirlerine iletmek istedikleri duygu ve düşüncelerin alıŐveriŐini yürüten düzeneklerdir (Baltaş ve Baltaş, 2001). Bireyler kendini ve diğer insanları tanıma sürecini iletişim yoluyla gerçekleştirirler ve bu sebeple iletişim kurmak önemlidir (Kaya, 2010). İletişim toplumun Őekillenmesini etkilemektedir ve birey iletişim kurarak toplumun bir yesi haline gelmektedir (Şahin ve Aral, 2012). İletişimin en yaygın işlevi konuşma, dinleme ve çatışma zdmektir (Knapp ve Daly, 2006).

İletişim kurmak yalnızca kelime alışverişi yapmaktan ibaret değildir (Ramaraju, 2012). İletişim ancak en az iki bireyin birbirlerine yönelik davranması ve birbirlerine ilettikleri mesajların anlam içeriklerini paylaŐması durumunda var olabilir (Görgün Baran, 2004). İletişimin temel amacı anlamaktır (Baltaş ve Baltaş, 2001). Kişilerarası iletişim, insanlar

arasında paylaşılan anlamlardır (Ramaraju, 2012). Bu anlamlar kişiler arasındaki etkileşim geçmişinden doğarlar ve birbirlerinin sözlerinin ve davranışlarının anlaşılmasıyla üretilirler. Eğer bu anlamlar paylaşılamazsa iletişim engellenmiştir (Görgün Baran, 2004). Engellenmiş iletişim sonucu bireyler duygularının önemsiz olduğunu ve isteklerine saygı duyulmadığını düşünür ve değersiz, önemsiz hissederler (Şahin ve Aral, 2012). Bunun sonucunda da bireyin benlik saygısı düşer ve birey özgüven kaybı yaşar.

Literatürde birçok iletişim modeline rastlamak mümkündür. Shannon ve Weaver (1966)'ın ortaya koyduğu iletişim modeli ise 5 ögeden oluşmaktadır: Mesajın oluştuğu yer olan Bilginin Kaynağı, burada oluşan mesajı alıcıya gönderen Gönderici, buradan yola çıkan mesajın iletilmesini sağlayan Kanal, buradan gelen mesajı hedefe ulaştıran Alıcı, ulaşan mesajın anlamlandırıp yorumlayan Hedef (akt. Dökmen, 2004). Mesaj, duygu ve düşüncelerin kodlanarak sözlü, sözsüz veya yazılı olarak alıcı kişiye ulaştıran semboller bütünüdür (Baltaş ve Baltaş, 2001). Sözlü mesajlar göndericiden sözel bir ifade olarak çıkan mesajlarken, sözsüz mesajlar jest ve mimiklerden oluşmaktadır (Cüceloğlu, 1991). İletişimin temel öğeleri Cüceloğlu (1991) tarafından açıklandığı şekliyle sıralanmıştır: Kaynak gönderilecek mesajın içeriğinin seçilmesi ve oluşturulmasından sorumlu birimdir. Gönderici sözlü mesajlarda dil, diş, dudak gibi ses üretilmesinde görevli sistem öğeleri olabileceği gibi, sözsüz mesajlarda yüz başta olmak üzere tüm beden olabilmektedir. Alıcı mesajın türüne göre farklılaşmaktadır. Sözlü mesajlarda işitme sistemi, görsel mesajlarda görsel sistem vb. alıcı olarak kullanılmaktadır. Hedef gelen mesajı yorumlar ve geri iletimde bulunur. Kaynak ve Hedef birimler dinamiktir ve sürekli olarak fonksiyon değiştirmektedir (Cüceloğlu, 2001). Hedefin, Kaynaktan gelen mesajı değerlendirdikten sonra yeni bir mesaj oluşturması ve Kaynak konumuna geçerek geri bildirim yapması gerekmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2001). Geribildirim yapılmaması veya yanlış yapılması iletişim sürecini bozmaktadır. Shannon ve Weaver (1966)'ın modeline göre iletişimde bir diğer önemli unsur gürültüdür (akt. Dökmen, 2004). Gürültü mesajın kaynaktan

çıkıldığı haliyle hedefe vardığı hali arasında farkı oluşturan durumdur. Modelde 3 tür gürültü tanımlanmıştır: Fiziksel, Nöro-Fizyolojik ve Psikolojik. Kaynağın mesajı farklı şekilde yorumlanması ve algılanması psikolojik gürültü kapsamında değerlendirilir. (akt. Dökmen, 2004). Evlilik ilişkisinde boşanma, çatışma ve küslüklere çoğunlukla psikolojik gürültü sebep olmaktadır (Cüceloğlu, 1991).

İletişim sürecinde ve iletişimin içeriğinde her zaman potansiyel bir çatışma unsuru bulunmaktadır (Harary ve Batell, 1981). Literatürde çatışma tanımlamalarıyla ilgili üzerinde anlaşılmış tek bir tanıma rastlanmamıştır. Çatışma genel bir yapı olarak değil, çeşitli alt alanlara ayrılarak, özelleştirilerek tanıtılma eğilimindedir. Buna göre çatışma ile ilgili çeşitli tanımlamalar sıralanmıştır: Bireyler arasındaki genel anlaşmazlıklardır Moore (1998); kişilerarası uyumsuzlukların farkındalığı ve gerginlik gibi duygusal bileşenleri içeren yapıdır (Jehn ve Mannix, 2001); etkileşimde bulunan bireylerden en az birinin, var olan etkileşim ile ideal etkileşim arasındaki farkı algılayarak, bu fark sonucu gerginleşmesi ve bu gerginliği azaltmak için girişimlerinin engellenmesi durumudur (Öğütölmüş, 2001); kişilerarası farklılıktan kaynaklanan uyumsuzlukların fark edilmesidir (Mortensen ve Hinds, 2001); kişilerarası çatışma, bireyler arasında anlaşmazlık olduğunda ve bireylerin amaçlarına ulaşmaları engellendiğinde verilen olumsuz duygusal tepkiler olarak tanımlanan dinamik bir süreçtir (Barki ve Hardwick, 2004); istek, değer ve inanç bakımından birbirinden farklı olduğu halde birbiri ile iletişim içinde olan bireylerin kısıtlı kaynakların ya da gücün kullanımında öncelikli olma isteğiyle gelişen dinamik bir süreçtir (Önder, 2008); birbiri ile uyuşmayan duygu, düşünce dürtü vb. iki güç arasındaki karşıtlıktır (Budak, 2019). Çatışma günlük yaşamda oluşan doğal bir süreçtir ve çatışma direkt olarak olumlu ya da olumsuz olarak nitelendirilmemelidir. Önemli olan çatışmalara verilen tepkilerin nasıl sonuçlar doğurduğudur (Öner, 2021).

### 2.2.1. Evlilikte İletişim Çatışmaları

Evlilik, eşlerin birbirlerine karşı psikolojik, toplumsal ve cinsel beklentilerini ve mesajlarını dile getirebilmelerini sağlayan etkileşim ve iletişim sistemidir (Özgüven, 2014). Evliliğin bireylere psikolojik iyilik hali, doyum ve mutluluk sağladığı varsayılıyor olsa da evlilik, içerisinde problem ve çatışmaları barındıran zorlu birçok süreci de barındırmaktadır (Erok, 2013). Çift terapistleri evlilik ilişkisi içerisinde en sık karşılaşılan sorunları güç mücadeleleri ve iletişim çatışmaları olarak bildirmiştir (Whisman vd., 1997). Eşler arasındaki kaynak eşitsizliği, evlilik çatışmalarını oluşturmaktadır ve daha fazla kaynağı olan eşin güç konumunda olması muhtemeldir (Klein vd., 2015). Cüceloğlu (1991)'na göre beraber yaşayan ve birlikte aksiyon alan iki birey arasında çatışmaların oluşması kaçınılmaz ve doğaldır. Evlilikte yaşanan problemlerin sebebi iletişimin zayıf olması ya da olmamasıdır (Klinetob ve Smith, 1996). Bach ve Wyden (1969) da evlilik ilişkisinin, iletişimde yanlış anlaşılmalara yol açma eğiliminde olduğunu ifade etmiştir. Evlilik sistemi içinde bir eşin bir sonraki davranışının diğer eşin bir önceki mesajına bağlıdır (Klein vd., 2015).

Evlilik çatışması, eşlerden birinin kendi isteklerinin diğer eş tarafından engellediği algısı ile başlayan ve her iki eşin de algılarını, duygularını ve davranışlarını içeren bir süreçtir (Özgüven, 2001). İlişkide karşılaşılan sorunlar aslında iletişim sorunlarıdır ve düşünce alışverişi sürecindeki bozukluktan kaynaklanmaktadır (Cüceloğlu, 1991). Boylamsal çalışmalar; işlevsel olmayan iletişim kalıplarının, evlilik sorunlarının gelişiminden önce var olduklarını ve bu kalıpların gelecekteki sıkıntılarının erken sinyallerini verdiğini ortaya koymuştur (Markman, 1981). İletişim; ilişkide uyumun sağlanması, ilişkilerin düzenlenmesi ve çatışmaların çözümlenmesinde ana ögedir (Görgün Baran, 2004). Uyumlu bir evlilik sürdürmenin ön koşulu sağlıklı bir iletişimdir (Özgüven, 2014). Bu noktada sağlıklı iletişim kalıplarının kullanılması önem kazanmaktadır. Çiftler eğer mesajlarını açık ve doğrudan olmak yerine kapalı ve dolaylı ifadelerle kuruyorlarsa burada sağlıklı bir iletişimden söz edilebilir

(Aydın, 1988). Eşlerden biri ya da her ikisi iletişim esnasında kendi düşüncesini savunuyor ve eşine kendi düşüncesini kabul ettirmeye çalışıyorsa; düşüncelerini saldırganca, bağırarak aşırı tepkiyle ifade ediyorsa veya pasif bir şekilde düşüncelerini ifade etmekten kaçınıyorsa etkili bir şekilde anlaşmaları mümkün değildir (Akgün ve Uluocak, 2010). Bu sebeple çiftler arasında açık iletişimin kurulması önemlidir (Görgün Baran, 2004).

İyi bir evliliğin temel göstergesi çağdaş evlilik anlayışında karşılıklı doyumun sağlanmasıdır (Fowers, 2001). Eşlerin karşılıklı olarak duygu ve düşüncelerini paylaşabilmeleri, ilişkiden alınan doyumun sürekliliği sağlamaktadır (Batık ve Kalkan, 2017). Aile içi çatışmanın evlilik doyumu ile negatif ilişkili olduğunu bildiren çalışmalar mevcuttur (Burke ve Weir, 1976; Greenhaus ve Parasuman, 1986). Gottman (1979) çiftlerin iletişim kalitesinin gelecekteki evlilik doyumu için önemli ölçüde iyi bir yordayıcı olduğunu öne sürmüştür (akt. Markman, 1988). İletişim ile evlilik doyumu arasında güçlü bir ilişki olduğuna ve evlilikte iletişimin kalitesinin boşanmayı yordadığına dair ampirik bulgular literatürde mevcuttur (Fowers ve Olson, 1986; Larsen ve Olson, 1989; Markman vd., 1988). Evlilik doyumu düşük çiftlerin iletişim eksikliğinin fazla olduğu bulunmuştur (Gottman ve Porterfield, 1981). Bunlara ek olarak evlilikte soruların çözümü, evlilik süresi ve sosyoekonomik durumun evlilik doyumunu etkilediği ortaya konmuştur (Batık ve Kalkan, 2017). Noller (1980) ise araştırmasında evlilik uyumu yüksek olan çiftlerin daha etkili iletişim kurabildiklerini bildirmiştir. Soylu ve Kağnıcı (2015), aile içi iletişimin, evlilik uyumunun en iyi yordayıcısı olduğunu ortaya koymuş ve etkisiz aile içi iletişim ile evlilik uyumu arasında negatif yönlü bir ilişki bildirmiştir.

Aile içi çatışmalar, ilişkiyle ilgili çatışmalar (aşk, güç, ebeveynlik) ve içerikle ilgili çatışmalar (para, ev içinde rol paylaşımı) olmak üzere iki ayrı başlık olarak ele alınabilir (Akgün ve Uluocak, 2010). Evlilikte krizler genellikle evlilik yaşamının belirli dönemlerinde ortaya çıkmaktadır (Güleç, 1988). Evli çiftler aile yaşam döngüsünün her bir adımında ortaya çıkan

değişikliklerden etkilenebilmektedir (Batık ve Kalkan, 2017). Bunlar çocukların doğumu, çocukların evden ayrılışı, emeklilik, hastalık, iş kaybı gibi stres koşullarından herhangi biri olabilmektedir (Güleç, 1988). İş özellikleri (haftalık çalışma saati, fazla mesai sıklığı vb.), aile hayatına ayrılacak zamanı kısıtlayarak ve aile özellikleri (çocuk sayısı ve çocukların yaşı vb.), çiftin ev işlerine ya da sosyalleşmeye ayırdıkları zamanı azaltarak çatışmalara sebebiyet verebilmektedir (Higgins vd., 1992). Bu tür yaşam olayları sonrasında oluşan evlilik krizlerinin yanı sıra bazı krizler ise sistemin zedelenmeye elverişli oluşundan kaynaklanabilmektedir (Güleç, 1988).

Evlilik ilişkisinde ortaya çıkan her kriz patolojik olarak değerlendirilmemelidir, aksine kimi zaman sorun çözümede doğru yaklaşımlarla ilişkinin uyumunu arttırma, dengeleme ve sorunları gelişme fırsatına dönüştürme yönünde güdüleyici de olabilmektedir (Güleç, 1988, Yılmaz vd., 2018). Gottman (2002), mutlu çiftlerin evlilik ilişkilerindeki çatışmalarının %69'unun, aslında kalıcı çatışmalar olduğunu ortaya koymuştur. Çiftlerin evliliklerinden memnun olmaları ve sorunları çözme yolları bulabilmeleri sayesinde, çatışmalar kalıcı da olsa ilişkiyi olumsuz yönde etkilememektedir. Çatışmaları çözüme kavuşturma yoluyla eşler arasındaki yakınlık ve ilişkiden alınan doyum arttırılır (Özgüven, 2001). Çatışma aslında evlilik ilişkisinde sorunları çözmek için fırsatlar yaratmaktadır ve eğer yıkıcı iletişim kurulmazsa bu fırsatlar değerlendirilebilir (Sayar, 2014). Mutsuz evliliklerde eşler, çatışmayı yatıştırmak yerine arttıran olumsuz tutum ve davranışlar sergilemeleri sebebiyle, çatışmaları çözüme kavuşturmakta zorlanmaktadır (Crowley, 2006). İlişkilerde bu tür yoğun ve olumsuz çatışmaların yaşanması, çatışma esnasında duyguların olumsuz tutumlarla ifade edilmesi, eşlerin birbirleriyle sorunları tartışmaktan kaçınması veya çatışma anında eşlerin savunucu tutumlar sergilemeleri; evlilikten düşük tatmin ve boşanma için önemli bir risk faktörü olarak bildirilmiştir (Gottman ve Levenson, 1992). Gottman (2002) eleştiri, hor görme, kendini

savunma ve araya duvar örme davranışlarını mahşerin dört atlısı olarak adlandırır ve bunların ilişki için riskli davranışlar olduğunu belirtir.

## **2.2.2. İletişim Çatışmalarının Nedenleri**

### **Biliş**

Dökmen, (2004) bilişi, duyu organlarından organizmaya ulaşan uyarıcıların algılanması, anlamlandırılması, depolanması, hatırlanması ve kullanılması süreci olarak tanımlamıştır. Bilişsel Davranışçı Kuram bireyin düşüncelerinin, duygu ve davranışlarını yönlendirdiğini savunur. Dolayısıyla bilişsel yaşantılar kişilerarası iletişimde önemli bir role sahiptir. Özellikle bireyin gördüğü ve işittiği uyaranlara zihninde verdiği anlamlar, kendisine ve çevresine karşı geliştirdiği kalıplaşmış düşünceleri kişilerarası iletişimi olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Kalıplaşmış düşünceler rasyonel değildir, değişime dirençlidir ve iletişim çatışmalarına zemin hazırlar (Dökmen, 2004). Aşırı genellemeci bir birey, önyargılı ve tümünden reddedici çatışmalar sergilemeye eğilimli olabilirken, kişiselleştirmeci bir birey pasif çatışma sergilemeye eğilimli olabilmektedir (Dökmen, 2004). Dolayısıyla evlilikte iletişim çatışmaları çiftlerin düşünce boyutundaki sorunlarla ilişkilidir (Ülker, 2011). Bireylerin otomatik düşünceleri ve inançları davranışlarını etkilemektedir (Beck, 2021).

Eşlerin evlilik ilişkisine dair bilişleri ve davranış farklılıkları, evlilik ilişkisinde çatışmaların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Erok, 2013). Literatürde yapılan deneysel çalışma ve klinik gözlemlere göre bilişsel bazı özellikler örneğin seçici dikkat, yorumlama, beklentiler ve varsayımlar vb. evlilik çatışmasını etkiliyor gözükmektedir (Erok, 2013). Kurdek (1999) çalışmasında çiftlerin sık ve yoğun çatışmaları, ilişkiyle ilgili işlevsel olmayan inançları ile ilişkili bulunmuştur. Çatışmaya neden olan bilişsel çarpıtmalar Özer(2018) tarafından şu şekilde sıralanmıştır: Bir bütünü tek bir ögeye dayalı olarak seçici körlükle diğer öğeleri dışarda



bırakarak değerlendirmek olan Filtreleme, tek bir olaydan ya da durumdan bütüne genelleme yaparak değerlendirme olan Aşırı Genelleme ve Etiketleme, olayları iki zıt düzlemde algılama (ya iyi ya kötü vb.) olan Kutuplaşmış Düşünce, başkalarının sözlü ve sözsüz davranışlarından anlamlar çıkarmak olan Zihin Okuma, küçük bir olumsuz durumu büyütme olan Felaketleştirme, ya kişinin çevreyi ya da çevrenin kişiyi kontrol ettiğini düşünme olan Kontrol Yanılgısı, nerede ne yapılması gerektiği ile ilgili kesin denetimler kurmak olan Meli-Malı, diğer bireylerin kendi istekleri doğrultusunda değişmesi gerektiğine inanma olan Değiştirme Yanılgısı, bireyin kendisi suçlu iken ortamda suçlanacak birini bulma olan Suçlama, başkalarının doğruları doğrultusunda yaşamının mutluluk getireceğine inanma olan Fedakarlık Seferberliği.

Etkili iletişim kurabilmek için gerekli bazı bilişsel yeterlilik ve beceriler Şahin ve Aral (2012) tarafından sıralanmıştır: Karar verme becerileri bireylerin birbirleriyle iletişim kurmaya ne kadar açık olduğunu anlayabilmeyi sağlamaktadır. Yeniden yapılanma ve yerine koyma becerileri, bireyin hem kendi hem de çevresindekilerin davranışlarına alternatif anlam ve açıklamalar üretebilmesidir. Düşünme ve yerine koyma becerisi, bireyin diğerleriyle ilişki kurmasına engel olan düşünce ve inançlarıdır. Algılama becerileri ise gönderilen sözlü ya da sözsüz mesajların anlamlarını doğru kodlama ve yorumlamadır. Kişilerarası ilişkilerle ilgili beceriler ise kişiler arası ilişkilerin ne olduğuna, önemine, nasıl geliştirileceğine vb. dair bilgilerin edinilmesidir.

### **Algı**

Dökmen (2004)'e göre algı, duyu organlarından beyne ulaşan verilerin yorumlanması ve adlandırılması sürecidir. Baltaş ve Baltaş (2001)'a göre algı, çevreden gelen uyarıların toplanma, organize edilme, anlaşılma ve değerlendirilme sürecine verilen addır. Bireylerin birbirleriyle iletişimlerini anlamak için birbirlerini nasıl algıladıklarını anlamak gerekmektedir.

Algular, bireyin içinde yaşadığı kültür ve geçmiş yaşantılardan etkilendiği için, subjektiftir ve aynı duyuşal uyarıcı farklı kişiler tarafından farklı algılanabilmektedir (Dökmen, 2004). Aynı zamanda bireyler kişilerarası iletişim esnasında sözlü ve sözsüz karmaşık uyaranlara maruz kalmaktadırlar ve sürece fiziksel, fizyolojik ve psikolojik etkenler de karışmaktadır (Cüceloğlu, 1991; Dökmen, 2004). Kaynağın içinde bulunduğu duruma ilişkin algıları, üreteceği sözlü ve sözsüz mesajların içeriğini ve duygusal tonunu etkilemektedir (Baltaş ve Baltaş, 2001). Tüm bunların sonucunda yanlış algılamalar ve kişilerarası iletişim çatışmaları ortaya çıkmaktadır. Algıda yanılgıların en çok yol açabileceği çatışma türü bireylerin kendi algılarından kaynaklanması sebebiyle varoluş çatışmasıdır (Dökmen, 2004).

Tezer (1986) aile içi çatışmaları incelediği araştırmasında, çatışan evli çiftlerin çatışmaları algılamalarında farklılık olduğunu ortaya koymuştur (akt. Dökmen, 2004). Evlilik ilişkisinde eşleri her bir davranışı diğer eş için bir mesaj niteliği taşımaktadır (Cüceloğlu, 1991). Dolayısıyla mesajların algılandığı zemin oldukça önemlidir. Şekil ve zeminin yer değiştirmesiyle algılamada farklılıklar gerçekleşmektedir (Cüceloğlu, 2002). Mesajı oluşturan cümle içinde kelimelerin yerleri hangi anlam ögesinin şekil, hangisinin zemin olacağını etkilemektedir (Cüceloğlu, 1991).

### **İletişim Becerisi**

Baltaş ve Baltaş (2001)'a göre bireylerin vermek istedikleri mesajları sözlü, sözsüz ya da yazılı olarak ilişki durumuna uygun olarak verilmesi, mesajı gönderme becerilerinin geliştirilmesiyle ilişkilidir. Bu beceriler seçilen sözcükler, beden dili ve sesi kapsamaktadır. Dökmen (2004)'e göre iletişim çatışmaları iletişim kurmadaki bilgi eksikliğinden kaynaklanmaktadır ve bireylere nasıl iletişim kurmaları gerektiği ile ilgili eğitim verilirse; iletişim kaliteleri yükselecek ve iletişim çatışmaları azalacaktır. Nitekim Stickle ve Pellegrino (1982)'nin çalışması katılımcılara verilen uygun eğitimden sonra, katılımcıların insanların

duygusal yüz ifadelerini daha iyi teşhis edebildiklerini ortaya koymuştur. Doğru dinleme de sağlıklı iletişimin en önemli parçasıdır ve sağlıklı bir iletişim için etkin dinleme becerilerinin geliştirilmesi gerekmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2001).

İletişim iyi bir evlilik ilişkisi geliştirmenin ve sürdürmenin anahtarıdır (Fowers, 2001). Evlilik ilişkisinde ortaya çıkan problemlerin çatışma çözme becerisi ve iletişim odaklı becerilerin eksikliğinden kaynaklandığı görülmektedir (Akgün ve Uluocak, 2010). Fowers (2001), iletişim becerileri eğitiminin, evliliği sürdürmek için gerekli nitelikleri geliştirmenin en iyi yollarından biri olduğunu öne sürmüştür. Evli çiftlere özellikle aile yaşam döngüsündeki her bir dönemde gerçekleşecek değişikliklerin farkında olmaları, bu dönemlerde oluşabilecek problemleri konuşabilmeleri, bu problemlerin nasıl çözüleceğine ilişkin planlamaları yapmaları ve oluşacak çatışmaları çözmeleri için gerekli olan becerilerin kazandırılması önemlidir (Batık ve Kalkan, 2017). Bu sebeple iletişim ve çatışma çözme becerilerinin öğretilmesi, çiftlerin ilişkilerini geliştirmek amacıyla evlilik terapisinde kullanılan en yaygın yaklaşımlardan biridir. Boylamsal çalışmalar işlevsiz iletişim kalıplarının, evlilikte oluşan problemlerden önce de var olduklarını ve gelecekteki sıkıntıların habercisi olduklarını ortaya koymuştur (Markman, 1981). Örneğin iletişim kurarken ben dili yerine sen dilinin kullanılması eşleri kendilerini savunmaya itmekte ve bu durum çatışmaların artarak devam etmesine sebebiyet vermektedir (Güleç, 1988). İletişim becerilerinin eksikliğine ek olarak çatışma çözme becerilerindeki eksiklikler de evlilik sorunlarına neden olabilmektedir (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Akgün ve Uluocak (2004) evlilikte çatışma çözme, problem çözme ve evlilikte iletişimle ilgili verilen eğitimler sonucunda eşlerin iletişim kurmaya başlayarak, birbirlerine kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini göstermiştir. Doğru sorun çözme yaklaşımlarını uygulamanın, evlilik uyumuyla pozitif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Yılmaz vd., 2018). İletişim becerilerinin yetersizliği uyumlu bir evlilik sürdürmeyi olanaksız kılmaktadır (Özgüven, 2014). Bu sebeple, evlilik çatışmalarının

gelişmemesi için çiftlerin evlenmeden önce de iletişim becerisi eğitimi almaları önerilmiştir (Markman, 1988).

### **Kişisel Faktörler**

Kadınlar ve erkeklerin iletişim kurma biçimleri ve iletişimleri algılayışları arasında farklılıklar bulunmaktadır. Problemlili evliliklere sahip kadınların eşlerindeki duygusal değişikliklere erkeklere kıyasla daha fazla tepki gösterdikleri ve problemlili evliliklere sahip erkeklerin eşlerinden gelen sözsüz mesajları yeterince değerlendiremedikleri ortaya konulmuştur (Gottman ve Porterfield, 1981). Aynı zamanda kadınların erkeklerden daha iyi sözsüz iletişim kurabildikleri ve özellikle olumlu mesajlar göndermede daha başarılı oldukları bildirilmiştir (Noller, 1980). Wills vd., (1974), evlilik ilişkisinde erkeklerin olumlu duygusal mesaj içeren davranışlarının evlilik tatmini için oldukça önemli olduğunu ortaya koymuştur. Bu sebeple Noller (1980) erkeklerin iletişimde olumlu mesaj kullanımını öğrenmelerinin evlilik mutluluğu için önemli olduğunu bildirmiştir. Özellikle çatışmalarda kadınların erkeklere kıyasla duygusal sorunları konuşmaya daha yatkın oldukları; erkeklerin ise sorunların tartışılmasından kaçınma ya da problemlere çözüm önermeye yatkın oldukları düşünülmektedir (Basow ve Rubenfeld, 2003). Yılmaz vd. (2018) evlilik ilişkisinde erkeklerin problem çözme becerilerinin kadınlardan daha iyi olduğunu bildirmiştir. Ergül (2017), kadınların küsme davranışını göstermeye erkeklerden daha fazla eğilimli olduklarını ve kadınların öfke ifadesi olarak, erkeklerinse çatışmayı soğutmak amacıyla küstüklerini belirtmiştir. Klinetob ve Smith (1996), erkeklerin evlilik ilişkisindeki var olan güç konumlarını koruma istekleri sebebiyle tartışmalarda genellikle geri çekilen taraf olduklarını bildirmiştir. Aynı zamanda yine statüye bağlı olarak erkekler iletişim kurarken daha fazla talimat vermekte ve daha sık söz kesmektedir (Athenstaedt vd., 2004).

Bireyin bir mesajı gönderme becerisi kişisel özellikleriyle şekillenmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2001). İletişimi bozan kişilik özelliklerinden biri savunuculuktur. Savunuculuk düzeyi arttıkça birey karşısındaki kişiyi anlayamaz hale gelmektedir ve iletişimin verimi düşmektedir; savunuculuk düzeyi azaldıkça ise, iletişimi bozacak yanlış algılamalar azalmaktadır (Cüceloğlu, 1991). Savunuculuk, eşlerin birbirlerinin söylediklerine odaklanmalarını ve birbirlerini anlamalarını zorlaştırır çünkü birey sürekli olarak savunmalar üretmekle meşguldür (Fowers, 2001). Bireylerin yargılayıcı, denetleyici, umursamaz, üstünlük taslayan ve kesinlik gösteren tutumlar sergilemesi iletişimi zorlaştırmaktadır (Cüceloğlu, 1991). Kişisel beklentiler algı süreçlerinin doğal bir parçasıdır ve algılamada farklılaşmalara sebep olabilmektedir (Cüceloğlu, 1991). Aynı zamanda bireylerin geçmiş yaşantıları ve ihtiyaçları da beklentilerini etkileyerek algılama farklılıklarına yol açmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2001; Cüceloğlu, 2001). Dolayısıyla bu noktada bireyin doğru yargılama kapasitesi önemli hale gelmektedir. Yargılama, bir durumda neyin önemli olduğunu ve bu duruma nasıl en iyi yanıtın verilebileceğini anlama kapasitesini ifade etmektedir (Fowers, 2001). Yargılama doğru çalışmadığında birey yanlış mesajlar ve tepkiler oluşturarak çatışmaya sebep olabilmektedir.

İyi bir evlilik ilişkisi için gerekli olan ve iletişimi etkileyen özellikler kendine güven, sorumluluk, öz farkındalık ve ilişkide eşlerin birbirine ihtiyaç ve arzularını iletme ve bunları birlikte müzakere edebilme yeteneğidir (Fowers, 2001). Eşler birbirlerinin farklı ihtiyaçları olduğunu ve bu sebeple farklı davrandıklarını anladıklarında evlilik çatışmalarına daha objektif şekilde yaklaşabilmektedirler (Güleç, 1988). Aktif dinleme, başta sözsüz teşvik kullanımı (göz teması, baş sallama, sesler vb.) ve eşin söylediklerinin özetlenmesi ve doğrulanması olmak üzere pek çok bileşeni içeren önemli bir iletişim becerisidir (Gottman, 1994). Aktif dinleme yoluyla eşin bakış açısı anlaşılır ve eş konuşmaya teşvik edilir (Fowers, 2001). Evlilik ilişkisinde sevgi ve yakınlığı sürdürmek, duyguları ifade etmek gibi etkileşimler için kişinin kendini dürüstçe açabilmesinin önemli olduğunu belirtilir (Greenberg ve Johnson, 1985).

Kendini dürüstçe açma davranışı aynı zamanda kişiyi eşi tarafından incitilmeye açık hale de getirebildiğinden belirli bir derecede kırılganlık içerir (Fowes, 2001). Bu noktada partnerlerin birbirlerini güvenilir algılamaları önemli hale gelmektedir (Boszormenyi-Nagy ve Krasner, 2014). Güvenin sağlanması için eşler birbirlerine karşı tutarlı ve adil davranmalıdır. İlişkilerinde adaletsizlik hissedilen bireylerin iletişimleri ve duygusal yakınlıkları ihtiyaç duyulan güvene ve açıklığa sahip olmayabilir (Fowers, 2001).

### **Kültürel Faktörler**

Bireyin bir mesajı gönderme becerisi yaşadığı sosyal ortamda şekillenmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2001). Çünkü her sosyo-kültürel yapı kendi anlamını yaratmaktadır (Görgün Baran, 2004). Bireyin yaşamı süresince geliştirdiği değer, beklenti ve algılamaların tümü, içinde yetiştiği kültürden gelen zeminlerden etkilenmektedir (Cüceloğlu, 1991; 2002). Bu kültürel zeminlerin ortaklığı iki bireyin algılamalarında da ortaklığa sebebiyet vererek iletişimi kolaylaştıracaktır fakat kültürel zeminleri benzemeyen bireyler birbirlerini tam olarak anlama olanağına sahip olamayacakları için iletişim zorlaşacaktır (Cüceloğlu, 2002). Etnik, dini, sosyal sınıfsal ve mekânsal farklılıklar içerisindeki bireylerin sembollere atfettikleri anlamlar birbirinden ayrıdır dolayısıyla aynı dili konuşmalar dahi kültürleri farklı olduğu için birbirlerini anlamakta zorlanacaklardır (Görgün Baran, 2004). Sosyal kuralları benimseyen ve bu kurallara uyulmasını isteyen bireyler, kurallara aykırı davranıldığında kuralları çiğneyen bireyler ile çatışma yaşayabilmektedirler (Dökmen, 2004).

Bireyler hayatları boyunca birçok rolü üstlenirler ve bu rollerin bazıları kültürel olarak kodlanmış rollerdir (Dökmen, 2004). Evlilik içerisinde de her bir eşin bu sosyal organizasyon içinde rolleri ve sorumlulukları bulunmaktadır (Görgün Baran, 2004). Rollerin her biri zaman, enerji ve bağlılık gerektiren beklentiler içermektedir ve bu rollerin beklentileri, bireylerin bu rol için gerekli sorumluluğu üstlenmesi için algılanan baskılar olarak tanımlanabilir (Higgins

vd.,1992). Eğer birey bu rollerin sınırları fazlaca geirgense ve birbirine karışıyorrsa ya da oldukça katı ise bu durumda çatışmalar yaşanabilmektedir (Dökmen, 2004). Minuchin (1977)'e göre de ailede anne-baba, karı-koca ve kardeşler olmak üzere üç alt sistem bulunur. Eğer bu sistemler arasında sınırlar fazla geçirgen ya da fazla katı olursa ailede problemler ortaya çıkmaktadır. Roller dengesiz dağıldığında ve bu sebeple eşlerden birine aşırı rol beklentisi yüklendiğinde evlilik çatışmaları artış göstermektedir (Higgins, 1992).

Sosyal yaşantıda ortaya çıkan olumlu/olumsuz gelişmeler evlilik ilişkisini etkilemektedir ve dolayısıyla eşlerin sorunları yaşadıkları ortamdan bağımsız ele alınamamaktadır (Yılmaz vd., 2018). Kırsal kesimde yaşayan ailelerin karşılaştığı sorunlarla kentsel kesimde yaşayan ailelerin karşılaşacağı sorunlar birbirinden farklı olacaktır çünkü hızlı değişim kentte kırsala kıyasla daha fazla hissedilmektedir ve bu durum eşlerin ilişkilerinde sorunlara sebebiyet vermektedir (Akgün ve Uluocak, 2010). Ülkemizde kırsal kesimde yaşayan geleneksel ailelerde erkeğin istek ve normlarını tartışmasız kabul edilmesi, kentsel kesimde yaşayan modern ailelerdeyse çatışmaların kavga ve güç kullanarak çözülmeye çalışılması gibi yöntemler çiftlerin birbirleri üzerinde egemenlik kurma davranışlarını pekiştirerek ileride daha büyük evlilik krizlerini ortaya çıkarabilmektedir (Güleç, 1988). Geçmişte ülkemizde, erkeklerin meslek yaşamlarına odaklı olması ve kadınların evde çocuklarıyla kalarak duygusal ve zihinsel olarak daha az gelişme fırsatı bulabilmeleri kabul görürken, artık bu geleneksel roller değişmiştir ve kadınların iş yaşamında üretime etkin bir şekilde katılması, aile içi kadın-erkek rollerinin sorgulanmasına yol açmış ve bu durum da evlilik çatışmalarının potansiyel kaynağını oluşturmuştur (Güleç, 1998). Aile hayatında ikili kariyer modelinin uygulanması rollerin yeniden düzenlenmesinden kaynaklanan stres faktörlerini doğurmuştur (Burke ve Weir, 1976). Kadınların iş hayatında sahip oldukları yeni rollerin gereklilikleri aile rollerini sınırlamaya başladıkça erkekler, aile rollerine daha fazla zaman ayırmaya başlamıştır (Higgins vd., 1992). Kadınların iş hayatına atılması öz değerlerini yükseltirken, erkeklerin öz değerini

düşürmektedir (Burke ve Weis, 1976). Buna ek olarak erkekler çalışmayan bir kadınla evli olmaya kıyasla, çalışan bir kadınla evli olduğunda rol ve sorumlulukları azalmak yerine aksine paylaşıldığı için artmaktadır. Dolayısıyla erkeklerin stres seviyesi de artmaktadır. Bunun sonucunda eşler iş ve aile yaşamı arasında denge kurmaya çalıştıkça çatışmaların oluşması kaçınılmazdır.

### **2.2.3. Graf Analizi Açısından İletişim Çatışmalarının Sınıflandırılması**

Graf Analiz, sistemler arasında ya da bir sistemi oluşturan öğeler arasında gerçekleşen mesaj alışverişlerinin yönünün ve kapsamını incelemek anlamına gelmektedir (Dökmen, 1985). 13.yüzyılda ortaya atılmasından bu yana çeşitli bilim dallar tarafınca Graf Teori'den yararlanılmıştır (Dökmen, 1985). Matematik profesörü olan Frank Harary 1960'lı yıllarda bu teoriden yararlanarak kişilerarası iletişim çatışmalarını incelemiştir (Dökmen, 2004). Graf Teori psikolojide en önemli uygulama alanını iletişim psikolojisinde bulmuştur ve iletişim örüntüleri ve iletişim çatışmalarını anlamakta kullanılmıştır (Dökmen, 1985). Harary ve Battell (1981) Graf Analizi kapsamında sistematik bir çatışma sınıflaması gerçekleştirmiştir. Çatışma Eğilimi Ölçeği, Harary ve Batell'in (1981)'a ait 'iletişim çatışması modeli' teorik temel alınarak, Toplamalı Sıralama Tekniği'ne göre Dökmen (1986) tarafından geliştirilmiştir. İletişim çatışması modeli kapsamındaki çatışma sınıflamasında, sekiz temel çatışma türü bulunur ve bu çatışmalar Dökmen (2004) tarafından açıklanmıştır.



Tablo 2

*Graf Analizi Kapsamında Çatışma Sınıflandırması*

Aktif Çatışma	Bireylerin birbirlerinin ne söylüyor olduğuna aldırmadan, birbirlerini yeterince dinlemeden, karşılıklı eleştiri yönelterek, kavga etmeleri durumudur.
Pasif Çatışma	Bireylerin herhangi bir sebepten ötürü (çekinme, küslükler vb.) birbirleriyle iletişim kurmaması durumudur.
Varoluş Çatışması	Bireyin karşısındakinin söylediklerini yanlış anlaması veya söyledikleriyle ilgisi olmayan bir mesaj vermesi durumudur.
Tümden Reddetme Çatışması	Bireyin kendisine yöneltilen mesajı tümden reddetmesi ve aksi bir görüşü savunması durumudur.
Önyargılı Çatışma	Bireylerin belli bir konuda tartışmaya başlamadan önce o konuyla ilgili bir önyargılarının olması, tartışma esnasında bu önyargılarını savunma ve tartışmanın başlangıçta var olan yargılarını etkilememesi durumudur.
Yoğunluk Çatışması	Bireylerin görüşleri arasında kısmen uyuma olması durumudur.
Kısmi Algılama Çatışması	Bireyin karşısındakinin kendisine gönderdiği mesajların bir kısmını algılayıp, diğerlerini algılamaması durumudur.
Alıkoyma Çatışması	Bireyin karşısındakinden gelen mesajı tam olarak anlaması ama isteyerek ya da istemeyerek bu mesajı değişikliğe uğratarak bir başkasına doğru bir şekilde aktarmaması durumudur.

Dökmen (2004)'e göre bireylerin birbirlerinden hoşlanmadıkları ve birbirlerine kızdıkları durumlarda aktif çatışma ortaya çıkar. Aktif çatışmaların belirgin (bireyle ilgili olumsuz bir geçmiş yaşantı olması) ve/veya örtük (birinden sebepsizce hoşlanmamış olmak) sebepleri olabilir. Pasif çatışmada kişiler birbirleriyle iletişim kurmayarak, birbirlerine 'seninle ilgilenmiyorum' mesajı vermeye çalışırlar. Pasif çatışmalar, pasif saldırganlığa dönüşebilir ve bu durumda susmak, ilişki içinde olunan bireyi öfkelenmek için adeta bir silah olarak kullanılır. Bireylerin birbirlerine olan kızgınlıklarını içe atıp, ifade etmeyerek hiçbir sorun yokmuşçasına iletişim sürdürmeleri de pasif çatışma kapsamına girer. Varoluş çatışmasında bireylerin dikkati kendilerine yönelmiştir. Bu sebeple birbirlerine ifade etmek istedikleri

mesajlar alıcılarına ulaşamaz. Bireyler birbirlerini dinlemez ya da dinliyor olsalar dahi kendi iç dünyalarına uygun mesajlar üretirler. Dolayısıyla bireyler iletişim kuruyor gibi gözükseler de aslında iletişim kuramazlar. Tümünden reddetme çatışmasında birey kendisine gönderilen mesajın üzerine ayrıntılı düşünmek yerine onu sorgusuz sualsiz reddetme eğilimindedir. Önyargılı çatışmada birey karşısındakinin sözlerine karşı adeta kulaklarını kapatır ve kendi görüşünü savunur.

Bir iletişim çatışması sırasında sekiz çatışma türü tek tek ya da çatışmalardan birkaçı birleşerek de ortaya çıkabilmektedir. Harary ve Batell (1981)'e ait çatışma sınıflamasındaki çatışma türlerini iki ana grupta sınıflandırmak mümkündür: Yönelim Çatışmaları (Aktif Çatışma, Pasif Çatışma ve Varoluş Çatışmaları), Kapsam Çatışmaları (Tümünden Reddetme Çatışması, Önyargılı Çatışma ve Yoğunluk Çatışmaları). Yönelim Çatışmaları kişilerden kaynaklanan çatışmaları içerirken, Kapsam Çatışmaları mesajdan kaynaklanan çatışmaları içermektedir.

#### **2.2.4. İletişim Çatışmaları ve Aldatma**

Birçok araştırma çift ve aile ilişkisindeki eksikliklerin, memnuniyetsizliğin, tekrarlanan sorunların ve çatışmaların sadakatsizliği hızlandırmada ve sürdürmede merkezi bir rol oynayabileceğini göstermiştir (Allen vd., 2005; Allen ve Atkins, 2005; Blow ve Hartnett, 2005; Fisher vd., 2009; Glass ve Wright, 1985). Wiederman (1997), çiftlerin evliliğe sonsuza dek mutlu yaşayacaklarını varsayarak girseler de evlilik çatışmasına yol açabilecek çeşitli faktörlerin oluşabileceğini ve aldatmanın da bu faktörlerin sonucu olarak ortaya çıkabileceğini belirtmiştir. Evlilik dışı cinsel ilişkilerin %70 oranında evlilik sorunlarının bir sonucu olduğu bildirilmiştir fakat aynı zamanda evlilik sorunları da evlilik dışı ilişkilerin sonucu olabilir (Spanier ve Margolis, 1983). Evlilik dışı bir aşk ilişkisinin yarattığı gerilim de çatışmayı açığa çıkarabilir (Elbaum, 1981). Kramer (1969)'a göre çatışmalı bir evlilikte yansıtımlar eşe

yöneliktir. Çatışmalar sebebiyle çift yakınlıktan kaçınmaktadır ve bu durum evlilik dışı ilişkiye zemin hazırlamaktadır.

Aldatmaya yatkınlıkla güçlü şekilde bağlantılı bulunan faktörler cinsel tatminsizlik, küçümseyici yaklaşıma maruz kalmak ve kıskançlıkla ilgili partner şikayetleri gibi çatışma kaynaklarıdır (Buss ve Shackelford, 1997). Genellikle devam eden evlilik dışı cinsel ilişkilerin nedeni açık veya gizli evlilik anlaşmazlıklarıdır (Elbaum, 1981). Eşler birbirlerinin başkalarına dair cinsel istekleri olduğunu algıarlarsa, karşılık olarak aldatmaya açık olduklarını gösteren misilleme davranışları sergileyebilmekte veya cinsel olarak başkalarına açık olan bir eş, partnerini başkalarını cinselleştirmekle suçlayarak yansıtma gösterebilmektedir. İlişki içinde eşler aldatma konusunu konuşmadıkça belirsizlik ve farklılaşan bakış açıları ilişkinin bağlarını test etmeye devam etmektedir (Boekhout vd., 2003).

Aldatma evlilik içinde eş ile yaşanan ilişki problemleriyle ilişkilidir ve cinsel kıskançlık evlilik çatışmalarının temelinde yer almaktadır. (Betzig, 1989; Fisher vd., 2009). Eşlerinin kıskanç olduğundan yakınan kadınların diğer erkeklerle kısa süreli ilişkiler yaşama olasılıklarının yüksek olduğu bildirilmiştir ve bu durumun tersi de geçerlidir. Buna ek olarak eşlerinin bir sadakatsizliğe karışacağından aşırı endişelenen ve kıskanan erkekler, kendi algıladıkları eş değerini düşürmek için eşleri küçümseyebilir ve onların kusurları konusunda irrasyonel kaygılar taşıyabilirler (Buss ve Shackelford, 1997). Evlilik dışı ilişkiler bir eşe düşmanlığı ifade etmenin, intikam almanın, karşılamamış ihtiyaçları telafi etmenin bir yolu olarak öne sürülmüştür (Allen vd., 2005). İlgili araştırmada evliliğini bitmeye yatkın olarak değerlendiren erkeklerin başka bir kadınla ilişki yaşaması olasılığının yüksek olduğunu bulunmuştur.

Evlilik dışı ilişkilerin de çatışmalara yol açabileceği doğrudur. Evlilik dışı bir ilişki sonrası gerekçelendirmelere başvuran bir kişi, eşine karşı genellikle daha eleştirel bir hale

gelebilir ve olumsuz yüklemelerle etiketleyerek çatışmalar yaratabilir (Glass ve Wright, 1992). Evlilik dışı ilişkiler artan evlilik sıkıntısı, çatışma ve boşanma ile ilişkilidir (Amato ve Rogers, 1997; Betzig, 1989; Charny ve Parnass,1995). Polat (2006), çatışma eğilimi yükseldikçe, aldatma eğiliminin de yükseldiğini bildirmiştir. Ek olarak çalışmada çatışma eğilimi düşük olan erkeklerin, çatışma eğilimi düşük olan kadınlara kıyasla daha fazla aldatma eğilimi gösterdikleri bulunmuştur.

### **2.3. Aldatma**

Aldatma; her partnerin kendine özgü özelliklerini içeren biricik, aynı zamanda paylaşılan ortak faktörleri de barındıran karmaşık ve çok yönlü bir olgudur (Kalkan, 2019). Aldatma, bireyin öznel deneyimine bağlı olarak sayısız varyasyonu bulunabileceğinden, basit ve doğrusal şekilde kolayca anlaşılabilir (Traeen ve Stigum, 1998; Blow ve Hartnett, 2005). Çiftlerin hayatlarını birlikte düzenleme biçimleri farklı olduğundan, her davranış her zaman aldatma olarak algılanmayabilir ve bu sebeple her ilişki kendi koşulları içerisinde değerlendirilmelidir (Traeen ve Stigum,1998). Bu sebeple herkes için geçerli tek bir tanımdan söz etmek mümkün değildir. Tanımsal netliğin olmayışı, araştırma bulgularının karşılaştırılma derecesini de sınırlamaktadır (Thompson, 1983). Dolayısıyla araştırmacılar her ne kadar karmaşık olsa da paylaşılan ortak faktörleri göz önüne alarak aldatmayı tanımlamaya çalışmışlardır. Thompson (1983) aldatmaya sistematik bir terminoloji getirilmesi adına üç faktörün önemli olduğunu belirtir: İlk faktör davranışın ilişkideki partnerin rızasıyla mı rıza dışı mı gerçekleştiğini, ikinci faktör birincil ilişkinin boyutunu (evlilik, birlikte yaşama gibi) ve üçüncü faktör davranışın tanımını (cinsellik, ilişki) temsil etmektedir. Sıklık, partner sayısı ve duygusal katılım seviyesi de davranışın tanımlayıcılığını sağlamak için önemlidir.

Literatürde karşılaşılan aldatma tanımları şu şekilde sıralanabilir: Aldatma bir sözün veya yeminin ihlalidir (Thompson, 1983); ikili ilişki bağlamında, bir partnerin ilişkinin

dışındaki insanlarla duygusal veya fiziksel yakınlık düzeyini düzenleyen normları ihlal etmesidir (Drigotas ve Barta, 2001); romantik ilişki dışında gerçekleşen ve bu ilişkinin duygusal yakınlığını tehlikeye atan cinsel veya duygusal etkileşimdir (Hertlein vd., 2003); karşılıklı olarak üzerinde anlaşılacak kuralların veya bir ilişkinin sınırlarının ihlali ve kişilerarası ilişkilerde inanç ihlalidir (Fisher vd., 2009); bir eşe veya bir partnere yönelik duygusal, cinsel veya her ikisini de içeren sadakatsizlik eylemidir (Balon, 2016). Tanımlamalardan yola çıkılarak en genel haliyle romantik ilişkilerde aldatma kavramı, iki birey arasındaki ilişkinin sınırları hakkında kararlaştırılan sadakat sözleşmesinin ihlal edilmesi olarak ele alınabilir.

Traeen ve Stigum (1998) çalışmalarında Batılı sanayileşmiş kültürlerde çoğu insan hayatında çift ilişkisinin önemli bir yeri bulunduğunu belirtmişlerdir. Buna göre çift ilişkisi kendini gerçekleştirme için önemli bir alan sağlar ve benlik algılarını güçlendirir. Sevgi ve güvene dayalı bu ilişkiler sosyal normların desteğiyle tekeşli ilişkiler olarak hüküm sürer. Buna karşın aldatma ise tekeşli bir ilişkiyi bitirmek için yeterli bir neden olarak görülür. Bu sebeple geleneksel normlara göre evlilik dışı ilişkilere yönelik toplumsal kabul düşüktür. Çoğu toplumda ve kültürde sadakat, aşka dayalı yakın bir ilişkinin temel bileşeni olarak kabul edilmektedir ve sadakatsizliğin yıkıcı olduğu düşünülmektedir (Fisher vd., 2009; Traeen vd., 2007). Yaşları ne olursa olsun, erkekler ve kadınlar, aldatmayı sosyal normdan ciddi bir kopuş olarak kınama ve onaylamama eğilimindedir (Allen ve Atkins, 2005). Kendileri bu ilişkileri deneyimlemiş bireyler dahi bu katılımları yanlış ve birincil ilişki partnerinden uzaklaştırıcı olarak algılamaktadırlar (Thompson, 1984). Evlilik dışı ilişkiye yönelik olumsuz sosyal algıların var olmasının iki sebebi tanımlanmıştır: İlki evlilikte onaylanmış bir cinsel partnerin varlığı ve dolayısıyla bireyin cinsel yönden yoksun olmamasıdır, ikincisi herhangi bir evlilik dışı ilişkinin evlilik ilişkisini tehdit etmesidir (Bell vd., 1975). Elbaum'e (1981) göre ise evlilik dışı cinsel ilişkiye karşı tabular ailenin ekonomik ve biyolojik bütünlüğünü korumak için ortaya çıkmıştır. Çünkü ekonomik olarak hayatta kalma sıkı bağlar içeren bir aile birimine bağlıdır ve

ayrım gözetmeyen cinsel faaliyetler çekişme yaratır, aynı zamanda cinsel hastalıkların yayılmasına da katkıda bulunur.

Yapılan bir araştırmaya göre 88 toplumda insanlar, evlilik dışı ilişki sebebiyle evlilik ilişkilerini sonlandırıyorlar (Betzig, 1989). Tüm insan toplumlarının yaklaşık %80'i erkeklerin birden fazla eşi veya evlilik dışı ilişkileri olmasına izin vermesine karşın, erkeklerin yalnızca küçük bir yüzdesi birden fazla eş edinir (Buss ve Schmitt, 1993). Liberal tutumların yaygınlaşmasına karşın hala nüfusun çoğunluğu aldatmayı olumsuz algılamaktadır ve aile bütünlüğünü korumak adına toplumsal baskılar devam etmektedir (Elbaum, 1981). Batılı toplumlarda (İngiltere, Fransa ve Amerika) tekeşlilik oranları oldukça yüksektir ve dolayısıyla Modern Batı toplumunda kadın-erkek yaşam yapısının sadakatsizliğe engel olduğu söylenebilir. (Atwater, 1979; Buss ve Shackelford, 1997; Greeley, 1994; Treas ve Giesen, 2000). Ford ve Beach (1951) kültürlerarası çalışmalarında toplumların yalnızca yüzde 39'undan daha azının (139'dan 54'ü) sadakatsizliği onayladığını ortaya çıkarmış ve bu bulgu Harrell (1997)'ın Amerika'da evlilik dışı ilişkileri onaylayan hiçbir toplum bulunmadığını ifade eden çalışmasıyla desteklenmiştir (akt. Jankowiak vd., 2002). Amerika örneğinde yapılan bir araştırmada katılımcıların %77'sinin evlilik dışı cinsel ilişkinin her zaman yanlış olduğuna inandığı bildirilmiştir (Laumann vd., 1994). Amerikan toplumunda bir birey eşini gerçekten seviyorsa ve evliliğinde mutluyorsa, aldatmanın her türlüünün imkânsız olduğuna ve sadakatsiz davranışların kötü veya nevrotik bir karakterden kaynaklandığına, dolayısıyla zarar verici olduğuna inanılmaktadır (Hunt, 1969). Wiederman (1997), evli erkeklerin (%78) ve kadınların (%88) büyük çoğunluğunun yaşamları boyunca evlilik dışı cinsel ilişkiye girmediklerini bildirmiştir. Hollanda örneğinde de ilişkilerde sadakatsizlik onaylanmamıştır (Prins vd., 1993). Çin örneğinde ise katılımcıların %95'i evlilik dışı cinsel ilişkinin kabul edilemez olduğunu bildirmiştir (Zhang vd., 2012). Nispeten cinsel açıdan liberal bir kültürü temsil eden

Norveç'te ankete katılanların %95'i evlilik dışı cinsel ilişkiyi her zaman ve neredeyse yanlış olarak değerlendirirken, Rusya'da bu oran %62 olarak bildirilmiştir (Widmer vd., 1998).

Birçok toplumda, evlilik dışı cinsel ilişki geleneklere, adetlere, dini inançlara ve hatta bazı eyaletlerde yasalara aykırıdır fakat yine de evlilik dışı cinsel ilişkinin oldukça yaygın olduğu söylenebilir (Spanier ve Margolis, 1983). Amerika'da gerçekleştirilen çalışmalarda evli bireylerin %13,3'ünün (Atkins vd., 2001), %20 ila %25'inin (Wiederman, 1997) evlilik dışı cinsel ilişki bildirdiği ve tüm evliliklerin %50 ila %75'inin (Thompson, 1983) evlilik dışı cinsel ilişki barındırdığı ortaya konulmuştur. Finlandiya'da da evlilik dışı cinsel ilişkilere yönelik tutumlar daha az hoşgörülü olmasına rağmen, evlilik dışı cinsel ilişki sıklığının arttığı bildirilmektedir (Traeen ve Stigum, 1998). Norveç'te yapılan araştırmada katılımcıların %16'sının evlilik dışı ilişki yaşadığı bildirilmiştir (Traeen ve Stigum, 1998). Danimarkada yapılan bir çalışmada katılımcıların sadakatsizliğe karşı müsamahakâr tutumlara sahip olduğu bildirilmiştir (Solstad ve Mucic, 1999). Widmer vd. (1998), 24 farklı ülkeden katılımcılarla yaptığı çalışmasında çoğu ülkenin evlilik dışı cinsel ilişkilere karşı çıktığını fakat bazı ülkelerin (Rusya, Bulgaristan, Çek Cumhuriyeti vb.) diğerlerinden daha hoşgörülü olduğunu bildirmiştir. Batılı olmayan pek çok ülkede de evlilik dışı cinsel ilişki oranı oldukça yüksektir (Balon,2016). Hindistan ve Nijerya da yapılmış çalışmalar cinsel sadakatsizliğin oldukça yaygın olduğunu göstermiştir (Collumbien vd., 2001; Lawoyin ve Larsen, 2002).

Literatürde çoğunlukla aldatma davranışının temsili olarak evlilik dışı cinsel ilişki esas alınmıştır. Aldatma tanımını cinsel ilişki ile sınırlayan araştırmalar, diğer ilişki türlerinin ve duygusal bağlantıların ilişkiler üzerindeki yıkıcı etkilerini gözden kaçırmaktadırlar (Blow ve Hartnett, 2005). Bernad (1974) ise aldatmanın sadece evlilik dışı cinsel ilişkilerde değil, eşlerden biri veya her ikisinin de birbirini sevmekten, onurlandırmaktan, değer vermekten veya teselli etmekten vazgeçtiğinde de meydana geldiğini savunmaktadır (akt. Thompson, 1983). Yapılan araştırmalarda da bu örneklerle yönelik artan ampirik ilgiye rastlanmaktadır. Örneğin

Atwater (1979), araştırmasında evlilik dışı cinsel ilişki bildiren kadınların yarısının bu deneyime duygusal olarak da dahil olduklarını bildirmiştir. Buunk (1980), erkeklerin %31'i ve kadınların %29'unun partnerlerinden başka birine âşık olduğunu belirtmiştir. Spanier ve Margolis (1983) alışmasında, kadınlar (%72) ve erkekler (%51) son evlilik dışı ilişkilerinde bir miktar duygusal bağlılık veya aşk olduğunu bildirmiştir. Glass ve Wright (1985) da duygusal katılım içeren ilişkilerde erkekler için bu oranı %51, kadınların için ise %49 bildirmiştir. Bu veriler ışığında aldatma türlerini sınıflandırmak için Thompson (1984)'un çalışmasında belirlediği  kategoriden yararlanılmıştır: (a) Duygusal ama cinsel ilişki barındırmayan, (b) Cinsel ilişki barındıran ama duygusal olmayan ve (c) Duygusal ve Cinsel ilişkinin her ikisini de barındıran. Yapılan çalışmada örneklemenin %43'ünün tanımlanmış bu üç kategoriden en az birine sahip olduğu belirtilmiştir. Buna ek olarak 'yalnızca cinsel' ve 'yalnızca duygusal' bir ilişkiye göre 'duygusal ve cinsel' bir ilişki sürdürme olasılığı daha düşüktü. 'Duygusal ve cinsel' ilişkiler diğer iki duruma kıyasla daha olumsuz değerlendirilmiştir. Glass ve Wright (1985), hem cinsel hem de duygusal katılım içeren ilişkilere sahip bireylerin evliliklerinden diğerlerine kıyasla çok daha hoşnutsuz olduğunu ortaya koymuştur. Buss (2006) esas olarak her iki türün de (cinsel ya da duygusal) ilişkiyi tehdit edici ve her iki cinsiyet için de rahatsız edici olduğunu bildirmiştir. İnsanlar duygusal olarak dahil oldukları ilişkilere cinsel olarak da girme eğilimindedir ve bunun tam tersi de geçerlidir.

İnsanların çoğu bir gün eşlerini aldattıklarında dürüst olacaklarına inansalar da ilişkiler genellikle gizli tutulmaktadır (Allen ve Atkins, 2005). Aldatan eşlerin çoğu (%78,3), eşinin ilişkiden haberi olmadığını bildirmiştir. İkincil partnere artan bağlılık sebebiyle ilişkiyi sürdürmek için motive olmakta ya da ilişkiyi bitirme isteğine gelebilecek tepkiden (misilleme, kendine zarar verme, evlilik ilişkisini baltalama tehditleri gibi) korkmakta oldukları için ilişkiyi sürdürmeye devam etmektedirler (Spring, 1996). Çoğu zaman ilişki devam ederken suçluluk duyulmaz, heyecan ve eğlence hisleri hakimdir. Gizlilik ve gizliliği sürdürmek için harcanan



çabalar çoğu zaman ikincil partnere bağlılığı, romantik çekimi ve ilgiyi arttırmaktadır (Wegner vd., 1994). Dolayısıyla bu ilişkiler her zaman kısa süreli gerçekleşmez, kimi ilişkiler yıllarca devamlılık gösterebilmektedir.

### **2.3.1. Aldatmanın Evrimsel Kökeni**

Evrimsel biyoloji hayvanların mümkün olduğu kadar çok genini bir sonraki nesle aktarmasını sağlayan özellikleri miras aldıklarını ve mümkün olduğu kadar çok sayıda üremenin hem dişiler hem erkekler için avantajlı olduğunu söyler (Clark ve Hatfield, 1989). Fakat insanların üremeleri tipik olarak, tek eşli evlilik kurumu gibi kültürel olarak somutlaştırılmış uzun vadeli sosyal düzenlemeler içinde gerçekleşir (Winking vd., 2007). Çünkü insan yavrularının yetiştirilmesi maliyetlidir (Winking vd., 2007). İnsan bebekleri çaresiz doğarlar, ebeveyne bağımlıdırlar, bilişsel gelişimleri doğumdan sonra da devam etmektedir ve bebeklerin bağımlılık süresi onlu yaşların sonlarına dek uzanmaktadır (Flinn vd., 2005; Kaplan, 1994). Fisher (2004)'a göre insan dişisi dik yürümeye başlayınca bebeklerini kollarında taşıma zorunluluğu oluşmuştur. Kendilerini tehlikelerden koruyabilmek ve besin toplayabilmek için kollarını kullanmaları olanaksız hale gelmiştir. Kadınların korunma ve beslenme gereksinimlerini, bebek bağımsızlığını kazanana dek karşılayabilecek yardımcı bir eş ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Böylelikle bu süreç tek eşlilik kavramını oluşumuna zemin hazırlamıştır.

İnsanlar arasında, bir eşe veya partnere sadık olma kavramı da tek eşliliğe dayanır (Balon, 2016). Tek eşliliğin çevresel çok eşlilik potansiyeli olmadığı veya ortamın sağladığı çok eşlilik potansiyelinden yararlanma fırsatı olmadığı ortaya çıkması beklenmektedir ve buna göre ek eşleşme potansiyellerinin bir kazanımı yok ise, erkeğin tek bir dişi ile kalarak yavrularının hayatta kalma şansını en üst düzeye çıkaracak şekilde fayda sağlaması gerekmektedir (Emlen ve Oring, 1977). Çünkü tekrar tekrar kısa süreli eş aramak zaman ve

enerji kaybına yol açar, erkek uzun süreli bir partnerlik kuramaz ise iş bölümü geliştirme fırsatını kaybedecektir (Buss ve Schmitt, 1993). Kısaca bir dişinin yavrularına yatırım yapan bir erkeğin net üreme başarısı, iki dişinin yavrularına yatırım yapandan daha büyükse, o zaman erkek sadece bir dişinin yavrularına yatırım yapma stratejisini kullanacaktır (Trivers, 1972). Uzun süreli çiftleşmenin erkeklere en büyük maliyeti ise, diğer dişileri dölleme fırsatının kaçırılmasıdır (Buss ve Schmitt,1993). Erkeklerin bir dişinin yavru yetiştirmesine yardım ederken, aynı zamanda yavru yetiştirmesine yardım etmek zorunda kalmayacağı diğer dişilerle çiftleşme fırsatlarını değerlendirdiği bir karma stratejinin varlığından da söz edilebilir (Trivers, 1972). Bu sebeple bazı erkekler uzun süreli eşlerinden gizli başka dişilerle ilişki ararlar (Buss ve Schmitt,1993).

İnsan tek eşliliğinin evriminin erkek perspektifiyle açıklanması iki ana düşünce ekolünü içerir: Provizyon Modeli, insan tek eşliliğinin yavrunun hayatta kalabilmesi için gerekli cinsel iş bölümünün ve baba yatırımı ihtiyacının bir sonucu olabileceğini öne sürmüştür çünkü bazı türlerde yavrular için doğrudan babalık bakımı bu yavruların hayatta kalma şansını arttırmaktadır. Dolayısıyla erkek için tek bir dişiye hizmet etmek için harcanan enerji ve zaman, potansiyel eşlerin eşleşmeye müsait olduğu toplam sürenin önemli bir bölümünü kapsadığı sürece, çok eşliliğe yönelik eğilimler minimum olacaktır (Balon, 2016; Emlen ve Oring, 1977; Gavrilets, 2012; Winking vd., 2007). Çiftleşme Çabası Modeli ise, erkeklerin evlilik içinde bulunmaktan sağladıkları faydaların kadınların doğurganlığına erişimi tekelleştirmekten kaynaklandığı savunur. Evlilik dışı ilişkiler erkekler için daha fazla doğurganlık sağlama olasılığını içerse de bu tür bir sadakatsizlik eşin terk etmesi ile sonuçlanabilir ve erkek eşinin doğurganlığına erişimini kaybedebilir (Winking vd., 2007; Buss ve Schmitt, 1993). Tek eşlilik, erkeğin ebeveynlik yatırımının dişi ile eşit olacak oranda artmasının ve erkeğin babalığını garanti altına alma girişiminin bir çıktısıdır (Benshoof ve Thornhill, 1979). Babalık yatırımı yüksek olduğunda ve babalık güvence altına alınmadığında erkek, sadece bir eş elde etmek için

harcadığı zaman ve çabayı kaybetmez, aynı zamanda başkasının yavrusuna da yatırım yapıyor olabilir. Bu sebeple erkeğin babalığını garanti altına almasının bir yolu sadece bir dişi ile çiftleşmek ve kızgınlığı sırasında onu korumaktır.

Evrimsel açıdan tek eşlilik insanların üreme stratejilerinden yalnızca birisidir, evlilik dışı ilişkiler eşleşme taktiklerinin ikincil ve bütüncül ögesidir (Fisher,2004). Erkeğin üreme başarısı elde edilebilecek çiftleşme sayısına bağlı iken, dişi üreme başarısı döllendiğinde üretilen ve bakımı sağlanabilen gamet sayısı ile sınırlı olması sebebiyle erkekler ve kadınlar farklı üreme stratejileri ile evrimleşmiştir (Benshoof ve Thornhill, 1979). Bireylerin kaynakları ve ek eşlere sahip olma potansiyeli ne kadar büyükse, cinsel çeşitliliğin yoğunluğu da kadar büyük olur. Dişi ebeveyn yatırımı erkeklerinkinden çok daha fazladır ve bunun sonucunda çok eşlilik erkeğin bebek bakımından dişi kadar sorumlu olmamasının bir sonucu olarak gelişmektedir. Dişilerin üremesi için gerekli olan kaynaklar eşit olmayan bir şekilde dağılmışsa, bazı erkekler diğerlerinden daha fazla miktarda ve kalitede kaynaklara sahip olacak ve dişi için daha kaliteli kaynaklara sahip bir bölgede halihazırda eşleşmiş bir erkekle çiftleşmek, daha düşük kalitede eşleşmemiş bir erkekle çiftleşmekten daha iyi bir üreme başarısı sağlayacaktır (Buss ve Schmitt, 1993; Emlen ve Oring,1977; Trivers, 1972).

Evlilik dışı ilişkilerin insan türü için bazı ek kazançları olabilmektedir. Erkekler genlerini yaymak, kadınlar ise varlık edinmek ve yavrularının hayatta kalmasını garantilemek için bu eğilimi göstermektedirler. Erkeklerin birim zamanda yavru üretme potansiyeli -dişilerin fizyolojik sınırlılıkları nedeniyle- dişilerden çok daha yüksektir ve bir erkeğin bir dişiden yavrusu var ise, kendisini genetik açıdan çoğaltmış demektir ama başka bir dişiyle daha ilişki kurup ondan da çocukları olur ise gelecek kuşağa gen aktarımını iki katına çıkartmış olacaktır (Betzig, 1989; Buss, 2006; Buss ve Schmitt, 1993; Clark ve Hatfield, 1989; Clutton-Brock ve Parker, 1992; Fisher, 2004; Kappeler, 2013). Bu üreme rolünde erkeğin kaybedecek çok az şeyi bulunmaktadır ve bu sebeple mümkün olduğu kadar çok sayıda dişiyle çiftleşmek için isteklilik

göstermektedir (Williams, 1966). Kadınların üreme başarıları cinsel ilişkiye girdikleri erkeklerin sayısıyla değil, kendileri ve çocuklarını besleyebilecek, güvenli bölgeleri bulabilecek, koruyup savunabilecek bir kaynağın varlığıyla alakalıdır (Buss ve Schmitt, 1993; Buss, 1989).

Bir kadın, erkekten farklı olarak her cinsel ilişkide yavru üretememektedir; ancak belirli zamanlarda hamile kalabilmektedir ve gebelik süresince ve emzirme döneminde üreyememektedirler (Balon, 2016; Buss, 2006; Buss ve Schmitt, 1993; Clark ve Haftfield, 1989; Fisher, 2004). Yine de bu dönemlerde üreyememe cinsel aktiviteye dahil olmama anlamına gelmemektedir (Balon, 2016; Fisher, 2004). Dişi için çiftleşme olası bir gebelik sonucu mekanik ve fizyolojik anlamda uzun süreli bir yüke bağlılık anlamına gelmekte, bu durum birçok stres unsuruna yol açmakta ve tehlikeyi de beraberinde getirebilmektedir (Williams, 1966). Fakat insan dişisinin de erkek eşi aldatma davranışına yönelmesinin adaptif bir yönü bulunmaktadır.

Aldatmanın insan dişisi için adaptif bir yönü olmasının dört nedenini Helen. E. Fisher (1987, 2004), Buss (2006) ve Buss ve Schmitt (1993) şu şekilde açıklamıştır: İlk neden ek geçimdir. Evlilik dışı partnerlerle ilişki fazladan mal ve hizmet, daha fazla besin ve barınma sağlar; bu ayrıcalıklar kadın için daha fazla korunma ve sağlıklı yaşam anlamına gelmektedir. Bu sayede yavrularının hayatta kalma şansı artacaktır. İkinci neden aldatmanın bir tür sigorta görevi görmesidir. Kadının eşi öldüğünde ya da terk ettiğinde, çocuklarının bakımında yardım sağlayabilecek başka bir erkek hazır olacaktır. Üçüncü neden olarak eğer kadın yeteneksiz, aciz ve hasta bir eşe sahip ise daha iyi genlere sahip başka bir erkekten çocuk yaparak genetik soyunun kalitesini yükseltmiş olacaktır. Son olarak dördüncü neden kadın değişik babalardan çocuk sahibi olursa, her çocuk diğerlerinden farklı olacak ve içlerinden bazıları çevresel dalgalanmalara daha dayanıklı olabilecek böylelikle genetik soyunun hayatta kalma olasılığı artacaktır. Bunlara ek olarak dişi genetik olarak eşinden daha üstün bir erkekten çocuk sahibi

olduğunda, bu erkekten babalık yatırımı alamasa bile genetik olarak üstün yavru üretebilmiş olur ve aldatmadan yararlanır (Benshoof ve Thornhill, 1979).

Birden fazla partnere sahip olmak biyolojik olarak bir dayanak oluşturuyor olsa da tek eşlilik ile organize olmuş bir toplumun örgütlenmesi daha kolaydır ve ekonomik açıdan daha iyi performans göstermektedir (Balon,2016). Bu sebeple yavruların her iki ebeveynin bakımından da yararlanması gereken türlerde, ebeveynler bu bakımı sağlamak için iş birliği yapmak üzere evrimleşirler (Turke, 1984). Bu sebeple bireylerin biyolojik faydalarını en üst düzeye taşıyan işbirlikçi sosyal ilişkilerinin sürdürülmesini sağlamak üzere ahlak kavramını oluşturan duygu ve düşünceler toplum tarafından geliştirmiştir (Krebs, 2008). İnsan toplumlarında en ağır cezaların evlilik dışı ilişkilere girenlere uygulanması (Thornhill ve Thornhill,1983) ve aldatmanın boşanma için en çok gösterilen sebep olması tekeşliliğin zorunlu olduğu yönündeki Darwinci teoriye de uygundur (Betzig, 1989).

Darwin (1889)'e göre iş birliği bencil davranışı reddeder ve insanlar bencil davrananlardan uzak durur, çünkü bencil davranış sonucu dışlanma sosyal türler için potansiyel olarak ölümcüldür. Bencilliğin aksine özgecilik ise karşı cinse çekici gelen ve çiftleşme olasılığını arttıran bir özellik olarak evrimleşmiş ve cinsel seçilimin önemli bir unsurunu oluşturmuştur. Günümüzde de gözlenebileceği üzere insanların eşlerinde çekici buldukları nitelikleri sıraladıkları listelerin başında fedakarlıkla ilgili özellikler yer almaktadır. Uzun süreli çiftleşmede nazik, sevecen, sorumluluk sahibi ve sadık olan partnerleri tercih etme eğilimi bulunmuştur (Simpson ve Gangestad, 1992). Darwin (1889), bu noktada davranışların biyolojik kökeninin, sosyal etkilerden arınmış olarak ele alınamayacağını kabul etmektedir ve yaşamın ilk yıllarında sürekli telkin edilen ebeveynlerin mantıksız inanç ve geleneklerinin bir içgüdü'nün doğasını edinmiş gibi hareket edebileceğinden bahsetmektedir. Dolayısıyla sosyal öğrenme mekanizmaları gelişmiştir çünkü adaptif problemlerin çözümüne katkı sağlamışlardır.

### 2.3.2. Aldatmanın Sosyal-Bilişsel Öğrenme Kuramı ile Açıklanması

Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramı'na göre ahlaki eylemler; bilişsel, duygusal ve sosyal olarak gelişen etkilerin karşılıklı etkileşiminin bir ürünüdür (Bandura, 2002). Bandura (1996)'ya göre sosyalleşme sürecinde, ahlaki standartlar doğrudan eğitim yoluyla aktarılan bilgilerden, bireyin davranışına yönelik değerlendirici sosyal tepkilerden ve başkalarının modellenen öz değerlendirme standartlarına maruz kalınmasından yola çıkarak oluşturulur. Standartlar eylemler için rehberlik eder ve caydırıcılık taşır. Böylelikle bireyler kendilerini tatmin eden davranışlarda bulunurken, ahlaki standartları ihlal edecek davranışlar göstermekten kaçınırlar çünkü bu davranışlar beraberinde öz kınamayı getirmektedir (Bandura, 1996).

Bandura'ya göre bireyler başkalarında gözlemlediği davranışları ve kendisi tecrübe etmediği sonuçları tahmin etme ve değerlendirme kapasitesine sahiptir. Bu sebeple henüz tecrübe edilmemiş davranışların sonuçlarını zihninde canlandırarak aynı şekilde davranıp davranamayacağına karar vererek davranışlarını düzenleyebilmektedir. Gözlem yoluyla neyin uygun olup olmadığı, hangi davranışın ödüllendirildiği-cezalandırıldığı ve görmezden geldiğini öğrenmek mümkündür (Gerrig ve Zimbardo, 2016). Bandura inanç, beklentiler ve eğitim gibi düşünme süreçlerinin öğrenmenin pekişmesi üzerinde etkili olduğunu düşünmektedir (Schultz vd., 2007). Rotter (1954)'a göre de davranışlar beklentiler üzerinde şekillenir (akt. Gerrig ve Zimbardo, 2016). Buna göre bireyin davranışının sonucunda bazı ödüllere sahip olacağına dair inancı ve ödüle biçtiği değer önem arz etmektedir. Bireyin davranışını, davranış sonucunda alacağı ödül beklentisi ve bu ödüle verdikleri değer kapsamında değerlendirmek, bu davranışın anlaşılması ve tahmin edilebilirliğine katkıda bulunmaktadır.

Ebeveynlerin kız ve erkek çocuklara yönelik davranışlarında farklılıklar bulunmaktadır. Hoffman (1972) kız çocuklarının bağımsızlık için daha az teşvik edildiğini, daha fazla ebeveyn

koruyuculuğuna maruz kaldığını, ayrı bir kimlik oluşturmak için daha az bilişsel ve sosyal baskı hissettiğini ve son olarak çevresini daha az kendi başına keşfettiğini bildirmiştir. Ebeveynler, çocuğun yaşamının ilk yıllarında içinde yaşadıkları toplumun cinsiyet rollerine uygun davranışlarını pekiştirmektedirler. Çocuk tıpkı herhangi bir davranışı sonrasında ebeveynleri tarafından ödüllendirildiğinde o davranışın uygun olduğunu öğrendiği gibi cinsiyet rolü davranışlarını da herhangi bir içsel güdüden bağımsız olarak öğrenir. Modelleme yoluyla da daha önce öğrenilen cinsiyet rolü davranışları pekiştirilir ve içselleştirilir (Gagnon ve Simon, 1973; Goldberg ve Lewis,1969).

İnsanlar cinsel karşılaşmaları başlatmak ve cinsel tekliflere yanıt vermek için kültüre uygun olan senaryoları öğrenirler çünkü kültürel teşvikler veya cezalar davranışlarını şekillendirir (Symons, 1979). Yaşanılan toplumdaki toplumsal cinsiyet rolü beklentileri ve evlilik dışı cinsel ilişkiye yönelik onaylayıcı tutum evlilik dışı cinsel ilişkilerin habercisi olarak bildirilmiştir (Thompson, 1983). Literatür ahlaki açıdan müsamahakâr bir ortamda yetiştirilmenin hem aldatmayı hem de bireyin kendisiyle ahlaki bağlantısını kesmeyi arttırdığını göstermiştir (Shu vd., 2011). Platt vd. (2008), babalarının sadakatsizliğini bilen yetişkin çocukların sadakatsizlik yapma olasılıkları daha yüksek bildirilmiştir. Buna göre aldatmaya tanık olan çocuk aldatma davranışını sergileyen ebeveyn ile özdeşim kurabilir ya da bu ebeveynlerin sergilediği davranış kalıplarına dayanan ilişkilerden kaçınabilir ve bu kaçınmalar da yetişkinlikte aldatma davranışına sebep olabilir. Ek olarak Atwater (1979)'in araştırmasında evlilik dışı ilişki bildiren kadınların çoğunun, evlilik dışı ilişkisi olan tanıdıkları ebeveynleri, akrabalarıydı ve bu durum nesiller arası etki olasılığını da düşündürmektedir.

Yalnızca çocukluk çağı öğrenmeleri değil, yaşam boyu deneyimlerden öğrenilenler de etkili olabilmektedir. Bunlar geçmişteki cinsel deneyimler, evlilik dışı ilişkileri olduğu bilinen çevre ve rol modeller vb. olabilir (Gagnon ve Simon, 1973). Atwater (1979), evlilik dışı ilişkileri yaygın algılayan bireylerin, bu tür davranışların daha sık olduğu bir sosyal grupta

özdeşleştiği fikrini ortaya atmıştır. Eğer birey aldatma davranışının onaylandığı, teşvik edildiği ve yaygın olduğu bir arkadaş çevresine sahip ise, kendisinin de aldatma davranışı gösterme eğiliminde olması beklenebilir. Nitekim evlilik dışı cinsel ilişkilere sahip bireylerin sosyal çevrelerinde bu davranışın sık gerçekleştiği ve olumlu algılandığı ortaya konulmuştur (Buunk, 1980). Birey en çok kendisiyle aynı yaşta ve cinsiyette olan insanların ve statüsü yüksek insanların davranışlarından etkilenmektedir. Yaşam içerisinde nelere tanık olunduğu davranışlar üzerinde söz hakkına sahiptir (Schultz vd., 2007). Özellikle sosyal medyadaki çarpıtılmış gerçeklik ve olası seçeneklere ulaşımın kolaylığının da bu duruma katkı sağlaması beklenebilir (Buunk, 1980). Dolayısıyla evlilik dışı cinsel ilişki izole bir fenomen değil, kişilerarası ve sosyal bağlama gömülü bir davranıştır (Buunk, 1980).

### **2.3.3. Aldatma ve Cinsiyet İlişkisi**

Amerika’da gerçekleşen araştırmalarda Kinsey vd. (1948, 1953) evli erkeklerin yaklaşık üçte birinin ve evli kadınların yaklaşık dörtte birinin (akt., Fisher, 1987), Spanier ve Margolis (1983) erkeklerin %39’u ve kadınların %38’inin evlilik dışı cinsel ilişkiye girdiğini; Buss ve Schmitt (1993) evli çiftlerin evlilik dışı ilişki tahminlerinin kadınlar için %26-%70 ve erkekler için %33-%75, Choi vd. (1994) tahminlerin kadınlar için %21-%38 ve erkekler için %26- %50 arasında değişmekte olduğunu; Chicago Üniversitesi’nde gerçekleştirilen 1991 yılı ‘General Social Survey’ bulguları da evli kadınların %10’unun, evli erkeklerin %20’sinin sadakatsiz olduğunu göstermiştir (akt. Greeley, 1994). Finlandiya’da yapılan bir araştırmada Finli erkeklerin %44’ünün, Finli kadınların ise %19’unun, Norveç’te yapılan iki çalışmadan ilkinde erkeklerin %21’inin, kadınların %11,9’unun, ikincisinde erkeklerin %16’sı ve kadınların %11’inin mevcut evlilikleri sırasında bir başka partnerle cinsel ilişki bildirdiği ortaya konulmuştur (Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007).



Her iki cinsiyet için de evlilik dışı ilişki, sosyal normları kırarak olumsuz sonuçlara yol açan kınanan ve kabul edilemez bir eylemse de cinsiyetler arası farklılaşmalara rastlamak mümkündür. Aldatmada cinsiyetler arası farklılaşmalar kadın ve erkeklerin sadakatsizliğe karşı uyguladıkları taktik farklılıklarından kaynaklanmaktadır (Buss, 2006; Buss vd., 1992; Jankowiak vd., 2002). Farklılıklardan bazıları cinsiyetler arasındaki biyolojik farklılıklardan bazıları ise erkek ve kadınlar için farklı sosyal rolleri yerine getirmek üzere eğitildikleri sosyalleşme süreçlerinin bir sonucu olabilir (Broverman vd., 1970; Glass ve Wright, 1992; Gross, 1978; Oliver ve Hyde, 1993; Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007).

Literatür çalışmaları erkeklerin evlilik dışı cinsel ilişkiye kadınlardan daha fazla onay verdiklerini, evlilik dışı cinsel ilişki yaşadıklarını ve evlilik dışı partnere sahip olduklarını bildirmiştir. (Atkins vd., 2001; Buunk, 1980; Choi vd., 1994; Christensen, 1973; Glass ve Wright, 1985, 1992; Greeley, 1994; Laumann vd., 1994; Johnson, 1970; Oliver ve Hyde, 1993; Polat, 2006; Spanier ve Margolis, 1983; Thompson, 1984; Traeen ve Stigum, 1998). Erkekler evlilik dışı ilişkiyi daha cinsel ve sıradan tanımlar, partnerlerini yakın arkadaş olarak bildirirler (Glass ve Wright 1985;1992; Traeen vd., 2007). Kadınlar erkeklere kıyasla cinsel ilişkileri daha fazla onaylamazlar ve cinsel ilişkileri sürdürme olasılıkları daha düşüktür (Glass ve Wright, 1985,1992; Spanier ve Margolis, 1983; Thompson, 1984; Traeen vd., 2007). Kadınların erkeklere kıyasla evlilik dışı ilişkilerini duygusal olarak daha bağlı tanımlama, aynı anda 'duygusal ve cinsel' içerikli bir evlilik dışı ilişkiye girme, partnerlerine âşık olma ve uzun süreli evlilik dışı aşk ilişkisi bildirme olasılıkları daha fazladır. Kadınlar çoğunlukla evlilik dışı ilişkilerinin evliliklerindeki doyumun azalmasıyla daha ilişkili olduğunu belirtirken, erkekler çoğunlukla evliliklerinde can sıkıntısı ve gerginlikte azalmayla ilişkilendirmişlerdir (Spanier ve Margolis, 1983). Aynı zamanda kadınlar erkeklere oranla üç tür evlilik dışı ilişkinin de birincil ilişki için daha olumsuz sonuçlar doğuracağını düşünmektedirler (Thompson, 1984). Evlilik ilişkisi içinde erkekler cinsel doyumunu yüksek bir öncelik olarak belirtirken, kadınlar daha çok

duygusal ihtiyaçlar, aştaki eksiklikler ve uyumlulukla ilgilenmektedir (Kimmel ve Veen, 1974; Zhang vd., 2012). Evlilik ilişkisinden memnun kadınların potansiyel evlilik dışı ilişki fırsatlarını filtreleyebilecekleri öne sürülmüştür (Glass ve Staeheli, 2020). Ayrıca kadınlar için cinsel bir ilişkide duygusal bağlanma ve doyumun fiziksel zevkten daha önemli olduğu belirtilmiştir (Buss, 1994). Özetle cinsel tatminsizlik, evlilik dışı ilişkiye karışmak için kadınlara kıyasla erkeklerde daha önemli bir faktör olarak görünmektedir (Allen vd., 2005; Zhang vd., 2012).

Kadınların cinselliklerini duygusallaştırdıkları, erkeklerin ise duygularını cinselleştirdikleri söylenebilir (Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007). Bu da erkeklerin cinselliği; stres, heyecan, öfke, hayal kırıklığı ve aşk gibi çeşitli duyguları iletme aracı olarak kullanırken, kadınların ise duygularını sözlü olarak ifade ettiklerini göstermektedir. Kadınların erkeklere göre aşk, mutluluk ve üzüntü gibi duyguları daha fazla ifade ettikleri gösterilmiştir (Balswick ve Avertt, 1977). Araştırmalara göre bunun sebebi erkeklerin duygusal ve sevecen duyguları (dişil davranış) ifade ettikleri için azarlanmaları, kadınların ise teşvik edilmeleri olabilir ve öfke gibi saldırgan duygular (eril davranış) için ise tam tersi yine geçerlidir. (Balswick ve Avertt, 1977; Johnson, 1963). Erkeklerin cinsellik ve duygusal katılımı ayrı tutmasını açıklarken farklı bir yaklaşım olarak Fasteau (1974) bu tür ilişkilenenmenin erkek kırılganlığına karşı bir savunma mekanizması olduğunu, eğer bu iki kavramı birleştirirlerse partnere bağımlı hale geleceklerinden bu durumun eril ideallere uygun olmadığına inandıklarından bahsetmektedir (akt. Gross, 1978). Erkeklerin derin bağlar kurması kadınlar tarafından olumsuz olarak görülebilmekte ve erkekliklerine karşı damgalayıcı bir tehdit oluşturmaktadır (Broverman vd., 1970; McKee ve Sherriffs, 1957) Dolayısıyla erkekler cinselliği 'her yerde bulunan ve kadınlarla olan tüm ilişkilerin odak noktası' olarak algılama eğilimindedir fakat bu eğilim yakınlık kurmayı engellemektedir ve yıkıcıdır (Gross, 1978).

Gross (1978), cinsiyet rollerine dayalı sosyalleşmenin erkekleri aşka nazaran cinselliğe daha çok hazırladığı, bunun tersinin ise kadınlar için geçerli olduğunu öne sürmüştür. Cinsiyet rollerine göre erkekler cinsellikte aktif ve dışavurumcu rolü üstlenirken, kadınlar pasif rolü üstlenmektedirler (Kelly ve Bazzini, 2001). Reiss vd., (1980), erkeklerin cinselliğe karşı zevk odaklı bir yaklaşımla, kadınların ise daha sevgi odaklı bir yaklaşımda sosyalleştiğini belirtmişlerdir. Erkeklerin sadakatsizliği, toplumsal hoşgörüden, kadınların cinsel objeler olarak tasvir edilmesinden, güç ve cinsellikle fethetme içgüdülerine karşı savunmasızlıklarından, kariyer başarılarına odaklanıp kendi duygularını ihmal etmeye yönelik baskılardan etkilenmektedir (Allen ve Atkins, 2005). Aldatmada benlik saygısının rolü göz önüne alındığında erkeklerin cinsel yaşamlarından daha fazla özsaygı elde ettiği ve kadınların ise öz saygısının romantik bağlara daha bağlı olduğu ortaya konmuştur (Goldenberg vd., 2003). Erkeklerin erkekliklerini kanıtlamayı cinsellik üzerinden ifade etmeleri yönündeki akran baskısı sonucu ergenlikte erken genital odaklanma, cinselliğin yaşamın diğer sosyal ve psikolojik yönlerinden ayrı değerlendirilmesine yol açmaktadır (Allen ve Atkins, 2005). Kadınlardan ise daha az cinsel ilgi göstermeleri, daha az partnere sahip olmaları ve cinsellik ile aşk arasında daha güçlü bir bağ kurmaları beklenilmektedir (Kelly ve Bazzini, 2001). Kadınlara modern cinsel eğitim sınıflarında bile nadiren cinsel donanımları detaylı öğretilir ve dolayısıyla kadınlar cinselliklerini kendileri yeniden kazanmak zorunda kalırlar (Loewenstein, 1978). Dolayısıyla erkekler cinsel deneyimlere daha genç yaşta başlar, daha fazla evlilik öncesi partnere sahip olur, evlilik dışı ilişkilere daha erken başlar ve çeşitli cinsel fantezilerle kadınlardan daha fazla ilgilenirler. Kadınlar ise dini, ahlaki bakımdan suçluluk, cinsellik kaygısı ve hamilelik korkusu tarafından cinsel olarak engellenmektedirler (Athanasidou vd., 1970'dan akt. Glass ve Wright, 1977, Oliver ve Hyde, 1993).

Her iki cinse atfedilen toplumsal cinsiyet rolleri aldatmada cinsiyetler arasındaki farklılaşmayı desteklemektedir: Cinsellik hakimiyetinin ve haz duymanın eril, cinsellikteki

itaatin ve haz vermenin dişil özellikler olarak tanımlandığı toplumsal cinsiyet yapısında kadınlar ve erkekler için şartlar eşit olmamaktadır (Öğüt, 2019). Kültürel şartlar hangi cinsiyet için cinselliğın yasak veyahut normal olduğunu belirleyebilir dolayısıyla erkekler kadınlardan daha fazla cinsel maceralara atılma eğilimindeyse bunun nedeni, kültürün onları böyle olmaya hazırlamış olmasıdır (Symons, 1979). Tarihsel olarak, bir erkeğın evlilik dışı cinsel ilişki gibi kaçamakları, bir kadın tarafından aynı davranışın gösterilmesine oranla daha fazla tolere edildi, daha az engellendi ve hatta teşvik edildi (Atkins vd., 2001; Bell vd., 1975; Buunk, 1980; Traeen vd., 2007). Halk ideolojisi, sosyal gelenek ve ortak uygulamaların güçlendirdiğı erkekler, kadın bedenine sahip olduklarına inandıkları için evlilik dışı ilişkilere sahip olmanın hakları olduğunu düşünmektedirler (Jankowiak vd., 2002). Geleneksel kadın cinselliğı modeli kadınların pasif olduğunu, cinsel karar verme özerkliğinden yoksun olduğunu, cinselliğı sevgiyle aynı anlamda ve başkalarına hizmet biçimi olarak algıladığını varsaymaktadır (Gagnon ve Simon, 1973). Çünkü cinsel normlar erkeklerin ihtiyaçlarını karşılama eğilimindedir (Symons, 1979).

Hoffman (1975) çocuk ve yetişkin olarak kadınların ahlaki ihlaller karşısında erkeklerden daha fazla suçluluk hissetmekte olduklarını saptadı. Kadınlar aynı zamanda başkalarının düşüncelerini erkeklerden daha fazla önemseme eğilimindeydiler. Bu bulgular ataerkil toplumlarda kadın cinselliğının namus kavramı tarafından denetlenmesiyle açıklanabilir (Öğüt, 2019). Kendilerini cinsel olarak ifade etmeye teşvik edilen erkekler, bunu yaptıkları için cezalandırılan kadınlardır (Symons, 1979). Bu tür toplumlarda bir kadının kontrolsüz cinselliğı kocasının etkisiz olduğu anlamına gelir dolayısıyla önce kocasına ve daha sonra büyük köken grubuna utanç verir (Jankowiak vd., 2002; Schneider, 1971). Kadınlar, erkeklerden daha fazla itibar zedelenmesi, bir eş olarak değersizleştirmeye maruz kalma, kıskanç eşin şiddetine maruz kalma riski altındadır (Buss, 2006). Özellikle ülkemizde erkeklerin kadın cinayetlerinde haksız tahrikten yararlanmak için en çok öne sürdükleri savunmanın sadakat yükümlülüğünün ihlali yani aldatma olması, hukuk sisteminin kadınlar için

yarattığı adalet açıklığını göstermektedir (Meşeli, 2013). Lewis (2013), tekeşliliğin kadınlar için güvenlik sağlayan erkek egemen bir politika unsuru olduğunu ve tek eşliliğin dışına çıkan herhangi bir eylemin kadın için dışa atılma, reddedilme ve geçimini yitirme anlamına geldiğini savunmaktadır. Toplumsal Cinsiyet Eşitliği kapsamında gelişen yeni ideolojilere rağmen, kadın cinselliği hala erkeklerin cinselliğine göre daha kısıtlayıcı toplumsal denetimlere bağlıdır (Traeen ve Stigum, 1998). Bunun sonucunda kadınların evlilik dışı cinsel ilişkiye katılmaktan çekinmelerinin sebebi rollerini terk etmenin yaptırımlarından korkmaları olabilir (Atwater, 1979; Balswick ve Avertt, 1977). Dolayısıyla kadınların bu maliyetlere karşı ağır basan ikincil faydaların yokluğunda evlilik dışı ilişki oluşturması olası görünmemektedir (Buss, 2006).

Evrimsel kurama göre ise seçim kadınların evlilik dışı cinsel ilişkiye girmelerini desteklemez ve bu sebeple erkeklerin cinsel aldatılmaya maruz kalma olasılıkları sınırlıdır (Trivers, 1972). Duygusal katılım olmadan rastgele cinsel ilişkiye giren kadınlar, bir erkeğin yatırımı, yardımı, koruması ve tedariki olmadan hamile kalma ve çocuk yetiştirme riskini almış olacaktır (Buss, 2006; Buss vd., 1999). Ataların erkekleri bunun tersine, geçici cinsel partnerler ile daha fazla katılım olmaksızın kısa vadeli bir çiftleşme stratejisi izleyerek üreme açısından kadınlardan daha fazla fayda sağlamaktadır (Buss ve Schmitt, 1993). Bu seçim stratejileri temel bir cinsiyet farklılığı yaratmıştır ve cinsel çeşitliliğe yönelik evrimleşmiş arzu sonucunda erkekler duygusal katılım olmaksızın cinsel ilişkiye girmeyi kadınlardan çok daha kolay gerçekleştirir (Buss vd., 1999; Glass ve Wright, 1985). Bir başka deyişle kadınların cinsel bir partnere duygusal olarak bağlanma olasılıkları erkeklerden çok daha yüksektir (Buss vd., 1999; Glass ve Wright, 1985). Bu stratejilerle ilgili yapılan bir araştırmada belirlenen her zaman aralığında erkeklerin kadınlardan daha fazla cinsel ilişki partneri arzuladıklarını bildirdiler. Bu sonuç erkeklerin çiftleşme stratejilerinin büyük bir bölümünü kısa süreli çiftleşmelerin oluşturduğunu göstermektedir (Buss ve Schmitt, 1993). Araştırmanın bir diğer ilgi çekici bulgusu erkeklerin cinsel ilişki partnerini ne kadar süredir tanıdıklarının cinsel ilişkiye

girebilmek için bir farklılık oluşturmamasıdır. Erkekler için cinsel partneri yalnızca bir saat tanıyor olma durumunda cinsel ilişkiye girmek yine de mümkün iken, kadınlar için bu neredeyse imkansızdır. Erkekler aynı zamanda sadece cinsel ilişkide bulunacakları partner için gerekli olan standartları önemli ölçüde gevşetirler; örneğin partnerin rastgele cinsel ilişki ve fazla cinsel deneyim geçmişi kısa süreli çiftleşmede istenen bir özellik iken, uzun süreli çiftleşmede açıkça istenmemektedir (Buss ve Schmitt, 1993). Evrimsel yaklaşımda bu sonuçlar şu şekilde açıklanabilir: Erkekler sadece hamile kalacak olan dişi ile yavruyu birlikte büyütecekleri dişi arasında ayırım yapmak üzere seçilir: Sadece hamile kalacak dişiye karşı cinsel ilişki kurmada daha istekli ve daha az seçici olmalı ancak birlikte yavru büyüteceği dişiye karşı oldukça seçici olmalıdırlar (Trivers, 1972). Kadınlar ise kısa süreli partnerde de uzun süreli partnerde de rastgele cinsel ilişki ve fazla cinsel deneyim istememektedirler çünkü kadınların kısa süreli çiftleşmeyi uzun süreli çiftleşme için bir değerlendirme olarak görüyor olması mümkündür. (Buss ve Schmitt, 1993).

Günümüzde ise genetik bilimi, psikoloji biliminde çığır açacak bulgular ortaya koymaktadır ve kalıtım kavramına bakış açılarını tazelemektedir. Araştırmalar ortaya koyuyor ki genler, genel yaşam deneyimlerimizi şekillendirmede rol oynayabilmektedirler (Barlow, 2019). Tek yumurta ikizlerinde yapılan çalışma aldatmanın %38 kalıtım oranı ortaya koyması genetiğin cinsel davranışlara katkısını göstermiştir. Yapılan araştırmaların birinde vazopressin hormonu reseptör alt tiplerinden birini kodlayan genin (AVPR1A) tekrar polimorfizmlerinden biri (RS3) ile partner bağlanması, algılanan evlilik sorunları ve medeni durum dahil olmak üzere erkeklerde çift bağlanma davranışını yansıtan özellikler arasında bir ilişki olduğu bildirilmiştir (Walum vd., 2008). En yaygın RS3 alellerinden biri olan 334 alele sahip olmanın erkekler için, eşe olan bağlılığın gücüyle ters orantılı olduğu bildirildi. 334 alellin iki kopyasını taşıyan erkekler taşımayanlara göre iki kat daha fazla boşanma ve evlilik sorunu bildirir. Dolayısıyla bu durum bireyi evlilik dışı ilişkilere savunmasız hale getirebilir. Bir diğer araştırmada ise

bağışıklık sistemi ile ilişkili polimorfik bir lokus grubu olan majör histo-uyumluluk kompleksinde (MHC) insanların kendi genlerine benzemeyen genlere sahip eşleri tercih etme eğilimine sahip olduğu bulunmuştur (Garver-Apgar vd., 2006). Çiftler arası paylaşılan MHC alel çiftlerinin oranı arttıkça kadınların partnerlerine karşı cinsel duyarlılığının azaldığı ve ekstra cinsel partner sayılarının arttığı ortaya konulmuştur. Son olarak tipik olarak 2 ila 11 tekrar içeren, değişken sayıda ardışık tekrar (VNTR) polimorfizmi olan dopamin D4 reseptörü (DRD4) genindeki genetik varyasyonun, cinsel açıdan riskli davranışlara sebebiyet verip cinsel sadakatsizlikten sorumlu olabileceği ve en az bir 7 tekrarlı aleli (7R+) olan bireylerin daha fazla aldatmaya katıldığı bildirilmiştir (Garcia vd., 2010).

Fisher vd. (2009), evlilik dışı ilişkileri psikobiyojik açıdan değerlendiren çalışmalarında; evlilik dışı ilişkileri olan erkeklerin, olmayan erkeklere kıyasla daha yüksek androjenizasyona -dolayısıyla daha yüksek bir cinsel istek ve ilişki sıklığına-, daha düşük cinsel işlev bozukluğuna, daha düşük erken boşalma sıklığına ve daha iyi bir cinsel performansa sahip olduğu bulunmuştur. Evlilik dışı ilişkide bulunan erkekler önemli ölçüde daha yüksek testosteron seviyesi, testis hacmi ve daha düşük bir hipoaktif cinsel istek prevalansı, otoerotizm hakkında daha düşük rahatsızlık ve suçluluk duygusu göstermiştir. Bunlara ek olarak daha düşük bir erektil disfonksiyon sıklığı ve penil renkli doopler ultrasonda daha yüksek pik sistolik hız bildirmişlerdir. Bu bulgular evlilik dışı ilişkileri olan erkeklerde daha yüksek bir cinsel güvenin varlığını, bu erkeklerin baştan çıkarıcılık, yenilik-heyecan isteme ve rekabetçilik eğilimi ile karakterize edilebileceğini düşündürmüştür. (Bandini vd., 2009; Fisher vd., 2009).

Son olarak çoğu araştırmanın ortak bulgusu erkeklerin kadınlardan daha fazla evlilik dışı cinsel ilişki bildirdiği yönünde olsa da erkekler ve kadınlar arasında görülen bu farklılığın daha genç örneklerde gün geçtikçe azaldığını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Allen ve Atkins, 2005; Atkins vd., 2001; Atwater, 1979; Laumann vd., 1994; Traeen ve Stigum, 1998; Oliver ve Hyde, 1993, Prins vd., 1993; Wiederman,1997). Thompson (1983), evlilik dışı cinsel

ilişkinin erkekler için en az %50 oranında görüldüğünü ve evli kadınlar için de bu rakama hızla yaklaşıldığını belirtmiştir. Bu doğrultuda Traeen ve Stigum (1998) genç kadın ve erkek arasında farkın neredeyse ortadan kalktığını bildirmiştir. Atkins vd. (2001) erkeklerin kadınlardan daha fazla evlilik dışı cinsel ilişki bildirdiğini ancak bu ilişkinin büyük ölçüde yaşa bağlı olduğunu belirtmiş; 45 yaş ve altındaki kadın ve erkekler arasında evlilik dışı cinsel ilişki açısından anlamlı bir farklılık görülmediğini söylemiştir. Ayrıca yapılan araştırmalarda duygusal, cinsel, duygusal ve cinsel olmak üzere tüm aldatmaya katılım türlerinin genel olasılık oranları dikkate alındığında, kadınların olasılık oranlarının (%42,2), erkeklerinkine (%45.8) çok benzediği belirtilmiştir (Thompson, 1984).

1980 yılından bu yana toplumsal yapıda meydana gelen en büyük yapısal değişikliklerden biri kadınların işgücünde artan yüzdesidir (England ve Brownie, 1992). Kadınların iş gücüne katılımları arttıkça, sadakatsizlik oranlarında da bir artış gözlenmesi beklenen bir sonuçtur (Drigotas ve Barta, 2001; Greeley, 1994). Çalışan kadınlar, evde kalan kadınlara göre daha fazla fırsata sahip olacaktır ve fırsat aldatma olasılığına katkıda bulunur (Drigotas ve Barta, 2001). Ayrıca finansal kaynakların ve istihdamın aldatma üzerindeki önemli etkileri düşünüldüğünde, iş hayatına katılım kadınların aldatma oranlarındaki artışın sebebi olarak gösterilebilir (Atkins vd., 2001). Finansal kaynaklara erişim ile değişen cinsiyet rolleri, kadın ve erkeklerin etkileşim kurma, birlikte çalışma, çocuk bakımı ve aile içi yaşantı biçimlerinde köklü değişikliklere sebebiyet vermiştir (Loewenstein, 1978). Bunlara ek olarak finansal özgürlük kadınların cinselliklerini hissetme ve ifade etme biçimlerinde de radikal değişikliklere yol açmıştır.

Bilimsel gelişmelerden önce istenmeyen gebelik korkusu kadın cinselliğini kontrol etmek için kullanılmıştır fakat gelişen doğum kontrol yöntemleri ile üreme, kadınların kendilerinin kontrol edebildiği bir durum haline gelmiştir (Traeen ve Stigum, 1998; Oliver ve Hyde, 1993). Bunun sonucunda gebelik korkusu ortadan kalktığı için kadın cinselliğinin sosyal kontrolü artık



daha az kısıtlayıcılık taşımaktadır. Geçmişte kadının cinsel hakları ve cinsellik ihtiyaçları sınırlanmaktaydı fakat kadınların cinsel ihtiyaçlarının ve haklarının gerçekleştirilmesine yönelik değer kaymasıyla birlikte kadın cinsel davranışı -cinsel benlik /cinsel kimlik anlayışı ve cinselliği aşktan ayırarak yeniden tanımlayabilme, cinselliği başkalarına hizmet değil kendi zevkleri için gerçekleştirme gibi- tüm yönleriyle değişmeye başlamıştır (Atwater, 1979; Bell vd., 1975). Son olarak kadınlar artık evlilik dışı ilişkilerini inkâr etmiyor olabilirler, bu durumda aslında cinsel aktivite deneyimlerinde gerçek bir artış meydana gelmemiş olabilir (Drigotas ve Barta, 2001).

#### **2.3.4. Aldatma, Cinsiyet ve Kıskançlık İlişkisi**

Kıskançlık, bir partnerin sahip olduğu cinsel, finansal veya duygusal kaynaklarını bir başkasına kaybetmesi tehdidine verilen tepki olarak tanımlanabilir (Buss, 2006). Buss vd. (1999) kadınlardan ve erkeklerden partnerlerinin başka birisiyle duygusal katılım olmaksızın cinsel ilişkiye girdiğini hayal etmeleri istendiğinde, erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla sıkıntı yaşadığını bildirmişlerdir. Katılımcılara cinsel sadakatsizlikten mi, duygusal sadakatsizlikten mi daha çok sıkıntı duyacakları sorulduğunda erkeklerin %76'sı cinsel sadakatsizlikten daha fazla rahatsız olacaklarını bildirirken, kadınlarda bu oran %32'dir. Buss vd. (1992) yaptıkları bir başka çalışmada bu oranlar erkekler için %60, kadınların için %17'dir. Kadınlar partnerin duygusal sadakatsizliğinden, partnerin cinsel sadakatsizliğine oranla daha fazla sıkıntı yaşayacaklarını bildirmişlerdir. 1993 tarihli araştırmalarında ise erkeklerin %60'ı cinsel sadakatsizliği daha üzücü olarak bildirirken, kadınların %85'i duygusal sadakatsizliği daha üzücü olarak bildirmiştir. Her iki cinsiyet için de bulunan bu asimetri çeşitli araştırmalar tarafından desteklenmiştir (Buss, 2006; Cramer vd., 2001; Goldenberg vd., 2003).

Glass ve Wright, (1992)'a göre erkekler cinsel ilişkiden sonra, kadınlar cinsel ilişkiden önce âşık olurlar. Dolayısıyla kadınlar, eşlerinin başka bir kadınla cinsel ilişkisini

keşfettiklerinde otomatik olarak bu yeni partnere âşık olduklarını varsaymaktadırlar çünkü bu kadınlar için evlilik dışı cinsel ilişkiye girmenin gerekçesidir. Erkekler ise kadınlar bir ilişkiye duygusal olarak dahil olduklarında, cinsel ilişkinin de gerçekleştiğini varsaymaktadırlar çünkü kendi cinsel eğilimleri sebebiyle bunun gerçekleşmediğine inanmaları zordur. Harris ve Christenfeld (1996)'ın açıklamalarına göre de erkekler kadınların yalnızca âşık olduklarında cinsel ilişkiye girdiklerini düşünürken, kadınlar da erkeklerin aşksız cinsel ilişkiye girdiklerini düşünür. Kadınlar için cinsel sadakatsizlik 'erkeklerin genellikle âşık olmadan cinsel ilişki yaşadıklarını kabul ettikleri için' daha az üzücüken, erkekler için duygusal sadakatsizlik 'kadınlar cinsel ilişki yaşamadan da âşık olabildikleri için' daha az üzücüdür. Sosyo-bilişsel bakış açısına göre kıskançlıktaki cinsiyet farklılıkları, cinsel ve duygusal sadakatsizliğin, cinsiyete dayalı kültürel normların bir işlevi olarak erkeklerin ve kadınların benlik saygılarını farklı şekilde tehdit etmesinden kaynaklı olabilir (Goldenberg vd., 2003).

Cinsiyetler arasında görülen bu farklılaşmayı açıklayan evrimsel kurama göre kadınların cinsel sadakatsizliği ve yumurtlama zamanının tespit edilememesi erkeğin babalık kesinliğini tehlikeye atmakta ve başka bir erkeğin çocuğuna yatırım yapma riskini ortaya çıkarmaktadır (Buss vd., 1992; Buss vd., 1999, Buss ve Schmitt, 1993; Buss, 2006). Dolayısıyla erkekler babalığın kesin olacağına dair kanıt sağlayan kadınları seçmiş ve tekelleştirmiş, eş seçimi gerçekleştikten sonra da babalığın kesinliğini sağlamaya devam etmek cinsel kıskançlık mekanizmasını geliştirmişlerdir. (Buss ve Schmitt, 1993; Trivers, 1972). Babalık olasılığındaki şüphe -erkek için- zaman, enerji, risk, evlilik hediyeleri ve çiftleşme fırsatı çabası olmak üzere önemli üreme maliyetine neden olur (Buss vd., 1992). Kadınlar iç dölleme yoluyla hamile kaldıklarından ebeveynliklerinden hiçbir zaman şüphe duymazlar fakat erkekler yavrunun kendisine ait olduğundan hiçbir zaman tam olarak emin olamazlar (Benshoof ve Thornhill, 1979; Buss ve Schmitt, 1993; Thornhill ve Thornhill, 1983; Trivers, 1972). Bu konuyla ilgili Benshoof ve Thornhill (1979) makalesinde yer alan ilginç bir iddiaya göre insan erkeklerinin

eşlerinden bir süre ayrı kaldıktan sonra artan cinsel isteklerinin sebebi dışının başka bir erkek tarafından dölleme şansını dengelemek için, onu spermle doldurma stratejisine dayanmaktadır. Çocuklarının biyolojik ebeveyni ile ilgili kaygıları olmayan kadınlar, bunun yerine erkeklerin terk etme olasılığına karşı tetiktir çünkü terk edilmek yavrularının hayatta kalma olasılığını azaltır (Drigotas ve Barta, 2001). Erkek eşin, başka bir partnere derin duygusal bağ geliştirmesinin ise yatırımlarının potansiyel olarak azalması ve kaybedilmesi konusunda kadınlar için öncü gösterge olduğu varsayılır (Buss vd., 1992). Bu sebeple erkeklerin kıskançlığı kadının cinsel sadakatsizlik ipuçlarına, kadınların kıskançlığı ise erkeğin duygusal sadakatsizlik ipuçlarına daha fazla odaklanacaktır (Daly ve Wilson, 1988'dan, akt. Buss vd., 1992).

### **2.3.5. Aldatma ve Yaş İlişkisi**

Genç bireylerin aldatmaya dahil olma olasılıklarının daha yüksek olduğu düşünülmekte ve bu yönde ampirik bulgular ortaya konulmaktadır (Allen ve Atkins, 2005; Choi vd., 1994; Treas ve Giesen, 2000; Whisman ve Snyder, 2007). Genç erkeklerin evlilik dışı çiftleşme çabalarına daha fazla yatırım yaptıkları fakat yaşlandıkça ve baba olduklarında uzun vadeli ebeveyn stratejilerine geçtikleri ve evlilik dışı çiftleşme oranlarında düşüş gözlemlendiği ortaya konmuştur (Winking vd., 2007). Artan yaş ile kısa süreli çiftleşme stratejisinden uzun süreli çiftleşme stratejisine geçiş olması beklense de (Buss ve Schmitt, 1993), bir çalışmada 40 yaşın üstündeki katılımcılardan daha fazla kişinin evlilik dışı cinsel partnere sahip olduğu bildirilmiştir (Traeen vd., 2007). Fisher vd. (2009) çalışmalarında, evlilik dışı ilişkileri istikrarlı olan erkek katılımcıların, örneklemin geri kalanına kıyasla daha yaşlı olduğunu; Wiederman (1997) ve Laumann vd. (1994) erkekler için yaşam boyu evlilik dışı cinsel ilişki yaygınlığının yaşla birlikte arttığını bildirmişlerdir. Atkins vd. (2001), 55-65 yaş aralığındaki erkeklerin evlilik dışı cinsel ilişki bildirme olasılıklarının daha yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Kadınlarda ise eğrisel bir ilişki gözlenmektedir: 20'li yaşlardan itibaren yaşla birlikte 40'lı yaşlara kadar artmakta ve 50 yaşından sonra düşüşe geçmektedir (Atkins vd., 2001; Bell vd., 1975; Wiederman, 1997). Bu eğilim, kadınların erkeklere çekiciliğinin gençliğe ilişkin fiziksel özelliklere bağlı olması fakat erkeklerin kadınlara çekiciliğinin buna bağlı olmaması ile açıklanabilir (Buss, 2006). Erkekler tarafından daha yaşlı kadınlar daha genç kadınlara kıyasla daha az çekici olarak değerlendirilmektedir (Buss, 2006; Buss ve Schmitt, 1993; Henss, 1991). Bundan dolayıdır ki daha yaşlı evli kadınların, daha genç kadınlara ve erkek yaşlılarına göre evlilik dışı cinsel ilişkiye girmek için daha az imkânı vardır (Wiederman, 1997). Kadınların erkekler için yaş ve çekicilik değerlendirmelerinde ise aksi durumdaki kadar güçlü bir bağa rastlanmamıştır, bunun sebebi erkeklerin çekiciliklerinin değerlendirilmesinde yalnızca fiziksel görünüş değil, statü ve gücün de etkili olmasıdır (Henss, 1991). Genel olarak her iki cinsiyet için de 60 yaşın ortalarından sonra bireylerin güvenlik hissine artan gereksinimleri, aile tarafından onaylanmama korkusu ve çeşitli sağlık sorunları sebebiyle evlilik dışı ilişkiler azalma eğilimindedir (Elbaum, 1981).

### **2.3.6. Aldatma ve Eğitim İlişkisi**

Eğitim ve aldatma arasındaki ilişki diğer faktörlerden etkilenebilir olması sebebiyle değişkendir ve literatürde çelişkili bulgularla karşılaşılmaktadır (Allen vd., 2005). Çoğunlukla erkek örnekleme gerçekleştirilmiş olsa da lise düzeyinden daha düşük eğitim seviyesine sahip bireylerin daha yüksek evlilik dışı ilişki yaşadıklarını bildiren araştırmalar mevcuttur (Choi vd., 1994; Whisman ve Snyder, 2007). Lawoyin ve Larsen (2002) araştırmasında düşük düzey eğitilmiş (ilk ve orta) erkeklerin eşi hamileyken bir başka partnerle cinsel ilişkiye girme olasılığı daha yüksek bulunmuştur. Kadınlara gerçekleştirilen bir araştırmada ise eğitilmiş olanlar aldatmaya karşı bir tutum ve aynı zamanda daha az aldatma davranışı sergilerken, eğitimsiz kadınların karşı bir tutum geliştirmediği gösterilmiştir (Grossbard, 1980). Bu bulgularla çelişen bir bulgu olarak Atkins vd. (2001), eğitim ile evlilik dışı cinsel ilişki arasında doğrusal bir ilişki

bildirmiştir. Buna göre birey ne kadar yüksek eğitimliyse, evlilik dışı cinsel ilişkiyi deneyimleme olasılığı da o kadar fazla olacaktır. Yüksek Lisans derecesine sahip katılımcıların, liseden daha az eğitim almış katılımcılara göre evlilik dışı cinsel ilişki deneyimlere olasılıkları 1,75 kat daha fazla bulunmuştur. Bu bulguları destekleyen başka araştırmalarda da yüksek eğitim düzeyine sahip katılımcıların, daha düşük eğitim düzeyine sahip olanlara göre evlilik dışı cinsel aktiviteyi daha fazla onayladıkları ve daha sık evlilik dışı cinsel aktivite bildirdikleri ortaya konmuştur (Amato ve Rogers, 1997; Buunk, 1980; Traeen ve Stigum, 1998; Weis ve Jurich, 1985). Forste ve Tanfer (1996), kadının eşinden daha fazla eğitilmiş olması durumunda evlilik dışı cinsel ilişkiye girme olasılığının daha yüksek olduğunu, tam tersi durumda ise düşük olduğunu bildirmiştir. Traeen vd., (2007) ise farklı eğitim düzeylerine sahip katılımcılar arasında evlilik dışı cinsel ilişki raporlamasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamışlardır.

### **2.3.7. Aldatma ve Sosyoekonomik Düzey İlişkisi**

Mübadele kuramına göre, en fazla kaynağa sahip olan birey ilişkide güç ve kontrole daha fazla sahiptir (Blau, 2017). Daha fazla statü, güç ve kaynağa sahip olan bireyin daha az kaynağa sahip olan bireye göre evlilik dışı ilişkiye girme olasılığı daha fazladır (Allen vd., 2005). Teorik olarak artan gelir ve artan statü alternatif partnerler için arzu edirlilik sağlama yoluyla veya aldatma ile ilişkili maliyetleri karşılamak için gerekli finansal araçlara sahip olma yoluyla evlilik dışı ilişkileri kolaylaştırmaktadır (Allen vd., 2005).

Atkins vd. (2001) yılda 30.000 dolardan fazla kazanan bireyler ile evlilik dışı cinsel ilişki arasında pozitif ilişki bildirerek finansal araçların aldatma ile ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmacılara göre artan gelir ile, eşten farklı bir partnerle birlikte olmanın ortaya çıkarabileceği maliyet ve masrafları gizlemek daha kolay gerçekleşmektedir. Daha yüksek gelire ve statüye sahip bireyler daha fazla seyahat edebilirler ve çekici bireylerle profesyonel

olarak etkileşime girebilirler. Treas ve Giesen (2000), yoğun seyahat eden insanların daha sık birincil ilişkilerinin dışında cinsel ilişki bildirdiklerini ortaya koymuştur. Traeen ve Stigum (1998) seyahat günlerinin sayısı arttıkça, evlilik dışı cinsel ilişkilerin gerçekleşme olasılığının da 1,3 kat arttığını belirtmiştir. Onlara göre üst sınıftan erkek ve kadınlar erotik ve cinsel olanla daha fazla ilgilenecek zaman ve olanağa sahipken, işçi sınıfının erkek ve kadınları, cinselliğe hayatlarında aynı konumu ayıramayacak kadar uzun ve zorlu çalışma süreçlerinden geçmektedirler. Aronfreed (1961), sosyoekonomik hiyerarşi içerisinde daha yüksek pozisyonlara sahip bireylerin dış çevrenin beklentileri üzerinde daha fazla güce, sorumluluğa ve kontrole sahip olduklarını dolayısıyla davranışlarını belirlemede daha bağımsız olabileceklerini belirtmiştir. Buna karşın düşük statüdeki bireylerin sahip oldukları mesleki rollerin, inisiyatif almayı ve kendine güveni teşvik etmeme eğiliminde olduğunu, dış çevre üzerindeki kontrolün sınırlı olduğunu, hareketlerinin oldukça dar sınırlar içerisinde kendi kontrolleri dışındaki kaynaklar tarafından belirlendiğini ve bu nedenle dış etkileri davranışın belirleyicileri olarak algılama eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Dolayısıyla düşük gelirli bireyler finansal olarak kendilerini partnerlerine bağımlı görebilirler ve aldatmaya karışmayı riskli bulabilirler (Tsapelas vd., 2010). Literatürde çelişen bulgulara da rastlanmaktadır. Choi vd. (1994), yoksul kentli erkeklerde yüksek evlilik dışı ilişki oranları bildirmiştir.

Freud erkeklerin toplumsal baskılar sebebiyle gerçekleştiremediği; bütün kadınları elde etmeye yönelik bitimsiz bir arzuya dolu olduğunu savunur. Bu nedenle tüm erkekler birbirlerini kıskanırlar ve bu karşılıklı kıskançlık, diğeriyle yarışabilmek için sosyal ve ekonomik gücü elde etme nedenleriyle de bağlantılıdır (Fromm, 2003). Gerçekten de erkeğin statü ve kaynak miktarı, sahip olduğu eş sayısı ile ilişkili gibi görünmektedir: Statü ve servette ani bir artış kısa süreli çiftleşme arayışına yol açabilmektedir (Buss ve Schmitt, 1993). Çoğunlukla birden fazla partner elde edebilenler sadece statü ve kaynak kontrolü yüksek olan güçlü erkekler olmuştur çünkü statüleri ve yüksek harcanabilir gelirleri arzu edilen bir dizi

partnere daha kolay erişim sağlamalarına katkıda bulunmaktadır (Betzig, 1989; Grossbard, 1980; Lawoyin ve Larsen, 2002; Thornhill ve Thornhill, 1983). Buunk (1980), erkekler için evlilik dışı deneyimlerle gelir düzeyi arasında ilişki bulurken, kadınlar açısından bir fark gözlememiştir.

Kadınlar için cinsel çekicilik politik ve ekonomik güç anlamına gelmektedir (Symons, 1979). Buss ve Schmitt (1993)'in çalışmasında, kadınların bir erkeğin kaynak elde edememesini istenmeyen bir durum olarak gördüğü; yoksul, hırssız, mesleki derecesi olmayan ve eğitimsiz erkekleri arzu edilir bulmadıkları gösterilmiştir. Aynı araştırmada buna ek olarak kısa süreli çiftleşme arayan kadınların kendilerine çok para harcayan ve erkenden hediyeler veren erkekleri arzuladıkları bulunmuştur. Buss (2006) çalışmasında ise kadınların erkeklerden önemli ölçüde daha fazla finansal beklentide olduğunu ve hırs, çalışkanlık, sosyal statü, ileri yaş gibi kaynak edinimiyle bağlantılı olan niteliklere daha fazla değer verdiklerini ortaya koymuştur. Bulgularla paralel olarak Zhang vd. (2012) düşük gelirli erkeklerle ilişkisi olan kadınların sadakatsizlik eğilimlerinin arttığını bildirmiştir. Evlilik dışı cinsel ilişkiye giren kadınların, evlilik dışı ilişki partnerlerine göre yaş, ekonomik düzey ve cinsel deneyim açısından üstün statüde olduğu ortaya konulmuştur (Atwater, 1979).

Aronfreed (1961), erkek cinsiyet rollerini yüksek düzey sosyoekonomik pozisyonlarla, kadın cinsiyet rollerini ise düşük düzey sosyoekonomik pozisyonlarla özdeşleştirmiştir. Her ne kadar Batı toplumlarında cinsiyet rollerinin eşitliğinden söz edilse de kadının birincil olarak eş ve anne rolündeki günlük faaliyetlerinin büyük ölçüde erkeğin sosyal statüsüne bağlı olduğunu ve bu sebeple yeteri kadar hareket özgürlüğüne ve karar alma gücüne sahip olmadıklarını belirtmiştir. Buna göre erkekler aldatma için daha fazla fırsata sahiptirler veya daha fazla fırsat yaratmaktadırlar (Allen vd., 2005; Liu,2000). Kadınların artan iş gücüne katılımıyla birlikte sadakatsizlik oranlarının da artacağına dair görüşler ve bulgular mevcuttur (Atkins vd., 2001; Greeley, 1994; Traeen ve Stigum, 1998).

### 2.3.8. Aldatma ve Evlilik

Neubeck ve Schletzer (1962)'e göre evlilikten beklentiler kültürden kültüre farklılık gösterse de bir çok kişi evliliğe cinsel ve duygusal ihtiyaçların tatmin edilmesine yönelik idealize edilmiş inançlarıyla dahil olmaktadır. Buna göre evlilik, bir erkek ve bir kadının karşılıklı ihtiyaçlarını yeterince karşılamaktadır ve başka bir partnere ihtiyaç yoktur. Fakat çağlar boyunca erkekler ve kadınlar çeşitli ihtiyaçlarına evlilik dışı ilişkilerde yanıt aramış ve bulmuştur. Aynı zamanda boşanma oranları da ihtiyaçların her zaman evlilik içerisinde karşılanmadığını göstermektedir. Buna ek olarak evliliklerde kadın ve erkeğin farklı rollere, farklı tercihlere ve farklı cinsel ifade şekillerine sahip oldukları bilinmektedir (Liu, 2000). Dolayısıyla aldatma sebepsizce meydana gelmez, aile öyküsü ve kişilik dinamikleri etkili olsa da genellikle evlilik ilişkisinin bir işlevidir (Elbaum, 1981).

Evlenme biçimi, evlilik dışı ilişkilerle ilgili olabileceği düşünülen bir değişkendir. Evlenme biçimi bu araştırmada flört ederek ya da görücü usulü olmak üzere iki başlıkta değerlendirilmektedir. Ülkemizde kentlerde modernleşme ile bireylerin doğrudan tanışıp evlenmeleri yaygınken, geleneklerin sürdürüldüğü bölgelerde görücülük devam etmektedir (Polat, 2006). Görücü usulünde görücü, erkeğin ailesi tarafından seçilen ve evlenecek kızı seçim ve beğenme yetkisini barındıran akraba ve komşu kadınların, kız evini ziyaret etmesiyle başlayan, kız tarafının erkek tarafını soruşturmasıyla devam eden ve olumlu yanıt alınırsa diğer aşamaların tamamlanarak evliliğin gerçekleştirildiği bir sistemdir (Sezen, 2005). Bu sisteme göre aile kişinin karakterini şekillendirir ve birey aile yapısına uygun bir eş ile evlendiğinden uyumsuzluğun en aza indirildiği varsayılır (Yılmazçoban, 2008). Flört ise eş seçmenin bireylerin kişisel sorumluluğu olan ve bağımsız iradeleri ile eş tercihi yaptıkları bir sistemdir. Tanışma yoluyla gerçekleştirilen flört evliliğinde romantik çekicilik temel faktör olmakta ve evlilikten sonra çiftler birbirlerini akıl gözüyle görmeye başladıklarında istenmeyen durum ve anlaşmazlıklar ortaya çıkabilmektedir (Özgüven, 2014). Ülkemizde gerçekleştirilen bir



çalışmada evlenme biçimlerinin aldatma üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamıştır (Polat, 2006). Bu durum araştırmanın bir diğer bulgusu olan ilişki başlangıcı ile evlilik kararı arasında geçen süre arttıkça aldatma eğiliminin de arttığı sonucuyla açıklanmıştır. Flört ilişkileri uzatmalı ve evlilik kararı geç alınan ilişkiler olabilmektedir fakat görücü usulü yapılan evliliklerde yola en başından evlilik fikri ile çıkılmaktadır.

Evlenilen yaş, evlilik dışı ilişkileri anlamada önemli bir faktördür. Erkeklerin ilk evlilik yaşının gecikmesinin cinsel ilişki ağı oluşturmaya katkıda bulunduğu düşünülmektedir çünkü çoğu erkek kadınlardan daha geç evlenmektedir ve bu süreçte erkekler yetişkin, bekar ve cinsel olarak aktiftir. (Lawoyin ve Larsen, 2002; South ve Lloyd, 1995). İlk ilişkilerinden önce dört ya da fazla partneri olmuş kadınların da aldatma oranları yüksek bulunmuştur (Forste ve Tanfer, 1996). Literatürde pek çok araştırmacı evlilik öncesi cinsel deneyime sahip bireylerin olmayanlara kıyasla aldatmaya karşı daha hoşgörülü olduklarını ve daha fazla evlilik dışı cinsel ilişkiye girdiklerini bildirmiştir (Christensen,1973; Weis ve Jurich,1985; Zhang vd., 2012). Evlilikten önce cinsel serbestliğin onaylanmasıyla birlikte yaşam boyu cinsel partner sayısı arttıkça ve bekarlık süresi uzadıkça evlilik dışı cinsel ilişki yaşama olasılığı da artmaktadır (Reiss vd., 1980; Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007; Whisman ve Snyder, 2007). Literatürde çelişen bulgulara da rastlanmaktadır. Örneğin Atkins vd. (2001), ilk kez genç yaşta evlenen katılımcılar için çok daha yüksek evlilik dışı cinsel ilişkiye girme olasılığı olduğunu ortaya koymuştur. İlk kez 16 yaşında veya daha küçük yaşta evlenen katılımcılar, evlilik dışı cinsel ilişki bildirme olasılığı en yüksek kişiler olmuştur. Katılımcıların ilk evlendikleri yaş azaldıkça, evlilik dışı cinsellik bildirme olasılığı da artmıştır. Örneğin, ilk kez 16 yaşında evlenen bireyler, 23 yaşında evlenen bireylerden yaklaşık 4 kat daha fazla evlilik dışı cinsellik bildirmiştir. Araştırmacılar erken yaşta evlilikleri, istenmeyen bir hamileliğin sonucu olarak başlamış olabileceğinin, evlilikle ilgili ebeveyn onayının olmamasının ve orta ergenlik döneminden kaynaklı sergilenen daha dürtüsel davranışların sonucu olarak, daha fazla evlilik

sorunları ve sadakatsizlik ortaya çıkarabileceğini ifade etmiştir. Amato ve Rogers (1997) da evlilik genç yaşta gerçekleştiğinde eşlerin sadakat ve kıskançlıkla bağlantılı evlilik sorunları yaşamaları olasılığını daha yüksek olarak değerlendirmiştir çünkü genç eşler, kolayca evlilik dışı ilişkilere çekilebilmektedirler. Hunt (1969), genç eşlerde evlilik dışı cinsel ilişkilerin çeşitlilik içeren deneyimlere yönelik bir arayış olduğunu, daha yaşlı eşlerde ise romantizmi yeniden yakalama girişimi olduğunu ifade etmiştir.

Evlilikte hamilelik ve çocuk sayısı, evlilik dışı ilişkileri anlamada ikinci önemli faktördür. Evlilikte hamilelik dönemi, evlilik dışı ilişkilere sebebiyet verebiliyor gibi görünmektedir. Özellikle hamilelik ve hamilelik sonrası emzirme dönemi süresince kadınlar için cinsel ilişkiye karşı geleneksel yasaklamaların olduğu kültürlerde, birçok evli erkeğin eşlerine cinsel erişimlerini kaybetmelerinden dolayı evlilik dışı ilişkiler yaşadıkları ortaya konmuştur (Lawoyin ve Larsen, 2002). Doğum sonrasında kadın genellikle kendisine ve bebeğine büyük miktarda enerji ve zaman harcadığında erkek duygusal olarak dışlanmış hissedebilir ve kariyerine daha fazla eğilebilir. Bu aşamada erkeğin daha anlayışlı ve daha verici başka bir ilişki arayışında olması beklenmedik bir durum değildir (Astley, 1959; Haley, 1973). Uzun vadede, bir çiftin çocuğu olduğunda eşlerin kaynak tahsisleri değişir, evlilik içi cinsel ilişkiye daha az, çocukların bakımına ve beslenmesine daha fazla kaynak ayrılır (Liu, 2000). Çocuk sayısı ile aldatma davranışı arasındaki ilişkiyi açıklamak üzere gerçekleştirilen araştırmalarda, bireyin bakmakla yükümlü olduğu çocuk sayısı ile evlilik doyumu arasında negatif ve evlilik dışı ilişkilerle pozitif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Allen ve Atkins, 2005; Elbaum, 1981; Luckey, 1966; Winking vd., 2007). Artan talep, stres ve bağlılıklar sebebiyle çocukların ilişkisel tatmini azalttığı bildirilmiştir (Gottman ve Notarius, 2000). Evliliklerde özellikle çocuklar evdeyken, zamanla evlilikten alınan doyum ve kişinin eşine yönelik olumlu algıları azalmaktadır (Burr, 1970; Luckey, 1966). Dolayısıyla evli bireyler için hayatın rutin devamlılığına ev işleri ve çocuk bakımı gibi sorumluluklar eklendiğinde,

evlilikteki heyecan ve doyumunu azaltabilmektedir dolayısıyla bireyler bu duyguları yeniden yaşamak için evlilik dışı partnerler arayabilmektedir (Traeen ve Stigum, 1998). Bu noktada evlilik dışı ilişkilerde evlilik doyumunu önemli bir diğer faktör olarak ele alınabilir.

Evlilik içi cinsellikten ve duygusal katılımdan memnun olmayan kadın ve erkeklerin başka partnerlerle ilişkiye girme olasılıkları yüksek bulunmuştur (Buunk, 1980; Buss ve Shackelford, 1997; Hunt, 1969; Johnson, 1970; Prins vd., 1993). Araştırmalar mutsuz bir evliliğin, evlilik dışı ilişki yaşama olasılığını arttırdığını açıkça belirtmiştir (Bell vd., 1975; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman ve Allgeier, 1996; Atwater, 1979; Weis ve Jurich, 1985). Evlilik doyumunu, ilişki kalitesi ve evlilik uyumu düşük olan bireylerin, olmayanlara kıyasla evlilik dışı cinsel ilişkiye girme oranlarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Atkins vd., 2001; Buss ve Shackelford, 1997; Glass ve Wright, 1977; 1985; Spanier ve Margolis, 1983; Thompson, 1983). Neubeck ve Schletzer (1962) bunlara ek olarak evlilik doyumunu ve fantezi kurma arasında anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur: Evliliklerinden daha az memnun olan bireyler, evlilik dışı ilişkiler hakkında daha fazla hayal kurmaktadırlar. Evli erkeklerin %98'i ve kadınların %78'i yakın zamanda en az bir evlilik dışı fantezi bildirmiştir ve evlilik dışı partnerleri olan kadınlar cinsel fantezilerinin büyük bir kısmını birincil partner dışındaki biri hakkında kurduklarını ifade etmiştir (Hicks ve Leitenberg, 2001). Dolayısıyla evlilik dışı cinsel ilişki katılımı parçalanmış bir evlilik ilişkisinin veya azalmış evliliğe bağlılık hissini bir sonucu olabilir (Wiederman, 1997). Evlilikte yalnızca düşük duygusal katılım değil, eşle düşük düzeyde ve tatmin edici olmayan cinsel aktivite de aldatma davranışı için bir açıklama olarak düşünülebilir (Bell vd., 1975; Greeley, 1994; Johnson, 1970; Liu, 2000). Eşleriyle cinsel ilişki sıklığından memnun olmayanların %22'sinin evlilik dışı cinsel ilişki yaşıyor olduğu bildirilmiştir (Traeen ve Stigum, 1998). Fisher vd. (2009) araştırmalarında cinsel işlev bozukluğu bildiren evlilik dışı ilişkileri olan hastaların, iş hayatında daha yüksek strese, daha uzun evlilik süresine, eşleriyle ve aile içinde daha yüksek çatışma riskine sahip olduklarını

ortaya koymuştur. Buna ek olarak birincil partnerin cinsel istekliliğinin ve orgazm olma sıklığının daha düşük olduğundan şikâyet etmişlerdir. Hem erkekler hem de kadınlar için en büyük evlilik memnuniyetsizliği, derin duygusal katılım ve cinselliğin birleştiği evlilik dışı ilişkilerle ilişkili bulunmuştur. Buna ek olarak evlilik dışı katılımlarını duygusal olarak belirten katılımcıların evlilik doyumlarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Allen ve Rhoades, 2007).

Literatürde çelişen bazı bulgulara da rastlanmaktadır. Bir araştırmada cinsel ilişki deneyimlerinden memnun olduğunu bildiren kişilerin %12'sinin evlilik dışı cinsel ilişkiye karıştığı bulunmuştur (Traeen ve Stigum, 1998). Hunt (1969), yaptığı çalışmada evlilik dışı cinsel ilişkiye giren kadınların %33'ünün ve erkeklerin %50'sinin mutlu evliliklere sahip olduklarını bildirdiklerini belirtmiştir. Başka bir araştırmada mutlu bir evliliğe sahip olunsu dahi başka bir kişiyle cinsel ilişki yaşanabileceğine dair olumlu görüş bildirilmiş ve yüksek evlilik uyumuna sahip erkeklerin %30'unun, kadınların %60'ının evlilik dışı ilişkiye dahil oldukları bildirilmiştir (Johnson, 1970). Glass ve Wright (1985), ise bu bulgularla tutarlı olarak erkekler için bu oranı %56, kadınlar için ise %34 olarak belirtmiştir. Bu bulgular aynı zamanda evlilik dışı cinsel ilişki için risk altında olanların yalnızca tatminsiz ilişkilere sahip bireyler olmadığını göstermiştir. Spanier ve Margolis (1983), bireylerin çoğunun evliliklerinin bitimini öngörmedikleri zamanlarda da evlilik dışı cinsel ilişkilere karışabildiğini göstermiştir. Atwater (1979) ve Bell vd. (1975) da evlilik dışı cinsel ilişki için mutlaka zayıf bir evlilik ilişkisinin önkoşul olmadığını belirtmiştir. Neubeck ve Schletzer (1962), evlilik dışı ilişkilerin yetersiz ve zayıf evlilik ilişkileriyle ilgili olmadığını sonucuna varmıştır.

Evliliğin süresi de evlilik dışı ilişkileri açıklamak için önemlidir. Bu doğrultuda Liu (2000) evlilik süresi ile ilgili açıklamalarını iki farklı yaklaşıma dayandırmıştır. İlki Marjinal Fayda Yasası'na dayanmaktadır. Bu varsayıma göre bir hizmetin tüketimi arttıkça elde edilen fayda azalmaktadır (Coleman, 1990). Dolayısıyla eşler başlangıçta cinsel aktivitelerinden yüksek bir tatmin duysalar da zaman geçtikçe ve evlilik içi cinsel aktivite arttıkça doyum düzeyi

ve cinsel ilişki sıklığı düşecektir. Bunun sonucu olarak evlilik içi cinsel ilişkiden elde edilen faydalar yeni bir partnerle cinsel eylemden giderek daha düşük hale gelecektir. Dolayısıyla birey evlilik içi cinsel ilişkiden algıladığı marjinal faydayı, evlilik dışı cinsel ilişkiden algılanan marjinal faydadan düşük gördüğü ölçüde evlilik dışı cinsel ilişkiye girmeye yönelecektir. İkincisi İnsan Sermayesi Yaklaşımıdır. Buna göre eşlerin birbirleri hakkında bilgileri arttıkça (eşin cinsel tercihleri, arzuları, alışkanlıkları, becerileri vb.) cinsel ilişkiden alınan doyum da giderek artacak ve zamanla daha ödüllendirici hale gelecektir. Bunun sonucu olarak evlilik içi cinsel ilişkiden elde edilen faydalar evlilik süresiyle artacaktır. Bu sebeple evlilik dışı cinsel ilişki daha az çekici bir seçenek olacaktır. Liu (2000), araştırmasında cinsiyetlere göre farklılaşan iki sonuca ulaşmıştır: Erkekler için evlilik dışı cinsel ilişki ve evlilik süresi arasındaki ilişki dışbükeydir, evlilik dışı cinsel ilişki olasılığı evlilikte bir noktada bu olasılık minimuma iner ve daha sonra artar. Burada marjinal fayda yasaı desteklenmektedir. Kadınlar için ise evlilik süresi arttıkça, evlilik dışı cinsel ilişkiye girme olasılığı azalmaktadır. Burada da insan sermayesi yaklaşımı desteklenmektedir. Her iki yaklaşımı da destekleyen farklı literatür bulgularına ve modellerine rastlamak mümkündür.

Lawson (1988) çiftlerin çoğunluğunun evliliklerinde sadık kalmayı amaçladığını ve eşlerinden de sadakat beklediklerini bildirmiş olmalarına rağmen evlilik süresince giderek evlilik dışı ilişkilere karşı daha hoşgörülü hale geldiklerini bildirmiştir. Yapılan araştırmalarda evli bireylerin birlikte cinsel ilişkiye girme sıklığı, evlilikten alınan doyum, evlilik mutluluğu ve eşlerinin kişiliklerine yönelik olumlu algıları evlilik süreleri ile ters orantılı bulunmuştur (Burr, 1970; Charny ve Parnass, 1995; Collumbien vd., 2001; Glass ve Wright, 1977; Luckey, 1966). Bununla ilgili olarak daha uzun süre evli kişilerin evlilik dışı cinsel ilişki davranışlarını daha fazla gösterdiğini ortaya koyan araştırmalar mevcuttur (Atkins vd., 2001; Charny ve Parnass, 1995; Forste ve Tanfer, 1996; Glass ve Wright, 1977; Greeley, 1994; Liu, 2000; Spanier ve Margolis, 1983; Traeen ve Stigum, 1998). Bu durum daha uzun süre evli bireyler

için romantizmin kaybı, karşılanmayan ihtiyaçların farkına varılması ve artan fırsatlarla açıklanabilir (Lawson, 1988). Luckey (1966)'ın araştırmasına göre, çiftin evlilik süresi uzadıkça eşleri hakkındaki görüşlerinde olumsuz yönde değişimler gerçekleşmektedir. Evlilik ne kadar süredir devam ediyorsa, kişi eşine karşı o kadar az minnet duymakta, tavsiyelerini kabul etme konusunda daha az istekli olmakta ve eşinin yeterince saygın olmadığını düşünmektedir. Araştırmada uzun süre evli bireylerin eşleri hakkındaki düşüncelerinin ise: Kurnaz, bencil, çoğu zaman düşmanca, alıngan, sert ve daha az işbirlikçi, daha az sevecen, daha az düşünceli ve daha az yardımsever olarak ifade edildiği bildirilmiştir. Daha uzun bir ilişki süresinin evlilikte can sıkıntısı, daha düşük düzeyde bağlılık, eşle cinsellikten ve ilişkiden tatminsizlik ile ilişkilendirilebileceğini belirtilmiştir. (Allen vd., 2005; Blow ve Hartnett, 2005).

Wiederman (1997)'in çalışmasında kadınlar için evlilik dışı cinsel ilişkinin yaygınlığının 40'lı yaşlara dek arttığı ve sonrasında düşüşe geçtiği, erkeklerde ise 70 yaşına kadar yaşla birlikte arttığı görülmüştür. Kırklı yaşların sonu ve ellili yaşların başı kadınlar için bir kriz dönemi olarak değerlendirilmektedir: çocuklarının kendilerine olan bağımlılığı azalır, eşleri cinsel olarak yetersizleşir ve menopoz dönemine girilir (Bossard ve Boll, 1955). Bu bulgular kadınların evliliklerinde erkeklere göre daha sonra evlilik dışı ilişki kurmaya çalıştıklarını göstermektedir. Forste ve Tanfer (1996) da kadınların evlilik süreleri arttıkça sadakatsizliğe karşıma olasılıklarının arttığını bildirmiştir. Symons (1979)'a göre erkekler, cinsel ilişkiyi en çok evliliğin ilk yıllarında arzularken, kadınlar ise evlilikte yıllar geçtikte çekingenliklerini atar ve uzun yıllar sürebilecek bir cinsel ilişki ilgisi başlatırlar. Kadınların cinsel ilgisinin arttığı yıllarda erkeğin cinsel tepkileri önemli ölçüde azalmış olabilir ve daha önce onun isteklerini reddetmiş bir eşle birlikte olmaya ilgisi keskin bir şekilde azalmış olabilir. Bu bulguları destekleyen bir bulgu da Loewenstein (1978) tarafından ortaya konmuştur: yaşla birlikte erkeklerin cinsel duyarlılığı yavaşlamaya başlarken, kadınlarınkı artmaktadır. Dolayısıyla kadının cinsel olarak daha talep kâr hale gelmesi birincil ilişki için tehdit edici

olabilir ve bu durumun sonucu olarak hem kadın hem de erkek eş evlilik dışı cinsel ilişki arayabilir (Elbaum, 1981; Johnson, 1970).

Eşlerin çalışma durumu ile aldatma arasında bir ilişki olduğu yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur. Liu (2000), evlilik dışı cinsel ilişkilerin zaman alıcı ve maliyetli olduğunu ve her iki eşin de tam zamanlı çalıştığı senaryoda bunun çok olası olmayacağını belirtse de bulgular bunu desteklememektedir. Treas ve Giesen (2000), Solstad ve Mucic (1999) işyerindeki cinsel fırsatların (dokunma, kişisel endişeleri paylaşma, başkalarıyla yalnız kalma gibi) aldatma olasılığını arttırdığını bildirmiştir. Traeen vd. (2007), katılımcıların %40'ından fazlasının evlilik dışı partnerle işte veya çalışmalar sırasında tanıştıklarını bildirmişlerdir. Özellikle eşlerden birinin çalıştığı, diğerinin çalışmadığı durumlar, ilişkideki güç dengesini bozmakta ve çalışan eşin aldatma için daha fazla fırsat yakalamasına sebebiyet vermektedir. Atkins vd. (2001), çalışan evli bireylerin, eşlerinin çalışmadığı durumda en büyük sadakatsizlik oranını bildirmiştir. Çalışan kadınların sadakatsizliği ile evlilik memnuniyetsizliği arasında ilişki bulunurken, çalışmayan kadınlar için bu ilişki söz konusu değildir (Amato ve Rogers, 1997; Greeley, 1994). Kadınların iş gücüne katılımının artmasıyla ve kadınların evlenme yaşı yükseldikçe evli erkekler giderek daha fazla bekar kadın meslektaşısıyla çalıştıkça, erkeklerin ilişkilerini tehdit edecek birlikteliklerin gelişmesi muhtemeldir (South ve Lloyd, 1995). Liu (2000), müşteriler veya iş arkadaşlarıyla yalnız çalışma fırsatının yalnızca erkekler için evlilik dışı ilişkiyi yordadığını bildirirse de başkalarıyla özel ve yakın teması kolaylaştıran işler özellikle riskli olabilir (Allen ve Atkins, 2005). Wiggins ve Lederer (1984), iş arkadaşlarıyla evlilik dışı cinsel ilişki yaşayan bireylerin hem eşe hem de evlilik dışı partnere önem verdiklerini, durumdan özellikle rahatsız olduklarını ve ortak çıkarların sonucu olarak ilişkiye dahil olduklarını bildirmiştir.

Eşlerin ilişkiye getirdikleri nitelikler de aldatma için önemlidir (Allen ve Atkins, 2005). İstenmeyen bir eşten kurtulma, eş değiştirme, eş tercihini netleştirmek, uzun süreli bir eşin cinsel

sadakatsizlikten caydırmak, uzun süreli bir eşin bağlılığını arttırmak ve normalde erişilemeyen sosyal çevrelere erişim kazanmak için gerçekleştirebilmektedir (Buss ve Schmitt, 1993). Kadınlar eşlerinden daha uyumlu birini bulabilecekleri duygusu ile kendilerine bağlılık gösteren, onlarla zaman geçirmeye istekli, eşlerinin yerine geçebilecek bir partner bulmanın faydalı olacağını düşünerek ilişkilere girdiklerini bildirmişlerdir (Buss, 2006). Güç eşitsizliklerinin bulunduğu evliliklerde, güçlü olan eş evlilik dışı ilişkilere girmeye eğilimlidir (Allen vd., 2005). Benzer şekilde evlilik ilişkisine daha çok katkıda bulunduğunu düşünen ve bu duruma içerleyen eş, hakkaniyet sağlamak amacıyla aldatmayı eksik hissettiği şeyleri telafi etmek amacıyla kullanabilmektedir (Walster vd., 1978). Ters durumda evliliklerinden fayda sağladıklarını ve eşit bir güç dengesine sahip olduklarını düşünen kişilerde evlilik dışı cinsel ilişki isteği oldukça az bildirilmiştir. Evliliklerinde sevgi ve şefkatin yeteri kadar ifade edilmediğini bildiren kadın ve erkekler için evlilik dışı kısa süreli ilişki bildirme olasılıkları yüksektir (Buss ve Shackelford, 1997).

### **2.3.9. Aldatmada Psikolojik Faktörler**

Buunk ve van Driel (1989) araştırmalarında terapistlerin aldatma davranışını sıklıkla bazı kişilik özelliklerine atfettiklerini bildirmiştir. Bunlar: kötü psikolojik sağlık, hayal kırıklığına düşük tolerans, güvensizlik, kırılgan erkek egosunu yatıştırma ihtiyacı, benlik saygısını güçlendirme ihtiyacı ve genel psikolojik işlev bozukluğudur (akt. Buss ve Shackelford, 1997). Düşük özsaygı düzeyine sahip olmanın tek başına ya da depresyona eşlik ettiğinde karşı cinse daha fazla çekim ile sonuçlandığı gösterilmiştir (Allen vd., 2005; Jacobs vd., 1971; Traeen vd., 2007). Buna göre kişiler içsel olarak kendilerini çok az takdir ederler, bu içsel öz değerlendirme eksikliğini yeni bir partner edinerek dışsal bir öz değerlendirme ile telafi ederler. Böylece kişisel eksiklik duygusu, kişinin benlik saygısını yükseltmenin bir yolu olarak başkasıyla duygusal ya da cinsel bağlantı kurmaya yol açar (Hertlein vd., 2003).



Buss ve Shackelford (1997) aldatmaya yatkınlık ile beş kişilik faktöründen biri olan düşük vicdanlılık, yüksek narsizm ve yüksek psikotizm arasında güçlü bağlantılar ortaya koymuştur. Düşük vicdanlılığa sahip kadınların, diğer erkeklerle flört etme, tek gecelik ilişki, kısa süreli veya uzun süreli ciddi bir ilişki yaşama olasılığı daha yüksek bulunmuştur. Narsizmi yüksek kadınlar, evlilik dışı her türlü faaliyette bulunma olasılıklarını yüksek bildirmiştir. Psikotizmi yüksek kadın ve erkeklerin evlilik dışı davranışlarla güçlü ilişkileri bildirilmiştir. Neubeck ve Schletzer (1962) de bulgulara paralel olarak yüksek psikopatiye sahip kişilerin cinsel ilişkiye girmeye daha yatkın olduklarını, ilişkilere duygusal olarak daha fazla dahil olduklarını ve ek olarak düşük vicdanlılığının evlilik dışı cinsel ilişkilere eşlik ettiğini ortaya koymuşlardır.

Kişilik bozukluğu olan erkeklerin beyin omurilik sıvısındaki testosteron seviyeleri ile risk alma ve heyecan arama gibi davranışlar arasında olası bir ilişki gösterilmiştir (Fisher vd., 2009). Hurlbert vd., (1994) tarafından narsistik kişilik bozukluğu olan erkeklerin daha fazla evlilik dışı cinsel ilişkiye girdikleri ve cinsel narsizm ölçüsünde de daha yüksek puan aldıkları bildirilmiştir. Cinsel narsizm küme B kişilik bozukluğu ile ilişkili benmerkezci cinsel davranış modeli olarak tanımlanmıştır. Histriyonik kişilik özelliklerine sahip erkeklerin daha yüksek androjenizasyon, daha yüksek testosteron düzeyi ve cinsel işlevselliğe sahip oldukları, evlilik dışı cinsel ilişkilere daha sık girdikleri ortaya konulmuştur (Bandini vd., 2009).

Cinsel ilişki bağımlılığı ve madde bağımlılığı olan bireylerde de evlilik dışı cinsel ilişki yüksek oranda bildirilmiştir (Schneider vd., 1999). Buna paralel bir bulgu olarak yapılan bir araştırmada katılımcıların yarıdan fazlasının evlilik dışı ilişki partneri ile son cinsel ilişkiden önce alkol kullandığı ve %12'sinin çok sarhoş olduğunu bildirilmiştir (Traeen vd., 2007). Martin (1989), aldatma olgusunun kendisini bağımlılık çerçevesine oturtmuştur. Nasıl ki bir bağımlılık yıkıcı sonuçlarına rağmen davranışı durdurmada giderek artan yetersizlikle

kavramsallaştırılmışsa, aldatmada da bireyler devam etmeleri halinde olumsuz sonuçlara yol açacağını bilmelerine karşın sonlandırmada yetersizlik hissetmektedirler.

Dürtüsellik aldatma ile ilişkili bulunan bir diğer değişkendir (Buss ve Shackelford, 1997). Araştırmacılara göre dürtüsel bireylerin cinsel fırsatlara direnmekte güçlük çekebilirler, yüksek cinsel ilgi ve dürtüleri onları evlilik dışı çıkışlara itebilir, dürtüsel cinsellikleri daha sık cinsel yakınlaşmalara yol açabilir (Buss ve Shackelford, 1997; Buunk, 1980; Liu, 2000). Literatürde erken dönem yaşantıların önemini ortaya koyan araştırmalara da rastlanmaktadır. Çocukluk döneminde cinsel istismara maruz kalmış kadınlar için cinsel sadakatsizlik oranı yüksek bulunmuştur (Whisman ve Snyder, 2007).

Fiziksel özellikler de bu konuda etkili olabilir. Kişi eğer fiziksel olarak çekici ise bu durum kişiye bu tür ilişkilere girebilmek için gerekli özgüveni sağlayabilir ve özgüven inisiyatif almayı kolaylaştırmaktadır (Buunk, 1980). Kendilerini eşlerinden sosyal olarak daha cazip bulan bireylerin daha fazla evlilik dışı partneri olduğu ortaya konulmuştur (Walster vd., 1978).

Allen ve Baucom (2004), kayıtsız bağlanma stiline sahip erkekler ve kaygılı bağlanma stiline sahip kadınların birincil partnerlerinin dışında ilişki bildirme oranlarını yüksek bulmuştur. Kadınların özellikle yakınlık arzuladıklarında veya birincil ilişkilerinde ihmal ve reddedilme hissettiklerinde, erkeklerinse birincil ilişkiden bağımsızlık ihtiyacı olarak aldatmaya motive oldukları bildirilmiştir. Literatürde hem yakınlık kurmada zorluk yaşayan bireylerin hem de yakınlık ihtiyacı duyan bireylerin evlilik dışı ilişkilere girmeye eğilimli olduğunu ortaya koyan araştırmalar mevcuttur (Buunk, 1980; Elbaum, 1981; Traeen ve Stigum, 1998). Eşinden bağımsızlığını vurgulayan bireyler genellikle birincil ilişkide kendisini güvensiz hissetmekte ve ilişki çeşitliliğine duyulan ihtiyacı onaylamaktayken; güçlü duygusal bağımlılık evlilik dışı ilişkilerin önüne bir engeldir çünkü birey partnerinden gelecek olası

yaptırımlardan, suçluluktan, kaygıdan ve başka istenmeyen sonuçlardan korkmaktadır (Allen vd., 2005; Buunk, 1980; Drigotas ve Barta, 2001).

### **2.3.10. Aldatmada İnançlar ve Bilişsel Yeniden Yapılandırma**

Aldatma kavramına yönelik inançların gerekçelendirmede etkili olduğu söylenebilir. Herkes eşinden başka bir partnerle cinselliği sadakatsizlik olarak algılamaz (Traeen vd., 2007). Charny ve Parnass (1995), araştırmalarında aldatılan eşlerin %58'i bilinçli olarak ilişkiye izin vermiş veya kabul etmiş olduklarını bildirmiştir. Eşinden başka biriyle cinsel ilişkiye girmenin her zaman yanlış olduğunu düşünenlerde (evli katılımcıların %80'i) aldatma oranı sadece %10 iken, hiç yanlış olmadığını düşünenlerde (evli katılımcıların %1'i) ise yüzde %70'e çıkmaktadır (Greeley, 1994). Evlilik dışı cinsel ilişkileri kabul edenlerin, etmeyenlere göre evlilik dışı cinsel ilişkiye girme olasılığı daha yüksek bulunmuştur (Solstad ve Mucic, 1999; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman, 1997). Benzer olarak Liu (2000) da evlilik dışı cinsel ilişkinin yanlış olmadığını düşünen bireylerin evlilik dışı ilişkiye girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Aynı zamanda cinselliği, aşkı ve evliliği birbirinden ayrı şeyler olarak gören bireylerin, evlilik dışı davranışları onaylama olasılıklarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Reiss vd., 1980). Aldatma davranışlarının her birine sıklıkla davranışı haklı çıkaran, rasyonelleştiren veya rahatsızlığı en aza indiren düşünceler eşlik etmektedir (Allen vd., 2005). Bunlar evlilik dışı ilişkiye katılan eşin, evlilik dışı ilişki ve partneri daha olumlu algılama ve evliliğinin zaten bitmiş olduğu inançlarını benimsemesine ve daha müsamahakâr tavırlar geliştirmesine sebep olabilir (Allen vd., 2005).

Bilişsel Uyumsuzluk Teorisi'ne göre bireylerin tutum ve davranışları arasında tutarsızlık olduğunda, tutumlar davranışla uyumlu olacak şekilde değiştirilir (Festinger,1957). Ahlaki ihlal inkâr edilemez olduğunda, ahlaki değerler ve ihlal davranışları arasında etik uyumsuzluk yaşanır (Barkan vd., 2012). Bu durum sonucu oluşan gerilim, insanın olumlu öz

benlik bütünlüğüne tehdit oluşturur ve bireyi suçluluk ve utanç duymaya iter (Allen vd., 2005; Barkan vd., 2012). Bu tehdit sonucu oluşan gerginlikle baş edebilmek ve iç tutarlılığı devam ettirebilmek adına bazı bilişsel yeniden yapılanma mekanizmalarına başvurmaları gerekmektedir (Bandura, 1996). Bilişsel yeniden yapılanma mekanizmaları ahlaki standartlar ve eylemler arasındaki farkı en aza indirmeyi amaçlar (Shu vd., 2011). Bu mekanizmalara örnek olarak ahlaki meşrulaştırma (rasyonalizasyon, gerekçelendirme), olumlu etiketleme (yeniden çerçeveleme), avantajlı karşılaştırma, sorumluluğun üstlenilmemesi, sorumluluğun yayılması, mağduru suçlama, sonuçları göz ardı etme / çarpıtma, ahlaki standartların gevşetilmesi ve ahlaki uzaklaşma verilebilir (Bandura, 2002; Barkan vd., 2012). Bu mekanizmalar sayesinde etkinliği meşrulaştırırlar, sorumluluğu üstlenmezler, suçluluk duymazlar ve olumlu benlik algılarını korurlar (Cesur, 2018; Shu vd., 2011; Stephenson, 1973). Shu vd. (2011)'a göre ahlaki standartlar bir kez esnediğinde, daha sonraki davranışlar da artık bu değişimden etkilenerek ortaya çıkacaktır. Geçmişte sadakatsizlik öyküsü olanların arasında evlilik dışı ilişkilerin daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Allen ve Rhoades, 2007; Bell vd., 1975; Choi vd., 1994; Forste ve Tanfer, 1996; Glass ve Wright, 1992; Greeley, 1994; Johnson, 1970; Liu, 2000; Prins vd., 1993; Solstad ve Mucic, 1999; Traeen ve Stigum, 1998; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman ve Allgeier, 1996).

Glass ve Wright (1992), aldatmanın gerekçelerini dört boyutta incelediler. Cinsel boyuttaki rasyonalizasyonlar arasında cinsel zevk, merak ve heyecan yer alırken; Duygusal boyuttaki rasyonalizasyonlar arasında entelektüel paylaşım, anlayış, arkadaşlık ve benlik saygısının egoyu desteklemesi; Dışsal Motivasyon boyutunda kariyerde ilerleme ve eşle eşit olma; Aşk boyutunda sevgi, şefkat ve âşık olmak yer almıştır. Erkekler sadakatsizliği cinsellik boyutu üzerinden meşrulaştırma eğilimindeyken, kadınlar duygu boyutu üzerinden meşrulaştırma eğilimindedirler. Bu bulgu Allen ve Baucom (2004) tarafından da desteklenmektedir. Gurgal vd. (1969) yaptıkları çalışmada aldatmanın nedeni olarak erkeklerin

%16'sının, kadınların %37'sinin 'âşık olmayı' gösterdiğini belirtmiştir (akt. Glass ve Wright, 1977).

Araştırmalar sadakatsizliğe karışmış bireylerin eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmediklerini ve sorumluluğu evlilik dışı partnere yüklediklerini, eylemin olumsuz değerini reddettiklerini ve eylemlerinde haklı olduklarına inandıklarını göstermektedir (Atwater, 1979; Johnson, 1970). İnsanlar eylemlerini dış kontrol odaklarıyla açıklayarak, istediği davranışları sergileyebilmesine mazeret sağlayabilmektedir (Vedantam, 2007). Buna örnek olarak bireylerin kendi sadakatsizliğini evlilik sorunlarının sebebi olarak görürken, eşlerinin sadakatsizliklerini evlilik sorunlarının sebebi olarak görmemeleri gösterilebilir (Spanier ve Margolis, 1983). Thompson (1984), evlilik dışı ilişkilere sahip deneklerin aldatmanın yaygınlığını, evlilik dışı ilişkisi olmayan bireylere göre daha yüksek tahmin etmişlerdir. Bu veri, evlilik dışı ilişkiler yaşayan bireylerin, davranışlarını algılanan yaygınlık temelinde haklı çıkardıkları temelinde yorumlanmıştır.

### **2.3.11. Aldatmanın Sonuçları ve Risk Faktörleri**

Evlilik dışı ilişkiler, evlilik ilişkisi içerisinde probleme yol açan, tedavisi en zor olan ve ilişkiye en zarar verici sorunlardan biridir (Whisman vd., 1997; South ve Llyod, 1995; Spanier ve Margolis, 1983). Özellikle duygusal bağlılığın olduğu evlilik dışı cinsel ilişkilerin olmayanlara kıyasla, evlilik ilişkisi için en ciddi ve en yıkıcı ilişkiler olduğu evlilik danışmanları ve araştırmacılar tarafından ifade edilmiştir (Allen ve Rhoades, 2007; Elbaum, 1981; Buss ve Shackelford, 1997). Evlilik dışı cinsel ilişkiler yalnızca cinsel ilişkiler olarak kaldığında ve duygusal bir ilişki içermediğinde var olan evlilik ilişkisi için tehdit yaratmıyor gibi görünmektedir (Bell vd., 1975; Wiederman ve Allgeier, 1996). Fakat yine de evlilik dışı cinsel ilişki boşanmanın güçlü bir göstergesidir. (Amato ve Rogers, 1997; Liu, 2000; Wiederman, 1997). Dünya çapında en sık bildirilen boşanma sebebi cinsel aldatmadır (Buss ve

Schmitt, 1993; Johnson, 1970; South ve Llyod, 1995). 25 toplumda boşanma eşlerden birinin evlilik dışı cinsel ilişkisinden kaynaklanır (Betzig, 1989). South ve Llyod (1995), boşanma davalarının en az üçte birinde, eşlerden birinin veya her ikisinin, evlilik ilişkisi bozulmadan önce başka bir partnerle birlikte olduğunu bildirmiştir. Evlilik dışı cinsel ilişki evliliğin kalitesini, evliliğin devamlılığını, güvenlik hissi ve öngörülebilirliği doğrudan etkileyebilir ve evlilik sorunlarıyla birlikte boşanmayla sonuçlanması muhtemeldir (Elbaum, 1981; Spanier ve Margolis, 1983). Çoklu ihanetin olması evlilik dışı ilişkinin halen devam ediyor olması boşanma olasılığını arttırmaktadır (Glass ve Wright, 1997; Glass ve Staeheli, 2020; Lawson, 1988). Boşanmak ile son bulan aldatma sürecinde bireyler boşanmanın getirdiği negatif süreçlerle baş etmek zorunda kalmaktadırlar. Evlenerek elde etmiş oldukları sosyal, ekonomik ve üreme kaynaklarını kaybetme riskiyle karşı karşıya kalmaktadırlar (Betzig, 1989). Özellikle aldatan eş boşanmayı başlattığında, aldatılan eşin depresyona girme olasılığı tersi duruma göre daha yüksek bulunmuştur. Diğer olumsuz sonuçlar arasında çocuklar, ebeveynler ve arkadaşlarla olan ilişkilerin bozulması, yasal sonuçlar, iş kaybı ve tedavi maliyetleri sayılabilir (Schneider vd., 1999).

Aldatma her iki eş için de son derece streslidir ve önemli sorunlara neden olur (Allen ve Atkins, 2005; Elbaum, 1981). Aldatma yaşayan çiftler birlikte daha az zaman geçirmekte, ayrılmaya ve boşanmaya daha yatkın olmakta, daha fazla stres ve güvensizlik yaşamaktadırlar (Atkins vd., 2005). Aldatanların %25'i, aldatılanların %60'ının duygusal sorunlar ve depresyon yaşadığı bildirilmiştir (Schneider vd., 1999). Suçluluk, öfke, kıskançlık, çatışma, endişe, travma sonrası stres bozukluğu ve kafa karışıklığı yaygındır (Atwater, 1979; Cano ve O'Leary, 2000; Charny ve Parnass, 1995; Glass ve Wright, 1992; Gordon vd., 2004; Hunt, 1969). Evlilik dışı ilişkileri kesinlikle onaylamayan eşler muhtemelen daha derinden etkilenir. Kendilerini incinmiş, kızgın ve aldatılmış hissedebilirler ve aldatmanın yaşam doyumları ve benlik saygıları üzerinde tesiri daha fazladır (Goldenberg vd., 2003; Spanier ve Margolis, 1983). Aldatılan eşin,

aldatılmadan önceki özgüven düzeyi de önemlidir. Kişi ne kadar özgüvenliyse öfke, kıskançlık ve incinme duygularıyla baş edebilmesi o kadar kolay olmaktadır (Elbaum, 1981). Aldatılan eşin hem kendisi hem de eşi hakkındaki olumlu varsayımları bozulmakta, iyimser bir gelecek görüşü ve amaçlı bir yaşam kurma kapasitesi ciddi hasar görmektedir (Gordon vd., 2004). Aldatılan eş psikolojik acı, depresyon, öfke, güven kaybı, kişisel ve cinsel özgüven kaybı, terk edilme korkusu, başarısızlık ve yetersizlik hissi, utanç ve aşağılanma gibi duygusal süreçleri deneyimlemektedir (Charny ve Parnass, 1995; Lawson, 1988; Olson vd., 2002).

Aldatmada her iki cinsiyet de suçluluk hissi bildirmektedir fakat bu oran erkeklerde daha düşüktür (Spanier ve Margolis, 1983). Özellikle aldatılan kadınlar depresyon ve anksiyete belirtileri yaşadıklarını; ihanete uğramış, aşağılanmış hissettiklerini ve olayla ilgili fazla ruminasyon ve suçluluk duygusu yaşadıklarını bildirmişlerdir (Cano ve O'Leary, 2000). Aldatılan kadınlar müttefik sağlamak, aldatan partneri utandırmak ve manevi destek elde etmek için aldatılmayı bir dedikodu malzemesi olarak kullanabilmektedir (Jankowiak vd., 2002). Kadınların, erkeklerden daha fazla duygusal ve fiziksel geri çekilme (örneğin somurtma, sohbet etmeyi reddetme, ev işlerini kısıtlama veya intihara başvurmak) kullandıkları belirtilmiştir ve özellikle bir eşi sadakatsizliği için utandırma, cezalandırma ve itibarına zarar verme yöntemi olarak intihar; yalnızca kadınlara özgü gibi görünmektedir (Jankowiak vd., 2002). Erkekler ise aldatıldıklarını kamuya açık şekilde paylaşmamaktadır çünkü alenen kabul etmek aşağılanmaya ve özellikle babalık kesinliğine değer veren kültürlerde endişelere yol açmaktadır (Jankowiak vd., 2002). Bir erkeğin cinsel kıskançlığı, kadının istismarı ve cinayetinde önde gelen risk faktörüdür (Daly ve Wilson, 1988'dan, akt. Buss vd., 1999). Jankowiak vd. (2002)'in kültürlerarası çalışmalarında inceledikleri kültürlerin %88'inde (66 kültürden 58'i) erkeklerin, %64'ünde (66 kültürden 42'si) kadınların sadakatsizliğe yanıt olarak fiziksel şiddeti tercih ettiği ortaya konulmuştur.

Sadakatsizliğin bireylere ve evlilik ilişkisine çeşitli faydalar sağlayabildiğini gösteren çalışmalara da rastlanmaktadır (Atkins vd., 2005; Atwater, 1979). Sadakatsizlik yaşayan çiftlerin yalnızca küçük bir yüzdesinin evlilik ilişkisini geliştirdiği bildirilse de, tüm sadakatsizlik yaşayan çiftler ilişkilerini sonlandırmazlar (Charny ve Parnass, 1995; Spanier ve Margolis, 1983). Literatürde sadakatsizliğin söz konusu olduğu çiftlerin yalnızca dörtte birinin ayrılmayı seçtiğine dair bulgu mevcuttur (Schneider vd., 1999). Çiftlerin yarısı psikoterapi programlarında ilişkileri için çalışmayı seçmiş, geri kalanlar ise eşlerine bir şans daha vermeyi denemişlerdir çünkü ayrılmanın sonuçları, ilişkide kalmanın sonuçlarından ağır olabilmektedir. Evlilik dışı cinselliğin genellikle cinsel çeşitlilik, sevgiyi geliştirme, yeni uyaranları keşfetme ihtiyacı ve deneyim kazanmak gibi oldukça sağlıklı güdülerden kaynaklandığı öne sürülmüştür (Berlyne, 1960; Buunk, 1980; Ellis, 1972). Evlilik dışı cinsel ilişkilere giren bireylerin yeni ilişkiler kurma konusunda öz-yeterlilik kazanmaları olasıdır (Spanier ve Margolis, 1983). Evlilik dışı cinsel ilişkiler duygusal yatırımın sorumluluklarından özgürleşme, heyecan ve özgüven sağlamaktadırlar. Buna ek olarak evlilikten elde edilemeyen benlik saygısı, onaylanma, sevgi ve yakınlık ihtiyacı, fiziksel olarak çekici hissetme ve rahatlık ihtiyacı da evlilik dışı ilişkilerden karşılanabilmektedir (Allen ve Rhoades, 2007; Buunk, 1980; Elbaum, 1981). Kadınlar yeni bir cinselliğin sonucunda öğrenme, kendini tanıma ve keşfetme duyguları hissettiklerini bildirmişlerdir (Atwater, 1979). English (1967) de evlilik dışı cinselliğin modern evliliğin sorunlarına bir çözüm olabileceğini savunmuştur (akt. Buunk, 1980). Aldatma sonucunda artan girişkenlik, aileye daha fazla değer vermek, kendine daha iyi bakmak ve iyi bir evlilik iletişiminin farkına varmak gibi olumlu sonuçlar bildirilmiştir (Olson vd., 2002). Erkeklerin evlilik dışı cinsel ilişkilerinin, evliliklerindeki sıkıntıyı ve gerginliği azalttığı, evlilikte duygusal yakınlığı ve cinsel doyumu arttırdığı bildirilmiştir (Gurgal vd., 1969'dan akt. Glass ve Wright, 1977).



Evlilik dışı cinsel ilişkiler risk faktörlerini beraberinde getirebilmektedir. Korunmalı cinselliğin yokluğunda, farklı partnerlerle cinsel ilişkiye girmenin HIV yayılımını arttırdığı bilinmektedir (Elbaum, 1981; Lawoyin ve Larsen, 2002). Her iki cinsiyet için de evlilik dışı cinsel ilişki bildiren katılımcıların, bildirmeyenlere göre daha yüksek HIV oranına sahip olduğuna dair bulgular ortaya konulmuştur (Ryder vd., 1990; Lindan vd., 1991). Daha önce bel soğukluğu ve klamidya geçirmiş yetişkinlerin yarısından azının (%38'inin) eşleri tarafından enfekte edildikleri bulunmuştur (Traeen ve Stigum, 1998). Araştırmalara göre cinsel yolla bulaşan hastalıklara yakalanma riski cinsel ilişkiye girilen partner sayısı arttıkça artar çünkü bu partnerlerin de başka cinsel partnerleri olabilir. Eğer eşlerden biri evlilik dışı partnerinden cinsel yolla bulaşan bir hastalık kapmışsa, uzun süreli ilişkilerde korunmanın az olması sebebiyle diğer eşi enfekte etme olasılığı yüksektir. Enfeksiyonun eşe taşınması, aldatan eşin sosyal itibarını kaybetme riskiyle karşı karşıya kalmasına yol açar (Daly ve Wilson, 1988'dan, akt. Buss vd., 1999; Buss ve Schmitt, 1993; Forste ve Tanfer, 1996; Lawoyin ve Larsen, 2002; Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007).

Evlilik dışı partnerin genellikle bir yabancı olmasının ve duygusal olarak destekleyici bir atmosfer sağlamamasının yol açtığı bazı riskler bulunmaktadır (Elbaum, 1981). Tıp literatüründe kalp hastalarının cinsel aktiviteye bağlı ani ölümlerinin, genellikle evlilik dışı partnerleriyle cinsel ilişki sırasında gerçekleştiği geniş çapta rapor edilmiştir (Gips vd., 2010; Fisher vd., 2011; Fisher vd., 2009; Lee vd., 2006; Parzeller vd., 2006; Parzeller vd., 2001). Ueno (1963), kardiyak nedenlerden cinsel ilişki sırasında ölen çoğu hastanın erkek olduğunu ve evlilik dışı cinsel ilişki sırasında (34 vakanın 28'i) öldüğünü kaydetmiştir (akt. Rerkpattanapipat vd., 2001)

Evlilik dışı cinsel ilişkiler, bireyin farklı aktivite ve beklentilerini karşılayabilecek daha genç partnerle yaşanır dolayısıyla daha fazla kardiyak iş gücü gerektirir (Kramer, 2011; Gips vd., 2010). Tanıdık olmayan bir ortamda evlilik dışı partnerle cinsellik içeren davranışların, kan

basıncını ve kalp atış hızını önemli ölçüde arttırarak kardiyovasküler risk oluşturması mümkündür (Lee vd., 2006; Parzeller vd., 2001, Parzeller vd., 2006; Stein, 2000). Cinsel davranışların sonucunda gerçekleşen kardiyak ölümlerin evlilik dışı cinsel ilişkiyi içeriyor olması birincil partner için duyulan suçluluk duygusu ve psikolojik stresin ek bir faktör olduğunu düşündürmektedir (Stein, 2000; Ohira, 2010; Corona vd., 2010). Bir başka çalışmada penil fraktür hastalarının yarısı, bu komplikasyonu evlilik dışı partnerle cinsel ilişki sırasında yaşamıştır (Kramer, 2011). Evlilik dışı partnerle cinsel ilişkilerin iş yerleri, otomobiller, umumi tuvaletler ve asansörler gibi genellikle alışılmadık ve stresli ortamlarda meydana gelmesi, bu ortamlarda gerçekleşen cinsel karşılaşmaların alışılmadık pozisyonları ve telaşlı davranışları içermesi sebebiyle, penil fraktür riskini ortaya çıkarıyor görünmektedir (Kramer, 2011; Parzeller vd., 2006). Bu çalışmalar evlilik dışı cinsel ilişkilerin, eş ile gerçekleşen cinsel ilişkilerden daha tehlikeli olduğuna dair kanıt sağlamıştır ve evlilik sadakati için tıbbi bir temel olarak yorumlanmıştır (Lee vd., 2006; Fisher vd., 2009; Parzeller vd., 2006; Stein, 2000).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırmanın yöntemi, evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırma Yöntemi

Araştırma evli bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların aldatma eğilimi ve çatışma türleri ile ilişkisinin araştırıldığı nicel bir çalışmadır ve ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Tarama araştırmaları betimsel araştırmalar grubunda yer alır ve genellikle, geniş kitlelerin görüşlerini ve özelliklerini ortaya koymayı hedefler. Tarama yönteminin amacı; araştırma konusu ile var olan durumun fotoğrafını çekerek betimleme yapmaktır (Akarsu,2019). Sosyal bilimlerde çoğunlukla geniş kitlelerin araştırma konusu olan özelliklerini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen ilişkisel tarama çalışmalarında, ortaya konan değişkenler arası ilişki nedensellik bağlamında açıklanamaz (Can, 2019).

#### 3.2. Katılımcılar

Araştırmanın katılımcıları 2020-2022 yılları arasında Türkiye’de yaşayan 225 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırma katılımcıları olasılığa dayanmayan örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Bulabildiğini örneklemede katılımcılar öncelikli olarak erişilebilirliklerine ve gönüllü katılım isteklerine göre seçilmektedirler (Shaughnessy vd., 2016). Covid-19 pandemi şartları sebebiyle çalışma örnekleme ile yüz yüze veri toplama yapılamamış olup, Google Form aracılığıyla çevrimiçi veri toplama gerçekleştirilmiştir. Formların evli bireylere ulaştırılması Instagram, Twitter, Facebook, Telegram ve Whatsapp aracılığıyla hem bireysel katılım çağrısı ile hem de yüksek lisans öğrencilerince ya da psikoloji alanında faaliyet gösteren ruh sağlığı uzmanlarınca

oluşturulmuş gruplara iletilerek sağlanmıştır. Başlangıçta 231 katılımcıdan veri toplanmış olup, veriler incelendiğinde 6 katılımcının yanıtlarında tutarsızlık fark edilmesi üzerine söz konusu 6 katılımcının verileri elenerek, kalan 225 katılımcı ile analiz gerçekleştirilmiştir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

#### **3.3.1. Kişisel Veri Toplama Formu**

Araştırmacı tarafından geliştirilen form, katılımcıların araştırma içerisinde incelenecek sosyodemografik özellikleri hakkında veri elde etmek amacıyla oluşturulmuş soruları içermektedir. Kişisel Veri Toplama Formu; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, meslek, sosyoekonomik düzey, evlenme biçimi, ilişki başladıktan sonra evlilik kararına dek geçen süre, ilişki başladıktan sonra evliliğe dek geçen süre, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlilik süresince bir başkasıyla ilişki yaşama ve ilişki yaşandıysa ilişkinin türüne ilişkin bilgileri içermektedir.

#### **3.3.2. İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE)**

Envanter, Kalkan (2006) tarafından bireylerin romantik ilişkilerinde rasyonel olmayan inanç ve beklentilerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. İİE, 5'li likert tipi 20 sorudan oluşmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100'dür. İİE'den elde edilen toplam puanın düşüklüğü, bireyin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının da azlığını temsil etmektedir ve tersi de geçerlidir. İİE, çaresizlik ve sevilemezlik olmak üzere iki alt boyutu içermektedir. Çaresizlik alt boyutu 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13, 18. maddelerden; Sevilemezlik alt boyutu ise 8, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 19 ve 20. maddelerden oluşmaktadır (Kalkan, 2006).

İİE'nin güvenilirliğini belirlemek amacıyla iç tutarlılık katsayısı ve test-tekrar test güvenilirliği katsayısı hesaplanmıştır. Envanterin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) .87; çaresizlik alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .78 ve sevilemezlik alt boyutu için iç tutarlılık

katsayısı .80'dir. Test tekrar test güvenilirliğini hesaplamak amacıyla üç hafta arayla 54 kişiye İİE uygulanarak, iki uygulamadan elde edilen puanlar için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu sonucu hesaplanmıştır ve hesaplanan test tekrar test güvenilirlik katsayısı .74 ( $p<.01$ )'dir. Envanterin çaresizlik alt boyutu için hesaplanan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .69 ( $p<.01$ ) ve sevilemezlik alt boyutu için hesaplanan .71 ( $p<.01$ )' dir. (Kalkan, 2006). Bu çalışma için ise İİE güvenilirlik katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır.

### 3.3.3. Çatışma Eğilimi Ölçeği (ÇEÖ)

Harary ve Batell'in (1981)'a ait 'iletişim çatışması modeli' teorik temel alınarak, Toplamalı Sıralama Tekniği'ne göre Dökmen (1986) tarafından geliştirilmiştir. Likert tipi ölçektir. Ölçeğin 10 alt boyutu bulunmaktadır. Alt boyutlar; aktif çatışma, pasif çatışma, varoluş çatışması, tümenden reddetme çatışması, önyargılı çatışma, yoğunluk çatışması, aktif önyargılı çatışma, pasif-tümenden reddetme çatışması, insancıl yaklaşım ve kişisel özelliklerdir. İlk sekiz alt boyut Harary ve Batell'in (1981) tarafından iletişim çatışması sınıflamaları kapsamında geliştirilmiştir. İnsancıl yaklaşım alt boyutu, insanlara karşı olumsuz duygular taşıyan kişilerin olumlu duygular taşıyan kişilere kıyasla daha fazla iletişim çatışmasına girecekleri varsayılarak ve kişisel özellikler alt boyutu, kişilerarası iletişim çatışmasına sebep olabilecek olumsuz kişilik özellikleri barındıran bireylerin daha fazla iletişim çatışmasına girecekleri varsayılarak sonradan Dökmen (1986) tarafından eklenmiştir. Bu 10 alt boyuta ek olarak ölçekteki tüm maddelerin toplam puanından elde edilen toplam çatışma boyutu bulunmaktadır.

ÇEÖ, 35'i pozitif, 18'i negatif olmak üzere 53 maddeden oluşmaktadır. Pozitif maddeler çatışma davranışlarını ifade ederken, negatif maddeler çatışma sayılmayan davranışları ifade etmektedir. Ölçekte yer alan negatif maddeler sırasıyla 1, 6, 11, 14, 15, 17, 18, 19, 22, 24, 27, 37, 44, 45, 46, 47, 49, 53'tür. Pozitif maddelere verilen 'tamamen aykırı' yanıtı 1 puan, 'oldukça

aykırı' yanıtına 2 puan, 'kararsızım' yanıtına 3 puan, 'oldukça uygun' yanıtına 4 puan ve 'tamamen uygun' yanıtına 5 puan verilmektedir. Negatif maddeler için bu puanlama tam tersi yönde gerçekleştirilir. Negatif maddelere verilen 'tamamen aykırı' yanıtına 5 puan, 'oldukça aykırı' yanıtına 4 puan, 'kararsızım' yanıtına 3 puan, 'oldukça uygun' yanıtına 2 puan, 'tamamen uygun' yanıtına 1 puan verilmektedir. Bu maddeler dışında kalan maddeler pozitif olarak değerlendirilmelidir.

Tablo 3

*Çatışma Eğilimi Ölçeği Alt Boyutlarının Madde Numaraları*

Alt Boyutlar	Madde Numaraları
Aktif Çatışma	2,16,17,20,21,23,28
Pasif Çatışma	3,8,10,14,15,29,30,41,47
Varoluş Çatışması	4,11,12,26,40
Tümden Reddetme	9,27,33,39,45,52
Önyargılı Çatışma	31
Yoğunluk Çatışması	6,51
Aktif Önyargılı Çatışma	5,43
Pasif-Tümden Reddetme Çatışması	7,13,35,50
İnsancıl Yaklaşım	1,19,36,37,38,46,48,53
Kişisel Özellikler	18,22,24,25,32,34,42,44,49

Dökmen (1986) ÇEÖ'nün geçerlik ve güvenilirliğini ölçmek için ölçeği Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinde okuyan 102 öğrenciye 14 gün arayla iki kez uygulamıştır. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ile hesaplanan test-tekrar-test güvenilirliğinden elde edilen deneklerin iki uygulamadan aldıkları puanlar arası korelasyon  $r = .89$  olarak hesaplanmıştır. Ölçüt-bağımlı geçerliliğinin hesaplanmasında ise Ankara

Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinde okuyan 14 öğrencinin, araştırmacılar tarafından ortaya atılan bir soruyu tartışması sağlanmıştır. Araştırmacı bu tartışma süresince pasif kalmış ve tartışmayı kaydı almıştır. Kayıt metni yazıya aktarılmış ve 8 çatışma türü açısından puanlanmıştır. Metin daha sonra psikoloji yüksek lisans düzeyinde bir başka hakeme de puanlatılmıştır. Hakem ile araştırmacının puanları arasındaki ilişki .87 düzeyinde bulunmuştur. Daha sonra bu öğrenci grubuna ÇEÖ uygulanmış ve ölçek puanları ile soru tartışmasının metninin puanlanmasından aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Sırasıyla her çatışma alt boyutuna ilişkin korelasyonlar şu şekildedir: aktif çatışma  $r = .74$ , varoluş çatışması  $r = .88$ , tümenden reddetme  $r = .73$ , önyargılı çatışma  $r = .82$ , yoğunluk çatışması  $r = .69$ , aktif önyargılı çatışma  $r = .64$ . Elde edilen bu korelasyonların istatistiksel olarak anlamlı olduğu bildirilmiştir ( $p < .01$ ). İç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) .83 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için ise ÇEÖ güvenirlik katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

### **3.3.4. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)**

Ölçek, evli bireylerin aldatma eğilimlerini ölçmek amacıyla Sosyal Mücadele Kuramı'ndan (Thibaut ve Kelley, 1959) yola çıkılarak Polat (2006) tarafından geliştirilmiştir. 5'li likert tipi 30 maddeden oluşmaktadır. 30 maddenin 18'i aldatma eğilimini ölçen pozitif maddeler, 12'si aldatma sayılmayan davranışları ölçen ve ters puanlanan negatif maddelerdir. Negatif maddeler sırasıyla 4, 9, 10, 11,14, 16, 17, 18, 20, 23, 27 ve 28 numaralı maddelerdir. Her madde için katılımcıların verdikleri yanıtlar; 'tamamen katılıyorum' 5 puan, 'katılıyorum' 4 puan, 'kararsızım' 3 puan, 'katılmıyorum' 2 puan ve 'kesinlikle katılmıyorum' 1 olarak değerlendirilmektedir. Negatif maddelerde bunun tam tersi puanlama geçerlidir. AEÖ'den alınan puanın artması aldatma eğiliminin arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin güvenirliği için Cronbach alfa ve iki yarı güvenirliği hesaplanmıştır. Cronbach alfa katsayısı .95 ve iki yarı güvenirliği .95 bulunmuştur (Polat, 2006). Bu çalışma için ise AEÖ güvenirlik katsayısı .95 olarak hesaplanmıştır.

### **3.4. Veri Toplama Süreci**

Araştırma için etik kurul izni 11.03.2021 tarihinde, 05/37 sayılı kararı ile Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Veri toplama süresince Covid-19 pandemisi kapsamında alınan önlemlerin devam etmesi sebebiyle katılımcılara yüz yüze uygulama sağlanamamış olup, Google Forms üzerinden oluşturulan ölçekler internet aracılığıyla evli bireylere ulaştırılmıştır. Veri Toplama Süreci Ağustos 2021-Şubat 2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Verilerin analizi SPSS 25.0 Nicel Veri Analizi Paket Programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde sosyodemografik değişkenler ile sırasıyla; İlişkilerde İnanç, Çatışma Eğilimi ve Aldatma Eğilimi puanları arasındaki ilişkileri incelemek adına Bağımsız Örneklem T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi Testi, Pearson Korelasyon Testi, Spearman Sıra Farkı Korelasyonu Testi, Kruskal Wallis H Analiz Testi, Mann-Whitney U Analiz Testi ve Welch ANOVA kullanılmıştır. İlişkilerde İnanç, Çatışma Eğilimi ve Aldatma Eğilimi puanları arasındaki ilişkileri incelemek adına Pearson Korelasyon Analizi testi kullanılmıştır. İlişkilerde İnanç ve Çatışma Eğilimi puanlarının Aldatma Eğilimi puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek adına Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Son olarak İlişkilerde İnanç puanlarının, Çatışma Eğilimi ve Aldatma Eğilimi puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek adına Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Analizler sırasında kullanılan alt grup karşılaştırmalarında her bir alt boyut için normallik analizlerine bakılmış olup, normal dağılım göstermeyen verilerin analizinde parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımları ile ilgili karara varmak adına; Kurtosis (basıklık) ve Skewness (çarpıklık) değerleri, Kolmogorov Smirnov Normallik Analizi testi sonuçları, histogram ve Q-Q plots grafikleri ve



varyans katsayıları dikkate alınmıştır (Büyüköztürk, 2019; Byrne, 2010; Can, 2019; Curran vd., 1996; Hair vd., 2019). Buna göre çarpıklığın +2 ile -2 ve basıklığın +7 ile -7 değerleri aralığının dışında olduğu (Byrne, 2010; Curran vd., 1996; Hair vd., 2019), Kolmogorov-Smirnov analizinde p değerinin .05'ten küçük olduğu analizlerde, Q-Q plots grafiklerine de bakılarak normal dağılım göstermediğine karar verilmiştir.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak araştırma katılımcılarının cinsiyet, yaş, eğitim, meslek, sosyoekonomik durum (SED), evlenme biçimi, tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı, aldatmaya dahil olma ve aldatma türünü kapsayan sosyodemografik özelliklerine ilişkin bulgular özetlenmiştir. Sonrasında sırasıyla İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE), Çatışma Eğilimi Ölçeği (ÇEÖ) ve Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)'nden alınan puanların sosyodemografik değişkenlerle ilişkileri verilmiştir. Daha sonra İİE, ÇEÖ ve AEÖ'den alınan puanların birbirleriyle ilişkilerini ortaya koymak amacıyla Pearson Korelasyon Analizine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. ÇEÖ'nün 10 alt boyutu ve İİE'nin 2 alt boyutu da ilişki analizine dahil edilmiştir. Devamında İİE'nden ve ÇEÖ'den alınan puanların, AEÖ'den alınan puanlar üzerinde anlamlı bir etkisi olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Çoklu Regresyon analizi bulguları gösterilmiştir. Son olarak İİE'den alınan puanların, ÇEÖ ve AEÖ'den alınan puanları yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla yapılan Regresyon Analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

#### 4.1.Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Özetlenmesi

Tablo 4

*Katılımcıların Cinsiyet, Eğitim, Meslek, SED, Evlenme Biçimi, Çocuk Sayısı, Aldatmaya Dahil Olma ve Aldatma Türüne Dair Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımına İlişkin Bulgular*

Sosyodemografik Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Erkek	39	18,1
	Kadın	177	81,9
Eğitim	İlköğretim / Ortaokul	17	7,9
	Lise	40	18,5
	Üniversite	123	56,9
	(Önlisans/Lisans)		
	Lisansüstü (Yüksek Lisans/Doktora)	36	16,7
Meslek	Ev Hanımı	38	17,6
	Sağlık Sektörü	50	23,1
	Eğitim Sektörü	39	18,1
	Finans Sektörü	16	7,4
	Teknik Meslekler	39	18,1
	Diğer Meslekler	34	15,7
SED	Alt	20	9,3
	Orta	187	86,6
	Üst	9	4,2
Evlenme Biçimi	Flört/Tanışarak	156	72,2
	Görücü usulü	60	27,8
Çocuk Sayısı	0	62	28,7
	1	72	33,3
	2	66	30,6
	3+	16	7,4
Aldatmaya Dahil Olma	Evet	15	6,9
	Hayır	201	93,1
Aldatma Türü	Aldatma yok	201	93,1
	Duygusal veya Cinsel	7	3,2
	Duygusal + Cinsel	8	3,7

Tablo 4'e göre araştırma katılımcılarının %18,1'i erkek, %81,9'u ise kadındır. Katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında %7,9'unun ilkokul/ortaokul, %18,5'inin lise, %56,9'unun üniversite, %16,7'sinin ise lisansüstü mezunu olduğu bildirilmiştir. Mesleklere ilişkin sınıflandırmaya göre katılımcıların %17,6'sı ev hanımıdır; %23,1'i sağlık sektöründe (doktor, hemşire, diyetisyen, ebe, psikolog, psikolojik danışman, aile danışmanı vb.), %18,1'i eğitim sektöründe (öğretmen, eğitimci, akademisyen vb.), %7,4'ü finans sektöründe (sigortacılık, bankacılık, yatırımcılık vb.) çalışmaktadır; %18,1'i teknik mesleklere (mühendis, tekniker, bilişimci vb.) ve %15,7'si diğer mesleklere mensuptur. Katılımcılar tarafından SED düzeylerinin %9,3'ü alt, %86,6'sı orta ve %4,2'ü üst olarak bildirilmiştir. Katılımcıların %72,2'si eşleriyle flört ederek/kendi kendilerine tanışarak evlendiğini bildirirken, %27,8'i eşleriyle görücü usulüyle tanışarak evlendiklerini bildirmiştir. Katılımcıların %28,7'sinin çocuğu bulunmamaktadır; %33,3'ünün 1, %30,6'sının 2, %7,4'ünün üç ve daha fazla çocuğu bulunmaktadır. Katılımcıların %6,9'u evliliği süresince aldatmaya dahil olmuştur. Bunların %1,4'ü duygusal, %1,9'u cinsel ve %3,7'si duygusal+cinsel birliktelikler olarak bildirilmiştir. Katılımcıların %93,1'i ise evliliği süresince aldatmaya dahil olmadıklarını bildirmiştir.

Tablo 5

*Katılımcıların Yaş, Tanışmadan Evlenmeye Dek Geçen Süre, Evlenme Yaşı ve Evlilik Süresine Dair Sosyodemografik Özelliklerine İlişkin Betimleyici İstatistikler*

Sosyodemografik Değişkenler	N	$\bar{x}$	<i>sd</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Yaş	216	36,93	10,230	22	69
Tanışmadan Evlenmeye Dek Geçen Süre	216	3,09	37,028	0,08	15
Evlenme Yaşı	216	25,60	4,233	16	46
Evlilik Süresi	216	11,12	129,631	0,08	42

*Not:* Değişkenlere ilişkin süreler yıl cinsinden belirtilmiştir.

Tablo 5'e göre katılımcıların yaş ortalaması 36,93'tür. Katılımcıların bildirdiği en küçük yaş 22, en büyük yaş ise 69'dur. Katılımcıların ortalama evlenme yaşı ise 25,60'tır.

Katılımcıların bildirdiği en küçük evlenme yaşı 16, en büyük evlenme yaşı ise 46'dır. Katılımcıların ortalama eşleriyle tanışmalarından evlenmelerine dek geçen süre, yaklaşık 3 yıldır. Katılımcıların bildirdiği en kısa eşleriyle tanışmalarından evlenmelerine dek geçen süre 1 ay (0,08 yıl), en uzun süre ise 15 yıldır. Katılımcıların ortalama evlilik süresi yaklaşık 11 yıldır. Katılımcıların bildirdiği en kısa evlilik süresi 1 ay (0,08 yıl), en uzun evlilik süresi ise 42 yıldır.

## 4.2. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

### 4.2.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6

#### *İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Erkek	39	49,51	9,38	214	2.575	.011
Kadın	177	44,58	10,33			

Katılımcıların, cinsiyete göre İİE'den aldıkları puanlar arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, erkeklerin ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E = 49,51$ ), kadınların ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_K = 44,58$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu

görülmüştür [ $t_{(214)} = 2.575, p < .05$ ]. Bu bulguya göre erkeklerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarını temsil eden İİE puanları, kadınlarınkinden daha fazladır.

#### 4.2.2. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7

##### *İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	422,058	3	140,686	1.332	.265
Gruplar İçi	22393,715	212	105,631		
Toplam	22815,773	215			

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre İİE'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, eğitim düzeylerine göre oluşturulan grupların İİE'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ilköğretim/ortaokul mezunu olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_i = 50,00$ ), lise mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_L = 45,68$ ), üniversite mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü = 45,65$ ) ve lisansüstü mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_{L2} = 43,97$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(3-212)} = 1.332, p > .05$ ].

#### 4.2.3. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8

*İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	262,058	5	52,412	.488	.785
Gruplar İçi	22553,715	210	107,399		
Toplam	22815,773	215			

Katılımcıların meslek gruplarına göre İİE'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, mesleklere göre oluşturulan grupların İİE'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ev hanımı olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_E = 45,50$ ), sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_S = 44,48$ ), eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_{E2} = 45,18$ ), finans sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_F = 45,63$ ), teknik mesleklere sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_T = 47,79$ ) ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_D = 46,06$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(5-210)} = .448, p > .05$ ].

#### 4.2.4. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9

*İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların SED'e Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	21,473	2	10,736	.100	.905
Gruplar İçi	22794,300	213	107,015		
Toplam	22815,773	215			

Katılımcıların sosyoekonomik düzeye göre İİE'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, SED'e göre oluşturulan grupların İİE'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, alt SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_A = 45,75$ ), orta SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_O = 45,64$ ) ve üst SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü = 47,22$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(2-213)} = .100, p > .05$ ].

#### 4.2.5. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10

*İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Flört/Tanışarak	156	45,42	10,01	214	-.691	.490
Görücü Usulü	60	46,50	11,06			

Katılımcıların evlenme biçimine göre, İİE'den aldıkları puanlar arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, kendileri flört



ederek/tanışarak evlenen bireylerin ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{X}_F = 45,42$ ), görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ( $\bar{X}_G = 46,50$ ) arasında anlamlı bir fark görülmemiştir [ $t_{(214)} = -.691, p > .05$ ]. Bu durumda kendi tanışarak/flört ederek evlenmiş ya da görücü usulü ile evlenmiş olmanın, ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlara sahip olma açısından farklılık göstermediği söylenebilir.

#### 4.2.6. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının sahip olunan çok sayısına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 11'de gösterilmiştir.

Tablo 11

#### *İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	sd	X <sup>2</sup>	p
Çocuk Yok	62	108,35	3	6.642	.088
1 Çocuk	72	110,92			
2 Çocuk	66	97,93			
3+ Çocuk	16	141,78			

Katılımcıların çocuk sayısına göre İİE'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, çocuk sayısına göre oluşturulan grupların İİE'den alınan puanları ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların İİE'den alınan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir [ $X^2_{(3)} = 6.642, p > .05$ ].

#### 4.2.7. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının aldatmaya dahil olmaya göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 12'de gösterilmiştir.

Tablo 12

*İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	15	51,33	6,05	214	2.208	.028
Hayır	201	45,30	10,43			

Katılımcıların evlilik süresince aldatmaya dahil olmaya göre İİE'den aldıkları puanlar arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, aldatmaya dahil olduklarını bildiren bireylerin ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E = 51,33$ ), aldatmaya dahil olmadıklarını bildiren bireylerin ilişkilerde inanç envanterinden aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_H = 43,50$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür [ $t_{(214)} = 2.208, p < .05$ ]. Bu bulgu sonucunda, aldatmaya dahil olan bireylerin olmayan bireylere kıyasla ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlara sahip olma açısından daha yüksek puanlara sahip oldukları söylenebilir.

#### 4.2.8. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların İİE'den alınan puanlarının aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 13'te gösterilmiştir.

Tablo 13

*İlişkilerde İnanç Envanteri'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	514,184	2	257,092	2.455	.088
Gruplar İçi	22301,590	213	104,702		
Toplam	22815,773	215			

Katılımcıların aldatma türüne göre İİE'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, aldatma türüne göre oluşturulan grupların İİE'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, duygusal veya cinsel olmak üzere yalnızca bir türü içeren aldatmaya dahil olanların puan ortalaması ( $\bar{x} = 52,00$ ), hem duygusal hem de cinsel olarak aldatmaya dahil olanların puan ortalaması ( $\bar{x} = 50,75$ ) ve aldatmaya dahil olmayanların puan ortalaması ( $\bar{x} = 45,30$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(2-213)} = 2.455, p > .05$ ].

#### **4.2.9. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile yaş arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ile yaş arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.03, p > .05$ ).

#### **4.2.10. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ile bireylerin eşleriyle tanışmalarından evlenmeye dek geçen süre arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve

tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında, negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = - .15, p < .05$ ).

#### **4.2.11. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ile evlenme yaşı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve evlenme yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = - .03, p > .05$ ).

#### **4.2.12. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ile evlilik süresi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = - .01, p > .05$ ).

### **4.3. İletişim Çatışmalarının Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi**

#### **4.3.1. İletişim çatışmaları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 14'te gösterilmiştir.

Tablo 14

*Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Erkek	39	150,56	16,77	71,86	.823	.413
Kadın	177	147,95	22,55			

Not: Levene's Test sonucu gruplar arası varyansların eşit olmadığına ulaşılmıştır. SPSS test ekranında bulunan 'Equal variances not assumed' satırı dikkate alınmıştır. ( $p=0,04$ ,  $p<0,05$ ).

Katılımcıların cinsiyete göre, çatışma eğilimi ölçeği puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, erkeklerin ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E=150,56$ ), kadınların ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_K=147,95$ ) arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür [ $t_{(71,86)}=.823$ ,  $p>.05$ ]. Bu bulgu, bireylerin çatışma eğilimlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermektedir.

#### 4.3.2. İletişim çatışmaları eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Testin varsayımlarını gerçekleştirmek için yapılan Levene test sonucunda varyansların homojen olmadığı anlaşılmıştır ( $p=.004$ ,  $p<.05$ ). Katılımcıların eğitim düzeylerine göre ÇEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, eğitim düzeylerine göre oluşturulan grupların ÇEÖ'den alınan puan ortalamaları Welch ANOVA testi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ilköğretim/ortaokul mezunu olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_i=140,12$ ), lise mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_L=148,78$ ), üniversite mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü=149,46$ ) ve lisansüstü mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_{L2}=148,42$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [Welch  $F_{(3-58,965)}=2.167$ ,  $p>.05$ ].

#### 4.3.3. İletişim çatışmaları meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15

#### *Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Meslek Gruplarına Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	3543,358	5	708,672	1.536	.180
Gruplar İçi	96901,304	210	461,435		
Toplam	100444,662	215			

Katılımcıların meslek gruplarına göre ÇEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, mesleklere göre oluşturulan grupların ÇEÖ'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ev hanımı olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_E = 149,68$ ), sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_S = 142,80$ ), eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_{E2} = 150,44$ ), finans sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_F = 142,25$ ), teknik mesleklere sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_T = 153,64$ ) ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_D = 149,88$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(5-210)} = 1.536, p > .05$ ].

#### 4.3.4. İletişim çatışmaları sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının SED düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Testin varsayımlarını gerçekleştirmek için yapılan Levene test sonucunda varyansların homojen olmadığı anlaşılmıştır ( $p = .016, p < .05$ ). Katılımcıların eğitim düzeylerine göre ÇEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, eğitim düzeylerine göre

oluşturulan grupların ÇEÖ'den alınan puan ortalamaları Welch ANOVA testi ile karşılaştırılmış, test sonunda, alt SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_A = 159,05$ ), orta SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_O = 147,95$ ) ve üst SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü = 134,56$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [Welch  $F_{(2-17,047)} = 5.365, p < .05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu belirlemek için yapılan post hoc analizi sonucu, anlamlı farkın alt SED ve orta SED'e sahip bireylerin çatışma eğilimleri arasında olduğu görülmüştür. Buna göre alt SED'e sahip bireylerin çatışma eğilimi puanları, orta SED'e sahip bireylere kıyasla daha yüksektir.

#### 4.3.5. İletişim çatışmaları evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16

*Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Flört/Tanışarak	156	148,71	21,26	214	.318	.751
Görücü Usulü	60	147,67	22,66			

Katılımcıların evlenme biçimine göre, çatışma eğilimi ölçeğinden alınan puanları arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, kendileri flört ederek/tanışarak evlenen bireylerin ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_F = 148,71$ ), görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_G = 147,67$ ) arasında anlamlı bir fark görülmemiştir [ $t_{(214)} = .318, p > .05$ ]. Bu durumda kendi tanışarak/flört ederek evlenmiş ya da görücü usulü ile evlenmiş olmak, bireylerin çatışmaya eğilimleri açısından farklılık göstermemektedir.

#### 4.3.6. İletişim çatışmaları sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 17'de gösterilmiştir.

Tablo 17

##### *Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	4208,116	3	1402,705	3.090	.028
Gruplar İçi	96236,546	212	453,946		
Toplam	100444,662	215			

Katılımcıların sosyoekonomik düzeye göre ÇEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, çocuk sayısına göre oluşturulan grupların ÇEÖ'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, çocuğu olmayanların puan ortalaması ( $\bar{x}_0 = 149,56$ ), 1 çocuğa sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_1 = 151,10$ ), 2 çocuğa sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_2 = 142,35$ ) ve 3 ve daha fazla çocuğa sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_{3+} = 157,00$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $F_{(3-212)} = 3.090, p < .05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu belirlemek için yapılan post hoc analizi sonucu, anlamlı farkın 1 çocuğa sahip olan bireylerin çatışma eğilimi ölçeği puan ortalamaları ile 2 çocuğa sahip olan bireylerin çatışma eğilimi ölçeği puan ortalamaları arasında ve 2 çocuğa sahip olan bireylerin çatışma eğilimi ölçeği puan ortalamaları ile 3 ve daha fazla çocuğa sahip olan bireylerin çatışma eğilimi ölçeği puan ortalamaları arasında olduğu görülmüştür. Buna göre 1 çocuğa sahip bireylerin çatışma eğilimi, 2 çocuğa sahip bireylerden daha fazla ve 2 çocuğa sahip bireylerin çatışma eğilimi, 3 ve daha fazla çocuğa sahip bireylerden daha azdır.



#### 4.3.7. İletişim çatışmaları aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının aldatmaya dahil olmaya göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 18'de gösterilmiştir.

Tablo 18

##### *Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	15	163,53	13,18	20,185	4.350	.000
Hayır	201	147,29	21,71			

*Not:* Levene's Test sonucu gruplar arası varyansların eşit olmadığını anlaşılması üzerine SPSS test ekranında bulunan 'Equal variances not assumed' satırı dikkate alınmıştır ( $p = .025, p < .05$ ).

Katılımcıların evlilik süresince aldatmaya dahil olmaya göre, çatışma eğilimi puanları arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, aldatmaya dahil olduklarını bildiren bireylerin ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E = 163,53$ ), aldatmaya dahil olmadıklarını bildiren bireylerin ÇEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_H = 147,29$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür [ $t_{(20,185)} = 4.350, p < .05$ ]. Bu bulguya göre aldatmaya dahil olan bireylerin, aldatmaya dahil olmayan bireylere kıyasla çatışma eğilimlerinin daha fazla olduğu söylenebilir.

#### 4.3.8. İletişim çatışmaları aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanlarının aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 19'de gösterilmiştir.

Tablo 19

*Çatışma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	sd	X <sup>2</sup>	p	Anlamlı Fark
Aldatma yok (1)	201	104,82	2	10.181	.006	1-2 1-3
Duygusal veya Cinsel (2)	7	164,43				
Duygusal + Cinsel (3)	8	152,00				

Katılımcıların aldatma türüne göre ÇEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, aldatma türüne göre oluşturulan grupların ÇEÖ'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların ÇEÖ'den alınan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $X^2_{(2)}=10.181, p<.05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu belirlemek için gruplar Mann-Whitney U testi ile kıyaslanmıştır.

Grup karşılaştırmaları sonucunda, aldatmaya dahil olmayan bireylerin ÇEÖ puanlarının, duygusal veya cinsel olmak üzere yalnızca bir türü içeren aldatmaya dahil olanların ve hem duygusal hem de cinsel olarak aldatmaya dahil olanların ÇEÖ puanlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Aldatmaya dahil olmayan bireylerin çatışma eğilimi puanları her iki şekilde de aldatmaya dahil olanlara kıyasla daha düşük bulunmuştur. Duygusal veya cinsel olmak üzere yalnızca bir türü içeren aldatmaya dahil olmak ile hem duygusal hem de cinsel olarak aldatmaya dahil olmak arasında çatışma eğilimi puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu bulgu dahil olma türü fark etmeksizin aldatmaya dahil olanların, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha yüksek çatışmaya eğilimleri olduğunu ortaya koymuştur.

#### **4.3.9. İletişim çatışmaları ile yaş arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ile yaş arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çatışma eğilimi ve yaş arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = -.15, p < .05$ ).

#### **4.3.10. İletişim çatışmaları ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ile bireylerin eşleriyle tanışmalardan evlenmeye dek geçen süre arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çatışma eğilimleri ve tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.07, p > .05$ ).

#### **4.3.11. İletişim çatışmaları ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ile evlenme yaşı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çatışma eğilimi ve evlenme yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.00, p > .05$ ).

#### **4.3.12. İletişim çatışmaları ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ile evlilik süresi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, çatışma eğilimi ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.12, p > .05$ ).

### **4.4. Aldatma Eğiliminin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi**

#### **4.4.1. Aldatma eğilimi cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 20'de gösterilmiştir.

Tablo 20

*Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Erkek	39	66,38	31,22	44,016	4.038	.000
Kadın	177	45,43	18,453			

Not: Levene's Test sonucu gruplar arası varyansların eşit olmadığını anlaşılması üzerine SPSS test ekranında bulunan 'Equal variances not assumed' satırı dikkate alınmıştır ( $p = .000, p < .05$ ).

Katılımcıların cinsiyete göre, aldatma eğilimi puanları arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, erkeklerin AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E = 66,38$ ), kadınların AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_K = 45,43$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür [ $t_{(44,016)} = 4.038, p < .05$ ]. Bu bulguya göre, erkeklerin aldatma eğilimi, kadınlara kıyasla daha fazladır.

#### 4.4.2. Aldatma eğilimi eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 21'de gösterilmiştir.

Tablo 21

*Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi*

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar Arası	505,112	3	168,371	.323	.809
Gruplar İçi	110515,091	212	521,298		
Toplam	111020,204	215			

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre AEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, eğitim düzeylerine göre oluşturulan grupların AEÖ'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ilköğretim/ortaokul mezunu olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_i = 50,47$ ), lise mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_L = 47,95$ ), üniversite mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü = 48,53$ ) ve lisansüstü mezunlarının puan ortalaması ( $\bar{x}_{L2} = 52,36$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [ $F_{(3-212)} = .323, p > .05$ ].

#### 4.4.3. Aldatma eğilimi meslek gruplarına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi testi uygulanmıştır. Testin varsayımlarını gerçekleştirmek için yapılan Levene test sonucunda varyansların homojen olmadığı anlaşılmıştır ( $p = .000, p < .05$ ). Katılımcıların meslek gruplarına göre AEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, meslek gruplarına göre oluşturulan grupların, AEÖ'den alınan puan ortalamaları Welch ANOVA testi ile karşılaştırılmış, test sonunda, ev hanımı olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_E = 40,71$ ), sağlık sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_S = 48,52$ ), eğitim sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_{E2} = 50,95$ ), finans sektöründe çalışanların puan ortalaması ( $\bar{x}_F = 54,44$ ), teknik mesleklere sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_T = 56,38$ ) ve diğer meslek gruplarına dair olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_D = 47,06$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $\text{Welch } F_{(5-78,160)} = 3.400, p < .05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu belirlemek için yapılan post hoc analizi sonucu, anlamlı farkın teknik meslekler gruplarına dahil olan bireyler ve ev hanımı olan bireylerin aldatma eğilimleri arasında olduğu görülmüştür. Buna göre teknik mesleklere sahip bireylerin aldatma eğilimi puanları, ev hanımı olan bireylere kıyasla daha yüksektir.

#### 4.4.4. Aldatma eğilimi sosyoekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının SED düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Testin varsayımlarını gerçekleştirmek için yapılan Levene test sonucunda varyansların homojen olmadığı anlaşılmıştır ( $p=.019, p<.05$ ). Katılımcıların eğitim düzeylerine göre AEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, eğitim düzeylerine göre oluşturulan grupların AEÖ'den alınan puan ortalamaları Welch ANOVA testi ile karşılaştırılmış, test sonunda, alt SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_A = 48,90$ ), orta SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_O = 48,41$ ) ve üst SED'e sahip olanların puan ortalaması ( $\bar{x}_Ü = 66,67$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. [ $F_{(2-15,977)} = 1.211, p >.05$ ].

#### 4.4.5. Aldatma eğilimi evlenme biçimine göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 22'de gösterilmiştir.

Tablo 22

#### *Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Evlenme Biçimine Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Flört/Tanışarak	156	50,37	24,43	214	1.210	.228
Görücü Usulü	60	46,20	17,32			

Evlenme biçiminin, aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, kendileri flört ederek/tanışarak evlenen bireylerin AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_F = 50,37$ ), görücü usulü tanışarak evlenen bireylerin AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_G = 46,20$ ) arasında anlamlı bir fark

görülmemiştir [ $t_{(214)} = 1.210$   $p > .05$ ]. Bu bulguya göre flört ederek ya da görücü usulü ile tanışmış olmak aldatma puanları açısından farklılık göstermemektedir.

#### 4.4.6. Aldatma eğilimi sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının sahip olunan çocuk sayısına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskall Wallis H testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 23'te gösterilmiştir.

Tablo 23

*Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	sd	X <sup>2</sup>	p
Çocuk yok	62	115,55	3	7.172	.067
1 Çocuk	72	100,11			
2 Çocuk	66	102,95			
3+ Çocuk	16	141,81			

Katılımcıların sahip olunan çocuk sayısına göre AEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, sahip olunan çocuk sayısına göre oluşturulan grupların AEÖ'den alınan puanlar ilişkisiz örneklem için Kruskall Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların AEÖ'den alınan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir [ $X^2_{(3)}=7.172$ ,  $p > .05$ ].

#### 4.4.7. Aldatma eğilimi aldatmaya dahil olmaya göre farklılık göstermekte midir?

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının aldatmaya dahil olmaya göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 24'te gösterilmiştir.

Tablo 24

*Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatmaya Dahil Olmaya Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Evet	15	98,53	26,99	14,896	7.487	.000
Hayır	201	45,53	17,55			

Not: Levene's Test sonucu gruplar arası varyansların eşit olmadığına ulaşılmıştır üzerine SPSS test ekranında bulunan 'Equal variances not assumed' satırı dikkate alınmıştır ( $p = .007, p < .05$ ).

Katılımcıların evlilik süresince aldatmaya dahil olmaya göre, aldatma eğilimi puanları arasında fark olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, aldatmaya dahil olduklarını bildiren bireylerin AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ile ( $\bar{x}_E = 98,53$ ), aldatmaya dahil olmadıklarını bildiren bireylerin AEÖ'den aldıkları puan ortalaması ( $\bar{x}_H = 45,53$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür [ $t_{(14,898)} = 7.487, p < .05$ ]. Bu bulgu, aldatmaya dahil olanların, olmayanlara kıyasla aldatma eğilimlerinin daha fazla olduğunu göstermektedir.

**4.4.8. Aldatma eğilimi aldatma türüne göre farklılık göstermekte midir?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanlarının aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskal Wallis H testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 25'te gösterilmiştir.

Tablo 25

*Aldatma Eğilimi Ölçeği'nden Alınan Puanların Aldatma Türüne Göre İncelenmesi*

Gruplar	N	Sıra Ortalaması	sd	$X^2$	p	Anlamlı Fark
Aldatma Yok (1)	201	101,83	2	33.243	.000	1-2 1-3
Duygusal veya Cinsel (2)	7	190,93				
Duygusal + Cinsel (3)	8	204,00				



Katılımcıların aldatma türüne göre AEÖ'den alınan puanları arasında anlamlı fark olup olmadığını sınamak amacıyla, aldatma türüne göre oluşturulan grupların AEÖ'den alınan puan ortalamaları ilişkisiz örneklem için Kruskal Wallis H ile karşılaştırılmış, test sonunda, grupların AEÖ'den alınan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $X^2_{(2)}=33.243, p<.05$ ]. Farkın hangi gruplar arasında anlamlı olduğunu belirlemek için gruplar Mann-Whitney U testi ile kıyaslanmıştır.

Grup karşılaştırmaları sonucunda, aldatmaya dahil olmayan bireylerin AEÖ puanlarının, duygusal veya cinsel olmak üzere yalnızca bir türü içeren aldatmaya dahil olanların ve hem duygusal hem de cinsel olarak aldatmaya dahil olanların AEÖ puanlarından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Aldatmaya dahil olmayan bireylerin aldatma eğilimi puanları her iki şekilde de aldatmaya dahil olanlara kıyasla daha düşük bulunmuştur. Duygusal veya cinsel olmak üzere yalnızca bir türü içeren aldatmaya dahil olmak ile hem duygusal hem de cinsel olarak aldatmaya dahil olmak arasında aldatma eğilimi puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu bulgu dahil olma türü fark etmeksizin aldatmaya dahil olanların, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha yüksek aldatma eğilimleri olduğunu ortaya koymuştur.

#### **4.4.9. Aldatma eğilimi ile yaş arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanları ile yaş arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, aldatma eğilimi ve evlenme yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.04, p > .05$ ).

#### **4.4.10. Aldatma eğilimi ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanları ile bireylerin eşleriyle tanışmalardan evlenmeye dek geçen süre arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra

Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, aldatma eğilimleri ve tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.02, p > .05$ ).

#### **4.4.11. Aldatma eğilimi ile evlenme yaşı arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanları ile evlenme yaşı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, aldatma eğilimi ve evlenme yaşı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.03, p > .05$ ).

#### **4.4.12. Aldatma eğilimi ile evlilik süresi arasında bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların AEÖ'den alınan puanları ile evlilik süresi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyonu Testi sonucunda, aldatma eğilimi ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $r = -.02, p > .05$ ).

### **4.5. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar ile İletişim Çatışması Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**

#### **4.5.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve alt boyutları ile iletişim çatışması eğilimi ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile ÇEÖ'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 26'da gösterilmiştir.

Tablo 26

*İlişkilerde İnanç Envanterinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Çatışma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	İİE Toplam	İİE Sevilemezlik	İİE Çaresizlik
ÇEÖ Toplam	.287**	.233**	.271**
ÇEÖ Aktif	.203**	.172*	.186**
ÇEÖ Pasif	.225**	.180**	.216**
ÇEÖ Varoluş	.212**	.123	.243**
ÇEÖ Yoğunluk	.110	.161*	.044
ÇEÖ Aktif Önyargılı	.211**	.178**	.195**
ÇEÖ Pasif Tümünden Reddetme	.279**	.199**	.289**
ÇEÖ Kişisel Özellikler	.218**	.223**	.168*

Not: \*\*: Korelasyon  $p < .01$ , seviyesinde anlamlıdır.

\*: Korelasyon  $p < .05$  seviyesinde anlamlıdır.

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile ÇEÖ'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Testi sonucunda, romantik ilişkilere yönelik rasyonel inançlara sahip olma ile çatışma eğilimi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = .287$ ,  $p < .01$ ). ÇEÖ alt boyutları olan Tümünden Reddetme Çatışması, Önyargılı Çatışma ve İnsancıl Yaklaşım İİE ve alt boyutlarının hiçbiri ile anlamlı ilişki göstermediğinden raporlanmamıştır.

#### **4.6. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**

##### **4.6.1. Romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ve alt boyutları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile AEÖ'den alınan puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 27'de gösterilmiştir.

Tablo 27

*İlişkilerde İnanç Envanterinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	İEE Toplam	İEE Sevilemezlik
AEO Toplam	.150*	.155*

Not: \*: Korelasyon  $p < .05$  seviyesinde anlamlıdır.

Katılımcıların İİE'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile AEÖ'den alınan puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Testi sonucunda, romantik ilişkilere yönelik rasyonel inançlara sahip olma ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = .150, p < .05$ ). İEE Çaresizlik alt boyutu ile AEÖ'den alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığından tablolandırılmamıştır ( $r = .114, p > .05$ ).

#### **4.7. İletişim Çatışması Eğilimi ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**

##### **4.7.1. İletişim çatışması eğilimi ve alt boyutları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?**

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile AEÖ'den alınan puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 28'de gösterilmiştir.

Tablo 28

*Çatışma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar ve Alt Boyut Puanları ile Aldatma Eğilimi Ölçeğinden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	ÇEÖ Toplam	ÇEÖ Aktif	ÇEÖ Tümden Reddetme	ÇEÖ Yoğunluk	ÇEÖ Aktif Önyargılı
AEÖ Toplam	.215**	.221**	.141*	.135*	.148*

Not: \*\*: Korelasyon  $p < .01$ , seviyesinde anlamlıdır.

\*: Korelasyon  $p < .05$  seviyesinde anlamlıdır.

Katılımcıların ÇEÖ'den alınan puanları ve alt boyutlarına ait puanları ile AEÖ'den alınan puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon Testi sonucunda çatışma eğilimi ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = .215, p < .01$ ). ÇEÖ alt boyutları olan Pasif Çatışma, Varoluş Çatışması, Önyargılı Çatışma, Pasif Tümden Reddetme, İnsancıl Yaklaşım ve Kişisel Özellikler AEÖ'den alınan puanlar ile anlamlı ilişki göstermediğinden raporlanmamıştır.

#### **4.8. Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların ve Çatışma Eğiliminin, Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi**

Aldatma eğilimi üzerinde etkisi olduğu düşünülen romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ve çatışma eğilimi değişkenlerinin, aldatma eğilimini ne şekilde yordadığını ortaya koymak amacıyla yapılan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonucunda, romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ve çatışma eğilimi birlikte, aldatma eğilimi ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ( $R = .234, R^2 = .055$ ) sergilemişlerdir ( $F_{(2-213)} = 6.181, p < .05$ ). Söz konusu iki değişken birlikte aldatma eğiliminin %5'ini açıklamaktadır. Standartlaştırılmış, regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin, aldatma eğilimi üzerinde görece önem sırası romantik ilişkilere yönelik rasyonel inançlar ( $\beta = .096$ ) ve çatışma eğilimi ( $\beta = .188$ ) şeklindedir. Regresyon katsayısının anlamlılık testleri göz önüne alındığında, yordayıcı

değişkenlerden yalnızca çatışma eğiliminin ( $p<.05$ ), aldatma eğilimi üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu görülmüştür. Yordayıcı değişkenlerle aldatma eğilimi arasındaki ilişkilere bakıldığında, romantik inançlara yönelik rasyonel olmayan inançlar ile ( $r=.160$ ), [diğer yordayıcı değişkenin etkisi kontrol edildiğinde ( $r=.094$ )], çatışma eğilimi ile ( $r=.215$ ) [diğer yordayıcı değişkenin etkisi kontrol edildiğinde ( $r=.182$ )] düzeyinde korelasyon gözlenmektedir. Regresyon analizi sonuçlarına göre aldatma eğilimini yordayan regresyon denklemi şu şekildedir:

$$AEÖ \text{ Puan} = (0,212 \times \text{İEEPuan}) + (0,197 \times \text{ÇEÖPuan}) + 10,216$$

#### **4.9. Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların, Çatışma Eğilimi ve Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi**

##### **4.9.1. Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların çatışma eğilimi üzerinde anlamlı bir belirleyici etkisi var mıdır?**

Bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların göstergesi olan İEE puanının, bireylerde çatışma eğiliminin göstergesi olan ÇEÖ puanlarını ne şekilde yordadığını ortaya koymak amacıyla yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda, romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ile çatışma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiş ( $R=.287$ ,  $R^2=.082$ ), romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların, çatışma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür ( $F_{(1-214)} = 19.153$ ,  $p<.05$ ). Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar, çatışma eğilimi puanlarındaki değişimin %8'ini açıklamaktadır. Regresyon denkleminde esas yordayıcı değişkenin katsayısının ( $B= 0,601$ ), anlamlılık testi de romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir ( $p<.05$ ). Regresyon analizine göre, çatışma eğilimini yordayan regresyon denklemi şu şekildedir:  $\text{ÇEÖPuan} = (0,601 \times \text{İEEPuan}) + 120,928$

#### 4.9.2. Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların aldatma eğilimi üzerinde anlamlı bir belirleyici etkisi var mıdır?

Bireylerde romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların göstergesi olan İEE puanının, bireylerde aldatma eğiliminin göstergesi olan AEÖ puanlarını ne şekilde yordadığını ortaya koymak amacıyla yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda, romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiş ( $R=0.150$ ,  $R^2=0.022$ ), romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların, aldatma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür ( $F_{(1-214)} = 4.921$ ,  $p<.05$ ). Romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar, aldatma eğilimi puanlarındaki değişimin %2'ini açıklamaktadır. Regresyon denkleminde esas yordayıcı değişkenin katsayısının ( $B= 0,331$ ), anlamlılık testi de romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançların anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir ( $p<.05$ ). Regresyon analizine göre, aldatma eğilimini yordayan regresyon denklemi şu şekildedir:  $AEÖPuan = (0,331 \times İEEPuan) + 34,093$ .

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde ilk olarak araştırma bulgularına ilişkin tartışmaya, sonrasında bulguların özetlenmesi ve yorumlanmasına, son olarak uygulayıcılara ve araştırmacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Tartışma

##### 5.1.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inanca sahip olduğu bulunmuştur. Literatürde bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlara sahip olduğu ve erkeklerin inançlarının değişime daha dirençli olduğu, evlilikle ilgili mitlere daha fazla inanıyor oldukları bildirilmiştir (Sharp ve Gagnon, 2000; Larson, 1988). Hamamcı (2005), ilişkiye yönelik inançlar ve çatışma eğilimi arasındaki ilişkiyi erkeklerde daha yüksek bildirmiştir. Literatürde bu araştırmanın bulgusuyla çelişen bulgulara da rastlamak mümkündür. Kadınların erkeklerden daha fazla otomatik düşüncelere sahip oldukları ve daha fazla olumsuz yüklemeler yaptıkları bildirilmiştir (Sönmez, 2012; Tutarel Kışlak, 1997). Bu çalışmada ise erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla rasyonel olmayan ilişki inançlarına sahip olmasının, toplumsal olarak kadınların evlilik yaşantısına ve evlilik yaşantısının gerçekliğine daha fazla hazırlanıyor olmaları; erkeklerin ise evliliği idealize etmeleri ve daha fazla iyimser inanç ve beklentilere sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.



Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda kadın ve erkeklerin, çatışma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde kadınların ve erkeklerin iletişim kurma biçimlerinin birbirinden farklı olduğu, çatışmalarda kadınların erkeklere kıyasla duygusal sorunları tartışmaya yatkın oldukları; erkeklerin ise tartışmaktan kaçınma ve problem çözümü önermeye yatkın oldukları bildirilmiştir (Basow ve Rubenfeld, 2003; Yılmaz vd., 2018). Bu çalışmada cinsiyetler arasında fark bulunamamasının sebebinin cinsiyeti temsil eden katılımcıların eşit dağılım göstermemesi, çoğunlukla kadın popülasyonun temsil ediliyor olması olduğu düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda katılımcıların cinsiyet dağılımlarının eşitlenmesinin ve ilişkinin, çatışma eğilimini ölçen farklı ölçeklerle de yeniden incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda kadın ve erkeklerin, aldatma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bu bulguya göre erkeklerin aldatma eğilimleri, kadınlara kıyasla daha yüksektir. Bu bulgu literatürle uyumludur. Spanier ve Margolis (1983), Buss ve Schmitt (1993), Choi vd. (1994), Traeen ve Stigum (1998) ve Traeen vd. (2007)'nin gerçekleştirdiği çalışmalarda erkeklerin evlilik süresince aldatmaya dahil olma oranlarının kadınlara kıyasla daha fazla olduğu bildirilmiştir.

Bu çalışmada erkeklerin kadınlara kıyasla aldatma eğilimlerinin daha yüksek olmasının sebebine çok yönlü bakılması gerekmektedir. Toplumsal cinsiyet açısından bakıldığında erkeklerin cinsel ve duygusal katılımı birbirinden ayrı değerlendiriyor olmaları (Allen ve Atkins, 2005), kültürün erkeklere sınır ve yasak koymaması (Symons, 1979), daha fazla tolere edilmesi ve teşvik etmesi (Atkins vd., 2001; Bell vd., 1975; Buunk, 1980; Traeen vd., 2007) aldatma eğilimlerinin daha yüksek çıkmasına yol açmış olabilir. Evrimsel açıdan bakıldığında seçim kadınların evlilik dışı cinsel ilişkiye girmelerini desteklemez çünkü kadın, bir erkeğin

yatırımı ve koruması olmadan hamile kalma ve çocuk yetiştirme riskini almış olur (Buss, 2006; Buss vd., 1999). Erkekler bunun tam tersi olarak kısa vadeli çiftleşme yoluyla, üreme açısından kadınlara kıyasla daha fazla fayda sağlayan bir evrimsel kökene sahiptir (Buss ve Schmitt, 1993). Seçilim temel bir cinsiyet farklılığı yaratmıştır ve erkekler kadınlara kıyasla aldatmayı çok daha kolay gerçekleştirirler (Buss vd., 1999; Glass ve Wright, 1985). Sonuç olarak erkeklerin bir partnere duygusal olarak bağlanma olasılıkları kadınlara kıyasla oldukça düşüktür. Dolayısıyla günümüzde cinsiyetler arasında ortaya çıkan bu fark koşullar değişse de seçilimin etkisini sürdürdüğünü ifade ediyor olabilir. Günümüzde en yeni bulgular genetik bilimi tarafından ortaya konulmuştur. Araştırmalara göre belirli genlerde meydana gelen polimorfizmlere sahip olan erkeklerde bağlanma, evlilik sorunları, cinsel açıdan riskli davranışlar, aldatmaya daha fazla dahil olma gibi sonuçlar görülmektedir (Walum vd., 2008; Garver-Apgar vd., 2006; Garcia vd., 2010). Genetik bilimi tarafından ortaya konulan bu bulgular erkeklerin aldatma eğilimlerinin nedenleri üzerinde yapılan araştırmalara çığır açan yeni bir soluk getirmiştir. Gelecekte genetik ve psikoloji biliminin disiplinler arası çalışmalarıyla aldatmayı öngören bilgilere sahip olmak mümkün olabilir.

Literatürde aldatma eğiliminin, cinsiyete göre incelendiği araştırmalarda çelişen bulgulara rastlamak mümkündür. Literatürde çoğunlukla erkeklerin evlilik dışı ilişki bildirdiğine dair bulgu olsa da araştırmacılar erkekler ve kadınlar arasında görülen bu farklılığın, genç örneklerde gün geçtikte azaldığını bildirmektedir (Allen ve Atkins, 2005; Atkins vd., 2001; Atwater, 1979; Laumann vd., 1994; Traeen ve Stigum, 1998; Oliver ve Hyde, 1993, Prins vd., 1993; Wiederman, 1997). Cinsiyetler arası farkın azalmasının sebebi olarak, 1980 yılından bu yana toplumsal yapıda meydana gelen değişikliklerle, kadınların iş gücünde artan yüzdesi gösterilmektedir (England ve Brownie, 1992). Çalışmak kadınlar için finansal kaynaklara erişimi özgür kıldığından, cinselliklerini ifade etme biçimlerinde radikal değişimlerin meydana gelmesi ve sadakatsizlik oranlarında artış gerçekleşmesi beklenen bir

sonuçtur (Drigotas ve Barta, 2001; Greeley, 1994; Loewenstein, 1978). Buna ek olarak günümüzde gelişen doğum kontrol yöntemleri kadınların gebelik korkusu olmadan cinselliklerini yaşamalarını mümkün kılarak, sosyal kontrolün kısıtlayıcılığını ortadan kaldırmıştır (Traeen ve Stigum, 1998; Oliver ve Hyde, 1993). Son olarak günümüzde kadınlar evlilik dışı ilişkilerini inkâr etmiyor olabilirler ve aslında gerçek bir artış meydana gelmemiş olabilir (Drigotas ve Barta, 2001).

Bu çalışmada ise kadınların aldatma eğilimlerinin, erkeklerden daha düşük olmasının sebebi olarak; Türk toplumunda kadınların cinsel hayatı üzerinde sosyal kısıtlayıcılığının devam ediyor olması, kadınların bu tür girişimlerde bulunmak için kendilerini erkeklere kıyasla daha fazla engellenmiş hissediyor olmaları fakat buna karşın erkeklerin teşvik ediliyor olması (Atkins vd., 2001; Bell vd., 1975; Buunk, 1980; Traeen vd., 2007), geleneksel normların kadınları cinselliklerinin yalnızca erkek ihtiyacını karşılamaya yönelik olduğu algısıyla şekillendirmesi (Symons, 1979), kadınların dini açıdan daha fazla suçluluk yaşıyor olmaları (Athanasίου vd., 1970'dan akt. Glass ve Wright, 1977, Oliver ve Hyde, 1993) ve kadınların cinselliklerinin namus kavramıyla açıklanıyor olması (Öğüt, 2019), kadınların bu eylemin sonucunda gelişebilecek yaptırımlardan (şiddet, finansal destek kaybı, dışlanma, etiketlenme) korkuyor olmaları (Buss, 2006, Atwater, 1979; Balswick ve Avertt, 1977) ve kadınların cinselliklerini duygusallaştırarak bir bütün olarak algılıyor olmaları (Traeen ve Stigum, 1998; Traeen vd., 2007) gösterilebilir.

### **5.1.2. Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda eğitim düzeylerinin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde ilişkiye dair bilişsel çarpıtmaların

eğitim düzeyi açısından farklılaştığını ortaya koyan araştırmalar mevcuttur (Dönmez ve Tunç, 2019; Hamamcı, 2005). Bulgular eğitim düzeyi yükseldikçe ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançların da azaldığını ortaya koymaktadır (Sönmez, 2012; Yalçın Koçkan, 2015). Bu çalışmada eğitim düzeyleri arasında farklılık bulunamamasının sebebi her düzeyi temsil eden eşit sayıda katılımcının olmaması olabilir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda eğitim düzeylerinin çatışma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Her eğitim düzeyinin bireyler için birbirinden farklı iletişim kurma ve problem çözme becerileri kazandırdığı, dolayısıyla eğitim düzeyi arttıa iletişim donanımlarının da artacağı düşünülmektedir. Literatürde iletişim becerileri ve problem çözme becerilerindeki eksikliklerin evlilik ilişkisinde ortaya çıkan problemlerin kaynağı olduğu belirtilmiştir (Akgün ve Uluocak, 2010). Bu çalışmada eğitim düzeyleri arasında farklılık bulunamamasının sebebi olarak her düzeyi temsil eden eşit ve yeterli sayıda katılımcının olmayışı olduğu düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda eğitim düzeylerinin aldatma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Aldatma ile eğitim arasındaki ilişki diğer faktörlerden etkilenebilir olması sebebiyle literatürde çelişen bulgulara rastlamak mümkündür (Allen vd., 2005). Literatürde bu araştırmanın bulgusunu destekleyen alışma Traeen vd. (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir ve farklı eğitim düzeylerine sahip katılımcılar arasında evlilik dışı cinsel ilişki raporlamasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulguların sebebi; gerçekten eğitim düzeylerinin aldatma eğilimi açısından farklılık göstermiyor olması olabileceği gibi farklı değişkenlerin (cinsiyet vb.) bu ilişkiyi etkilemesi de olabilir. Çoğunlukla erkekler katılımcılarla gerçekleştirilen çalışmalarda lise düzeyinden daha düşük eğitim düzeyine sahip bireylerin daha yüksek evlilik dışı ilişki

bildirdikleri görülmüş (Choi vd., 1994; Whisman ve Snyder, 2007) ve kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada eğitim düzeyi düşük kadınların, aldatmaya karşı duran bir tutum geliştirmediklerini bildirilmiştir (Grossbard, 1980). Literatürde yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin aldatmayı daha fazla onayladıklarına ve daha fazla evlilik dışı ilişki bildirdiklerine dair bulgular da bulunmaktadır (Amato ve Rogers, 1997; Buunk, 1980; Traeen ve Stigum, 1998; Weis ve Jurich, 1985). Bu çalışmada eğitim düzeyine dair veriler cinsiyete göre ayrı ayrı ele alınmamıştır fakat örneklemin çoğunluğunu kadınların oluşturduğu göz önüne alınırsa, bu durum eğitim düzeylerindeki farkın ortaya çıkmamasının olası bir nedeni olarak değerlendirilebilir. Gelecek çalışmalarda katılımcıların cinsiyete göre eşit şekilde dağılmasının eğitim düzeyi sonuçlarını daha doğru yansıtacağı düşünülmektedir.

### **5.1.3. Meslek Grupları Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda meslek gruplarının romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde bu iki değişkene dair yapılmış incelemeye rastlanmamıştır. Bu çalışmada meslek değişkeninin inançlarla ilişkisine bakılmak istenmesinin sebebi farklı temel inançlara sahip olmanın farklı meslek seçimlerine yol açabileceğinin düşünülmesidir. Sevilemezlik temel inancına sahip bireylerin telafi etmek amacıyla insanlarla temas halinde olacakları yalnız kalmayacakları, sevilecekleri, değerli hissedecekleri meslekleri tercih etmeleri (eğitim sektörü, sağlık sektörü); çaresizlikle ilgili temel inanca sahip bireylerin bir şeyleri yapabilmekle ilgili endişeleri sebebiyle çalışmayı tercih etmemek gibi eğilimler gösterebilecekleri düşünülmektedir. Bu çalışmada meslekler arasında farklılık bulunamamasının sebebi, inançların çoğunlukla erkeklerde görülmesi bulgusundan da yola çıkarak, örneklemin kadın katılımcı ağırlıklı olması olabilir. Gelecek çalışmalarda bu incelemenin tekrar edilmesi faydalı olabilir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda meslek gruplarının çatışma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Farklı meslek gruplarına sahip bireylerin iletişim becerileri ve çatışma çözme stilleri arasında farklılıkların oluşması beklenmiştir. Eğitim sektörü ve sağlık sektörü gibi insan odaklı çalışılan mesleklerde iletişim becerilerinin daha gelişmiş olacağı ve dolayısıyla çatışma eğilimlerinin daha düşük olacağı düşünülmüştür. Buna ek olarak işe bağlı özelliklerin (haftalık çalışma saati, fazla mesai sıklığı vb.) aile içine ayrılacak zamanı ve eşlerin birlikte sosyalleşmesini azaltabileceği, ev işlerinde yardımlaşmayı sekteye uğratabileceği göz önüne alındığında (Higgins vd., 1992), teknik mesleklerde ve sağlık sektöründe çalışan bireylerin çatışmalarının daha fazla olması söz konusu olabilir. İş hayatının yoğun olması sonucu, enerjisi tükenen bireyler her ne kadar iletişim becerileri gelişmiş olsa dahi evlerine döndüklerinde yorgun hissederek eşleriyle iletişim kurmak istemiyor ve pek çok konuda çatışma yaşıyor olabilirler. Dolayısıyla mesleklerin avantaj ve dezavantajlarını oluşturan diğer değişkenlerin bu ilişkiyi etkilediği düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda farklı etkenler göz önüne alınarak yeniden incelenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin meslek gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda teknik mesleklerde çalışanların aldatma eğilimlerinin, ev hanımlarına kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Meslek gruplarına göre aldatma eğiliminin araştırılmasına ilişkin bir çalışmaya literatürde rastlanmamıştır. Literatürde çalışma ortamının aldatma için fırsat yaratıcı olduğuna dair bulgulara rastlanmıştır. Sebebiyle meslek gruplarına dair araştırma yapılmasının faydalı olabileceği düşünülerek araştırmaya eklenmiştir (Traeen vd., 2007). Collumbien vd. (2001) eşlerin işleri dolayısıyla birbirlerinden ayrı kalıyor olmalarının, evlilik dışı ilişkiler için bir risk faktörü gibi görüldüğünü bildirmiştir. Liu (2000), müşteriler veya iş arkadaşlarıyla yalnız çalışma fırsatının

yalnızca erkekler için evlilik dışı ilişkiyi yordadığını bildirirse de Allen ve Atkins (2005), başkalarıyla özel ve yakın teması kolaylaştıran işlerin özellikle riskli olabileceğini bildirmiştir. Bu araştırmanın bulgusunu destekleyen bir çalışmada çalışan kadınların sadakatsizliği ile evlilik memnuniyetsizliği arasında ilişki bulunurken, çalışmayan kadınlar için bu ilişkinin söz konusu olmadığı ortaya konulmuştur (Amato ve Rogers, 1997; Greeley, 1994). Sonuç olarak bu çalışmada teknik mesleklere sahip bireylerle ev hanımları arasında aldatma eğilimine dair bir farklılığın ortaya çıkmasının en belirgin sebebi teknik mesleklere mensup bireylerin çoğunlukla erkek olması ve ev hanımlarının kadın olması olabileceği gibi; teknik mesleklere sahip bireylerin proje bazlı olarak kimi zaman şehir dışı/ yurt dışı görevlendirmelere gitmeleri, uzun mesai saatlerince çalışmaları ve dolayısıyla iş arkadaşlarıyla fazla zaman geçiriyor olmaları; ev hanımlarının ise zamanlarının çoğunu evde tek başlarına ya da çocuklarıyla geçiriyor olmaları, karşı cinsle sosyal bağlantı kuracak ortama sahip olmamaları olabilir.

#### **5.1.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda sosyoekonomik düzeylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde gelir düzeyi düşük bireylerin ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalarının ve gerçekçi olmayan ilişki beklentilerinin orta ve yüksek gelir düzeyli bireylere kıyasla daha fazla olduğunu bildiren çalışma mevcuttur (Yalçın Koçkan, 2015). Çalışmada sosyoekonomik düzeyler arası farklılık bulunamamasının sebebi inançların erkeklerde daha fazla görüldüğü göz önüne alındığında, örneklemin çoğunun kadınlardan oluşması olabilir. Aynı zamanda sosyoekonomik düzeylerde katılımcı sayısının eşit dağılmamış olması da sonucu etkilemiş olabilir. Gelecek çalışmalarda daha fazla katılımcıyla yeniden incelenmesi faydalı olabilir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda farklı sosyoekonomik düzeye sahip olmanın çatışma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bu bulguya göre alt SED'e sahip bireylerin çatışma eğilimleri, orta SED'e kıyasla daha yüksektir. Bu bulgu literatürle uyumludur. Literatürde sosyoekonomik durumun evlilik doyumunu etkilediği ortaya konulmuştur (Batık ve Kalkan, 2017). Alt SED'e sahip bireylerin evlilik yaşamları boyunca karşılaştıkları zorlukların ve geçim sıkıntısının orta ve üst SED'e kıyasla daha fazla olduğu ve çeşitli sorumluluklarla baş etme konusunda daha yetersiz kalabildikleri düşünülmektedir. Dolayısıyla evlilik ilişkisi içinde doyum ve mutluluğu etkileyebilecek bir faktör olan sosyoekonomik durumun, çeşitli çatışmaları oluşturma ve sürdürmede etkili bir rol oynadığı düşünülmektedir. Çalışmada alt SED ile üst SED ve orta SED ile üst SED arasında çatışma eğilimi açısından farklılık gözlenmemiştir. Bunun sebebinin üst SED'i temsil eden katılımcıların sayıca az olması olabilir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda sosyoekonomik düzeylerin aldatma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Mübadele kuramına göre, daha fazla kaynağa sahip olan birey ilişkide güç ve kontrole de sahiptir ve daha fazla güç, statü ve kaynağa sahip olan bireylerin de evlilik dışı ilişkilere girme olasılıkları daha fazladır (Blau, 2017; Allen vd., 2005). Dolayısıyla teorik olarak yüksek gelir, alternatif partnerler için arzu edilirlilik sağlama ve aldatma için gerekli finansal maliyetleri karşılama kolaylığı sağlamaktadır (Allen vd., 2005). Literatürde de bu teoriği destekleyen ve gelir düzeyi yükseldikçe aldatma oranlarında artış gerçekleşeceğini bildiren araştırmalar bulunmaktadır (Atkins vd., 2001; Betzig, 1989; Grossbard, 1980; Lawoyin ve Larsen, 2002; Thornhill ve Thornhill, 1983). Bu çalışmada ise bireylerin sosyoekonomik düzeylerinde aldatma eğilimine dair farklılık bulunamamasının sebebi olarak katılımcıların çoğunluğunu kadınların oluşturması



gösterilebilir. Literatürde Buunk (1980), erkekler için evlilik dışı deneyimlerle gelir düzeyi arasında ilişki bulurken, kadınlar açısından bir fark gözlememiştir. Günümüzde kadınlar her ne kadar ekonomik özgürlüklerini kazanmış olsalar da eş ve anne rolündeki günlük faaliyetleri çoğunlukla eşlerine bağlı olduğu için yeterince hareket özgürlüğüne sahip olmayabilirler.

### **5.1.5. Evlenme Biçimi Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda evlenme biçimlerinin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Görücü usulü evlenmenin geleneksel inanışlarla ilişkili olduğu kabul edilirse, bu kapsamda literatürde bulunan boşanan çiftlerin ilişkilerine dair düşüncelerinin daha fazla geleneksel şema ve inançlardan etkilendiği bulgusu (Sönmez, 2012) ve romantik ilişkiye dair geleneksel inançları olan bireylerin eşlerinden daha katı, talep kâr beklentileri olduğu ve daha fazla idealize istekleri bulunduğu bulgusu değerlendirilebilir (Öcal Yüceol, 2016). Ayrıca Yalçın Koçkan (2015), evlenme biçimi görücü usulü ve akraba evliliği olan bireylerin, evlenme biçimi kendi kararı/flört ederek olan bireylere kıyasla ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının daha fazla olduğunu bildirmiştir. Bu bulgulara karşın bu çalışmada evlenme biçimlerine ilişkin farklılık gözlenmemiştir ve bu durumun evlenme biçimlerindeki eşitsiz dağılımdan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda evlenme biçimlerinin çatışma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Bu değişkenler daha önce Polat (2006) çalışmasında incelenmiş ve evlenme biçiminin çatışma eğilimi üzerinde bir etkisi bulunmamıştır. Görücü usulü evlenmenin günümüzde kentsel kesimden daha çok kırsal

kesimde yaşıyan bireylerin başvurduğu geleneksel bir evlenme biçimi olduğu göz önüne alındığında, kırsal kesimde yaşıyan ailelerin karşılaştığı sorunlarla kentsel kesimde yaşıyan ailelerin karşılaştığı sorunların birbirinden farklı olacağı düşünülmektedir (Akgün ve Uluocak, 201). Bu durum sonucu, birbirleriyle flört ederek evlenen bireylerin birbirleri üzerinde egemenlik kurma gibi davranışlarının daha fazla olabileceği, görücü usulü evlenen bireylerin ise geleneksel normları sürdürerek erkeğin ve ailesinin istek ve beklentilerini tartışmasız kabul edebileceği düşünülmektedir. Her iki durumu da temsil eden farklı çatışma türleri oluşabilir. Bu çalışmada evlenme biçimlerindeki eşitsiz dağılımın, çatışma eğilimi açısından farkının anlamlı çıkmamasına yol açmış olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin evlenme biçimine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda evlenme biçimlerinin aldatma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Daha önce evlenme biçimlerine ilişkin yapılan tek araştırma Polat (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir ve araştırmanın sonucunda evlenme biçimlerinin aldatma üzerinde herhangi bir etkisi bulunamamıştır. Her iki evlilik biçiminin de avantaj ve dezavantajları farklılıklarını dengeliyor olabilir. Flört ilişkileri bireysel seçim yoluyla gerçekleşse de bu ilişkilerde çiftler romantik çekiciliğin temel faktör olması sebebiyle birbirlerini idealize ediyor olabilirler ve sonrasında istenmeyen anlaşmazlıklar oluşuyor olabilir (Özgüven, 2014). Görücü usulü ilişkilerde seçimi aile büyükleri yapıyor olsa da ailenin birey için en uygun eşi seçmesinden kaynaklı olarak uyumsuzluklar en aza indiriliyor olabilir (Yılmazçoban, 2008).

#### **5.1.6. Çocuk Sayısı Değişkenine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının çocuk sayısına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda sahip olunan çocuk sayısının romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları açısından

birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatüre göre evlilik ilişkisinde çocuk sayısının fazla olması zamanla evlilikten alınan doyumunu ve bireylerin eşlerine yönelik olumlu algılarını azaltmaktadır (Burr, 1970; Luckey, 1966). Artan çocuk sayısı, evdeki iş bölümünü ve bireylere düşen sorumlulukları artırır ve özellikle çalışan ebeveynler için bu durum yoğun stres ve çatışmaya yol açan eşitsiz rol paylaşımlarına sebep olmaktadır. Dolayısıyla bu durumun bireylerin eşlerine yönelik düşüncelerinde çarpıtmalara yol açması beklenebilir. Gelecek çalışmaların bu değişkenler arasındaki ilişkiyi yeniden ele almaları faydalı olabilir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin çocuk sayısına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda iki çocuğa sahip bireylerin çatışma eğilimlerinin üç veya daha fazla çocuğa sahip bireylerden daha az olduğu, bir çocuğa sahip bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu literatürle uyumludur. Çocuk sayısının artması çiftin ev işlerine ve birbirleriyle sosyalleşmeye ayırdıkları zamanı azaltarak çatışmaya sebebiyet vermektedir (Güleç, 1988; Higgins vd., 1992).

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin çocuk sayısına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda sahip olunan çocuk sayısının aldatma eğilimleri açısından birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde çocuk sayısı ile aldatma davranışı arasındaki ilişkiyi açıklamak üzere gerçekleştirilen araştırmalarda, bireyin bakmakla yükümlü olduğu çocuk sayısı ile evlilik doyumunu arasında negatif ve evlilik dışı ilişkilerle pozitif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Allen ve Atkins, 2005; Elbaum 1981; Luckey, 1966; Winking vd., 2007). Fakat çalışmalar daha çok erkeklerin çocuk sayısından etkilendiğini ve kendilerini dışlanmış, fazla sorumluluk yüklenmiş, eşlerine karşı cinsel erişimlerinin azalmış olması gibi durumlardan etkilendiğini ve bu sebeple aldatmaya yöneldiklerini belirtmiştir (Lawoyin ve Larsen, 2002; Astley, 1959; Haley, 1973). Dolayısıyla bu çalışma katılımcılarının çoğunluğunun kadınlardan oluşması bu farklılığın ortaya çıkmasında bozucu bir etken olmuş olabilir.

### 5.1.7. Aldatma ve Aldatma Türü Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının aldatmaya dahil olma ve aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda aldatmaya dahil olma açısından romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlarının birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülürken, aldatma türü açısından anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır. Aldatma türüne ilişkin farklılığın bulunamama sebebi her iki grubu oluşturan katılımcı sayılarının oldukça az olması olabilir. Aldatmaya dahil olan bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu literatürle uyumludur. Evlilik dışı ilişkiye katılan bireyin, eşini partnerinden daha olumsuz algıladığı ve ilişkinin bittiğine dair inançları benimsediğine ilişkin bulgular mevcuttur (Allen vd., 2005). Ayrıca daha önce aldatmaya dahil olmuş bireyler bunun sebebinin evlilik sorunları ve eşleri olduğuna inanarak, kendilerini haklı kabul etmektedirler. Dolayısıyla aldatmaya dahil olan bireylerin, eşlerine yönelik rasyonel olmayan olumsuz inançlar geliştirdiği bulgusu beklenen bir sonuçtur.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimlerinin aldatmaya dahil olma ve aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda aldatmaya dahil olma ve aldatma türü açısından çatışma eğilimlerinin birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bu sonuca göre türü fark etmeksizin aldatmaya dahil olanların çatışma eğilimleri, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha yüksektir. Literatürde bu bulguyu destekleyen pek çok araştırma bulunmaktadır. Araştırmalar çift ve aile ilişkisindeki eksikliklerin, memnuniyetsizliğin, tekrarlanan sorunların ve çatışmaların sadakatsizliği hızlandırmada ve sürdürmede merkezi bir rol oynayabileceğini göstermiştir (Allen vd., 2005; Allen ve Atkins, 2005; Blow ve Hartnett, 2005; Fisher vd., 2009; Glass ve Wright, 1985).

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimlerinin aldatmaya dahil olma ve aldatma türüne göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş; sonucunda aldatmaya dahil olma ve aldatma türü açısından aldatma eğilimlerinin birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Aldatmaya dahil olan bireylerin aldatma eğilimlerinin de yüksek olması literatürle uyumludur. Shu vd. (2001) ahlaki standartların bir kez esnediğinde, daha sonraki davranışların bu değişimden etkilenerek ortaya çıkacağını savunmaktadır. Bu teoriyi destekleyecek şekilde literatürde geçmişte sadakatsizlik öyküsü olanlar arasında evlilik dışı ilişkilerin daha yaygın olduğu bildirilmiştir (Allen ve Rhoades, 2007; Bell vd., 1975; Choi vd., 1994; Forste ve Tanfer, 1996; Glass ve Wright, 1992; Greeley, 1994; Johnson, 1970; Liu, 2000; Prins vd., 1993; Solstad ve Mucic, 1999; Traeen ve Stigum, 1998; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman ve Allgeier, 1996). Araştırma kapsamında duygusal ve cinsel olmak üzere yalnızca bir tür aldatmaya dahil olanlar ile hem cinsel hem duygusal olmak üzere her iki türde de aldatmaya dahil olanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuca her iki grubu oluşturan katılımcı sayılarının oldukça az olması yol açmış olabilir. Gelecek araştırmalarda aldatma bildiren katılımcıların sayıca çokluğu daha doğru sonuçlara ulaşmayı sağlayacaktır.

#### **5.1.8. Yaş, Tanışmadan Evlenmeye Dek Geçen Süre, Evlenme Yaşı ve Evlilik Süresi Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken; bireylerin yaşı, evlenme yaşı ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulguya göre evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süreleri azaldıkça artmaktadır. Bu bulgu literatürde desteklenmektedir. Raschke (1987), tanıştıktan kısa süre sonra evlenen bireylerin, eşleriyle ilgili olumsuzlukları görmek ve daha rasyonel beklentiler oluşturabilmek için yeterli zamanları olmadığını bildirmiştir. Diğer

değişkenlerle romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar arasında ilişki bulunamamasında, bu değişkenlere ilişkin verilerin normal dağılım göstermediği göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimleri ile yaş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken; bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürde bu değişkenlere dair yaptığı çalışmasında Polat (2006) çalışmasında yaş, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı ve evlilik süresi ile çatışma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu çalışmada yaş arttıkça çatışma eğiliminin de arttığı bulgusu; yaşlanma ile gelen tahammülsüzlük ve huzursuzlukların, çocukların evden ayrılışıyla eşlerin baş başa kalmalarının, emeklilik sebebiyle evde geçirilen sürenin artmasının vb. bir sonucu olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada bu değişkenlere ilişkin verilerin normal dağılım göstermediği göz önüne alınmalıdır. Gelecek çalışmaların daha fazla katılımcı sayısı kullanarak bu değişkenleri yeniden ele almasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin aldatma eğilimleri ile yaş, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürde genç bireylerin aldatmaya dahil olmalarının daha olası olduğunu ortaya koyan araştırmalar olsa da (Allen ve Atkins, 2005; Choi vd., 1994; Treas ve Giesen, 2000; Whisman ve Snyder, 2007), 40 yaşın üzerinde bireylerin daha fazla evlilik dışı partnere sahip olduğunu bildiren araştırma da mevcuttur (Traeen vd., 2007). Yaş ile aldatma arasında cinsiyetin önemli bir değişken olduğunu ve erkeklerin yaşlandıkça, kadınların ise yaşla birlikte artan ve bir noktadan sonra düşüşe geçen evlilik dışı ilişkilerini bildiren araştırmalar da bulunmaktadır (Atkins vd., 2001; Bell vd., 1975; Laumann vd., 1994; Wiederman, 1997). Bu araştırmada analiz cinsiyet dahil edilerek gerçekleştirilmemiştir, dolayısıyla farklılığın

bulunamamasının sebebi cinsiyet değişkeni olabilir. Gelecek çalışmalarda cinsiyet değişkeninin dahil edilmesi daha doğru sonuçlara ulaşmayı sağlayacaktır.

Evlenme yaşına ilişkin literatürde çelişen bulgular bulunmaktadır. Evlenme yaşı geciktikçe, bekar kalınan sürenin uzamasıyla evlilik öncesi partner çeşitliliğinin fazla olması sonucu aldatmaya karşı daha hoşgörölü yaklaşıldığını ortaya koyan çalışmalar bulunduğu gibi (Lawoyin ve Larsen, 2002; South ve Lloyd, 1995; Forste ve Tanfer, 1996; Christensen,1973; Weis ve Jurich,1985; Zhang vd., 2012); genç yaşta evlenen bireylerin aldatma eğilimlerinin daha yüksek olacağını bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (Atkins vd., 2001; Amato ve Rogers, 1997; Hunt, 1969). Tanışmadan evlenmeye dek geçen süre ile aldatma eğilimi ilişkisi daha önce yalnızca Polat (2006) tarafından ele alınmıştır ve araştırmada ilişki başlangıcı ile evlilik kararı arasında geçen süre arttika aldatma eğiliminin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik süresinin aldatma eğilimi ile ilişkisine dair yaklaşımlar; evlilik süresince alınan fayda azalır ve sonucunda evlilik dışı ilişki arayışı ortaya çıkacaktır düşüncesini savunan Marjinal Fayda Yasası ve evlilik süresi uzadıkça eşlerin birbirlerinden aldıkları doyumun artacağı ve dolayısıyla evlilik dışı ilişkilerin azalacağını savunan İnsan Sermayesi Yaklaşımıdır (Liu, 2000). Literatürde her iki yaklaşımı da destekleyen bulgulara bulunmaktadır (Atkins vd., 2001; Charny ve Parnass, 1995; Forste ve Tanfer, 1996; Glass ve Wright, 1977; Greeley, 1994; Liu, 2000; Spanier ve Margolis, 1983; Traeen ve Stigum, 1998; Wiederman, 1997). Gelecek alışmalar daha fazla katılımcı sayısı ile bu ilişkileri yeniden ele alabilir.

### **5.1.9. Romantik İlişkiye Yönelik Rasyonel Olmayan İnançlar, İletişim atışması Eğilimi ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması**

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları arttika, çatışma eğilimlerinin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca evli bireylerin romantik

ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, çatışma eğilimini yordamaktadır. Gerek ilgili kuramlar gerekse literatür bulguları bu ilişkiyi doğrular niteliktedir. Epstein ve Eidelson (1981), evlilik ilişkisinde çatışmanın ana sebebini ilişkiye dair geliştirilen rasyonel olmayan inançlar olarak bildirmiştir. Bilişsel Kuram'a göre evlilikte ortaya çıkan çatışmalar, bireylerin kişilerarası davranışlarını belirleyen çarpıtılmış algı ve beklentilerden oluşmaktadır (Bennun, 2019). Epstein (1982), problem yaşanan ilişkilerde, eşlere karşı olumsuz şemalara dayanan genellemelerin ve sorgulanmayan algıların mevcut olduğunu belirtmiştir. Ek olarak evlilik önce eşe ilişkin aşırı olumlu beklenti ve inançlar da evlilik ilişkisinde karşılanmadığında hayal kırıklığının yanı sıra çatışmaları meydana getirmektedir (Onur, 2011; Sullivan ve Schwebel, 1995). Oluşan çatışmalar sonucu eşe yönelen dikkat yeniden eşi olumsuz algılama yoluyla rasyonel olmayan inançları tetikleyerek bir kısır döngüye yol açmaktadır (Kooalee vd., 2009). Literatürde de bu çalışmaya benzer şekilde evli bireylerde romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlar ile evlilik çatışmaları arasında ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Küçükçelik, 2015; Hamamcı, 2005; Möller ve Van Zyl, 1991; Kurdek, 1999).

Araştırma kapsamında ek olarak evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları; çatışma eğilimi türleri olan aktif, pasif, varoluş, aktif-önyargılı, pasif tümenden reddetme ve kişilik özellikleri ile ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular literatürle uyumludur. Cüceloğlu (1991), çatışmaları bir iletişim sorunu olarak değerlendirerek, düşünce alışverişi sürecindeki bozukluktan kaynaklandığını ifade etmiştir. Özellikle tümenden reddetme ve aktif önyargılı çatışma mesajın algılanmasıyla ilgili olmaları sebebiyle literatüre uyumludur. Sevilemezlik temel inancının özellikle pasif tümenden reddetme ve pasif çatışmalarla ilişkili bulunması, literatürdeki bulguları doğrular niteliktedir. Bireylerin onaylanmaya ve kabul edilmeye duydukları ihtiyaç, eşleriyle anlaşmazlık yaşadıklarında ya da eleştirildiklerinde bu duruma daha duyarlı tepkiler vermelerine sebep olabilmektedir (Epstein ve Eidelson, 1981). Çaresizlik temel inancının ise özellikle pasif, varoluş ve pasif tümenden reddetme çatışmalarıyla



ilişkili bulunmasının; bu inanca sahip bireylerin yetersizlik ve başarısızlıkla ilgili düşüncelerinin olduğu göz önüne alındığında; eşleriyle tartışmadan çekilme, küsme veya konuyu değiştirme gibi davranışları içeren bu çatışma türleriyle uyumlu bir görünüm sergilediği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları arttıkça, aldatma eğilimlerinin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, aldatma eğilimini yordamaktadır. Literatürde bu bulgularla ilişkili olarak eşlerine yönelik olumsuz inançları olan bireylerin daha fazla ilişki alternatifine sahip olabileceği belirtilmiştir. Bireyler eşlerini olumsuz algılamaya başladıklarında, alternatif ilişkileri daha olumlu ve kârlı algılama eğilimi göstererek, aldatmaya eğilimli hale gelebilmektedirler (Allen vd., 2005). Aldatmaya eğilimli bireyler, bilişsel yeniden yapılandırma yoluyla davranışlarını meşru kılacak birtakım çarpıtmalar geliştirirler; örneğin eşi suçlarlar ve eşi aldatmakta haklı olduklarına dair eşe yönelik olumsuz yüklemeler gerçekleştirirler (Bandura, 2002; Barkan vd., 2012; Atwater, 1979; Johnson, 1970). Dolayısıyla çoğunlukla önce eşi değersizleştirmeye sebebiyet verecek düşünceler oluşmakta daha sonra aldatmaya yönelik davranışlar ortaya çıkmakta ve sonrasında davranışı haklı çıkarmak adına yeniden eşe yönelik yüklemelere başvurularak kısır döngü yaratılmaktadır. Son olarak, daha önce aldatma davranışı bilişsel çarpıtmalar yoluyla meşrulaştırmış bireylerin, sonraki davranışlarının artık bu değişimden etkilenerik meydana geleceğini, bir başka deyişle geçmişte sadakatsizlik öyküsü olanların yeniden aldatma ilişkisi yaşamalarının olasılığının yüksek olduğu bildirilmiştir (Allen ve Rhoades, 2007; Bell vd., 1975; Choi vd., 1994; Forste ve Tanfer, 1996; Glass ve Wright, 1992; Greeley, 1994; Johnson, 1970; Liu, 2000; Prins vd., 1993 ; Solstad ve Mucic, 1999; Traeen ve Stigum, 1998; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman ve Allgeier, 1996). Çalışmanın bu bulgusu literatürde savunulan görüşler ve araştırma bulgularıyla uyumludur. Bu çalışmada ek olarak evli bireylerin aldatma eğilimi, sevilemezlik temel inancı

ile ilişkili bulunmuştur. Sevilemezlik temel inancına sahip bireyler; hissettikleri duygusal eksikliği, yalnız kalma korkusunu ve terk edileceklerine dair inançlarını (Beck, 2021; Türkçapar, 2018), telafi etmenin bir yolu olarak duygusal ihtiyaçlarını giderme ve korkularını hafifletmek amacıyla aldatmaya eğilim gösteriyor olabilirler. Bu ilişkinin gelecek çalışmalarda diğer inanç türleri de dikkate alınarak, yeniden ele alınmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında evli bireylerin çatışma eğilimleri arttıkça, aldatma eğilimlerinin de arttığı bulunmuştur. Bu bulgu literatürle uyumludur. Literatürde aynı bulgu Polat (2006) tarafından da ortaya konulmuştur. Evlilik dışı ilişkilerin evlilik sorunlarının bir sonucu olduğu ve aynı zamanda evlilik sorunlarının da evlilik dışı ilişkilerin bir sonucu olabileceği düşünülmektedir (Spanier ve Margolis, 1983). Evlilik ilişkisinde artan çatışmalar, eşlerin birbirlerinden uzaklaşmasına neden olarak, evlilik dışı ilişkilere zemin hazırlamaktadır (Kramer, 1969). Aile içi çatışmaların evlilik doyumu ile negatif ilişkili olduğunu bildiren çalışmalar mevcuttur (Burke ve Weir, 1976; Greenhaus ve Parasuman, 1986). Araştırmalar mutsuz evliliğin, evlilik dışı ilişki yaşama olasılığını açıkça arttırdığını ortaya koymuştur (Bell vd., 1975; Treas ve Giesen, 2000; Wiederman ve Allgeier, 1996; Atwater, 1979; Weis ve Jurich, 1985). Bireyler bu süreçlerin sonunda ilişkilerini parçalanmış algılayabilir ve ilişkiye olan bağlılıklarını kaybederek aldatmaya eğilim gösteriyor olabilirler. Buna karşın literatürde çelişen bulgulara da rastlamak mümkündür. Yalnızca ilişkilerinden memnun olmayan bireylerin değil, ilişkilerinden oldukça memnun olan bireylerin de aldatmaya dahil olabileceğini bildiren çalışmalara da rastlanmıştır (Traeen ve Stigum, 1998; Johnson, 1970; Spanier ve Margolis; 1983). Aldatmaya dahil olmak için mutlaka yıpranmış, zayıf ve yetersiz bir evlilik ilişkisinin önkoşul olmadığı belirtilmiştir (Atwater ;1979, Bell vd.,1975; Neubeck ve Schletzer, 1962).

Araştırmada ek olarak evli bireylerin aldatma eğilimi; aktif, tümünden reddetme, yoğunluk ve aktif-önyargılı çatışma ile ilişkili bulunmuştur. Aktif çatışma ve aktif-önyargılı çatışma sıcak bir çatışma ortamı oluşturarak eşlerin birbirlerine karşı her an eleştirel, yüksek sesle, birbirlerini dinlemeden iletişim kurmalarına sebebiyet vermektedir. Tümünden reddetme çatışması ve yoğunluk çatışmasında ise eşler birbirlerine gönderdikleri mesajları tam olarak anlamayarak, ya tamamen reddederler ve aksi görüşü savunurlar ya da belirli açılardan uyuşmaları ama belli açılardan da uyuşmamaları sebebiyle sonuca bağlanmaksızın tartışmayı sürdürürler. Dolayısıyla bu çatışma durumlarında problem durum çözülememekte ve her an yeniden gündeme gelecek bir tartışma konusu olarak varlığını sürdürmektedir. Bu durumların ilişkide yıpranmaya ve tükenmişliğe yol açabileceği, bunun sonucunda bireylerin alternatif eşlerle ilişkileri değerlendirmeye yönelebilecekleri düşünülmektedir.

Son olarak araştırma kapsamında evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları ve çatışma eğiliminin birlikte, aldatma eğilimi ile anlamlı bir ilişki sergilediği ve söz konusu iki değişkenin birlikte, aldatma eğilimini yordadığı bulunmuştur. Bu sonuç, araştırmanın ana amacı ve problemine yanıt niteliğindedir. Çalışma boyunca çoğunlukla uluslararası literatürde ortaya konan; iletişim çatışmalarının altında yatan ana sebebin düşünce süreçlerindeki aksaklıklar olduğuna ilişkin elde edilen veriler ile çatışmaların evlilik doyumunu ve tatminini düşürerek eşlerin alternatif partnerler ile evlilik yaşamında elde edemedikleri kazanımları elde etmeye yönelik eğilimler sergileyebileceğine dair bulgular arasında bağlantı kurulmuştur. Aynı zamanda bireyler aldatmaya dahil olma sonrası romantik ilişkilerine yönelik rasyonel olmayan inançlar geliştirerek, davranışlarını gerekçelendirme yolu ile eşlerine karşı daha eleştirel davranarak ve olumsuz yüklemelerde bulunarak çatışma yaratabilirler. Dolayısıyla bu üç süreç, birbirlerinin hem öncülü hem de ardılı konumunda bulunabilmektedir. Çift terapistleri de evlilik ilişkisinde en sık karşılaşılan sorunların iletişim çatışmaları olduğunu ve tedavisi en zor ve ilişkiye en zarar verici süreçlerin ilişkiye dair gerçekçi olmayan

beklentilere sahip olmak ve evlilik dışı ilişkiler olduğunu bildirmiştir (Whisman vd., 1997; South ve Llyod, 1995; Spanier ve Margolis, 1983).

Evlilik çatışmaları, ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlar ve aldatma ülkemizde sayıca az araştırılan konulardır. Literatürdeki bu eksikliği gidermek amacıyla bu tez çalışmasında belirtilen kavramlar ile ilgili pek çok araştırma bulgusuna yer verilerek, ilgili değişkenlerin tek bir çatı altında toplanarak incelemesi ve tartışılması amaçlanmıştır. Çeşitli sosyodemografik değişkenlerle ilişkilerine de yer verilerek, Türkiye örneğine özgü oluşabilecek bulguları tespit etmek amaçlanmış ve bu bulgular sonucunda kültüre özgü çözümler geliştirilebileceği düşünülmüştür. Türk kültürü göz önüne alındığında istenmeyen ve kabul edilmeyen bir davranış biçimi olsa da toplumumuzda aldatma ilişkilerine rastlanmaktadır. Türkiye örneğinde ilgili değişkenler kullanılarak ilk defa gerçekleştirilen bu çalışma sonucunda ortaya konan bulguların, çift ve aile terapilerine aldatma sebebiyle başvuran çiftlerin tedavi süreçlerine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bilişsel davranışçı terapilerin aile danışmanlığına uygulanabilirliği göz önüne alındığında öncelikle var olan çatışmalarının altında yatan düşünce süreçlerine yönelik müdahaleler uygulanarak, daha sonra iletişim becerilerini geliştirmeye ve problem çözmeye yönelik psikoeğitimlerle birleştirilerek, bireylerin aldatma davranışının öncüllerini fark ederek, tek boyutlu değil, çok boyutlu açıdan süreci değerlendirmelerinin sağlanabileceği düşünülmektedir. Çiftlerle bilişsel yeniden yapılandırmanın bireysel tedavilerde olduğu gibi yalnızca bireysel sınırlarda değil, sisteme yönelik bilişsel yeniden yapılandırma sağlanarak gerçekleştirilmesi ve eşlerin her biri ile ilişkiye rasyonel olmayan inançlarına ilişkin alternatifler geliştirilmesi çift terapisinden olumlu çıktılar alınmasını sağlayacaktır. Bu tez çalışmasından elde edilen bulguların, ilgili değişkenleri içeren terapötik müdahale ve psikoeğitim programlarının ayrı ayrı ele alınmaması, bütüncül olarak değerlendirilerek uygun müdahalelerin geliştirilmesi ve konuyla ilgili yeni bilimsel çalışmalar gerçekleştirilmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

## 5.2. Sonuç

Bu çalışmada evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, çatışma eğilimleri ve aldatma eğilimleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmada ek olarak evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, çatışma eğilimleri ve aldatma eğilimleri; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, meslek, sosyoekonomik durum, evlenme biçimi, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı, evlilik süresi, sahip olunan çocuk sayısı, aldatmaya dahil olma ve aldatmaya dahil olma türü değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular özetlenerek, yorumlanmıştır.

- 1.a. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları, cinsiyete göre incelendiğinde; evli erkeklerin evli kadınlara kıyasla, daha fazla romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlara sahip olduğu bulunmuştur.
- 1.b. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları, aldatmaya dahil olmaya göre incelendiğinde; aldatmaya dahil olanların, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha fazla romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançlara sahip olduğu bulunmuştur.
- 1.c. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları; eğitim düzeyi, sahip olunan meslek, sosyoekonomik düzey, evlenme biçimi, sahip olunan çocuk sayısı ve aldatma türü sosyodemografik değişkenlerine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.
- 1.d. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süreleri azaldıkça artmaktadır ve bunun tam tersi de

geçerlidir. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları ile yaş, evlenme yaşı ve evlilik süresi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

2.a. Evli bireylerin çatışma eğilimleri, sosyoekonomik düzeye göre incelendiğinde; alt sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin, orta sosyoekonomik düzeye sahip bireylere kıyasla çatışma eğilimlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

2.b. Evli bireylerin çatışma eğilimleri, sahip olunan çocuk sayısına göre incelendiğinde; iki çocuğa sahip bireylerin çatışma eğilimleri üç veya daha fazla çocuğa sahip bireylerden daha az iken, bir çocuğa sahip bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

2.c. Evli bireylerin çatışma eğilimleri, aldatmaya dahil olmaya göre incelendiğinde; aldatmaya dahil olan bireylerin çatışma eğilimleri, aldatmaya dahil olmayan bireylere kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

2.d. Evli bireylerin çatışma eğilimleri, aldatma türüne göre incelendiğinde; dahil olma türü fark etmeksizin aldatmaya dahil olan bireylerin çatışma eğilimleri, aldatmaya dahil olmayan bireylere kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

2.e. Evli bireylerin çatışma eğilimleri; cinsiyet, eğitim düzeyi, sahip olunan meslek ve evlenme biçimi sosyodemografik değişkenlerine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

2.f. Evli bireylerin çatışma eğilimleri ile yaş arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, evli bireylerin çatışma eğilimleri, bireylerin yaşı arttıkça azalmaktadır ve bunun tam tersi de geçerlidir. Evli bireylerin çatışma eğilimleri ile bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı ve evlilik süresi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

- 3.a. Evli bireylerin aldatma eğilimleri, cinsiyete göre incelendiğinde; erkeklerin kadınlara kıyasla, aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 3.b. Evli bireylerin aldatma eğilimleri, sahip olunan mesleğe göre incelendiğinde; teknik mesleklerde çalışanların aldatma eğilimlerinin, ev hanımlarına kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 3.c. Evli bireylerin aldatma eğilimleri, aldatmaya dahil olmaya göre incelendiğinde; aldatmaya dahil olan bireylerin aldatma eğiliminin, aldatmaya dahil olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 3.d. Evli bireylerin aldatma eğilimleri, aldatma türüne göre incelendiğinde; türü fark etmeksizin aldatmaya dahil olan bireylerin aldatma eğilimlerinin, aldatmaya dahil olmayan evli bireylere kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 3.e. Evli bireylerin aldatma eğilimleri; eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, evlenme biçimi, sahip olunan çocuk sayısı sosyodemografik değişkenlerine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.
- 3.f. Evli bireylerin aldatma eğilimleri ile yaş, bireylerin eşleriyle tanışmadan evlenmeye dek geçen süre, evlenme yaşı ve evlilik süre arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
4. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları ile çatışma eğilimi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları arttıkça, çatışma eğilimleri de artmaktadır. Ek olarak evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları; çatışma eğilimi türleri olan aktif, pasif, varoluş, aktif-önyargılı, pasif tümünden reddetme ve kişilik özellikleri ile ilişkili bulunmuştur.

5. Evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, evli bireylerin romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançları arttıkça, aldatma eğilimleri de artmaktadır ve bunun tam tersi de geçerlidir. Ek olarak evli bireylerin aldatma eğilimi, romantik ilişkiye yönelik rasyonel olmayan inançların alt boyutu olan sevilemezlik ile ilişkili bulunmuştur.
6. Evli bireylerin çatışma eğilimleri ile aldatma eğilimleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, evli bireylerin çatışma eğilimleri arttıkça, aldatma eğilimleri de artmaktadır ve bunun tam tersi de geçerlidir. Ek olarak evli bireylerin aldatma eğilimi; çatışma eğilimi türü olan aktif, tümden reddetme, yoğunluk ve aktif-önyargılı çatışma ile ilişkili bulunmuştur.
7. Evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları ve çatışma eğilimi birlikte, aldatma eğilimi ile anlamlı bir ilişki sergilemektedirler. Söz konusu iki değişken birlikte aldatma eğiliminin %5'ini açıklamaktadır.
- 8.a. Evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının, çatışma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, çatışma eğilimlerindeki değişimin %8'ini açıklamaktadır.
- 8.b. Evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının, aldatma eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, evli bireylerin romantik ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançları, aldatma eğilimlerindeki değişimin %2'sini açıklamaktadır.



### 5.3. Öneriler

Bu bölümde araştırma bulgularından yola çıkarak, çift ve aile danışmanlığı hizmetlerine ve gelecek araştırmacılara yönelik öneriler sunulmuştur:

Bu araştırmada evli bireylerin çatışma eğilimlerinin ve ilişkilere yönelik rasyonel olmayan inançlarının, önemli evlilik sorunlarından biri olan aldatma eğilimini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda çiftlerin evlenmeden önce evlilik öncesi danışmanlığı almalarının, gelecek evlilik sorunları için önleyici bir çalışma olarak faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bireyler bir danışman eşliğinde birbirlerine ve ilişkilerine dair beklenti, inanç ve varsayımlarını paylaştıklarında; rasyonel olmayan düşüncelerinin yerine alternatif düşüncelerin üretilmesi yoluyla daha gerçekçi temellere sahip bir evlilik ilişkisi kurabilirler. Bu yolla evlilik başladıktan sonra beklentilerin karşılanmamasına dair hayal kırıklığı ve çatışmaların oluşması önlenir. Evlilik ilişkisinin, içerisinde her zaman çatışmaları barındırdığına dair farkındalık kazanan çiftlere, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirecek psikoeğitim programlarının uygulanması önerilir. Evlilik öncesi danışmanlığı aracılığıyla evlilikte aldatmaya dek uzanabilen çeşitli sorunların oluşması önlenir. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı aracılığıyla aile ve evlilik danışmanlık merkezlerinin kurulması, evlenecek çiftlerden istenen sağlık raporlarına ek olarak, bu merkezlerden alınmış evlilik öncesi psikoeğitimine ilişkin belgelendirme istenmesini içeren prosedürün geliştirilmesi, evlenecek olan her çiftin bu eğitimi almasının zorunlu tutulması, toplumumuzda sağlıklı evlilik ilişkileri ve dolayısıyla sağlıklı bireyler gelişmesi için önemli bir uygulama olacağı düşünülmektedir.

Çift ve aile danışmanlığı alanında çalışan aile danışmanları, psikiyatristler, psikolojik danışmanlar, psikologlar ve sosyal çalışmacılar için aldatma olgularına karşı izlenebilecek, iletişim çatışmaları ve bilişsel çarpıtmaları içeren bütüncül bir bakış açısıyla hazırlanmış yol haritalarının oluşturulması, uygulayıcılar için kolaylık sağlayabilir. Aldatma sonrası

profesyonellere başvuran çiftler birbirlerine karşı olumsuz rasyonel olmayan inançlarının ve çatışmalarının en yoğun olduğu dönemdedirler ve dolayısıyla öncelikle bu alanlara müdahale edilmesi gerekmektedir. Bu müdahalelerle ilgili belirli süreç reçetelerinin oluşturulması ve profesyonellerce uygulanması alanda uygulama birliği sağlayacaktır. Bireylerin birbirleriyle iletişimlerinin ve inanç ilişkilerinin düzenlenmesi çiftler boşanma kararı alsa dahi, sağlıklı bir boşanma süreci geçirmelerine katkı sağlayacaktır. Çiftin sağlıklı bir boşanma sürecin geçirmesi özellikle çocuklarının bulunduğu durumda ekstra önem taşımaktadır.

Çift ve aile danışmanlığı ve evlilik öncesi danışmanlığında uygulanacak süreç reçeteleri ve psikoeğitim müdahalelerinin geliştirilebilmesi için bu konuda deneysel çalışmaların gerçekleştirilmesi oldukça önemlidir. Psikoeğitim programlarının geliştirilip evli bireyler ve evlilik öncesi bireylere uygulanarak test edilmesi ve sonrasında proje önerisi haline getirilmesi önerilir. Pilot çalışmaların ilgili kurumlarca desteklenmesi, yaygınlığının ve uygulanabilirliğinin sağlanması açısından geliştirilecek deneysel çalışmaların sonuçları oldukça önemli olacaktır.

Psikoeğitim programlarının geliştirilmesi için, çatışma türlerine ve eşlere yönelik inançlara ilişkin nicel çalışmaların yanında nitel çalışmalarında gerçekleştirilmesi, Türk kültürü açısından hangi çatışmaların ve inanışların etkili olduğunun tespit edilmesi ve bunların çeşitli sosyodemografik değişkenlerle ilişkilendirilmesi, oluşturulacak eğitimlerin uygulanacak kitleye göre en doğru şekilde uyarlanabilmesi açısından önemli çıktılar sağlayacaktır. Bu tez çalışmasından elde edilen bulguların daha geniş örneklerle, detaylandırılarak yeniden çalışılması ve bulguların yeniden değerlendirilmesi önemlidir. Çalışmanın pandemi sürecinde online yöntemlerle, yalnızca internet erişimi ve bilgisayar kullanma becerisine sahip katılımcılarla gerçekleştiği ve tartışma bölümünde belirtilen diğer sınırlılık ve öneriler göz önüne alınarak, ilgili değişkenlerin daha geniş temsil gücü olan örneklerle yeniden incelenmesinin bulguları sınamak açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

Akarsu, B. (2019). Bilimsel araştırma tasarımı. Cinius Yayınları.

Akgün, A. G. R. ve Uluocak, Ö. G. P. (2010). Evlilikte etkili iletişim ve problem çözme: bir toplum merkezindeki kadınlarla gerçekleştirilen grup çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23 (23), 9-22.  
<https://dergipark.org.tr/pub/spcd/issue/21111/227377>

Allen, E. S., ve Baucom, D. H. (2004). Adult attachment and patterns of Extradadic involvement. *Family Process*, 43(4), 467–488. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2004.00035.x>

Allen, E. S., Atkins, D. C., Baucom, D. H., Snyder, D. K., Gordon, K. C., ve Glass, S. P. (2005). Intrapersonal, interpersonal, and contextual factors in engaging in and responding to extramarital involvement. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(2), 101–130.  
<https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi014>

Allen, E. S., ve Atkins, D. C. (2005). The multidimensional and developmental nature of infidelity: Practical applications. *Journal of Clinical Psychology*, 61(11), 1371–1382.  
<https://doi.org/10.1002/jclp.20187>

Allen, E. S., ve Rhoades, G. K. (2007). Not all affairs are created equal: Emotional involvement with an extradadic partner. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 34(1), 51–65.  
<https://doi.org/10.1080/00926230701620878>

Amato, P. R., ve Rogers, S. J. (1997). A longitudinal study of marital problems and subsequent divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 59(3), 612. <https://doi.org/10.2307/353949>

- Aronfreed, J. (1961). The nature, variety, and social patterning of moral responses to transgression. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(2), 223–240. <https://doi.org/10.1037/h0046575>
- Astley, M. R. (1959). Fidelity and infidelity in marriage. *Pastoral Psychology*, 9(10), 39–50. <https://doi.org/10.1007/bf01740835>
- Athenstaedt, U., Haas, E., ve Schwab, S. (2004). Gender role self-concept and gender-typed communication behavior in mixed-sex and same-sex dyads. *Sex Roles: A Journal of Research*, 50 (1-2), 37–52. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000011071.68830.48>
- Atkins, D. C., Baucom, D. H., ve Jacobson, N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 735–749. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.735>
- Atkins, D. C., Eldridge, K. A., Baucom, D. H., ve Christensen, A. (2005). Infidelity and behavioral couple therapy: Optimism in the face of betrayal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 144–150. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.73.1.144>
- Atwater, L. (1979). Getting involved. *Alternative Lifestyles*, 2(1), 33–68. <https://doi.org/10.1007/bf01083662>
- Aydın, K. (1998). Eşlerin evlilik doyumu düzeylerini etkileyen bazı etmenler. [Yüksek Lisans Tezi], Gazi Üniversitesi.
- Balon, R. (2016). Is infidelity biologically determined? *Current Sexual Health Reports*, 8(3), 176–180. <https://doi.org/10.1007/s11930-016-0084-z>
- Balswick, J., ve Avertt, C. P. (1977). Differences in expressiveness: Gender, interpersonal orientation, and perceived parental expressiveness as contributing factors. *Journal of Marriage and the Family*, 39(1), 121. <https://doi.org/10.2307/351068>

- Baltaş, Z., ve Baltaş, A. (2001). *Bedenin dili*. (28. baskı). Remzi Kitabevi.
- Bandini, E., Corona, G., Ricca, V., Fisher, A. D., Lotti, F., Sforza, A., Faravelli, C., Forti, G., Mannucci, E., ve Maggi, M. (2009). Hysterical traits are not from the uterus but from the testis: A study in men with sexual dysfunction. *The Journal of Sexual Medicine*, 6(8), 2321–2331. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2009.01322.x>
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., ve Pastorelli, C. (1996). Mechanisms of moral disengagement in the exercise of Moral Agency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(2), 364–374. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.2.364>
- Bandura, A. (2002). Selective moral disengagement in the exercise of Moral Agency. *Journal of Moral Education*, 31(2), 101–119. <https://doi.org/10.1080/0305724022014322>
- Baran, G. (2017). Aile yaşam dinamiği (2.Baskı). Pelikan Yayınevi.
- Barkan, R., Ayal, S., Gino, F., ve Ariely, D. (2012). The pot calling the kettle black: Distancing response to ethical dissonance. *Journal of Experimental Psychology: General*, 141(4), 757–773. <https://doi.org/10.1037/a0027588>
- Barki, H., ve Hartwick, J. (2004). Conceptualizing The Construct of Interpersonal Conflict. *International Journal of Conflict Management*, 15(3), 216- 244. <https://doi.org/10.1108/eb022913>
- Barlow, F. K. (2019). Nature vs. nurture is nonsense: On the necessity of an integrated genetic, social, developmental, and personality psychology. *Australian Journal of Psychology*, 71(1), 68–79. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12240>
- Basow, S. A., ve Rubenfeld, K. (2003). "Troubles talk": Effects of gender and gender-typing. *Sex Roles: A Journal of Research*, 48 (3-4), 183 187. <https://doi.org/10.1023/A:1022411623948>

- Batık, M. V. ve Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *Journal of the Human and Social Science Researches*. 6(5), 2630 - 2646. <https://app.trdizin.gov.tr/makale/TWpjM01UZ3lNZz09/evlilikte-algılanan-sorun-cozme-becerileri-ve-evlilik-doyumu>
- Baucom, D. H., ve Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. Brunner/Mazel.
- Beck, A.T., ve Newman, C.F. (2017). Cognitive therapy. B. J. Sadock, V. A. Sadock, P. Ruiz, H. I. Kaplan, (Ed.), *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry (10.Baskı)* içinde. Wolters Kluwer.
- Beck, J. (2021). *Bilişsel davranışçı terapi: temelleri ve ötesi (2.Baskı)*. (M.Şahin ve I. Tarı Cömert, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal eserin basım tarihi 2011).
- Bell, R. R., Turner, S., ve Rosen, L. (1975). A multivariate analysis of female extramarital coitus. *Journal of Marriage and the Family*, 37(2), 375. <https://doi.org/10.2307/350971>
- Bennun, İ. (2019). Evlilik çatışmasında bilişsel ögeler (A., Sevim, Çev.). *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 24 (1), 251-258. (Orjinal eserin basım tarihi 1989). [https://doi.org/10.1501/Egifak\\_0000000725](https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000725)
- Benshoof, L., ve Thornhill, R. (1979). The evolution of monogamy and concealed ovulation in humans. *Journal of Social and Biological Systems*, 2(2), 95–106. [https://doi.org/10.1016/0140-1750\(79\)90001-0](https://doi.org/10.1016/0140-1750(79)90001-0)
- Berlyne, D. E. (1960). *Conflict, arousal and curiosity*. McGraw-Hill.
- Betzig, L. (1989). Causes of conjugal dissolution: A cross-cultural study. *Current Anthropology*, 30(5), 654–676. <https://doi.org/10.1086/203798>
- Bilgin, M. (2004). Bilişsel üçlü ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3(21). 35-41.

- Blau, P.M. (1986). Exchange and power in social life (2.Baskı). Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9780203792643>
- Blow, A. J., ve Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217–233.  
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01556.x>
- Boekhout, B. A., Hendrick, S. S., ve Hendrick C. (2003). Exploring infidelity: Developing the relationship issues scale. *Journal of Loss and Trauma*, 8(4), 283–306.  
<https://doi.org/10.1080/15325020305882>
- Bossard, J. H., ve Boll, E. S. (1955). Marital unhappiness in the life cycle. *Marriage and Family Living*, 17(1), 10. <https://doi.org/10.2307/346772>
- Boszormenyi-Nagy, I., ve Krasner, B. R. (2014). *Between give and take: A clinical guide to contextual therapy*. Routledge.
- Bradbury, T. N., ve Fincham, F. D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (4), 713–721. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.4.713>
- Broverman, I. K., Broverman, D. M., Clarkson, F. E., Rosenkrantz, P. S., ve Vogel, S. R. (1970). Sex-role stereotypes and clinical judgments of mental health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 34(1), 1–7. <https://doi.org/10.1037/h0028797>
- Budak, S. (2019). *Psikoloji sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burke, R. J., ve Weir, T. (1976). Relationship of wives' employment status to husband, wife and pair satisfaction and performance. *Journal of Marriage and the Family*, 38(2), 279.  
<https://doi.org/10.2307/350387>

- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12(1), 1–14.  
<https://doi.org/10.1017/s0140525x00023992>
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., ve Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science*, 3(4), 251–256.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1992.tb00038.x>
- Buss, D. M., ve Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: An evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review*, 100(2), 204–232. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.100.2.204>
- Buss, D. M. (1994). *The evolution of desire: Strategies of human mating*. Basic Books.
- Buss, D. M., ve Shackelford, T. K. (1997). Susceptibility to infidelity in the first year of Marriage. *Journal of Research in Personality*, 31(2), 193–221.  
<https://doi.org/10.1006/jrpe.1997.2175>
- Buss, D., Shackelford, T., Kirkpatrick, L., Choe, J., Lim, H., Hasegawa, M., Hasegawa, T., ve Bennett, K. (1999). Jealousy and the nature of beliefs about infidelity: Tests of competing hypotheses about sex differences in the United States, Korea, and Japan. *Personal Relationships*, 6(1), 125–150. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00215.x>
- Buss, D. M. (2006). Strategies of human mating. *Psihologijske Teme*, 15(2), 239–260.  
<https://hrcak.srce.hr/file/14203>
- Buunk, B. (1980). Extramarital sex in the Netherlands. *Alternative Lifestyles*, 3(1), 11–39.  
<https://doi.org/10.1007/bf01083027>



- Burr, W. R. (1970). Satisfaction with various aspects of marriage over the life cycle: A random middle class sample. *Journal of Marriage and the Family*, 32(1), 29. <https://doi.org/10.2307/349968>
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal Bilimler için veri analizi El Kitabı: İstatistik, araştırma deseni, Spss uygulamaları ve yorum*. Pegem Akademi.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with aMOS: basic concepts, applications, and programming*. Routledge.
- Can, A. (2019). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi* (7.Baskı). Pegem Akademi.
- Cann, A., Mangum, J. L., ve Wells, M. (2001). Distress in response to relationship infidelity: The roles of gender and attitudes about relationships. *Journal of Sex Research*, 38(3), 185–190. <https://doi.org/10.1080/00224490109552087>
- Cano, A., ve O'Leary, K. D. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 774–781. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.68.5.774>
- Cappella, J. N. (1989). Interpersonal communication: Fundamental questions and issues. C. R. Berger ve S. H. Chaffee (Ed.), *Handbook of communication science* (pp. 184-238) içinde. SAGE Publications.
- Cesur, S.(2018). Ahlakın sosyal psikolojisi (1.Baskı.) *Pales Yayınları*.
- Charny, I. W., ve Parnass, S. (1995). The impact of extramarital relationships on the continuation of marriages. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 21(2), 100–115. <https://doi.org/10.1080/00926239508404389>

- Choi, K. H., Catania, J. A., ve Dolcini, M. M. (1994). Extramarital sex and HIV risk behavior among US adults: Results from the National AIDS Behavioral Survey. *American Journal of Public Health*, 84(12), 2003–2007. <https://doi.org/10.2105/ajph.84.12.2003>
- Christensen, H. T. (1973). Attitudes Toward Marital Infidelity: A Nine-Culture Sampling of University Student Opinion. *Journal of Comparative Family Studies*, 4(2), 197–214. <http://www.jstor.org/stable/41600842>
- Clark, R. D., ve Hatfield, E. (1989). Journal of psychology & human sexuality gender differences in receptivity to sexual offers. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 2(1), 37–41. doi:10.1300/j056v02n01\_04
- Clutton-Brock, T. H., ve Parker, G. A. (1992). Potential reproductive rates and the operation of sexual selection. *The Quarterly Review of Biology*, 67(4), 437–456. <https://doi.org/10.1086/417793>
- Coleman, J. S. (1990). *Foundations of Social Theory*. Belknap Press of Harvard University Press.
- Collumbien, M., Das, B., ve Campbell, O. M. (2001). Why are condoms used, and how many are needed? estimates from Orissa, India. *International Family Planning Perspectives*, 27(4), 171. <https://doi.org/10.2307/2673852>
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara:Mentis Yayıncılık.
- Corona, G., Monami, M., Boddi, V., Cameron-Smith, M., Lotti, F., De Vita, G., Melani, C., Balzi, D., Sforza, A., Forti, G., Mannucci, E., ve Maggi, M. (2010). Male sexuality and cardiovascular risk. A cohort study in patients with erectile dysfunction. *The Journal of Sexual Medicine*, 7(5), 1918–1927. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2010.01744.x>

- Cramer, R. E., Abraham, W. T., Johnson, L. M., ve Manning-Ryan, B. (2001). Gender differences in subjective distress to emotional and sexual infidelity: Evolutionary or logical inference explanation? *Current Psychology*, 20(4), 327–336. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1015-2>
- Crowley, Anne Katherine (2006). The relationship of adult attachment style and interactive conflict styles to marital satisfaction. Doctoral dissertation, Texas A&M University. <https://hdl.handle.net/1969.1/ETD-TAMU-1763>
- Curran, P. J., West, S. G., ve Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16–29. <https://doi.org/10.1037/1082-989x.1.1.16>
- Cüceloğlu, D. (1991). *Yeniden insan insana*. (22. baskı). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2002). *İletişim donanımları*. Remzi Kitabevi.
- Dalby, J. T. (1987). Dr. Albert Ellis and rational-emotive therapy. *Alberta Psychology*, 16, 17–18, 22.
- Darwin, C. (1889). *The descent of man, and selection in relation to sex*. (2. Baskı). D. Appleton and Company. [http://darwin-online.org.uk/converted/pdf/1889\\_Descent\\_F969.pdf](http://darwin-online.org.uk/converted/pdf/1889_Descent_F969.pdf)
- DiGiuseppe, R., Doyle, K. A., Dryden, W., Backx, W., & Walen, S. R. (2014). *A practitioner's Guide to Rational Emotive Behavior therapy*. Oxford University Press.
- Dökmen, Ü. (1986). *Yüz ifadeleri konusunda verilen eğitimin duygusal yüz ifadelerini teşhis becerisi Ve iletişim çatışmalarına girme eğilimi üzerindeki etkisi*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

- Dökmen, Ü. (1985). Aile içi İletişim çatışmalarının transactional ve graph Analiz ile incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 001–014. [https://doi.org/10.1501/egifak\\_0000001080](https://doi.org/10.1501/egifak_0000001080)
- Dökmen, Ü (2004). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. Sistem Yayıncılık.
- Dönmez, M., ve Tunç, E. (2019). İlişkide bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme, evlilik uyumu ve tolerans arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2). <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/976193>
- Drigotas, S. M., ve Barta, W. (2001). The cheating heart: Scientific explorations of infidelity. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 177–180. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00143>
- Dryden, W. (2005). Rational Emotive behavior therapy. Freeman, A., Felgoise, S.H., Nezu, C.M., Nezu, A.M., Reinecke, M.A. (Ed.) *Encyclopedia of Cognitive Behavior Therapy* (321-324). içinde. Springer. [https://doi.org/10.1007/0-306-48581-8\\_90](https://doi.org/10.1007/0-306-48581-8_90)
- Elbaum, P. L. (1981). The dynamics, implications and treatment of extramarital sexual relationships for the family therapist. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(4), 489–495. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1981.tb01404.x>
- Ellis, A. (1972). *The civilized couple's guide to extramarital adventure*. Peter H. Wyden.
- Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 4(1), 4–21. <https://doi.org/10.1007/bf01073477>
- Ellis, A., ve Harper, R. A. (1989). *A new guide to rational living*. Wilshire Book Co.
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy*. Birch Lane Press.

- Emlen, S. T., ve Oring, L. W. (1977). Ecology, sexual selection, and the evolution of mating systems. *Science*, 197(4300), 215–223. <https://doi.org/10.1126/science.327542>
- Emmelkamp, P. M. G., Krol, B., Sanderman, R., ve Rüphan, M. (1987). The assessment of relationship beliefs in a marital context. *Personality and Individual Differences*, 8(6), 775–780. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(87\)90129-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(87)90129-2)
- England, P., ve Browne, I. (1992). Trends in Women’s Economic Status. *Sociological Perspectives*, 35(1), 17–51. <https://doi.org/10.2307/1389367>
- Epstein, N., ve Eidelson, R. J. (1981). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals and satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 9 (4), 13-22. <https://doi.org/10.1080/01926188108250420>
- Epstein, N. (1982). Cognitive therapy with couples. *American Journal of Family Therapy*, 10 (1), 5–16. <https://doi.org/10.1080/01926188208250432>
- Epstein, N., Baucom, D. H., ve Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Review*, 13 (1), 45–57. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(93\)90007-9](https://doi.org/10.1016/0272-7358(93)90007-9)
- Ergül, E. (2017, Haziran). Çiftlerde Küsme Davranışının İncelenmesi. T.C. İstanbul Ticaret Üniversitesi Dış Ticaret Enstitüsü Tartışma Metinleri, 116, 1-12. [http://ticaret.edu.tr/wp-content/uploads/2020/921/116\\_ÇİFTLERDE\\_KÜSME\\_DAVRANIŞININ\\_İNCELENMESİ.pdf](http://ticaret.edu.tr/wp-content/uploads/2020/921/116_ÇİFTLERDE_KÜSME_DAVRANIŞININ_İNCELENMESİ.pdf)
- Erok, M.(2013) *İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, ilişkiye dair inançlar, kişilerarası öfke, kişilerarası ilişkiler, problem çözme ve evlilik çatışması*. [Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi. <http://openaccess.maltepe.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12415/3059>

- Fair, S.E. (1986). *Cognitive content and distortion associated with mood-induced depressive and anxious states*. Doctoral dissertation, Arizona State University.  
<https://www.proquest.com/openview/a97b702d9ee024043a036cfa552fe57c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Fincham, F. D. (1985). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: II. Responsibility for marital problems. *Journal of Abnormal Psychology, 94* (2), 183-190. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.94.2.183>
- Fincham, F. D., ve Bradbury, T. N. (1990). *The psychology of marriage: Basic issues and applications*. Guilford Press.
- Fisher, H.E. (1987). The four-year itch. *Natural History Magazine, 96*, 22-28.  
<https://digitallibrary.amnh.org/handle/2246/6493>
- Fisher, H.E. (2004). *Cinsel aşkın anatomisi*. Varlık Yayınları.
- Fisher, A. D., Corona, G., Bandini, E., Mannucci, E., Lotti, F., Boddi, V., Forti, G., ve Maggi, M. (2009). Psychobiological correlates of extramarital affairs and differences between stable and occasional infidelity among men with sexual dysfunctions. *The Journal of Sexual Medicine, 6*(3), 866–875. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2008.01140.x>
- Fisher, A. D., Bandini, E., Corona, G., Monami, M., Cameron Smith, M., Melani, C., Balzi, D., Forti, G., Mannucci, E., ve Maggi, M. (2011). Stable extramarital affairs are breaking the heart. *International Journal of Andrology, 35*(1), 11–17. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2605.2011.01176.x>
- Fitzpatrick, M. A. (1990). Models of marital interaction. Giles ve W. P. Robinson (Ed.), *Handbook of language and social psychology* (pp. 433-450) içinde. John Wiley.

- Flinn, M. V., Geary, D. C., ve Ward, C. V. (2005). Ecological dominance, social competition, and coalitionary arms races. *Evolution and Human Behavior*, 26(1), 10–46. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2004.08.005>
- Forste, R., ve Tanfer, K. (1996). Sexual exclusivity among dating, cohabiting, and married women. *Journal of Marriage and the Family*, 58(1), 33. <https://doi.org/10.2307/353375>
- Fowers, B. J., ve Olson, D. H. (1986). Predicting marital success with prepare: A predictive validity study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12(4), 403–413. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1986.tb00673.x>
- Fowers, B. J. (2001). The limits of a technical concept of a good marriage: Exploring the role of virtue in communication skills. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(3), 327–340. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2001.tb00328.x>
- Fromm, E. (2003). *Sevme sanatı*. Morpa Kültür Yayınları.
- Gagnon, J. H., ve Simon, W. (1973). *Sexual conduct the social sources of human sexuality*. Hutchinson.
- Garcia, J. R., MacKillop, J., Aller, E. L., Merriwether, A. M., Wilson, D. S., ve Lum, J. K. (2010). Associations between dopamine D4 receptor gene variation with both infidelity and sexual promiscuity. *PLoS ONE*, 5(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0014162>
- Garver-Apgar, C. E., Gangestad, S. W., Thornhill, R., Miller, R. D., ve Olp, J. J. (2006). Major histocompatibility complex alleles, sexual responsivity, and unfaithfulness in romantic couples. *Psychological Science*, 17(10), 830–835. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01789.x>

- Gavrilets, S. (2012). Human origins and the transition from promiscuity to pair-bonding. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(25), 9923–9928. <https://doi.org/10.1073/pnas.1200717109>
- Gerrig, R. J., Zimbardo, P. G., ve Sart, G. (2016). *Psikoloji ve Yaşam: Psikolojiye Giriş*. Nobel.
- Gips, H., Zaitsev, K., ve Hiss, J. (2010). Sudden cardiac death of a woman during extramarital sex: A case report and review of the literature. *Journal of Forensic and Legal Medicine*, 17(4), 186–187. <https://doi.org/10.1016/j.jflm.2009.12.008>
- Glass, S. P., ve Wright, T. L. (1977). The relationship of extramarital sex, length of marriage, and sex differences on marital satisfaction and romanticism: Athanasiou's data reanalyzed. *Journal of Marriage and the Family*, 39(4), 691. <https://doi.org/10.2307/350475>
- Glass, S. P., ve Wright, T. L. (1985). Sex differences in type of extramarital involvement and marital dissatisfaction. *Sex Roles*, 12(9-10), 1101–1120. <https://doi.org/10.1007/bf00288108>
- Glass, S. P., ve Wright, T. L. (1992). Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behaviors, and gender. *Journal of Sex Research*, 29(3), 361–387. <https://doi.org/10.1080/00224499209551654>
- Glass, S. P., ve Staeheli, J. C. (2020). *Not "just friends": Rebuilding Trust and recovering your sanity after infidelity*. Atria Paperback.
- Glenn, N. D. (1991). The recent trend in marital success in the United States. *Journal of Marriage and the Family*, 53(2), 261. <https://doi.org/10.2307/352897>
- Goldberg, S., ve Lewis, M. (1969). Play behavior in the year-old infant: Early sex differences. *Child Development*, 40(1), 21. <https://doi.org/10.2307/1127152>



- Goldenberg, J. L., Landau, M. J., Pyszczynski, T., Cox, C. R., Greenberg, J., Solomon, S., ve Dunnam, H. (2003). Gender-typical responses to sexual and emotional infidelity as a function of mortality salience induced self-esteem striving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1585–1595. <https://doi.org/10.1177/0146167203256880>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., ve Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(2), 213–231. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x>
- Gottman, J. M., ve Porterfield, A. L. (1981). Communicative competence in the nonverbal behavior of married couples. *Journal of Marriage and the Family*, 43(4), 817–824. <https://doi.org/10.2307/351339>
- Gottman, J. M., ve Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2), 221–233. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.2.221>
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce?: The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Gottman, J. M., ve Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 927–947. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x>
- Gottman, J. M., ve Silver, N. (2002). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi*. Varlık Yayınları.
- Gökdağ, C., (2014). *Otomatik düşünceler, fonksiyonel olmayan tutumlar ve mizaç ve karakter arasındaki ilişkiler*. [Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi.

- Görgün Baran, A. (2004). Türkiye'de aile içi iletişim ve ilişkiler üzerine bir model denemesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD)*, (1), 31-42.  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/turkiyat/issue/16660/329634>
- Greeley, A. (1994). Marital infidelity. *Society*, 31(4), 9–13.  
<https://doi.org/10.1007/bf02693241>
- Greenberg, E. F., ve Nay, W. R. (1982). The intergenerational transmission of marital instability reconsidered. *Journal of Marriage and the Family*, 44 (2), 335–347. <https://doi.org/10.2307/351543>
- Greenhaus, J. H., ve Parasuraman, S. (1987). A work-nonwork interactive perspective of stress and its consequences. *Journal of Organizational Behavior Management*, 8(2), 37–60.  
[https://doi.org/10.1300/j075v08n02\\_04](https://doi.org/10.1300/j075v08n02_04)
- Gross, A. E. (1978). The male role and heterosexual behavior. *Journal of Social Issues*, 34(1), 87–107. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1978.tb02542.x>
- Grossbard, A.S. (1980).The economics of polygamy. *Population Economics*, 2, 231-320  
[https://www.turchi.sites.oasis.unc.edu/econ586/Readings/Grossbard\\_1980\\_compres.pdf](https://www.turchi.sites.oasis.unc.edu/econ586/Readings/Grossbard_1980_compres.pdf)
- Güleç, C.(1988). Aile ve evlilik krizlerinde acil psikoterapi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6(22), 20-26.  
<https://www.psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpd1300443319880000m000369.pdf>
- Güven, N., ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordam gücü, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 49-61. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200151>

- Haferkamp, C. J. (1994). Dysfunctional beliefs, self-monitoring, and marital conflict. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 13(3), 248–262. <https://doi.org/10.1007/BF02686852>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis*. Cengage Learning, EMEA.
- Haley, J. (1973). *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton H. Erickson*. George J. McLeod Limited.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 23(3), 245–261. <https://doi.org/10.1007/s10942-005-0013-y>
- Harary, F., ve Batell, M. F. (1981). Communication conflict. *Human Relations*, 34(8), 633–641. <https://doi.org/10.1177/001872678103400801>
- Harris, C. R., ve Christenfeld, N. (1996). Gender, jealousy, and reason. *Psychological Science*, 7(6), 364–366. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00390.x>
- Hendrick, C., ve Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (2), 392–402. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.2.392>
- Henss, R. (1991). Perceiving age and attractiveness in facial Photographs1. *Journal of Applied Social Psychology*, 21(11), 933–946. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1991.tb00451.x>
- Hertlein, K. M., Ray, R., Wetchler, J. L., ve Killmer, J. M. (2003). The role of differentiation in extradyadic relationships. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 2(4), 33–50. [https://doi.org/10.1300/j398v02n04\\_03](https://doi.org/10.1300/j398v02n04_03)

- Hicks, T. V., ve Leitenberg, H. (2001). Sexual fantasies about one's partner versus someone else: Gender differences in incidence and frequency. *The Journal of Sex Research*, 38(1), 43–50. <https://doi.org/10.1080/00224490109552069>
- Higgins, C. A., Duxbury, L. E., ve Irving, R. H. (1992). Work-family conflict in the dual-career family. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 51(1), 51–75. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(92\)90004-q](https://doi.org/10.1016/0749-5978(92)90004-q)
- Hoffman, L. W. (1972). Early childhood experiences and women's achievement motives. *Journal of Social Issues*, 28(2), 129–155. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1972.tb00022.x>
- Hoffman, M. L. (1975). Sex differences in moral internalization and values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(4), 720–729. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.32.4.720>
- Huber, C. H., ve Milstein, B. (1985). Cognitive restructuring and a collaborative set in couples' work. *American Journal of Family Therapy*, 13 (2), 17-27. <https://doi.org/10.1080/01926188508250218>
- Hunt, M. (1969). *The affair*. (1.Baskı). World Publishing.
- Hurlbert, D. F., Apt, C., Gasar, S., Wilson, N. E., ve Murphy, Y. (1994). Sexual narcissism: A validation study. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 20(1), 24–34. <https://doi.org/10.1080/00926239408403414>
- Jacobs, L., Berscheid, E., ve Walster, E. (1971). Self-esteem and attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17(1), 84–91. <https://doi.org/10.1037/h0030473>
- Jacobson, N. S., ve Margolin, G. (1979). *Marital therapy: Strategies Based on social learning and behavior exchange principles*. Brunner/Mazel.

- Jankowiak, W., Nell, M. D., ve Buckmaster, A. (2002). Managing infidelity: A Cross-Cultural Perspective. *Ethnology*, 41(1), 85. <https://doi.org/10.2307/4153022>
- Jehn, K. A., ve Mannix, E. A. (2001). The dynamic nature of Conflict: A longitudinal study of intragroup conflict and Group Performance. *Academy of Management Journal*, 44(2), 238–251. <https://doi.org/10.5465/3069453>
- Johnson, M. M. (1963). Sex role learning in the nuclear family. *Child Development*, 34(2), 319. <https://doi.org/10.2307/1126730>
- Johnson, R. E. (1970). Some correlates of extramarital coitus. *Journal of Marriage and the Family*, 32(3), 449. <https://doi.org/10.2307/350111>
- Johnson, S. M., ve Greenberg, L. S. (1985). Emotionally focused couples therapy: An outcome study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11 (3), 313-317. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00624.x>
- Jones, M. E., ve Stanton, A. L. (1988). Disfunctional beliefs, belief similarity, and marital distress: A comparison of models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7 (1), 1-14. <https://doi.org/10.1521/jscp.1988.7.1.1>
- Kalkan, H.S. (2019, Ocak-Şubat). Aldatmak erkeğe mahsus değil. *Psikeart*, 61, 48-51.
- Kalkan, M. (2006). İlişkilerde inanç envanterinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 25(3), 45-54. <https://toad.halileksi.net/olcek/iliskilerde-inanc-envanteri>
- Kaplan, H. (1994). Evolutionary and wealth flows theories of fertility: Empirical tests and new models. *Population and Development Review*, 20(4), 753. <https://doi.org/10.2307/2137661>

Kappeler, P. M. (2013). Why male mammals are monogamous. *Science*, 341(6145), 469–470.

<https://doi.org/10.1126/science.1242001>

Karabacak, A. ve ifti, M. (2016). niversite ğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumları ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikoloji alışmaları*, 36 (2), 25-43. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iupcd/issue/28559/304734>

Kaya, A. (2017). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. Pegem Akademi.

Kelly, J., ve Bazzini D. G. (2001). Gender, sexual experience, and the sexual double standard: Evaluations of female contraceptive behavior. *Sex Roles: A Journal of Research*, 45(11-12):785-799.

[https://libres.uncg.edu/ir/asu/f/Bazzini\\_Doris\\_2001\\_Gender\\_Sexual\\_Experience.pdf](https://libres.uncg.edu/ir/asu/f/Bazzini_Doris_2001_Gender_Sexual_Experience.pdf)

Kimmel, D., ve Veen, F. V. (1974). Factors of marital adjustment in Locke's Marital Adjustment Test. *Journal of Marriage and the Family*, 36(1), 57. <https://doi.org/10.2307/350994>

Klinetob, N. A., ve Smith, D. A. (1996). Demand-withdraw communication in marital interaction: tests of interspousal contingency and gender role hypotheses. *Journal of Marriage and Family*, 58(4), 945–957. <https://doi.org/10.2307/353982>

Klein, D. M., J. M. White ve Martin F.M. (1996), *Family theories an introduction* (4.Baskı), Sage Publications. <https://vdoc.pub/documents/family-theories-an-introduction-8b1tgquqj980>

Klinetob, N. A., ve Smith, D. A. (1996). Demand-withdraw communication in marital interaction: Tests of INTERSPOUSAL contingency and gender role hypotheses. *Journal of Marriage and the Family*, 58(4), 945. <https://doi.org/10.2307/353982>

Knapp, M. L., ve Daly, J. A. (2006). *Handbook of Interpersonal Communication*. Sage.

- Koolae, A. K., Adibrad, N., ve Sedgh Poor, B. S. (2010). The comparison of relationship beliefs and couples burnout in women who apply for divorce and aomen who want to continue their marital life. *Iranian journal of psychiatry*, 5 (1), 35–39.
- Kramer, C. (1969). The theoretical poeition: Diagnostic and therapeutic implications. Kramer, C., Liebowitz, B., Phillips, R., vd. (Ed.), *Beginning phase of family treatment* içinde. Kramer Foundation.
- Kramer, A. C. (2011). Penile fracture seems more likely during sex under stressful situations. *The Journal of Sexual Medicine*, 8(12), 3414–3417. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2011.02461.x>
- Krebs, D. L. (2008). Morality: An evolutionary account. *Perspectives on Psychological Science*, 3(3), 149–172. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00072.x>
- Kurdek, L. A. (1993). Predicting marital dissolution: A 5-year prospective longitudinal study of newlywed couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(2), 221–242. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.2.221>
- Kurdek L. A. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental psychology*, 35 (5), 1283–1296. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.35.5.1283>
- Kuyucu, Y. (2007). *Boşanmış ailede yetişen ergenlerin bilişsel çarpıtmalarıyla benlik değeri arasındaki ilişki*. [Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Küçükçelik, Z. M. (2015). *İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi. <http://acikerisim.demiroglu.bilim.edu.tr:8080/xmlui/handle/11446/853>

- Larsen, A. S., ve Olson, D. H. (1989). Predicting marital satisfaction using PREPARE: A replication study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15 (3), 311–322. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1989.tb00812.x>
- Larson, J. H. (1988). The marriage quiz: College students' beliefs in selected myths about marriage. *Family Relations*, 37(1), 3. <https://doi.org/10.2307/584422>
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., ve Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. University of Chicago Press.
- Lawoyin, T., ve Larsen, U.(2002). Male sexual behaviour during wife's pregnancy and postpartum abstinence period in Oyo State, Nigeria. *Journal of Biosocial Science*, 34(1), 51–63. <https://doi.org/10.1017/s0021932002000512>
- Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*, 46(8), 819–834. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.46.8.819>
- Lee, S., Chae, J., ve Cho, Y. (2006). Causes of sudden death related to sexual activity : Results of a medicolegal postmortem study from 2001 to 2005. *Journal of Korean Medical Science*, 21(6), 995. <https://doi.org/10.3346/jkms.2006.21.6.995>
- Lewis, J. (2013, Güz). Tez eşliliğin politikası. *Feminist Politika*, 20, 36-37. [http://www.sosyalistfeministkolektif.org/wp-content/uploads/Feminist\\_Politika/fp\\_sayi\\_20.pdf](http://www.sosyalistfeministkolektif.org/wp-content/uploads/Feminist_Politika/fp_sayi_20.pdf)
- Lawson, A. (1990). *Adultery: An analysis of love and betrayal*. Oxford University Press.
- Lindan, C., Allen, S., Crael, M., Nsengumuremyi, F., de Perre, P. V., Serufilira, A., Tice, J., Black, D., Coates, T., ve Hulley, S. (1991). Knowledge, attitudes, and perceived risk of



- AIDS among urban rwandan women. *AIDS*, 5(8), 993–1002.  
<https://doi.org/10.1097/00002030-199108000-00011>
- Liu, C. (2000). A theory of marital sexual life. *Journal of Marriage and Family*, 62(2), 363–374. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00363.x>
- Loewenstein, S. (1978). An overview of some aspects of female sexuality. *Social Casework*, 59(2), 106–115. <https://doi.org/10.1177/104438947805900206>
- Luckey, E. B. (1966). Number of years married as related to personality perception and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 28(1), 44.  
<https://doi.org/10.2307/350039>
- Lynn, S. J., ve Garske, J. P. (1985). *Contemporary psychotherapies: Models and methods*. C.E. Merrill Pub. Co.
- Markman, H. J. (1981). Prediction of marital distress: A 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(5), 760–762. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.49.5.760>
- Markman, H. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., ve Storaasli, R. D. (1988). Prevention of marital distress: A longitudinal investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(2), 210–217. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.56.2.210>
- Martin, G. L. (1989). Relationship, romance, and sexual addiction in extramarital affairs. *Journal of Psychology and Christianity*, 8 (4), 5–25.
- McKeachie, W. J., ve Doyle, C. (1966). *Psychology*. Reading, Mass: Addison-Wesley Pub. Co.
- McKee, J., ve Sherriffs, A. (1957). The differential evaluation of males and females. *Journal of Personality*, 25(3), 356–371. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1957.tb01533.x>

- Meşeli, P. (2013, Güz). Hukuk perdesinden aldatmaya biçilen rol. *Feminist Politika*, 20, 30-31.  
[http://www.sosyalistfeministkolektif.org/wp-content/uploads/Feminist\\_Politika/fp\\_sayi\\_20.pdf](http://www.sosyalistfeministkolektif.org/wp-content/uploads/Feminist_Politika/fp_sayi_20.pdf)
- Metts, S., ve Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17 (1), 170–185. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1990.tb00230.x>
- Minuchin, S. (1977). *Families & Family therapy*. Harvard Univ. Pr.
- Moore, K. R. (1998). Trust and relationship commitment in Logistics Alliances: A buyer perspective. *International Journal of Purchasing and Materials Management*, 34(4), 24–37. <https://doi.org/10.1111/j.1745-493x.1998.tb00039.x>
- Mortensen, M., ve Hinds, P. J. (2001). Conflict and shared identity in geographically distributed teams. *International Journal of Conflict Management*, 12(3), 212–238. <https://doi.org/10.1108/eb022856>
- Möller, A. T., ve Van Zyl, P. D. (1991). Relationship beliefs, interpersonal perception, and marital adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 47(1), 28–33. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199101\)47:1<28::aid-jclp2270470105>3.0.co;2-k](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199101)47:1<28::aid-jclp2270470105>3.0.co;2-k)
- Möller, A. T., Rabe, H. M., ve Nortje, C. (2001). *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 19(4), 259–270. <https://doi.org/10.1023/a:1012565031864>
- Neubeck, G., ve Schletzer, V. M. (1962). A study of extra-marital relationships. *Marriage and Family Living*, 24(3), 279. <https://doi.org/10.2307/349146>
- Noller, P. (1980). Misunderstandings in marital communication: A study of couples' nonverbal communication. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1135-1148. <https://doi.org/10.1037/h0077716>

- Ohira, T. (2010). Psychological distress and cardiovascular disease: The circulatory risk in communities study (CIRCS). *Journal of Epidemiology*, 20(3), 185–191. <https://doi.org/10.2188/jea.je20100011>
- Oliver, M. B., ve Hyde, J. S. (1993). Gender differences in sexuality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 114(1), 29–51. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.114.1.29>
- Olson, M. M., Russell, C. S., Higgins-Kessler, M., ve Miller, R. B. (2002). Emotional processes following disclosure of an extramarital affair. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 423–434. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb00367.x>
- Onur, B. (2011). *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, yaşlılık, ölüm*. İmge Kitabevi Yayınları.
- Oruç, T., (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Öcal Yüceol, S.E. (2016). *Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar ile ilişki doyumu ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiler*. [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi.
- Öğüt, H. (2019, Ocak-Şubat). Erkeğin ihaneti cinsel, kadının tinsel öyle mi ? *Psikeart*, 61, 86-91.
- Öğütölmüş, S. (2001). *Kişiler arası sorun çözme vecerileri ve eğitimi (1.Baskı)*. Nobel Yayın Dağıtım. <http://www.egitimpsikolojisi.org/wp-content/uploads/2021/01/Kisilerarasi-Sorun-Cozme-Becerileri-ve-Egtimi-Birinci-Baski-1.pdf>
- Önder, E.(2008). *Lisans öğrencilerinin yaşadıkları çatışmalar ve çatışma yönetim stilleri*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi. [https://www.researchgate.net/profile/EmineOender/publication/321212574\\_LISANS\\_O](https://www.researchgate.net/profile/EmineOender/publication/321212574_LISANS_O)

GRENCILERININ\_YASADIKLARI\_CATISMALAR\_VE\_CATISMA\_YONETIM\_S  
TILLERI\_Suleyman\_Demirel\_Universitesi\_Ornegi\_YUKSEK\_LISANS\_TEZI/links/5a  
1525b2458515005213221d/LISANS-OeGRENCILERININ-YASADIKLARI-  
CATISMALAR-VE-CATISMA-YOeNETIM-STILLERI-Sueleyman-Demirel-  
Ueniversitesi-Oernegi-YUeKSEK-LISANS-TEZI.pdf

Öner, U. (2021). Çatışma çözme ve arabuluculuk eğitimi. Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde rehberlik*, (8.Baskı) içinde. Nobel Akademik Yayıncılık.

Özer, A. K. (2018). "Ben" Değeri Tiryakiliği: Duygusal Gerilimle Baş Edebilme. Aura Yayıncılık.

Özgüven, İ.E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam (1.Baskı)*. Pdrem Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. Nobel Akademi Yayıncılık.

Parzeller, M., Raschka, C., ve Bratzke, H. (2001). Sudden cardiovascular death in correlation with sexual activity -- results of a medicolegal postmortem study from 1972--1998. *European heart journal*, 22(7), 610–611. <https://doi.org/10.1053/euhj.2000.2329>

Parzeller, M., Bux, R., Raschka, C., ve Bratzke, H. (2006). Sudden cardiovascular death associated with sexual activity: A forensic autopsy study (1972-2004). *Forensic Science, Medicine and Pathology*, 2(2), 109–114. <https://doi.org/10.1385/fsmp:2:2:109>

Patterson, C. H., & Watkins, C. E. (1996). *Theories of psychotherapy*. Harper Collins.

Platt, R. L., Nalbone, D. P., Casanova, G. M., ve Wetchler, J. L. (2008). Parental conflict and infidelity as predictors of adult children's attachment style and infidelity. *The American Journal of Family Therapy*, 36(2), 149–161. <https://doi.org/10.1080/01926180701236258>

- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.  
[https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=0hIwhM\\_fl1EKdDYwTL14\\_w&no=jnAElsRsmZ0lDzJZac3L1g](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=0hIwhM_fl1EKdDYwTL14_w&no=jnAElsRsmZ0lDzJZac3L1g)
- Prins, K. S., Buunk, B. P., ve VanYperen, N. W. (1993). Equity, normative disapproval and extramarital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(1), 39–53.  
<https://doi.org/10.1177/0265407593101003>
- Ramaraju, S., ve Phil., M. (2012). Psychological perspectives on interpersonal communication. *Researchers World*, 3, 68.  
[https://smd.sjtu.edu.cn/Public/sub/2/download/22-PSYCHOLOGICAL\\_PERSPECTIVES\\_ON\\_INTERPERSONAL\\_COMMUNICATION.pdf](https://smd.sjtu.edu.cn/Public/sub/2/download/22-PSYCHOLOGICAL_PERSPECTIVES_ON_INTERPERSONAL_COMMUNICATION.pdf)
- Raschke, H. J. (1987). Divorce. M. B. Sussman ve S. K. Steinmetz (Ed.), *Handbook of marriage and the family* (s. 597-624) içinde. Plenum Press.
- Reiss, I. L., Anderson, R. E., ve Sponaugle, G. C. (1980). A multivariate model of the determinants of extramarital sexual permissiveness. *Journal of Marriage and the Family*, 42(2), 395. <https://doi.org/10.2307/351237>
- Rerkpattanapipat, P., Stanek, M. S., ve Kotler, M. N. (2001). Sex and the heart: what is the role of the cardiologist?. *European heart journal*, 22(3), 201–208.  
<https://doi.org/10.1053/euhj.1999.2010>
- Ryder, R. W., Ndilu, M., Hassig, S. E., Kamenga, M., Sequeira, D., Kashamuka, M., Francis, H., Behets, F., Colebunders, R. L., Dopagne, A., Kambale, R., ve Heyward, W. L. (1990). Heterosexual transmission of HIV-1 among employees and their spouses at two large

businesses in Zaire. *AIDS*, 4(8), 725–732. <https://doi.org/10.1097/00002030-199008000-00002>

Sarı, T. ve Korkut Owen, F. (2016). Romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ve bağlanma boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki yordayıcı rolünün incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(37), 204-216. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19410/206447>

Savaşır, I., Soygüt, G. ve Barışkın, E. (2009). *Bilişsel Davranışlar Terapiler*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Sayar, K. (2014). *Beni sessiz de sevebilir misin?* Timaş Yayınları.

Schneider, J. (1971). Of vigilance and virgins: Honor, shame and access to resources in Mediterranean societies. *Ethnology*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.2307/3772796>

Schneider, J. P., Irons, R. R., ve Corley, M. D. (1999). Disclosure of extramarital sexual activities by sexually exploitative professionals and other persons with addictive or compulsive sexual disorders. *Journal of Sex Education and Therapy*, 24(4), 277–287. <https://doi.org/10.1080/01614576.1999.11074316>

Schultz, D. P., Schultz, S. E., ve Aslay, Y. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. Kaknüs yayınları.

Schwebel, A. I., ve Fine, M. A. (1994). *Understanding and helping families: A cognitive-behavioral approach*. Lawrence Erlbaum Associates.

Sezen, L. (2005). Türkiyede Evlenme Biçimleri. *Journal of Turkish Research Institute*, (27), 185–185. <https://doi.org/10.14222/turkiyat674>

Sharf, R. S. (2015). *Theories of psychotherapy & counseling: Concepts and cases*. (6. Basım). Brooks Cole.

- Sharp, E. A., ve Ganong, L. H. (2000). Raising awareness about marital expectations: Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 49 (1), 71–76. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00071.x>
- Shaughnessy, J.J., Zechmeister, E.B. ve Zechmeister, J.S. (2016). *Psikolojide araştırma yöntemleri* (1.Baskı).(İ.Göz, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orjinal eserin basım tarihi, 2015, 10.Baskı).
- Shu, L. L., Gino, F., ve Bazerman, M. H. (2011). Dishonest deed, clear conscience: When cheating leads to moral disengagement and motivated forgetting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(3), 330–349. <https://doi.org/10.1177/0146167211398138>
- Simmons, J. ve Griffiths, R.(2021). *Yeni başlayanlar için bilişsel davranışçı terapi* (3.Baskı). (M.H.Türkçapar ve Ç.Şaher, Çev.). Nobel Yaşam. (2018).
- Simpson, J. A., ve Gangestad, S. W. (1992). Sociosexuality and romantic partner choice. *Journal of Personality*, 60(1), 31–51. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00264.x>
- Solomon, D. H., Knobloch, L. K., ve Fitzpatrick, M. A. (2004). Relational power, marital schema, and decisions to withhold complaints: An investigation of the chilling effect on confrontation in marriage. *Communication Studies*, 55(1), 146–167. <https://doi.org/10.1080/10510970409388610>
- Solstad, K., ve Mucic, D. (1999). Extramarital sexual relationships of middle-aged Danish men: Attitudes and behavior. *Maturitas*, 32(1), 51–59. [https://doi.org/10.1016/s0378-5122\(99\)00012-2](https://doi.org/10.1016/s0378-5122(99)00012-2)

- South, S. J., ve Lloyd, K. M. (1995). Spousal alternatives and marital dissolution. *American Sociological Review*, 60(1), 21. <https://doi.org/10.2307/2096343>
- Soylu, Y. ve Kağncı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5 (43), 44-54. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21463/230061>
- Sönmez., D. (2012). Boşanma sürecindeki çiftlerin otomatik düşünceleri ile aile ve evliliğe ilişkin inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Spanier, G. B., ve Margolis, R. L. (1983). Marital separation and extramarital sexual behavior. *The Journal of Sex Research*, 19(1), 23–48. <https://doi.org/10.1080/00224498309551167>
- Spring, J. A. (1996). *After the affair*. HarperCollins.
- Stackert, R. A., ve Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419–1429. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(02)00124-1)
- Stein, R. A. (2000). Cardiovascular response to sexual activity. *The American Journal of Cardiology*, 86(2), 27–29. [https://doi.org/10.1016/s0002-9149\(00\)00888-2](https://doi.org/10.1016/s0002-9149(00)00888-2)
- Stephenson, R. M. (1973). Involvement in deviance: An example and some theoretical implications. *Social Problems*, 21(2), 173–190. <https://doi.org/10.1525/sp.1973.21.2.03a00030>
- Sternberg, R. J. (1995). Love as a story. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(4), 541–546. <https://doi.org/10.1177/0265407595124007>



- Stickle, F. E., ve Pellegrino, D. (1982). Training individuals to label nonverbal facial cues. *Psychology in the Schools*, 19(3), 384–387. [https://doi.org/10.1002/1520-6807\(198207\)19:3<384::aid-pits2310190321>3.0.co;2-a](https://doi.org/10.1002/1520-6807(198207)19:3<384::aid-pits2310190321>3.0.co;2-a)
- Sullivan, B. F., ve Schwebel, A. I. (1995). Relationship Beliefs and Expectations of Satisfaction in Marital Relationships: Implications for Family Practitioners. *The Family Journal*, 3(4), 298–305. <https://doi.org/10.1177/1066480795034003>
- Symons, D. (1979). *The evolution of human sexuality*. Oxford University Press.
- Şahin, S. ve Aral, N. (2012). *Aile içi iletişim*. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1 (3), 55-66. doi: 10.1501/Asbd\_0000000029
- Thibaut, J. W., ve Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. John Wiley.
- Thompson, A. P. (1983). Extramarital sex: A review of the research literature. *The Journal of Sex Research*, 19(1), 1–22. <https://doi.org/10.1080/00224498309551166>
- Thompson, A. P. (1984). Emotional and sexual components of extramarital relations. *Journal of Marriage and the Family*, 46(1), 35. <https://doi.org/10.2307/351861>
- Thornhill, R., ve Wilmsen Thornhill, N. (1983). Human rape: An evolutionary analysis. *Ethology and Sociobiology*, 4(3), 137–173. [https://doi.org/10.1016/0162-3095\(83\)90027-4](https://doi.org/10.1016/0162-3095(83)90027-4)
- Træen, B., Holmen, K., ve Stigum, H. (2006). Extradyadic sexual relationships in Norway. *Archives of Sexual Behavior*, 36(1), 55–65. <https://doi.org/10.1007/s10508-006-9080-0>
- Træen, B., ve Stigum, H. (1998). Parallel sexual relationships in the Norwegian context. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 8 (1), 41–

56. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-1298\(199801/02\)8:1<41::AID-CASP440>3.0.CO;2-3](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-1298(199801/02)8:1<41::AID-CASP440>3.0.CO;2-3)

Treas, J., ve Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabiting Americans. *Journal of Marriage and Family*, 62(1), 48–60.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00048.x>

Trivers, R. (1972). Paternal investment and sexual selection. B. Campbell (Ed.), *Sexual selection and the descent of man* (s. 136- 179) içinde. Aldine-Atherton.

Tsapelas, I., Fisher H.E., ve Aron A. (2010). Infidelity: when, where, why. W.R Cupach ve B.H. Spitzberg, *The Dark Side of Close Relationships II* (s.175-196) içinde, Routledge.  
<https://static1.squarespace.com/static/54694fa6e4b0eae4530f99d/t/5623c372e4b0501d406c088d/1445184370573/Infidelity+-+when%2C+where%2C+why.pdf>

Turke, P. W. (1984). Effects of ovulatory concealment and synchrony on protohominid mating systems and parental roles. *Ethology and Sociobiology*, 5(1), 33–44.  
[https://doi.org/10.1016/0162-3095\(84\)90033-5](https://doi.org/10.1016/0162-3095(84)90033-5)

Tutarel Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ve nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*. 12 (40). 55-64.  
[https://www.researchgate.net/publication/324149957\\_Evlilik\\_uyumu\\_ile\\_nedensellik\\_ve\\_sorumluluk\\_yuklemeleri\\_arasindaki\\_iliskiler\\_Turk\\_Psikoloji\\_Dergisi124055-64/references](https://www.researchgate.net/publication/324149957_Evlilik_uyumu_ile_nedensellik_ve_sorumluluk_yuklemeleri_arasindaki_iliskiler_Turk_Psikoloji_Dergisi124055-64/references)

Türkçapar, M.H. (2018). *Bilişsel davranışçı terapi: temel ilkeler ve uygulama* (11.Baskı). Epsilon Yayınevi.

Türkiye İstatistik Kurumu. (2022). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. (Yayın no. 45568).  
<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568>

- Uğur, E. (2013). *Lise öğrencilerinin kişiler arası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları Ve saldırganlık tepkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Gaziantep Üniversitesi.
- Ülker, G. (2011). *Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması*. [Yüksek Lisans Tezi]. Ege Üniversitesi.  
[https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=nbQzraS4tKqlpQs4dFcSCA&no=DDtk84vTKSxkqgP\\_NM8Llg](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=nbQzraS4tKqlpQs4dFcSCA&no=DDtk84vTKSxkqgP_NM8Llg)
- Vedantam, S. (2007, 28, Mayıs). If it feels good to Be good, it might be only natural. *Washington Post*. <https://www.empathogens.com/empathy/feelgood.html>
- Walster, E., Traupmann, J., ve Walster, G. W. (1978). Equity and extramarital sexuality. *Archives of Sexual Behavior*, 7(2), 127–142.  
<https://doi.org/10.1007/bf01542062>
- Walum, H., Westberg, L., Henningsson, S., Neiderhiser, J. M., Reiss, D., Igl, W., Ganiban, J. M., Spotts, E. L., Pedersen, N. L., Eriksson, E., ve Lichtenstein, P. (2008). Genetic variation in the vasopressin receptor 1A gene ( *avpr1a* ) associates with pair-bonding behavior in humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 105(37), 14153–14156. <https://doi.org/10.1073/pnas.0803081105>
- Wegner, D. M., Lane, J. D., ve Dimitri, S. (1994). The allure of secret relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 287–300. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.2.287>
- Weis, D. L., ve Jurich, J. (1985). Size of community of residence as a predictor of attitudes toward extramarital sexual relations. *Journal of Marriage and the Family*, 47(1), 173. <https://doi.org/10.2307/352079>

- Whisman, M. A., Dixon, A. E., ve Johnson, B. (1997). Therapists' perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of Family Psychology, 11*(3), 361–366. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.11.3.361>
- Whisman, M. A., ve Snyder, D. K. (2007). Sexual infidelity in a national survey of American women: Differences in prevalence and correlates as a function of method of assessment. *Journal of Family Psychology, 21*(2), 147–154. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.2.147>
- Widmer, E. D., Treas, J., ve Newcomb, R. (1998). Attitudes toward nonmarital sex in 24 countries. *Journal of Sex Research, 35*(4), 349–358. <https://doi.org/10.1080/00224499809551953>
- Wiederman, M. W., ve Allgeier, E. R. (1996). Expectations and attributions regarding extramarital sex among young married individuals. *Journal of Psychology & Human Sexuality, 8*(3), 21–35. [https://doi.org/10.1300/j056v08n03\\_02](https://doi.org/10.1300/j056v08n03_02)
- Wiederman, M. W. (1997). Extramarital sex: Prevalence and correlates in a national survey. *Journal of Sex Research, 34*(2), 167–174. <https://doi.org/10.1080/00224499709551881>
- Wiggins, J. D., ve Lederer, D. A. (1984). Differential antecedents of infidelity in marriage. *American Mental Health Counselors Association Journal, 6* (4), 152–161.
- Williams, G. (1996). *Adaptation and natural selection*. Princeton University Press.
- Wills, T. A., Weiss, R. L., ve Patterson, G. R. (1974). A behavioral analysis of the determinants of marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42* (6), 802 - 811. <https://doi.org/10.1037/h0037524>

- Winking, J., Kaplan, H., Gurven, M., ve Rucas, S. (2007). Why do men marry and why do they stray? *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 274(1618), 1643–1649. <https://doi.org/10.1098/rspb.2006.0437>
- Yalçın Koçkan, S. (2015). *Evli çiftlerde otomatik düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumuna etkisinin değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Yılmaz, H., İlketenci, R., Yılmaz, A.S., Mamirova, C. (2018). Evli bireylerin problem çözmede kullandıkları yaklaşımlar ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 445-462. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/578392>
- Yılmazçoban, A.M. (2008). Flört ve görücü usulü evliliklerde psiko-sosyal özelliklerin etkisi.[Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Zhang, N., Parish, W. L., Huang, Y., ve Pan, S. (2012). Sexual infidelity in China: Prevalence and gender-specific correlates. *Archives of Sexual Behavior*, 41(4), 861–873. <https://doi.org/10.1007/s10508-012-9930-x>

## EKLER


### EK A: Ölçek Kullanım İzinleri

#### İlişkilerde İnanç Envanteri

**MD** Melek Demir 7 October 2020 13:49  
Re: İlişkilerde İnanç Envanteri'nin Kullanım İzni Hakkında  
To: Dilara Ergun

Merhaba,  
Ölçek ektedir. İyi çalışmalar dilerim.  
Prof. Dr. Melek Demir

[See More from Dilara Ergun](#)

  
İlişkilerde İnanç Envanteri.doc

#### Çatışma Eğilimi Ölçeği

**EE** Ebru Eroğlu 15 October 2020 11:27  
Re: İlet: Çatışma Eğilimi Ölçeği Geçerlik-Güvenirlik Çalışması ve Ölçek Kullanım İzni Hakkında  
To: Dilara Ergun

Dilara Hanım merhaba,

Kaynak göstererek ölçeği çalışmalarınızda kullanmanızda sakınca yoktur.  
Dokümanlar elimizde yok. Ancak siz Hoca'nın orijinal çalışmasına A.Ü Eğitim Bilimleri Fakültesi Kütüphanesinden ulaşabilirsiniz.

İyi çalışmalar

#### Aldatma Eğilimi Ölçeği

**DP** Demet Polat 15 October 2020 10:52  
Re: İlet: Aldatma Eğilimi Ölçeği Kullanım İzni Hakkında  
To: Dilara Ergun

Merhabalar, mailinizi yeni gördüm.  
Ölçeği kullanabilirsiniz.  
Başarılar dilerim.  
Demet Polat

--  
Mobil Yandex.Mail'den gönderildi

[See More from Dilara Ergun](#)

## **EK B: Ölçekler**

### **Kişisel Veri Toplama Formu**

Aşağıda bulunan boşlukları doldurup, soruları size uygun gelen seçeneği işaretleyerek (x) cevaplayınız.

**Cinsiyetiniz:**  K  E

**Yaşınız:** .....

**Eğitim durumunuz:**

- İlköğretim/Ortaokul
- Lise mezunu
- Üniversite Mezunu (ön lisans / lisans)
- Lisansüstü (yüksek lisans/ doktora)

**Mesleğiniz:** .....

**Kendinizi hangi sosyoekonomik düzeyde olarak değerlendiriyorsunuz?**

- Alt Sosyoekonomik Düzey
- Orta Altı Sosyoekonomik Düzey
- Orta Sosyoekonomik Düzey
- Orta Üstü Sosyoekonomik Düzey
- Üst Sosyoekonomik Düzey

**Evlenme biçiminiz:**

- Flört  Görücü usulü

**Eşinizle ilişkiniz başladıktan kaç ay/yıl sonra evlilik kararı aldınız?: .....yıl.....ay**

**Eşinizle ilişkiniz başladıktan kaç ay/yıl sonra evlendiniz? : .....yıl.....ay**

**Ne kadar süredir evlisiniz?: .....yıl.....ay**

**Çocuk sayısı: .....**

**Evliliğim süresince, eşimden başka biriyle birlikte oldum:  Evet Hayır**

**Evet'i işaretlediyseniz bu birlikteliği nasıl tanımlarsınız?:**

Duygusal

Cinsel

Duygusal+Cinsel



## EK B: Ölçekler- Devamı

### İlişkilerde İnanç Envanteri

**AÇIKLAMA:** Aşağıda romantik ilişkilere yönelik insanların benimsedikleri bazı düşünceler bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatle okuyup, bunlara ne kadar katıldığınızı belirleyin. İlginize ve yardımlarınıza teşekkür ederim.

① Hiç katılmıyorum    ② Katılmıyorum    ③ Kararsızım    ④ Katılıyorum    ⑤ Tamamen katılıyorum

1. Partnerimle aynı yönde düşünmediğimiz zamanlar, ilişkimizin başarısız olduğunu düşünürüm.	① ② ③ ④ ⑤
2. Partnerimin saygı duyacağı hiçbir özelliğim yok.	① ② ③ ④ ⑤
3. Partnerim benim ihtiyaçlarımı, ben söylemeden de fark edebilmeli.	① ② ③ ④ ⑤
4. İlişkimde yolunda gitmeyen durumlar ortaya çıktığında, suçu kendimde ararım.	① ② ③ ④ ⑤
5. İlişkimde zorluklar yaşasam da, daima güçlü görünmeliyim.	① ② ③ ④ ⑤
6. Partnerime ihtiyacım var, onsuз yaşamımı sürdüremem.	① ② ③ ④ ⑤
7. Mutlu bir ilişkide partnerler, sanki zihin okuyormuşçasına, birbirlerinin ihtiyaçlarını hissederekler.	① ② ③ ④ ⑤
8. Partnerim beni sevmediği sürece ben bir hiçim.	① ② ③ ④ ⑤
9. Kadınlara / Erkeklerle güvenilmeyeceğini biliyorum.	① ② ③ ④ ⑤
10. Cinsel performanstaki bazı güçlükler, kişisel yetersizlik anlamına gelir.	① ② ③ ④ ⑤
11. Sevmeye layık değilim.	① ② ③ ④ ⑤
12. Mutluluğum kendimden çok partnerimin sevgisine bağlıdır.	① ② ③ ④ ⑤
13. Mutlu bir ilişkide kadın ve erkeğin birbirlerinden sakladıkları şeyler yoktur.	① ② ③ ④ ⑤
14. Partnerimin bana olan sevgisinin biteceğini ve terk edileceğimi düşünüyorum.	① ② ③ ④ ⑤
15. Mutlu olmam için partnerimin gözünde değerimin hep yüksek olması gereklidir.	① ② ③ ④ ⑤
16. Partnerimin beni sevmesi, hiç hata yapmamama bağlıdır.	① ② ③ ④ ⑤
17. Mutlu olmam için partnerimin benim yaptıklarımı onaylaması gereklidir.	① ② ③ ④ ⑤
18. Her zaman partnerimin desteğine ihtiyacım var.	① ② ③ ④ ⑤
19. İlişkimde mutlu olabilmem için, partnerimin benim hakkındaki düşünceleri, benim kendimle ilgili düşüncelerimden daha önemlidir.	① ② ③ ④ ⑤
20. Partnerimin sevgisini yitirirsem, yaşamın benim için anlamı olmaz.	① ② ③ ④ ⑤

## EK B: Ölçekler- Devamı

### Çatışma Eğilimi Ölçeği

		Tamamen Aykırı (1)	Oldukça Aykırı (2)	Kararsızım (3)	Oldukça Uygun (4)	Tamamen Uygun (5)
1	Başkalarının problemi beni kendi problemim kadar ilgilendirir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Sık sık bahse tutuşurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Başkalarından kendim için bir şey istemek bana güç gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Bazen iyi niyetim karşımdaki tarafından yanlış anlaşılır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	Son zamanlarda sık sık münakaşa eder oldum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	Yakınlarımla zevklerim genellikle uyuşur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Bazen alınganlığım tutar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8	Öfkemi içime attığım olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Hatamın yüzüne söylenmesi beni rahatsız eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Yakınlarıma zaman zaman küserim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11	Konuşurken kelime oyunu yapmayı sevmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12	Birisiyle tartışırken dikkatim onun söylediklerinden çok vereceğim cevap üzerindedir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13	Özür dilemek bana güç gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

14	Şu anda dargın olduğum hiç kimse yok.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15	Aşık olduğumda bunu ona rahatlıkla söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Lades tutuşmayı severim .	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	Konuşurken sözümün kesilmesine kızarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18	Sahip olduğum kişisel özelliklerden hoşnutum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19	Dünyadaki her insanın sevilecek bir yanı olduğuna inanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20	Bazen incir çekirdeğini doldurmayan nedenlerden tartışmaya girerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21	Bazı tartışmalarda çok sinirlenip odayı terk ettiğim oldu.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22	Mesleğimden memnunum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23	Çok sinirlendiğimde gözüm hiç kimseyi görmez .	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24	Yaşamı seviyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25	Sinirli bir insanım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26	Bazen birisiyle konuşurken yüzüne baktığım halde sözlerini dinlemediğim olur .	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27	Bir tartışmada hatamı anlarsam hemen kabul ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28	Öyle tanıdıklarım var ki ne söyleseler sinirime dokunuyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
29	Bazı kişilere içimden kızar,	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

	yüzlerine söylemem.					
30	Bazen yanlış anlaşılma korkusuyla fikrimi açıklamadığım olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
31	Tartışmalarda genellikle, ortaya attığım bir fikirden kolay kolay vazgeçmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32	Değiştirmek istediğim bazı huylarım var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
33	Hatalı olduğumu fark etsem de, açıkça kabul etmek güç gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
34	İnsanların beni yeterince sevdiğinden emin değilim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
35	İnsanlara çabuk kırılırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
36	İnsanların çoğu bencildir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37	Arkadaşlarım uysal ve anlaşılırdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38	İnsanların çoğu, üzerlerine vazife olmayan işlere karışırlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39	Esir olmak beni rahatsız eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
40	Bir düşüncemi başkalarına tam olarak iletmede güçlük çektiğim olur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
41	Dargın olduğumuz için selam vermediğim kişiler var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
42	İnsanlar beni tam olarak anlamıyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
43	Bazen öfkeye kapılıp karşımdakini azarlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

44	Çevremde çok sevilen bir insanım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
45	Karşımdakinin övünmesi beni rahatsız etmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
46	İnsanlarla genellikle iyi geçinirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
47	Küs olduğum biriyle barışmak istediğimde ilk adımı atmakta güçlük çekmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
48	Başkalarının dertlerini dinlemek beni genellikle sıkar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
49	Kendimden her bakımdan hoşnutum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
50	Bazen birisine öyle kırılırım ki, uzun süre huzurum kaçar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
51	Yakınlarım, duygu ve düşüncelerimi tamamen değil, kısmen paylaşırlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
52	Öğüt vermeyi severim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
53	Genellikle insanlara güvenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

## EK B: Ölçekler- Devamı

### Aldatma Eğilimi Ölçeği

Bu ölçekte, evliliğiniz ile ilgili duygu ve düşüncelerinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derecede katıldığınızı ya da katılmadığınızı cevap için ayrılan yere (X) koyarak işaretleyiniz.		Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1.	Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim.					
2.	Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.), bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.					
3.	Zaman zaman, beni daha mutlu edebilecek bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					
4.	Eşimden aldığım cinsel doyum düşük olsa da, başkasıyla birlikte olmayı düşünmem.					
5.	Evliliğimi artık kurtaramayacağımı hissettiğimde (her şeye rağmen devam edecek ya da boşanmayla sonuçlanacak), hayatımda başka birinin olması için açık kapı bırakırım.					
6.	Eşim kendine ayrı bir sosyal çevre edinip onlarla yoğun bir ilişki içine girdiğinde; ben de ortak ilgilerimizi, hobilerimizi paylaşacağım bir partnerle vakit geçirmeyi deneyebilirim.					
7.	Eşimden daha güzel/yakışıklı, çekici bir partnerle birlikte olmayı da düşünürüm.					
8.	Giderek eşime olan sadakatim azalıyor.					
9.	Evliliğimdeki romantizm bitse de, bunu bir başkasıyla gidermeyi düşünmem.					
10.	Eşimden başka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
11.	Sevgi, anlayış ve desteğe ihtiyacım olduğunda; yine de bu isteğime eşimden başka bir partnerin karşılık vereceğine inanmıyorum.					
12.	Eşimle yaşamadığım fantezileri gerçekleştirebileceğim bir teklif aldığımda, bunu değerlendirebilirim.					
13.	Eşimin kıskanç davranışları, başka bir partnere yönelmeme neden olabilir.					
14.	Salt farklı bir heyecan yaşamak için, eşimden başkasıyla birlikte olmam.					
15.	Tek eşlilik bana göre değil.					
16.	Eşimden ayrılmayı düşünsem de, başka biriyle birlikte olmam.					
17.	Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağını sanmıyorum.					
18.	Eşimin fiziksel çekiciliği azalsa da, başka bir insanı çekici olduğu için tercih etmem.					
19.	Eşimin yoğun ilgisi, beni başka bir partnere itebilir.					
20.	Eşimle anlaşmasam da “keşke başka biriyle evli olsaydım” diye düşünmem.					
21.	Eşim bakımsız olduğunda, bakımlı ve hoş biriyle birlikte olmayı isterim.					
22.	Eşim karı-koca rolünü, ana-baba rolünün arkasına atarsa başkasıyla birlikte olabilirim.					
23.	Evliliğimi hiçbir koşulda riske atmam.					
24.	Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, ben de bir başkasıyla birlikte olmayı denerim.					
25.	İlişkimiz rutinleştğinde yeni heyecanlar yaşamak için başkasıyla birlikte olabilirim.					
26.	Elimde olmadan, salt ortamın uygun olması nedeniyle; başkasıyla birlikte olabilirim.					
27.	Eşim bana zaman ayırmasa da, hayatıma başka bir partneri almayı düşünmem.					
28.	Karşımdaki insan istedi diye, onunla birlikte olmam.					
29.	Eşim başkasıyla birlikte olmamı hak ediyor.					
30.	Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

## EK C: Etik Kurul Kararı



T.C.  
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu



Sayı : E-84026528-050.01.04-2100041465  
Konu : Başvuru İncelenmesi

15.03.2021

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Bekir ÇELİK

Yürütücülüğünüzü yapmış olduğunuz 2021-YÖNP-0113 nolu projeniz ile ilgili Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun almış olduğu 11.03.2021 tarih ve 05/37 sayılı kararı aşağıdadır.

Bilgilerinize rica ederim.

**KARAR:37-** Dr. Öğr. Üyesi Bekir ÇELİK'in sorumlu yürütücülüğünü yaptığı "Evli Bireylerde Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların, İletişim Çatışması Türü ve Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanın, ilgili kurumun izninin alınması ve Bilimsel Araştırmalar Etik Kuruluna sunulması koşulu ile Etik Kurul ilkelerine **uygun olduğuna** oy birliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Salih Zeki GENÇ  
Kurul Başkanı

Belge Doğrulama Kodu: MHE3F3H

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: dogrulama.comu.edu.tr

Adres: Onsekiz Mart Üniversitesi Terzioğlu Yerleşkesi Çanakkale

Telefon No: (0 286) 2180018

e-Posta:

Keş Adresi: [comu@hs01.kep.tr](mailto:comu@hs01.kep.tr)

Faks No:

İnternet Adresi:

Bilgi için :

Vildan Kapucu

Fen Bilimleri Enstitüsü Etik

Kurulu Memur

Telefon No:

(0 286) 2180018 - 14071



# ÖZGEÇMİŞ

## KİŞİSEL BİLGİLER

İsim SOYİSİM : Dilara ERGÜN

Doğum Yeri :

Doğum Tarihi :

## EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi :

Yüksek Lisans Öğrenimi :

Bildiği Yabancı Diller :

## İŞ DENEYİMİ

Çalıştığı Kurumlar ve Yıl:

## İLETİŞİM

E-posta Adresi :

ORCID :