



T.C.

**ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

**BAĞLANMA YARALANMASINDA YALNIZLIK VE AFFETME KARARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADİLE SÜMEYRA GÜNER

Tez Danışmanı

DOÇ. DR. HANİFE AKGÜL

ÇANAKKALE – 2022



T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

**BAĞLANMA YARALANMASINDA YALNIZLIK VE AFFETME KARARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADİLE SÜMEYRA GÜNER

Tez Danışmanı

DOÇ. DR. HANİFE AKGÜL

ÇANAKKALE – 2022



T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



Adile Sümeyra GÜNER tarafından Doç. Dr. Hanife AKGÜL yönetiminde hazırlanan ve **11/08/2022** tarihinde aşağıdaki jüri karşısında sunulan “**Bağlanma Yaralanmasında Yalnızlık ve Affetme Kararı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı çalışma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü **Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı**’nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak oy birliği ile kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Doç. Dr. Hanife AKGÜL

.....

(Danışman)

Dr. Öğretim Üyesi Mustafa TÜRKMEN

.....

Dr. Öğretim Üyesi Sedef ÜNSAL SEYDOOĞULLARI

.....

Tez No : 10484671

Tez Savunma Tarihi : 11 /08 /2022

.....

Enstitü Müdürü

__ / __ /2022

ETİK BEYAN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kuralları'na uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada; 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 çalışmada 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.

Adile Sümeyra GÜNER

11/08/2022

TEŞEKKÜR

Bu tezin gerçekleŐtirilmesinde, çalıŐmam boyunca benden bir an olsun yardımlarını esirgemeyen saygı değer danışman hocam Doç. Dr. Hanife AKGÜL'e ve çalışma süresince tüm zorlukları benimle göğüsleyen hayatımın her evresinde bana destek olan değerli aileme sonsuz teŐekkürlerimi sunarım.

Adile Sümeyra GÜNER
anakkale, Ağustos 2022



ÖZET

BAĞLANMA YARALANMASINDA YALNIZLIK VE AFFETME KARARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Adile Sümeyra GÜNER

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Disiplinlerarası Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Hanife AKGÜL

11/08/2022, 94

Araştırmada en az bir yıllık evli bireylerde bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararı arasındaki ilişki incelemiştir. Yine araştırmada en az bir yıllık evli bireylerin bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararına ilişkin katılımları; cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından ele alınmıştır. Araştırma tarama modelinde yürütülmüştür. Araştırmanın çalışma evreni olan Çanakkale ilinden 419 kişilik bir örneklem belirlenmiştir. Örneklemden elde edilen verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle araştırmada parametrik testlerden bağımsız örneklem t-Test, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon testi kullanılmıştır.

Araştırma ile örnekleme alınan bireylerin hem bağlanma yaralanması hem de duygusal yalnızlık düzeylerinde cinsiyet ve öğrenim düzeyinin etkili olmadığı; yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinin belirleyici olduğu görülmüştür. Araştırmada bağlanma yaralanması ile duygusal yalnızlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü; bağlanma yaralanması ile affetme kararı arasında düşük düzeyde negatif yönlü ve duygusal yalnızlık ile affetme kararı arasında düşük düzeyde negatif yönlü korelasyon tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Affetme Kararı, Bağlanma, Bağlanma Teorisi, Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık, Yalnızlık

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND DECISION TO FORGIVE IN ATTACHMENT INJURIES

Adile Sümeyra GÜNER

anakkale Onsekiz Mart University

School of Graduate Studies

Master of Science Thesis in Interdisciplinary Family Counseling

Advisor: Assoc. Prof. Dr. Hanife AKGL

11/08/2022, 94

This study examines the relationship between attachment injury, emotional loneliness and forgiveness among individuals who have been married for at least one year. It further analyzes the attachment injury, emotional loneliness and decisions to forgive of individuals who have been married for at least one year by variables of gender, age, education level, duration of marriage and number of children. It thus draws on screening model. The study universe consists of a sample of 419 individuals in the city of Çanakkale, Turkey. As the data obtained from the sample show a normal distribution, independent samples t-Test, One-way ANOVA and Pearson correlation test among parametric tests are performed.

This study concludes that gender and level of education affect neither attachment injury nor emotional loneliness levels of the individuals in the sample; on the other hand, age, duration of marriage and number of children variables are found to be decisive. It also yields a moderate level of positive correlation between attachment injury and emotional loneliness, a low level of negative correlation between attachment injury and decision to forgive, a low level of negative correlation between emotional loneliness and decision to forgive.

Keywords: Decision to forgive, Attachment, Attachment theory, Attachment injuries, Emotional loneliness, Loneliness

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

JÜRİ ONAY SAYFASI.....	i
ETİK BEYAN.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
SİMGELER ve KISALTMALAR.....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	x
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	7
1.6. Tanımlar.....	7

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma.....	9
2.2. Bağlanma Teorisi.....	11
2.3. Bağlanma Yaralanması.....	16
2.4. Duygu Odaklı Terapi.....	18
2.5. Yalnızlık.....	21
2.5.1. Duygusal Yalnızlık.....	22
2.6. Affetme Kararı.....	22
2.7. İlgili Araştırmalar.....	25

2.7.1. Bağlanma Yaralanması İle İlgili Araştırmalar.....	25
2.7.2. Yalnızlık İle İlgili Araştırmalar.....	31
2.7.3. Affetme Kararı İle İlgili Araştırmalar.....	37

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM ARAşTIRMA YÖNTEMİ

46

3.1. Araştırma Modeli	46
3.2. Çalışma Evreni ve Örneklem.....	47
3.3. Veri Toplama Araçları	49
3.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	49
3.3.2. Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (EBYÖ).....	49
3.3.3. Duygusal Yalnızlık Ölçeği (DYÖ).....	50
3.3.4. Affetme Kararı Ölçeği (AKÖ).....	51
3.4. İşlem Yolu.....	52
3.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması.....	53

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM ARAşTIRMA BULGULARI

55

4.1. Bağlanma Yaralanmasına Neden Olan Olay ve Durumların Sıklığı İle İlgili Bulgular.....	55
4.2. EBYÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular.....	56
4.3. DYÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular.....	63
4.4. AKÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular.....	69
4.5. Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık ve Affetme Kararı İlişkisi İle İlgili Bulgular.....	72

BEşİNCİ BÖLÜM SONUÇ ve ÖNERİLER

74

5.1. Bağlanma Yaralanması İle İlgili Sonuçlar	74
5.2. Duygusal Yalnızlık İle İlgili Sonuçlar	77
5.3. Affetme Kararı İle İlgili Sonuçlar	79

5.4. Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık ve Affetme Kararı İlişkisi İle İlgili Sonuçlar.....	80
5.5. Öneriler.....	82
KAYNAKÇA	83
EKLER	I
EK 1. ETİK KURUL KARARI.....	II
EK 2. ÖLÇME ARAÇLARI.....	III
EK 3. LİSANSÜSTÜ TEZ KONUSUNDA YÜRÜTÜLEN BİLİMSEL YAYINA İLİŞKİN BEYAN FORMU.....	VIII



SİMGELER VE KISALTMALAR

AFA	Açımlayıcı Faktör Analizi
AGFI	Düzenlenmiş Uyum İndeksi
AKÖ	Affetme Kararı Ölçeği
CFI	Karşılaştırmalı Uyum İndeksi
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
DTO	Duygu Odaklı Terapi
DYÖ	Duygusal Yalnızlık Ölçeği
EBYÖ	Evlilikte Bağlanma Yaralanması Ölçeği
f	Frekans
GFI	Uyum İyiliği İndeksi
n	Örneklemdaki Birey Sayısı
One-Way ANOVA	Tek Yönlü Varyans Analizi
p	Anlamlılık Düzeyi
RMSEA	Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
SELSA-S	Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği
Ss	Standart Sapma
Tukey HSD Testi	Tukey Tam Olarak Önemli Fark Testi
X	Aritmetik Ortalama
%	Yüzde oranı

TABLULAR DİZİNİ

Tablo No	Tablo Adı	Sayfa No
Tablo 1	Araştırma Örneklemine Alınan Bireylerin Demografik Bilgilere Göre Dağılımları	48
Tablo 2	Veri Setinin Normallik Testi Sonuçlarına İlişkin Bulgular	53
Tablo 3	Evli Bireylerde Bağlanma Yaralanmasına Neden Olan Durum ve Olayların Sıklığı	55
Tablo 4	Evli Bireylerin EBYÖ ve Alt Boyutlara İlişkin Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	56
Tablo 5	Evli Bireylerin EBYÖ ve Alt Boyutlarına İlişkin Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	57
Tablo 6	Evli Bireylerin EBYÖ'nun Güvensiz Bağlanma Alt Boyutu Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılma	58
Tablo 7	Evli Bireylerin EBYÖ'nun Travma Alt Boyutuna İlişkin Puan Ortalamalarının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	60
Tablo 8	Evli Bireylerin EBYÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	62
Tablo 9	Evli Bireylerin DYÖ ve Alt Boyutlarına İlişkin Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması	64
Tablo 10	Evli Bireylerin DYÖ'nun AIY Alt Boyutu Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	65
Tablo 11	Evli Bireylerin EBYÖ'nun RİY Alt Boyutuna İlişkin Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	66
Tablo 12	Evli Bireylerin DYÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	68
Tablo 13	Evli Bireylerin AKÖ Puan Ortalamasının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması	70
Tablo 14	Evli Bireylerin AKÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması	70
Tablo 15	Evli Bireylerin EBYÖ, DYÖ ve AKÖ Puan Ortalamaları Arasındaki Korelasyonlar	72

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No	Şekil Adı	Sayfa No
Şekil 1	Yetişkinlikte Bağlanma Modeli	13



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Toplumdaki her bireyin farklı kişilik özelliklerine sahip olması, farklı sosyal ve kültürel yapılardan gelmesi gibi nedenlerden dolayı çiftlerin yakın ilişkilerine farklı anlamlar yüklemeleri ve birlikteliklerinden beklentilerinin değişkenlik göstermesi beklenen bir durumdur (Baran ve Yurteri Tiyaki, 2020). Bu duruma bağlı olarak da birlikteliğin her döneminde karşılaşılan yeni durumlar birbirinden farklılık gösterebilmekte ve çiftlerin gerekli düzenlemeyi yaparak uyum sürecini yaşamaları beklenmektedir. Çiftler yaşadıkları belirli dönemlerde karşılaştıkları farklı durumlara uyum sağlayabildikleri veya kriz öncesinde gerekli ön hazırlıkları yaptıkları sürece üstlendikleri işlevler sağlıklı olarak değerlendirilmektedir (Güven, 1991). Çiftlerin birlikteliklerinde bir yaşam döngüsü şeklinde yaşadıklarını bilmeleri, her döneme özgü durumlar karşısında hazırlıklı olmaları (Baran ve Yurteri Tiyaki, 2020) ve birbirlerine uyum sağlayabilmeleri (Tarhan, 2020) aile yaşam dinamiği açısından oldukça önemlidir.

Geçmişte çiftler arasındaki sorunlar genellikle aile büyüklerinin devreye girmesi ya da dışarıdan akıllı ve deneyimli olduğu kabul edilen bir kişinin çiftleri bağlayıcı nitelikteki otoriter gücü ile çözüme kavuşturulabilmekteydi. Ancak günümüzde toplumsal değişimlerin getirdiği bir sonuç olarak çiftlerin yaşadıkları sorunlarda geleneksel çözümler değişim göstermiş, çiftler arasındaki iletişim ve etkileşimin ön plana çıkarılmış, çiftlerin karşılıklı olarak duygu ve düşüncelerini açık ve doğru şekilde iletebilmeleri önem kazanmıştır (Özgüven, 2020). Başka bir ifadeyle günümüzde çiftler arasında yaşanan ilişki problemlerinin ve çatışmaların çiftlerin iş birliği çerçevesinde hareket edememelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Dallos ve Draper, 2010).

Bireye sıkıntı ve acı vermekle birlikte bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal bütünlüğüne karşı oluşan bir tehlike olarak tanımlanan yalnızlık (Kozaklı, 2006), romantik ilişkiler bağlamında sıklıkla incelenmektedir. Özellikle de yalnızlıkla ilişkisi araştırılan

konuların başında bağlanma konusu gelmektedir. Bu durum, Weiss (1973) tarafından yalnızlığın temelde erken dönemdeki bağlanma stillerinin yetişkinlikteki ilişkileri etkilediğine yönelik görüşünden kaynaklanmaktadır. Özellikle duygusal yalnızlık, bağlanmanın en önemli yordayıcısı olarak görülmektedir (DiTommaso ve Spinner, 1997; Russell, vd., 1984). Bu nedenle bireylerin yetişkinlikte yakın ilişkiler kurdukları göz önüne alındığında yalnızlık duygusunun çiftler arasındaki ilişkiyi olumsuz etkileyeceği söylenebilir.

Çiftler arasındaki ilişki, yapısı gereği bireylerin incinmesine sebep olabilecek bir dinamik yapıdadır. İncinme ile birlikte bireyler öfke, üzüntü, kızgınlık vb. duygular yaşayabilmektedirler. Fakat çiftlerin ilişkilerini devam ettirdikleri de bilinmektedir (Tayşi, 2007). Bu noktada çiftlerin ilişkilerinin devamında olumsuz deneyimlerinin üzerinde nasıl durduklarını bilmek önemlidir (Göztepe Gümüş, 2015). Bu durumda da karşımıza affetme kavramı ortaya çıkmaktadır. İlişkilerdeki olumsuz davranışların ortadan kaldırılması ve yakın ilişkilere devam edilmesi yönünde olumlu bir süreç oluşturmak için davranış yönlü bir niyet bildirmesi (Duggi ve Kamble, 2014) olarak tanımlanan affetme, ilişkide yaşanan olumsuzlukların giderilmesinde oldukça önemli bir süreç olarak görülmektedir (Aydın, 2017). Affetme kararı genellikle ilişkisel bir bağlamda meydana gelmekte ve yakın ilişkilerin yeniden kurulması ve sürdürülmesi noktasında temel bir bileşen görevi üstlenmektedir (Cowden vd., 2019).

Çiftler arasında yakın ilişkiler bağlamında yaşanan bağlanma sorunlarının bebeklik döneminde edinilen ve güvenli olmayan bağlanma stillerinden kaynaklanabileceği gibi yaşamın ilerleyen dönemlerindeki yakın ilişkide yaşanan bir travmadan da kaynaklanabileceği bilinmektedir (Ulaşan, 2020). Çiftler arasında yaşanan özellikle de terk edilme ve ihanet gibi durumlar, yakın ilişkinin kalitesine giderilemeyecek türde zarar verebilmektedir. Çiftlerin bu olayları hem uygun ve gerekli şekilde kapatmak hem de çatışmaları aşarak aralarındaki samimiyeti arttırmak için bir uzmandan yardım almaları gerekmektedir. Bağlanma yaralanması olarak adlandırılan ve ilişkiye ciddi boyutlarda zarar veren olaylar terapi seansları ile ortaya çıkarılmaktadır (Makinen ve Johnson, 2006). Çiftler arasında ilişkilerde yaşanan olumsuzlukların ele alınış şekli hem bireysel mutlulukta hem de çiftlerin birlikteliklerindeki mutluluk ve devamlılıkta belirleyici rol oynamaktadır

(Göztepe Gümüş, 2015). Bağlanma yaralanması, güvende hissettirme ve rahatlık hissi sunma konusunda bireye güvenmeyeceği mesajını gönderen bir uyarı sistemidir ve bu sistem bir alarm görevi görmektedir. Bağlanma yaralanmasını yaşayan birey, partnerine karşı duyduğu güvenin düşüşe geçmesiyle birlikte güvenlik ve rahatlık hissini sağlamak için bu kez partneriyle iletişime geçmeme yönünde dolaylı bir karar alabilmektedir (Millikin, 2000, 3). Bu bağlamda çiftlerin bağlanma yaralanması yaşadıklarında bu durumu nasıl ele aldıkları ve bu durum karşısında hangi davranışları sergileme yolunu seçtiklerinin ilişkinin geleceği açısından kritik bir nokta olduğu söylenebilir.

Türkiye'deki alanyazında romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmasının incelendiği sınırlı sayıda araştırma (Akgül ve Güner, 2021; Terzi, 2014; Terzi İlhan, 2020; Terzi İlhan ve Işık, 2021; Terzi ve Özbay, 2016) bulunmaktadır. Bu çalışmalardan sadece Terzi İlhan'ın (2020) yaptığı araştırma, romantik ilişkilerde yaşanan bağlanma yaralanmasında etkili olan değişkenleri incelemeye yönelik nicel bir araştırmadır. Bu nedenle yalnızlık ve affetme kararı arasındaki ilişkinin bağlanma yaralanması bağlamında nicel araştırmalar ile incelenmesi düşünülmektedir.

Araştırma ile öncelikle bağlanma, bağlanma teorisi, bağlanma yaralanması, yalnızlık, affetme kararı ve Duygu Odaklı Terapi (DOT) ile ilgili kavramsal açıklamalar yapılmış ardından araştırmanın amaçları doğrultusunda ölçme araçları ile örneklem grubundan elde edilen sonuçlar analiz edilmiştir. Son olarak bulgulardan elde edilen sonuçlar ışığında konuya ilişkin öneriler sunulmuştur.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırma ile bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin bağlanma yaralanması yaşarkenki yalnızlık durumları ile affetme kararları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda araştırmada cevaplandırılacak temel soru, "Bağlanma yaralanması bağlamında affetme kararı ile yalnızlık arasında bir ilişki bulunmakta mıdır?" şeklinde ifade edilmektedir. Araştırmada bu temel soruya ulaşmada cevaplandırılacak araştırma soruları ise şunlardır:

(1) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerde bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olan durum ya da olaylar nelerdir?

(2) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (EBYÖ) ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları hangi düzeydedir?

(3) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları;

- (a) cinsiyet,
- (b) yaş,
- (c) öğrenim durumu,
- (ç) evlilik süresi ve
- (d) çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

(4) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin Duygusal Yalnızlık Ölçeği (DYÖ) ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları;

- (a) cinsiyet,
- (b) yaş,
- (c) öğrenim durumu,
- (ç) evlilik süresi ve
- (d) çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

(5) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin affetme kararına ilişkin Affetme Kararı Ölçeği (AKÖ) puan ortalamaları;

- (a) cinsiyet,
- (b) yaş,

(c) öğrenim durumu,

(ç) evlilik süresi ve

(d) çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

(6) Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin bağlanma yaralanmasına ilişkin EBYÖ puanları, duygusal yalnızlıklarına ilişkin DYÖ puanları ve affetme kararına ilişkin AKÖ puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Romantik ilişkilerde çiftler, sosyal bir gereksinim olarak birlikte güven içinde olma ve dayanışma içinde olduklarını hissederek toplumda yer edinebilmeye çalışmaktadırlar. Çiftlerin birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme, yaşam gereksinimlerini karşılama, yalnız olmadıklarını bilme ve ortak amaca yönelme gibi giderilmesi gereken gereksinimleri bulunmaktadır (Özgüven, 2020). Çiftlerin bu ortak gereksinimlerini giderebilme noktasında karşılaşabilecekleri zorluklardan biri de ilişkilerinde bağlanma yaralanmasının yaşanmış olmasıdır.

Çift ve aile danışmanlığında sıklıkla karşılaşılan bağlanma yaralanması konusuna müdahale edilebilmesi ya da bağlanma yaralanmasına karşı önleyici tedbirler alınabilmesi için kavramın oluşumunu anlamak ve kavram üzerinde etkili olan faktörleri belirleyebilmek önemlidir (Terzi, 2014). Nitekim çiftlerden herhangi birisinin yaşadığı bağlanma yaralanmasına müdahale edilememesi durumunda çiftler arasındaki ilişkinin kalıcı zararlar görebileceği ve bağlanma yaralanmasının zaman zaman tekrarlayabileceği düşünülmektedir (Millikin, 2000; Johnson, 2004). Alanyazında çiftler arasındaki bağların ihlal edilmesi olarak düşünülen bağlanma yaralanması, çiftlerden birinin diğerine ihtiyaç duyduğu zamanlarda ihanet, yalnızlık ve terk etme ile şekillenebileceği kavramsal olarak ifade edilmektedir (Herman, 1992). Bu noktada bağlanma yaralanması yaşayan bireye yalnızlık duygusunun en fazla acı veren duygu olduğu düşünülmektedir (Beal, 2006). Bağlanma yaralanmasının romantik ilişkilerin önemli değişkenlerinden biri olan partnere

bağlanmayı önemli ölçüde etkilediği, çift ve aile danışmanlığı sürecinde ayrıntılı olarak incelenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir (Terzi, 2014).

Bağlanma yaralanmasına ilişkin stres ve kaygı gibi olumsuz sonuçların ise yaşam doyumunu arttırmada etkili olduğu düşünülen affetme kararının düzeyine bağlı olarak azalacağı varsayılmaktadır (Bugay ve Demir, 2011). Bununla birlikte çiftler arasında yaşanabilecek bağlanma yaralanması olayının bireylerin özellikle de duygusal yalnızlık duygusunu yaşamalarına sebep olabileceği düşünülebilir. Affetme kararının ilişkinin aldığı yaraların iyileşmesi için kritik bir parça olarak yer aldığını (Aydın, 2017) ve bağlanma yaralanması durumunda alınabilecek affetme kararının çiftler arasındaki ilişkinin gidişatı için belirleyici olduğu söylenebilir.

Yapılan bu açıklamalara bağlı olarak “duygusal yalnızlık” ve “affetme” kavramlarının çiftler arasındaki ilişkinin niteliği açısından oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle bu araştırma ile bağlanma yaralanmasında yalnızlık ve affetme arasındaki ilişkinin incelenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Alanyazında konu ile ilgili sıklıkla yapılan kavramsal açıklamaların yanında bağlanma yaralanması bağlamında yalnızlık ve affetme arasındaki ilişkinin nicel bir araştırma ile incelenmesinin bir gereklilik olduğu söylenebilir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

(1) Araştırma, Çanakkale ilinde yaşayan ve 2022 yılının nisan ayı itibariyle en az bir yıllık evli çiftlerden elde edilen veriler ile sınırlandırılmıştır.

(2) Araştırma verileri, Terzi ve Özbay, (2016) tarafından geliştirilen ve alanyazında (Terzi İlhan; 2020; Terzi İlhan ve Işık, 2021) Türkçeye uyarlanan EBYÖ; DiTommaso, Brannen ve Best (2004) tarafından geliştirilen ve Akgül (2020) tarafından revize edilen DYÖ ve Davis vd. (2015) tarafından geliştirilen ve Ekşi, Parlak ve Demir Celayir (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan AKÖ aracılığıyla elde edilen veriler ile sınırlandırılmıştır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

(1) Araştırmada kapsamlı bir örneklem büyüklüğü belirleyebilmek için çalışma evreninin Çanakkale ilindeki evli tüm bireylerden oluştuğu varsayılmaktadır.

(2) Katılımcıların veri toplama araçlarındaki maddelere verdikleri cevapların gerçeği yansıttığı varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Bu bölümde “bağlanma”, “bağlanma teorisi”, “bağlanma yaralanması”, “yalnızlık”, “duygusal yalnızlık” ve “affetme” kavramları tanımlanmıştır.

Bağlanma: İnsanların kendisi için önemli gördüğü kişilere karşı duydukları güçlü duygusal bağlardır (Bowlby, 1982).

Bağlanma Teorisi: Hem çocuklar hem de yetişkin bireyler tarafından belirli bir figüre gösterilmeye devam eden bağlanmayı açıklama girişimidir (Bowlby, 2020).

Bağlanma Yaralanması: Bağlanmanın doğasına zarar veren ve ilişkinin şeklini etkileyen travmatik olaylardır (Johnson, 2004).

Yalnızlık: Bireye sıkıntı ve acı vermekle birlikte bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal bütünlüğüne karşı oluşan bir tehlikedir (Kozaklı, 2006).

Duygusal Yalnızlık: Bireyin başka bir kişiyle bağlanma ilişkisi ya da yakınlık kuramaması sebebiyle oluşan yalnızlık türüdür (Weiss, 1973).

Affetme: Bireyin, kendisini haksız yere inciten başka bir bireye karşı hissettiği kızma ve ilgisiz davranma gibi olumsuz duyguları, istekli bir şekilde sevgi ve merhamet gibi duygular ile değiştirme sürecidir (Enright, 1996).



İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma

Bağlanma, bireyin başkalarını önemli görerek onlarla güçlü bağlar kurma sürecidir (Bowlby, 1982). Bu süreç, bireyin yaşamı boyunca devam eden dinamik bir yapıdadır. Bebeklikten yetişkinliğe kadar tüm bireylerde yaşanan bu süreçte içerisinde bulunan döneme göre bağlanma figüründe farklılık görülebilmektedir. Erken dönemde bağlanma figürü bebeğin bakımı üstlenen kişi olurken yetişkinlikte bağlanma figürü romantik ilişkideki partner olmaktadır. Başka bir ifadeyle yetişkinlik döneminde romantik ilişki çerçevesinde partner ile geliştirilen ilişki, bebeklik ve çocukluk döneminde aile ortamı içerisinde ebeveynlerle kurulan bağlanmayı temele almaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Bağlanma, psikobiyojik açıdan uyumlu olan organizmalar arasındaki senkronizasyonun etkileşimli bir şekilde düzenlenmesi olarak kavramsallaştırılmaktadır. Bağlanma kavramının bu yönüne odaklanılmasının nedeni, bağlanma davranışını biyolojik bir fonksiyon görevi olarak görülmesi ya da bağlanma davranışının ikincil dürtü bağımlılığı türünden çocuksu bir özellik olarak değerlendirilmesi arasındaki farkın ortaya koyulması çabasıdır. Bu farkın anlaşılması ile bireyin diğer insanlara yönelik yaklaşımlarının anlaşılabilirliği söylenebilir (Bowlby, 1982).

Bebek ile annenin sağlıklı bir bağlanma geliştirip geliştirmediği başka bir ifadeyle bebeğin anneye yönelik bağlanma davranışının güvenli bir bağlanma olup olmadığı, bebeğin bağlanma figüründen geçici olarak ayrılmasına verdiği tepkiler ile belirlenebilmektedir (Colonnesi, vd., 2011; Bowlby, 2020). Anne veya birincil bakıcı figürüne güvenli bağlanan bebek, yokluğu sonrasında anne veya birinci bakıcıya tekrar gelmesi ile yakınlaşma göstermektedir. Aksi durumda ise güvenli bir bağlanma yaşamayan bebekler, anne veya birincil bakıcının kısa süreli yokluğu sonrasında bu figürün ortama tekrar gelmeleri durumunda bağlanma figürüyle yakınlık kurmamakta ya da tutarsız biçimde yaklaşma ve kaçınma eğilimi sergilemektedirler (Bowlby, 2020).

Yetişkin bağlanması ile bebeklik ve çocuklukta bağlanma süreçlerinde üç bağlanma stili bulunduğu ve bağlanmanın biçimlenmesine ilişkin süreçlerin hem bebeklik çağında hem de yetişkinlik çağında birbirine oldukça benzer olduğu (Ainsworth vd., 2015; Hazan ve Shaver, 1987) alanyazında da ifade edilmektedir. Ancak bebeklik ve çocukluk döneminde önemli görülen kişilere bağlanma davranışı, çocukluk dönemi sonrasında farklılaşabilmekte ve bağlanma figürleri akran, aile dışından figürler şeklinde değişiklik gösterebilmektedir (Bowlby, 2020). Bu noktada bebek ve birincil bakıcı veya anne figürü bağlanması ile ilgili üç boyutlu sınıflandırmanın yetişkinlikte yaşanan yakın ve romantik ilişkilerde belirleyici olduğu, yetişkinlik döneminde de üç boyutlu sınıflandırmanın yapılabileceği vurgulanmaktadır. Hatta yetişkinlikte romantik ilişki olarak ifade edilen aşk ile bebek ve anne figürü arasındaki bağlanma sürecinin önemli benzerlikler taşıdığı öne sürülmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Ainsworth vd. (2015) tarafından bağlanma stilleri güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma ve kaçınan bağlanma stili olarak belirlenmiştir. Bu stiller yetişkin bağlanması doğrultusunda bireyin yakın ilişki kurabilme durumunu etkilemektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Güvenli bağlanma stiline sahip birey, bağlanma figüründen uzaklaştığında öncelikle bir kaygı yaşamaktadır. Ancak bağlanma figürü ile bir araya gelmesi ile birlikte güvenli bağlanan bireyde bir rahatlama görülmektedir. Kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip birey, bağlanma figüründen ayrıldığında ise yoğun olarak stres yaşamakta ve bağlanma figürüne ulaştığında ise bir rahatlama düzeyine ulaşamamaktadır. Kaçınan bağlanma stilindeki birey ise bağlanma figüründen uzaklaşılması durumunda genellikle tepkisizdir ve bağlanma figürü ile tekrar birlikte olduklarında da bağlanma figürü ile yakınlık kurmamaktadır (Ainsworth vd., 2015).

Hazan ve Shaver'e (1987) göre güvenli bağlanan bireyler, öz güveni yüksek ve girişken bir yapıya sahiptirler. Ayrıca bu bağlanma stiline sahip bireyler yakın ilişki kurma noktasında sorunsuz olmaktadır. Kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin özgüveni düşük olmakla birlikte bu bireyler romantik ilişkide terk edilme kaygısı yaşamaktadırlar. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bireyler ise yakın ilişki kurmaktan kaçınmaktadırlar. Bağlanma

stilllerini açıklamaya yönelik görüşler, Bağlanma Teorisi kapsamında daha ayrıntılı olarak ifade edilebilmektedir.

2.2. Bağlanma Teorisi

Bireylerin bağlanma süreçleri hayat boyunca kesintisiz devam etmektedir. Çocukluk döneminde güvenli bağlanma geliştiremeyen bir birey, yetişkinliğinde yaşadığı deneyimler aracılığıyla güvenli bağlanan bir yapıya sahip olabilir. Bununla birlikte çocukluk döneminde güvenli bağlanma geliştiren bir birey, yetişkinlikte elde ettiği birtakım deneyimler ile güvensiz bağlanan bir bireye dönüşebilmektedir. Bu durum, bireyin doğuştan getirdiği kişilik yapısı ile ilişkilerin niteliği arasında çift yönlü etkileşim yaşanmasına benzetilebilir. Başka bir ifadeyle kişilik kiminle ve nasıl bir ilişki kurulduğunu etkilerken, ilişki sürecinde yaşananlar da bireyin kişilik yapısında birtakım değişikliklere neden olabilmektedir (Hortaçsu, 2015). Bu doğrultuda benzer bir durumun bağlanma konusunda da gerçekleştiği söylenebilmektedir.

Bağlanma Teorisi hem çocuklar hem de yetişkin bireyler tarafından belirli bir figüre gösterilmeye devam eden bağlanmayı açıklama girişimidir. Bağlanma Teorisine göre çocuklar ile ebeveynleri arasında güçlü bağlantılar bulunmaktadır (Dallos ve Draper, 2010). Bağlanma Teorisi ile ilgili ilk çalışmalar ise John Bowlby tarafından İkinci Dünya Savaşı sonrasında anne figüründen geçici olarak ayrılan çocukların bu duruma verdikleri tepkilerin gözlemlenmesiyle başlamıştır (Bowlby, 2020). Bilişsel anlayış ve psikanalitik temelli olduğu varsayılan bu teoriye göre bireyler, önemli gördükleri diğer bireylerden kendi istekleri dışında ayrılmak istememektedirler (Bretherton, 1985). Ancak istenmeyen bir şekilde ayrılık yaşanması durumunda ise çocukluk dönemine benzer bir şekilde bireylerin kaygı, depresyon ve duygusal anlamda bir kopma yaşadıkları ifade edilmektedir (Bowlby, 2021).

Bağlanma Teorisi ilk olarak çocuk-ebeveyn bağlanmasının önemini açıklayan kavramsal bir çerçeve olarak ortaya çıkmıştır. Son 20 yılda da çocuk-ebeveyn bağlanması alanyazınında çok sayıda araştırma yapılmıştır. Çocuk-ebeveyn bağlanmasında birincil

bakıcılar tarafından çocuğun gelişimsel, fiziksel ve duygusal ihtiyaçları tanındıkça ve bu ihtiyaçlarla ilgilenildikçe güçlü bir bağlılık ve güven meydana gelmektedir. Çocuğun birincil bakıcılar tarafından ihtiyaçları giderilmediğinde ise çocukta bağlılık ve güvende eksiklikler meydana gelmektedir. Yetişkin bağlanması ise bireyin fiziksel ve psikolojik güvenlik sağlayanlara yakın olma ve bu yakınlığı sürdürme eğilimi olarak ifade edilmektedir. Çocuk-ebeveyn bağlanmasından yola çıkılarak da yetişkin-yetişkin bağlanmasına ilişkin teorik bağlantılar geliştirilmiştir (Millikin, 2000).

Aile yaşam döngüsünün farklı aşamaları Bağlanma Teorisi açısından değerlendirilebilmektedir. Örneğin, erken yetişkinlik döneminde tipik şekilde kaçınan bağlanma geliştiren bir genç, kısmen cinsel yönden teşvik edilmesiyle risk alarak yakın bir ilişki içerisine girebilmektedir. Bu ilişki içerisindeki genç, partnerinden olumlu tepkiler aldığında bağlanma stilini olumlu yönde değiştirerek başkalarına güvenen ve kendini güvende hisseden bir bireye dönüşebilmektedir. Bu dönüşüm için daha önce nispeten güvenli bağlanmalar yaşamış ve karşısındaki bireyin değişmesini beklemede sabırlı bir partner gerekli olan en önemli unsurlardan biridir. Ancak bu durumdan farklı olarak partnerin tavırlarında savunucu olmasıyla ilişki mesafeli bir ilişkiye hatta platonik bir şekilde dönüşebilmektedir. Partnerin kaygılı bir yaklaşım sergilemesi ile yoğunlaşmış duygular her iki birey açısından bunaltıcı bir hale dönüşebilmektedir (Dallos ve Draper, 2010).

Bartholomew ve Horowitz (1991) yetişkin bağlanması konusunda Bowlby tarafından yürütülen çalışmalardan yola çıkarak dört kategorili yeni bir model geliştirmiştir. Bu modelde her birey, biri kendisine biri de başkalarına ilişkin olmak üzere iki tür değerlendirme yapmakta ve her iki değerlendirme olumlu ya da olumsuz olmak üzere kombinasyonlar içermektedir. Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen “Dörtlü Bağlanma Modeli”ne aşağıdaki Şekil 1’de yer verilmektedir.

		Benlik Modeli (Bağımlı)	
		<i>Olumlu (Düşük)</i>	<i>Olumsuz (Yüksek)</i>
Başkaları Modeli (Kaçıman)	<i>Olumlu (Düşük)</i>	<p>GÜVENLİ Yakınlık kurabilen ve özerk</p>	<p>SAPLANTILI İlişkilerde takıntılı</p>
	<i>Olumsuz (Yüksek)</i>	<p>KAYITSIZ Yakınlığa kayıtsız ve karşıt bağımlı</p>	<p>KORKULU Yakınlık kumadan korkan ve sosyal etkileşimden kaçınan</p>

Şekil 1. Yetişkinlikte bağlanma modeli (Bartholomev ve Horowitz, 1991: 227)

Şekil 1'de yer verilen boyutlar ile yatay eksen üzerinde bağımlılık ve dikey eksen üzerinde ise yakınlık açısından da kavramsallaştırılma yapılmaktadır (Bartholomev ve Horowitz, 1991, 227). Bartholomev ve Horowitz'in (1991) Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre yetişkinlikte "güvenli", "saplantılı", "kayıtsız" ve "korkulu" olarak ifade edilen dört bağlanma stili bulunmaktadır. Bağlanma stillerinin benlik modeli ve başkaları modeline göre ortaya çıkışı ise olumlu ve olumsuz algı şekline bağlı olarak değişebilmektedir. Dörtlü Bağlanma Modeli incelendiğinde güvenli bağlanan bireylerin başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilen ve özerk yapıya sahip oldukları anlaşılmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip bireyler hem kendilerini hem de başkalarını olumlu olarak algılamaktadırlar. Aynı zamanda bu bireyler kolaylıkla olumlu sosyal ilişkiler kurabilmektedirler (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Saplantılı bağlanan bireylerin olumlu başkaları ve olumsuz benlik algısına sahip oldukları söylenebilir. Bu durum bireylerin kendilerini değersiz görürken başkalarını değerli olarak görmelerine sebep olabilmektedir. Bu tür bağlanma stiline sahip bireyler için dışarıdan onay olmak oldukça önemlidir. Bu nedenle de başkalarıyla yakın ilişkiler kurabildikleri söylenebilir. Ancak bu bireylerin kurdukları yakın ilişkiler takıntılı bir hal

alabilmekte ve partnerden uzaklaşılması ile sonuçlanabilmektedir (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Kayıtsız bağlanan bireylerin olumlu benlik algısına ve olumsuz başkaları algısına sahip oldukları varsayılmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip bireyler kendilerine aşırı derecede güvenmektedirler. Ancak bu durum bireylerin yakın ilişkileri reddetmeleri ile sonuçlanabilmektedir. Yakın ilişkinin reddedilmesi bu bireylerin bağımsızlıklarının devamı ve olumlu benlik algılarının sürdürülmesi ile sonuçlanmaktadır. Sonuç olarak kayıtsız bağlanan bireylerin yakın ilişki kurmaktan kaçındıkları düşünülmektedir (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Korkulu bağlanan bireylerin olumsuz benlik modeli ve olumsuz başkaları modeli geliştirdikleri bilinmektedir. Başka bir ifadeyle korkulu bağlanma stiline sahip bireyler hem kendilerini hem başkalarını olumsuz olarak algılamaktadırlar. Bu bireyler, düşük benlik yapısına ve düşük öz güvene sahiptirler. Korkulu bağlanan bireyler hem kendilerini değersiz görmekte hem de başkalarını güvenilmez bulmaktadırlar. Özellikle başkalarının güvenilmez olarak görülmesi, korkulu bağlanan bireylerin yakın ilişkiden ve sosyal etkileşimden korkmaları ve çekinmeleri ile sonuçlanmaktadır (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Bağımlılığın düşük düzeyde olması ile birey olumlu öz saygıyı içsel olarak kurmakta ve dışarıdan bir doğrulamaya ihtiyaç duymamaktadır. Bağımlılığın yüksek düzeyde olması ile kişi olumlu öz saygıyı yalnızca başkalarından gördüğü kabul ile sürdürebilmektedir. Yakınlıktan kaçınma, bireyin rahatsız edici sonuçlar ile karşılaşma ihtimalinden dolayı diğer kişilerle yakın temastan hangi düzeyde kaçındıklarını göstermektedir. Kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri, yakınlıktan kaçınma noktasında benzer olmakla birlikte kişinin olumlu öz saygıyı sürdürme noktasında başkalarının kabulüne ihtiyaç duyulması açısından farklılık göstermektedirler. Kaygılı ve korkulu bağlanma stillerinde olumlu bir benlik saygısı sürdürebilmek için başkalarına güçlü derecede bağlı olunması gerekmektedir. Ancak bu iki stil grubu yakın bir ilişkiye girmeye hazır olunması noktasında farklılık göstermektedirler. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler,

bağımlılık ihtiyaçlarını karşılamak için başkalarıyla iletişim kurmayı öne çıkarırken, korkulu bağlanma stilindeki bireyler, nihai hayal kırıklığını en aza indirebilmek için yakınlıktan kaçınmayı tercih etmektedirler (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Bağlanma Teorisinde “teselli etme” ve “yatıştırma” kavramları uyarılma ve kaygı düzeyinin dengede tutulması işlevleri nedeniyle merkezi bir öneme sahiptir. Bu kavramlar aracılığıyla çocuk aşırı endişeli olacak kadar fazla uyarılmayacağı gibi kayıtsız olacak kadar az düzeyde de uyarılmamaktadır. Bununla birlikte Bağlanma Teorisinin birtakım duygusal ikilemleri kapsar nitelikte olduğu söylenebilir. Çocuk temel güven duygusuna sahipken ve ebeveynine yakın olup onun tarafından korunması gerekirken diğer bir taraftan çocuğun ebeveyninden bakım ve sevgi isteği yerine getirilmediğinde bakım ve koruma eksikliği yaşanmaktadır (Dallos ve Draper, 2010). Ancak yetişkin bağlanmasının ebeveyn-çocuk bağlanmasından özellikle de aşağıdaki üç noktada farklılık gösterdiği Johnson (2004) tarafından ifade edilmektedir:

(1) Yetişkinlerin romantik ilişkileri daha temsili niteliktedir. Yetişkinler yakın ilişki kurdukları bireyleri zihinlerinde kolaylıkla taşıyabilmekte ve zihinlerindeki bu temsili güvence olarak görebilmektedirler. Çocuklukta ise yaş küçüldükçe somut ve fiziksel temasa ilişkin ihtiyaç artmaktadır.

(2) Yetişkinlerin romantik ilişkileri cinsel niteliklidir. Buradaki cinsellik, hem bir bağlanma davranışı hem de bir orgazm ve üreme arayışı olarak görülebilmektedir. Bu noktada bağlanma teorisyenleri, kucaklaşma hormonu olarak bilinen oksitosinin hem emzirme sırasında hem de cinsel doruk noktasına ulaşıldığında salgılandığının altını çizmektedirler.

(3) Yetişkinlerin yakın ilişkileri ilişkinin doğası gereği daha karşılıklıdır. Bir ebeveynin harekete geçip çocuk ile olan bağlanma ilişkisini kurması beklenmektedir. Ancak yetişkin bireylerde yakın ilişkiler, partnerler tarafından karşılıklı bir süreç içerisinde yürütülmektedir (Johnson, 2004: 34).

Bağlanma Teorisi, sevilen biri tarafından reddedilme veya terk edilme sonrasında algılanan duygusal acıların derecesinin anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Terk edilme veya reddedilme sonrası yaşanan yalnızlık ve travmatik çaresizlikle başa çıkmak için bireylerin strese karşı durma veya ondan kaçma gibi eğilimleri olabilmektedir.

Yetişkinlik döneminde bağlanma konusu daha çok yakın ilişkiler ve romantik ilişkiler doğrultusunda ele alınmaktadır (Johnson, 2004; Millikin, 2000). Özellikle de birliktelikte yaşanan sorunların çiftlerden herhangi birisinin köken aileye bağlanma stilinden kaynaklanıp kaynaklanmadığı aile danışmanlığı uygulamalarında kullanılan ya da geliştirilen teknikler aracılığıyla tespit edilebilmektedir (Güner, 2021). Ancak yetişkinlik döneminde yakın ilişkideki güvenli bağlanmanın güvensiz bir bağlanma sürecine dönüşmesini açıklayan kavram bağlanma yaralanmasıdır (Johnson, 2004; Millikin, 2000).

2.3. Bağlanma Yaralanması

Yaşam boyu devam eden bağlanma süreci kapsamında bağlanma eğiliminin incelenmesi ile alanyazında kavramsal bir çatı oluşmuş durumdadır (Bowlby, 1982). Bu kavramsal çatı kapsamında özellikle romantik ilişkide partner ile kurulan bağlanma sürecinin çocukluk döneminde ebeveyn veya bakıcılar ile kurulan bağlanma sürecinin bir benzeri olduğu varsayımı (Bowlby, 1982; Hazan ve Shaver, 1987) üzerine kurulduğu sıklıkla ifade edilmektedir.

Johnson'a (2004) göre bağlanma yaralanması, bağlanma sürecinin yapısına zarar veren ve yakın ilişkiyi zedeleyen travmatik bir olay ya da durumdur. Bir yakın ilişkide travma olarak nitelendirilen bir durum ya da sorun başka bir yakın ilişkide bağlanma yaralanması olarak nitelendirilmeyebilmektedir. Ancak yine de her iki yakın ilişkide bağlanma yaralanması sonucu ortaya çıkan belirtiler benzerlik göstermektedir. Bu nedenle bağlanma yaralanması konusunun farklı değişkenler göz önüne alınarak ayrıntılı olarak incelenmesi ve bağlantı yaralanması belirtilerinin net bir şekilde ortaya çıkarılabilmesi

gerekmektedir. Bu bağlamda bağlanma yaralanması ile ilgili araştırmalarda bağlanma yaralanmasına neden olayların benzerlik göstermesi ve çalışma gruplarının homojen yapıda olmasının dikkate alınmasıyla (Terzi İlhan, 2020) kavramın daha anlaşılır bir olguya dnőeėi söylenebilir.

Dışarıdan bir gözlemci tarafından gözlenemeyecek türde olabilen bağlanma yaralanması, açıkça tespit edilmiş bir aldatma şeklinde olabilmektedir. Kırılgan yapıdaki bireylerin kolaylıkla yaşayabilecekleri bağlanma yaralanması, özellikle bireyin gereksinimlerinde artış olduğu bir zaman diliminde meydana gelebilmektedir. Bağlanma yaralanması yaşayan birey, partnerine güvenilemeyeceği yönünde bir bilinç geliştirirken ilişkinin geleceği yönünde de önemli kararlar alabilmektedir. Bu nedenle bağlanma yaralanması bir travma teorisi olarak ele alındığında ilişkinin temel taşı olarak görülebilmektedir. Bununla birlikte bağlanma yaralanmasına ilişkin durum, bazı bireyler tarafından kolaylıkla aşılabilecek nitelikteyken aynı durum karşısında başka bir birey yıkıcı hasarlar yaşayabilmektedir (Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanmasının yakın ilişkide güvenlik sağlanamayacağı yönünde bireyi uyaran ikaz sistemi olarak çalıştığı bilinmektedir. Ancak bağlanma yaralanması sonucunda ilişkinin kesin olarak bozulacağı söylenemez. Ayrıca çiftlerin yaşadıkları tüm ilişki sorunları bağlanma yaralanması kapsamında da değerlendirilemeyebilir. Bağlanmayı zedeleyen olay, ihanet gibi ağır ve büyük bir nitelikte ya da bir aile fotoğrafında dışarıda kalmak gibi kk bir boyutta olabilir (Millikin, 2000). Bununla birlikte çiftlerin yakın ilişkilerinde bağlanma yaralanması yaşamalarının nedenlerinden biri de şiddete başvurulmasıdır. Genel olarak bireylerin bağlanma figüründen ayrılmayı kabul etmemeleri durumunda ise kırgınlıkların yerini şiddete bıraktığı ve bağlanma yaralanmasına neden oldukları söylenebilir (Başak ve Bulut Serin, 2021).

Bağlanma yaralanması yaşayan bireylerin endişeli, takıntılı ve kaçınan tepkiler verebilecekleri, abartılı bir şekilde duygusal hassasiyet yaşayabilecekleri (Schade ve Sandberg, 2012), bu durumun bazı bireylerde derin ve kalıcı duygusal izler bırakabileceği (Millikin, 2000), ilişkinin tanımlanma şeklinde değişikliklerin yaşanabileceği (Johnson,

2004), eşlerin birbirlerinden giderek uzaklaşmalarına ya da kopmalarına sebebiyet verebileceği (Terzi, 2014) alanyazında ifade edilmektedir. Bununla birlikte bağlanma yaralanmasının çiftler arasındaki güven (Millikin, 2000), yakınlık (Johnson, 2004) ve ilişki doyumuna (Halchuk vd., 2010) zarar verdiği de bilinmektedir.

Bağlanma yaralanması yaşayan bireyler bağlanma yaralanmasına neden olan olayın bir ölüm kalım meselesi olduğunu ileri sürerek ilişkilerinde hissizleştiklerini ifade etmektedirler (Johnson, 2004). Bağlanma yaralanması yaşayan bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları travmalar farklı tür ve düzeyde olsa da yaşanan süreçlerin benzerlik gösterdiği bilinmektedir. Ayrıca bağlanma yaralanması yaşayan bireylerin bir diğer ortak özellikleri de ilişkilerinde güven ve doyum düzeylerinin düşük olması ve bu bireylerin duygusal açıdan kırılabilir yapıda olmalarıdır (Millikin, 2000). Bu noktada çiftlerin birbirlerini değiştirme çabasına girmeden birbirlerini oldukları gibi kabul etmeleri, çift uyumuna olumlu katkı sağlayabilmektedir (Akpınar, 2019). Bununla birlikte bağlanma yaralanmasının iyileştirilmesi sonrasında terapistin daha etkili bir güven artışı sağlayabileceği ve pozitif bağ kurma ve uzlaşma döngülerini başlatabileceği söylenebilir. Böyle bir sürecin yaşanması ile birlikte ilişki, güvenli bir destek olarak tanımlanabilmekte ve geliştirilen bu destek diğer zorlukların ve pragmatik sorunların çözülmesine ve çift uyumuna katkı sunabilmektedir (Johnson, 2004). Bağlanma yaralanması kavramı, DOT uygulamaları ile ortaya atılan bir kavramdır (Halchuk vd., 2010; Makinen ve Johnson, 2006).

2.4. Duygu Odaklı Terapi (DOT)

DOT, 1980'li yıllarda Leslie S. Greenberg ve Sue Johnson tarafından çift terapisi alanında kısa süreli olarak yapılandırılmış bir yaklaşımdır (Çelik ve Aydoğdu, 2018; Dallos ve Draper, 2010). DOT, çift terapisi alanında deneysel olarak doğrulanmış bir yaklaşım olmakla birlikte DOT'un ilişki çatışmalarını doğru bir şekilde çözmede en etkili yaklaşımlardan biri olduğu varsayılmaktadır. Bağlanma yaralanması kavramının da temelde DOT kapsamında yürütülen uygulamalar ile ortaya çıktığı bilinmektedir (Makinen ve Johnson, 2006).

DOT, duyguların psikolojik müdahalenin esas odağı olarak görülen tüm psikolojik terapi yaklaşımlarını kapsayıcı bir terim olarak kullanılmaktadır (Greenberg, 2018). Geleneksel terapi yaklaşımlarında genel olarak duygusal boşalma veya düşünce ve davranışların tekrar düzenlenmesiyle duyguların kontrol altında tutulmasına odaklanılmaktadır. DOT’da ise duyguların yine duygular aracılığıyla bir terapi malzemesi olarak kullanılmasına (Çelik ve Aydoğdu, 2018) ve psikoterapötik uygulamalarda duyguların rolünün anlaşılmasına (Gavas Aslan, 2019) odaklanılmaktadır. DOT’a göre olumsuz bir duygudan uzaklaşabilmek için önce onu yaşamak gerekmektedir (Korkmaz, 2021). Başka bir ifadeyle “hissediyorum öyleyse varım” fikri, DOT tarafından referans alınan temel ilkedir (Greenberg, 2012).

DOT, Bağlanma Teorisinde yer verilen açıklamalara ve kavramsal temellere dayandırılmaktadır. Bağlanma Teorisinde yer verilen görüşlerden hareketle duygular, DOT tarafından benlik deneyiminin temeli olarak görülmekle birlikte duyguların ilişkide hem engellemelere neden olabileceği hem de sonraların çözümüne ilişkin iç görü sağlayacağı ifade edilmektedir (Dallos ve Draper, 2010). DOT’un temele alındığı ve kavramsal yapısında yer verilen diğer yaklaşımlar ise Gestalt Terapi ve Varoluşçu Terapidir (Corey, 2015; Çelik ve Aydoğdu, 2018; Gavas Aslan, 2019; Greenberg, 2012; Yıldırım, 2021).

Varoluşçu Terapide bireyin eylemlerinde özgür olduğu, seçeneklerinden sorumlu şekilde koşulları belirlediği ve ne olacağına kendisinin karar verdiği kabul edilir (Corey, 2015). Gestalt Terapi bağlamında ise birey, doğayla bağdaşım içerisinde bir bütünlük oluşturmaktadır. Bu noktada biliş, davranış veya sadece duygular göz önüne alınarak bireyin belli birtakım özelliklerine odaklanması doğru bulunmamaktadır (Corey, 2015; Gavas Aslan, 2019). DOT aracılığıyla duyguların farkına varılarak kabul edilmesine ve psikoterapötik değişim için duygu durumu değişikliklerinin önemine vurgu yapılmaktadır (Çelik ve Aydoğdu, 2018). DOT aracılığıyla bireyin işlevsel olmayan duygularıyla işlevsel olan duygularının değiştirilerek yaşamın daha da kolaylaştırılması konusunda yönlendirmeler yapılmaktadır (Gavas Aslan, 2019). DOT ile bireylerin öncelikle kendilerini oldukları gibi kabul etmeleri sağlanmaktadır. Bu noktada DOT, öncelikle danışanlarda farkındalık oluşturma ve duyguları verimli bir işleve getirmede yardımcı olan

bir yaklaşım (Greenberg, 2012) olarak görülmektedir. Uygulamada bu durum, danışanın DOT aracılığıyla kendi duygularını fark ederek bunları kabul edebilmesi, tanımlaması ve duygularında düzenlemeler yapması ve sonuçta da durum ya da sonuca ilişkin yeni anlamlar oluşturması şeklinde gerçekleşmektedir (Korkmaz, 2021).

DOT bağlamında duyguların doğal bir uyum potansiyeline sahip oldukları varsayılmaktadır (Greenberg, 2012). DOT'a göre primer, sekonder ve araçsal duygular olmak üzere üç çeşit duygu bulunmaktadır. Doğumla birlikte dünyaya getirdiğimiz ve sosyalleşme aracı olarak kullandığımız üzüntü, korku, öfke, utanç, tiksinti, şaşkınlık ve coşku primer duygularımızı oluşturmaktadır. Bu duygulara tepki olarak geliştirilen ve bu duyguları kapatmada kullanılan duygular sekonder duygular olarak ifade edilebilmektedir. Bu noktada gerçekte yaşanan primer duygunun yine farklı bir primer duygu ile kapatılması durumu ile sekonder duygunun yaşandığı söylenebilir. Benzer bir şekilde bir duygunun kullanılarak istenilen durumun oluşturulması sürecinde ise araçsal duyguların kullanıldığı düşünülmektedir. Araçsal duyguların kullanımına ağlayarak bir işin yaptırılması örnek verilebilmektedir. Sekonder ve araçsal duyguların duygu regülasyon bozukluğundan kaynaklandığı ve ilişkilerde sorunlar yaşanmasına neden olduğu varsayılmaktadır (Pulat vd., 2020). DOT aracılığıyla bireyler kalıcı bir değişim yaşanması için danışan ve danışman arasında güven ve empatiye dayalı ilişki kurulması zorunludur (Aras Kemer ve Tuzgöl Dost, 2020; Corey, 2015). Danışanın danışman aracılığıyla ihtiyaçlarını belirleyebilmesi, danışanın duygularını düzenlemesi için gereklidir (Greenberg, 2012).

DOT'a göre duygular gerçekte doğal bir uyum potansiyeline sahiptirler. Duygular, aktif bir hale getirildiğinde ilişkide sorun yaşayan ya da bağlanma yaralanması yaşayan bireylerin kendilik boyutunda bir iyileşme ve olumsuz duyguların değiştirilmesinde etkili olmaktadır (Greenberg, 2012). Nitekim Millikin'e (2000) göre DOT, çiftler arasındaki duygusal tepkilerde yapılacak düzenlemeler aracılığıyla çiftler arasında güvenli bağlanmanın oluşumunu güçlendirmeyi amaçlamaktadır. Özellikle romantik ilişkilerde meydana gelen ve ilişki travmaları olarak düşünülen bağlanma yaralanması kavramı, DOT yaklaşımını benimseyen terapistler tarafından ortaya öncelikli bir inceleme konusu olmuştur.

2.5. Yalnızlık

Günümüzde şehirleşme, teknolojik gelişmeler, insan ömrünün uzaması vb. nedenlere bağlı olarak bireyler yaşadıkları toplumdaki izole olmaktan ve sıklıkla yalnız kalmaktadırlar (Akgül, 2020; Duru, 2005; Özgüven, 2020). Bu nedenle günümüz insanının en büyük sorunlarından birisinin de yalnızlık olduğu bilinen bir gerçektir (Özgüven, 2020). Bununla birlikte yalnızlığın bireyin kendisini yalnız hissedip hissetmemesiyle ilgili olduğundan dışarıdan tespit edilmesi noktasında zorluk yaşanabilmektedir (Tufan, 2003). Burger (2011) kişiliği incelediği eserinde yalnızlığı, kendini açma ve özsaygı kavramlarını Hümanistik Yaklaşım bağlamında irdeleyerek bireyin hayatın anlamını bulma ihtiyacının bir yansıması olarak ifade etmekte ve alanyazında da yetişkinlik döneminde yakın ilişkiler kurabilmenin önemli bir görev olarak görüldüğünü vurgulamaktadır.

Yalnız olmanın tek başına olmaktan farklı olduğu bilinmelidir. Yoğun kalabalıklar içinde yaşayan bireyler yalnızlık yaşayabilecekken bazı bireyler kimsenin olmadığı ortamlarda bile yalnızlık yaşamayabilirler. Bu durumun toplumsal etkileşimin kalitesi ve bireylerin algı düzeyleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Nitekim anlamlı bir tek başına kalma isteği olumlu bir durum olarak nitelendirilirken bu yapıcı tek başına kalmayı anlamlı bir şekilde deneyim edememek ise olumsuzluk içeren bir durum olarak değerlendirilmektedir (Burger, 2011).

18-25 yaş aralığını kapsayan beliren yetişkinlik dönemindeki önemli gelişimsel görevlerden biri de romantik ilişki kurabilme ve bu ilişkiyi sürdürebilmektir. Bu gelişimsel görevin yerine getirilmemesi sonucunda yalnızlık durumu ortaya çıkabilmektedir (Yonar ve Demir, 2020). Ancak yalnızlığın psikolojik ve fiziksel sorunlarla da ilişkili olduğu bilinmelidir (DiTommaso ve Spinner, 1997). Nitekim Rokach (2004), yalnızlığın insanı olumsuz durum ve eylemlere sürüklediğini, motivasyon kaybına neden olduğunu ve aşk, sevgi gibi olumlu duygulara zarar vererek insan yaşamında zorluklar yaşanmasına neden olduğunu ifade etmektedir. Yalnızlık kavramı evlilik uyumu açısından ele alındığında, evlilikte yaşanan sorun ve uyumsuzlukların çiftlerin özellikle duygusal yalnızlık yaşamalarına sebep olacağı söylenebilir.

2.5.1. Duygusal Yalnızlık

Weiss'e göre (1973) yalnızlık, "duygusal yalnızlık" ve "sosyal yalnızlık" olmak üzere iki türdür. Duygusal yalnızlık, bireyin başka bir birey ile bağlanma veya yakınlık kuramamasından kaynaklanırken; sosyal yalnızlık, bireyin sosyal ilişki ağında yer edinmemesinden kaynaklanan bir yalnızlık türüdür. Bu noktada DiTommaso ve Spinner (1993, 1997) ise duygusal yalnızlığı romantik yalnızlık ve aile içi yalnızlık şeklinde iki boyutlu olarak incelemektedir.

Fiziksel yalnızlığın belirli bir süre sonrasında duygusal yalnızlığa dönüştüğü ve bireyin çevreye ve topluma uyum sağlamasını zorlaştırdığı bilinmektedir. Yakın ilişkilerde yaşanan eksiklik ile paylaşımların azalması sonucunda fiziksel yalnızlığın duygusal bir yalnızlık türüne dönüştüğü günlük yaşamda sıklıkla karşılaşılan bir durumdur (Özodaişık, 2005). Duygusal yalnızlık, bireyin başka bir kişiyle bağlanma ilişkisi ya da yakınlık kuramaması sebebiyle oluşan yalnızlık türü olarak ifade edilebilmektedir (Weiss, 1973).

Duygusal yalnızlığın aile bireyleri, eş ya da sevgili gibi insanlar ile yakın bir bağlanmanın kurulamaması sonucunda ortaya çıktığı bilinmektedir (Yonar ve Demir, 2020). Weiss'e (1973) göre duygusal yalnızlık, bireyin çocukluk döneminde yaşadığı terk edilme korkusunun devamı ve yansıması niteliğindedir. Dolayısıyla yetişkinlik döneminde karşı cins ile yakın bir ilişki kurulamadığında veya ilişkide güvenli bağlanma zedelendiğinde bireyde duygusal yalnızlık oluşabilmektedir. Ancak birey, yeniden istenilen düzeyde yakın bir ilişki kurduğunda duygusal yalnızlıktan kurtulabilmektedir (Özatça, 2009; Tecdelioğlu, 2021).

2.6. Affetme Kararı

Disiplinlerarası bir kavram olan affetme (Ayten, 2009), bireydeki negatif duygu ve düşüncelerin pozitif duygu ve düşünceler ile yer değiştirmesi olarak ifade edilmektedir

(Aydın, 2017). Hargrave ve Sells'e (1997) göre ise affetme süreci, hata yapana karşı oluşan kızma ve öç alma hislerinin terk edilerek ilişkileri yeniden gözden geçirme, onarma ve duygusal incinmeleri iyileştirme olarak ifade edilmektedir. Affetme kararının bireyin kendine yönelik saygısını arttırmakla birlikte depresyon ve evlilik veya romantik ilişki sonrası psikolojik odaklı kötüye kullanılmışlık duygusuna ilişkin gerilimin azaltılmasında etkili olduğu düşünülmektedir (Bugay ve Demir, 2012). Başka bir ifadeyle affetme, hem incinme sonucunda oluşan engellerin aşılmasına katkı sağlamakta hem de ilişkinin sürdürülmesine katkı sunmaktadır (Fincham, 2000). Bunun yanı sıra affetme kararının her durumda bireyin psikolojik sağlamlığına katkıda bulunduğu bilinmektedir (Saticı, 2016).

Affetme kararının genel olarak “kendini affetme”, “başkalarını affetme” ve “durumu affetme” olmak üzere üç boyutlu yapıda olduğu varsayılmaktadır. Kendini affetme, bireyin kendisine yönelik kızgınlık ve cezalandırma arzusunun bilinçli olarak azalması (Enright, 1996) ve bireyin kendi kusurlarını görmezden gelmesidir (Kaya, 2015). Özellikle affetmenin bu boyutunda bireyin kendisini affetmeye istekli olması ve bilinçli bir şekilde harekete geçmesi gerektiği anlaşılmaktadır. Başkalarını affetme kararının alanyazındaki bazı araştırmalarda (Arslan, 2019; Besim, 2017; Güven ve Erdem, 2020) kişilerarası affetme olarak da ifade edildiği görülmektedir. Başkalarını affetmede hatalı davranışın başkası tarafından yapıldığı görülürken kendini affetmede hatanın bireyin kendisine ait olduğu bilinmektedir (Hall ve Fincham, 2005). Adam Karduz'a (2019) göre bireyin karşısındaki bireye karşı olumsuz ve yıkıcı duygular hissetmesi kişiler arası ilişkilerde sorunlara ve incinmelere yol açarak yalnızlığa ve ilişkide bozulmalara neden olabilmektedir. Bu durumla sıklıkla karşılaşılması sonucunda da affetme üzerine yürütülen araştırmaların genellikle başkalarını affetme boyutu ile ilgili olduğu bilinmektedir (Arslan, 2019; Hall ve Fincham, 2005). Affetme kararının bu boyutunda başkalarını affetme sürecinin zamana bırakılması gerektiği ve dışsal müdahalelerin başkalarını affetme kararında etkili olmadığı ön plana çıkarılmaktadır (Besim, 2017). Affetme kararına ilişkin durumu affetme ise mücbir sebeplerle meydana gelen doğal afetlerin (deprem, sel vb.) kişiyi olumlu duygulardan uzaklaştırması ve olumsuz duygular yaşamasına neden olduğu durumlarda gerçekleşmektedir (Thompson vd., 2005). Ancak kişinin kontrolü kendi elinde olmayan olay veya durum sonrasında yaşadığı çaresizlik ve kızgınlık psikolojik sağlamlığın katkısıyla nötr bir duruma dönüştürülebilmektedir (Besim, 2017).

Affetme kavramını anlamak için öne sürülen modellerden en çok bilineni Enright (1996) tarafından geliştirilen Affetme Süreç Modeli'dir. Bu modelde affetme kararı verilmesi sürecinde duygu, davranış ve düşüncenin etkileşimi ön plana çıkarılmaktadır. Affetme Süreç Modeli bağlamında oluşturulan oturumlar, affetme kararına ilişkin dört evre göz önüne alınarak yürütülmektedir. Bu model bağlamında affetme kararı keşfetme evresi, karar evresi, çalışma evresi ve derinleşme evresi olmak üzere dört evrede gerçekleşmektedir (Enright ve Human Development Study Group, 1991).

Affetme kararına ilişkin Enright'ın Affetme Süreç Modeli'ne göre keşfetme evresi ile bireyde haksızlığa uğrama duygusu ve acı yüzünden öç alma ve kızgınlık duyguları yaşanmaktadır. Karar evresi ile birlikte bireyde affetme kavramına ve affetmenin yararlarına ilişkin düşünceler geliştirilir (Enright ve Human Development Study Group, 1991). İlk evrede keşfetme ile birlikte affetmeye ilişkin başlayan farkındalık (Saticı, 2016), bu ikinci evrede affetmeye ilişkin karar verilmesiyle önemli görülen bilişsel işlemlerden geçilmektedir (Kaya, 2015). Ayrıca karar evresinde hatanın birey için içerdiği anlam sorgulanmaktadır. Affetme Süreç Modeli'nin çalışma evresinde ise birey tarafından hatalı bireyi anlama yolunda adımlar atma ve empati kurma görülmektedir (Enright ve Human Development Study Group, 1991). Çalışma evresinde olumsuz duyguların kabullenilmesine ilişkin bilinç oluşturulmakta ve bu duygular içselleştirilmektedir (Gündüz, 2014). Affetme kararının son evresinde hataya ilişkin yepyeni bir bakış açısıyla derinleşmeye ulaşılarak olumsuz duygular istemli ve bilinçli olarak terk edilmektedir (Enright ve Human Development Study Group, 1991). Başka bir ifadeyle bu evrede olumsuz duygulardan bilinçli olarak uzaklaşmakta, olumsuzlukların yerine alternatif olumlu duygu ve davranışlar geliştirilmektedir (Asıcı, 2019).

Affetme kararı; aile, arkadaş ve yakın ve romantik ilişkiler gibi bireyin yaşamındaki sosyal çevrede etkili olmakta ve bireyin iyi olma haline olumlu yönde katkı sunmaktadır (Bugay ve Demir, 2011). Bu araştırma bağlamında ise bireyin psikolojik sağlamlığının belirleyici özelliklerinden biri olan affetme kararının (Ostendorf, 2000), çiftler arasında affedilmeyen bir deneyimin yaşanması ile çift uyumunu ve çiftler arasındaki ilişki kalitesini de doğrudan etkilediği (Şahan, 2021; Şamatacı, 2013) düşünülmektedir. Benzer bir şekilde Aydın (2017) da affetme kavramını, romantik ilişkilerde yaşanan

olumsuzlukların giderilmesinde kritik bir süreç olarak görmektedir. Başka bir ifadeyle affetme, genellikle ilişkisel bir bağlamda meydana gelmekte ve yakın ilişkilerin yeniden kurulması ve sürdürülmesi noktasında temel bir bileşen görevi üstlenmektedir. Bununla birlikte, bazen kişiyi affetmeye sevk eden istismar ve suistimal gibi bazı kişilerarası dinamikler, affetme sonrasında da ilişkiyi olumsuz yönde de etkileyebilmektedir (Cowden vd., 2019). Sonuç olarak çiftler arasında yaşanabilecek bağlanma yaralanmalarında affetme kararının ilişkinin geleceğini belirlemede önemli bir rol oynayacağı söylenebilir.

2.7. İlgili Araştırmalar

Araştırmada bağlanma yaralanması, yalnızlık ve affetme kararı kavramlarına sıklıkla yer verilmesinden dolayı bu bölüm üç alt başlıkta sunulmaktadır. Bu başlıklar altında sunulan araştırmalarda bağlanma yaralanması, yalnızlık ve affetme kararı kavramları yakın ilişkiler doğrultusunda ele alınmakta, bu kavramlar ile ilgili ölçek geliştirilmekte ya da Türkçeye ölçek uyarlaması yapılmaktadır. Bu bölümde öncelikle bağlanma yaralanması ile ilgili alanyazında öne çıkarılan araştırmalara yer verilmektedir.

2.7.1. Bağlanma Yaralanması İle İlgili Araştırmalar

Akgül ve Güner'in (2021) yüksek lisans tez çalışmasına katkı sunmak amacıyla yaptığı araştırma ile Duvak (The Painted Veil) filmi, aile ve çift danışmanlığında yeni bir kavram olarak ele alınan bağlanma yaralanmasına yer verilmesi açısından incelenmiştir. İncelenen filmde Kitty ve Walter karakterlerinin yaşadığı aldatma olayı ve sonrasında yaşananlar konu alınmıştır. Bu bağlamda bağlanma yaralanmasına ilişkin kavramlar, filmde yer verilen sahneler aracılığıyla örneklendirilerek somut olarak sunulmuştur. Araştırmada filmdeki sahne içerikleri aracılığıyla bağlanma yaralanmasının ortaya çıkışı, bağlanma yaralanması sonrası cezalandırma, bağlanma yaralanması sonrası kaçınan tepkiler, bağlanma yaralanması yaşayan çiftin bir gözlemci aracılığıyla algılanma biçimi, kaotik etkileşim, etkili iletişime başlanması ve bağlanma yaralanmasının aşılması gibi durumlar örneklendirilmiştir. Ayrıca filmde aldatma konusu ile ilgili alanyazından farklı olarak evlilikte aldatan bireyin kadın olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma ile yaralanmış

eşin yaşadığı duygusal durum ve kaçınma davranışları gibi bağlanma yaralanması göstergesi niteliğindeki davranışlar filmdeki ilgili sahneler aracılığıyla ortaya koyulmuştur.

Terzi İlhan ve Işık (2021) tarafından yürütülen ölçek geliştirme araştırması ile evli bireylerin bağlanma yaralanması seviyelerini tespit etmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Tarama modelinde yürütülen araştırma, ölçek geliştirme süreçlerine göre yürütülmüştür. Araştırmada açımlayıcı faktör analizi 287 kişilik bir örneklemden elde edilen veriler ile yapılırken doğrulayıcı faktör analizi 235 kişilik örneklemden elde edilen bir veri seti ile yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi ile elde edilen yapı, araştırmanın doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen değerlerle desteklenmiştir. Araştırma sonucunda “güvensiz bağlanma” ve “travma” şeklinde ifade edilen boyutların yer verildiği 17 maddelik bir ölçek elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen güvenilirlik katsayıları da yeterli bulunmuştur. Böylelikle araştırma ile evli bireylerin bağlanma yaralanması seviyelerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçek elde edilmiştir.

İranlı kadınlarda bir bağlanma yaralanması olarak cinsel sadakatsizliği, nitel bir araştırma ile inceleyen Darab vd. (2020), cinsel sadakatsizliğin bireyin yaşamı ve ilişkisi üzerinde yıkıcı bir etkiye sahip olduğunu ifade etmiştir. Başka bir ifadeyle araştırmada sadakatsizlik, bağlanma yaralanması olarak ele alınmıştır. Araştırmada alanyazın göz önüne alınarak İranlı çiftlerin cinsel sadakatsizlikle karşılaşmaları sonrasında boşanma talebinde buldukları belirtilmiştir. Bu bağlamda Darab vd.’nin (2020) araştırması ile cinsel sadakatsizlik sonucu bağlanma yaralanması yaşayan İranlı kadınların boşanma taleplerini incelemiştir. Bu kültürel araştırma, ihanete uğramış 32 kadın aracılığıyla yürütülmüştür. Araştırmada görüşmelerden elde edilen veriler, tematik analiz ile analiz edilmiştir. Araştırmada bağlanma yaralanması olarak ele alınan cinsel sadakatsizliğin etkileri “cinsel ilişkiler”, “duygusal etkiler”, “bilişsel etkiler” ve “davranışsal etkiler” olmak üzere dört başlıkta ele alınmıştır. Araştırmada sadakatsizlik nedeniyle yaşanan bağlanma yaralanmasının çiftler arasındaki karşılıklı güvenin toplumdaki kültürel temeline de zarar verdiği vurgulanmıştır.

Terzi İlhan'ın (2020) araştırması ile hem evlilikte bağlanma yaralanmasını tespit etmede kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçeğin geliştirilmesi hem de özel gereksinimli çocuğu olan en az bir yıllık evli bireylerin kişilik özellikleri ile çift uyumlarının bağlanma yaralanması bağlamında incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma ile boyutları “bağlanma” ve “travma” olarak isimlendirilen ölçeğin toplamda 17 maddeden oluştuğu belirlenmiştir. Araştırmanın diğer boyutunda özel gereksinimli çocuğu olan 167 evli bireyin kişilik özellikleri, bağlanma yaralanması durumu ve çift uyumları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Araştırma ile kişilik özelliklerinden nevrozizm ile çift uyumu arasında, kişilik özelliklerinden yumuşak başlılık ile çift uyumu arasında ve yine kişilik özelliklerinden sorumluluk ile çift uyumu arasında bağlanma yaralanmasının kısmen aracılık rolü üstlendiği tespit edilmiştir. Bu sonuçların yanı sıra araştırma ile kişilik özelliklerinden dışadönüklük ile çift uyumu arasında ve kişilik özelliklerinden deneyime açıklık ile çift uyumu arasında bağlanma yaralanmasının tam olarak aracılık rolü üstlendiği belirlenmiştir.

Terzi ve Özbay'ın (2016) araştırması ile bağlanma yaralanmasına ilişkin geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Ölçek geliştirme basamakları izlenerek yürütülen araştırma, romantik ilişkiler bağlamında en az bir yıl evli olan 359 kişi ile yürütülmüştür. Araştırmada açımlayıcı faktör analizi sonucunda iki farklı yapı elde edilmiştir. Her iki yapının da madde faktör yükü, açıklanan varyans ve iç tutarlılık açılarından yeterli olduğu anlaşılmıştır. Ancak araştırma ile alanyazında bağlanma yaralanması kavramını alt başlıklarla açıklamanın yerinde olamayacağı kanısına ulaşılmıştır. Bu nedenle Terzi ve Özbay (2016) tek boyutlu ve faktör yükü .88 ile .46 arasında değişen 35 maddelik oluşan yapının daha kullanılabilir olduğunu ifade etmiştir. Bağlanma yaralanması ile çift terapilerinde sıklıkla karşılaşılmasına rağmen alanyazında yeni bir kavram olarak ele alınması ve konu ile ilgili herhangi bir ölçeğin bulunmaması nedeniyle araştırma önemli görülmüştür.

Terzi (2014), çift ve evlilik danışmanlığında yer verilen bağlanma yaralanmasının nedenlerini araştırmak için yaptığı araştırmasını nitel araştırma desenlerinden olgubilim deseni ile yürütmüştür. Terzi (2014) araştırmasının verilerini romantik ilişki yaşayan otuz çiftten görüşmeler aracılığıyla toplamıştır. Toplamda 60 katılımcıdan oluşan çalışma

grubunun 16'sı sevgili, 14'ü nişanlı ve 30'u ise evli bireylerden oluşmaktadır. Terzi'nin (2014) katılımcılardan elde ettiği veriler incelendiğinde, romantik ilişkide bağlanma yaralanmasına neden olabilecek 27 olay belirlenmiştir. Araştırmada katılımcıların bağlanma yaralanmasına en sıklıkla neden olabileceğini düşündükleri davranışın “yalan söyleme” ve “aldatma-ihamet” olduğu belirlenirken; katılımcıların en az sıklıkla bağlanma yaralanmasına neden olabileceğini düşündükleri olayın “ekonomik kısıtlamalar” ve “alınanlık” olarak ifade edildiği belirlenmiştir. Terzi (2014), araştırmasında son olarak bağlanma yaralanması kavramını açıklamaya ve bu kavramın nedenlerini ortaya koymaya yönelik çeşitli nitel ve nicel araştırmaların yapılmasını önermiştir.

Halchuk vd.'nin (2010) araştırmasında evlilikte sorun yaşadıkları için terapiye başvuran çiftlerin terapiye başvurma nedeni olarak sıklıkla terk edilme veya ihanetle karakterize edilen bir bağlanma yaralanması yaşadıkları ifade edilmiştir. Halchuk vd.'nin (2010) yaptığı araştırma ile DOT'a dayalı olarak geliştirilen Bağlanma Yaralanması Çözüm Modelini değerlendirmiştir. Halchuk vd. (2010), bağlanma yaralanması yaşayan 12 çiftin DOT sonrasında ilişkilerinde yaşanan anlamlı iyileşmenin üç yıl boyunca devam edip etmediğini izlemiştir. Araştırmanın sonuçları güven ve affetmenin yanı sıra bağlanma yaralanmasının ciddiyetindeki azalmanın zamanla korunduğunu göstermiştir. Başka bir ifadeyle bağlanma yaralanmasını, bağlanma yaralanması çözüm modeliyle çözüme kavuşturan çiftlerin bu durumlarını üç yıl boyunca korudukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçla birlikte bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturan ve çözüme kavuşturamayan gruplar arasında çift uyumu, güven ve yaralanma şiddeti puanları arasında farklılıklar tespit edilmiştir. Halchuk vd.'nin (2010) bu izleme araştırması ile Bağlanma Yaralanması Çözüm Modelinin uzun vadeli olarak yarar sağladığı kanıtlanmıştır.

Zuccarini'nin (2010) iki bölümden oluşan doktora tez çalışmasının ilk bölümü, çiftler için DOT bağlamında Bağlanma Yaralanması Çözüm Modeli'nde danışanda yaşanan değişim sürecine kavramsal bilgi sunmak amacıyla yürütülmüştür. Bağlanma Teorisinin bağlanmayla ilişkili duygusal deneyimlerin ve çiftlerde affetmenin birincil önemini anlamak için bir çerçeve sağladığını belirten Zuccarini (2010) tez çalışmasının ilk bölümünde, duygusal yaralanmaların altında yatan öfke, üzüntü ve korkunun incelenmesinin çiftlerde affetme süreci için önemli olduğunu belirtmiştir. Araştırmanın ilk

bölümünde Bağlanma Yaralanması Modeli'ne ilişkin aşamaların DOT bağlamında terapideki çözüm sürecine yerleştirildiği ve özellikle modelin son dört aşamasının bağlanma yaralanmasının çözülmesine önemli ölçüde katkı sunduğu açıklanmıştır. Araştırmanın ikinci bölümünde ise Bağlanma Yaralanması Çözüm Modeli kapsamında yürütülen süreçlerin sonuçları sunulmuştur. Bu amaçla araştırmanın ikinci bölümünde bağlanma yaralanması yaşayan çiftlerden bağlanma yaralanması çözüme kavuşmuş dokuz çift ve bağlanma yaralanması çözüme kavuşmamış dokuz çiftten ses kayıtları elde edilmiştir. Araştırmanın bu bölümündeki bulgular ile bağlanma yaralanması çözüme kavuşmuş çiftlerde çiftlerin deneyimlerinde daha da derinleşebildikleri, çözüm aşamasında daha bilinçli ve kontrollü oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Makinen ve Johnson'un (2006) DOT'a dayalı çözüm modelinin bağlanma yaralanmasını onarmış çiftleri, bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturamamış çiftlerden belirgin olarak ayırdığını test etmek amacıyla yürüttüğü araştırma, 24 çift ile yaklaşık olarak 13 seans olarak sürdürülmüştür. Yürütülen seanslar sonucunda 24 çiftten 15'inin bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturduğu doğrulanmıştır. Bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturamayan dokuz çiftten üçünün verilerinin eksik olduğu, iki çiftin de ölçeği tamamlamadığı görülmüştür. Verilerin analizinde iş analizi yönteminin kullanıldığı araştırma ile bağlanma yaralanmasını onaran çiftlerin deneyimlerinde daha fazla derinleşebildikleri ve daha fazla yakınlık kurabildikleri Makinen ve Johnson (2006) tarafından tespit edilmiştir. Bununla birlikte bağlanma yaralanmasını onaran çiftlerin bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturamayan çiftlere göre affetme ve çift doyumu konularında daha anlamlı ilerledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak araştırma ile işe koşulan çözüm modelinin etkili olduğu ve DOT'un bağlanma yaralanması yaşayan çiftlerde kullanımının çiftler açısından olumlu sonuçlar sağladığı belirlenmiştir.

Naaman vd.'nin (2005) araştırmasında bağlanma yaralanması yaşayan iki çifte uygulanan ve kısa dönemli sonuçları doğrulanan 10 seanslık DOT temelli çözümler karşılaştırılmıştır. Naaman vd.'ye (2005) göre bağlanma yaralanması, çiftler arasındaki ilişkide yaşanan spesifik bir ihanet tipini gösteren yeni bir klinik yapıdır. Bu yapı ilişkinin güvenliğinin sorgulanmasına neden olacak kadar kritik bir durum oluşturmaktadır. Araştırmada Naaman vd. (2005) tarafından her bir çiftteki bağlanma yaralanması ile ilişkili

değişimi incelemek için analitik yöntem kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçları, çözüme ulaşan ve çözüme ulaşmayan süreçleri ayırt etmek için kullanılmıştır. Bununla birlikte araştırmanın sonuçları, ilişkilerini çözüme kavuşturan çiftin bağlanma yaralanmasına ilişkin çözüm modeline bağlı kaldıklarını gösterirken bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturamayan çiftin terapi sürecindeki modelden saptıklarını göstermiştir. Ayrıca araştırmanın sonuçları bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturan çiftin bağlanma yaralanmasını çözüme kavuşturmayan çifte göre daha fazla etkileşime girdiklerini ve terapiye ilişkin deneyimlerinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Naaman vd. (2005), bağlanma yaralanması modeli bağlamında yapılacak daha fazla klinik araştırmalarına ihtiyaç duyulduğu ifade etmiştir.

Pelling ve Arvay-Buchanan'ın (2004) olgubilim yaklaşımını kullanıldığı araştırmasının amacı, kadınların heteroseksüel çift ilişkilerinde yaşadıkları bağlanma yaralanması deneyimlerini incelemektir. Pelling ve Arvay-Buchanan'ın (2004) araştırmasında heteroseksüel çift ilişkilerinde yaşanan bağlanma yaralanması olgusu dört katılımcıdan üç ayrı görüşme ile ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın verileri içerik analizi ile analiz edilmiş ve araştırma sonucunda elde edilen altı tema ile heteroseksüel çift ilişkilerinde yaşanan bağlanma yaralanması deneyimleri ortaya çıkarılmıştır. Pelling ve Arvay-Buchanan (2004) tarafından ulaşılan temaların Pelling'in (2003) çalışmasından elde edilen temalar ile benzer olduğu görülmüştür. Çalışmadan elde edilen sonuçların travmatik kayıp ve bağlanmaya ilişkin alanyazın ile tutarlı olduğu tespit edilmiştir.

Pelling'e (2003) göre bağlanma yaralanması romantik ilişkilerde veya çiftler arasındaki ilişkilerde meydana gelmekte ve bağlanma yaralanmasını bir yaralanma veya çiftler arasındaki ilişkilerde yaşanan önemli bir kaza olarak tanımlanabilmektedir. Pelling (2003) tarafından yürütülen araştırmanın amacı, çiftler arasında yaşanan bağlanma yaralanmasını onların yaşadıkları deneyimler aracılığıyla keşfetmektir. Bu doğrultuda araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim yöntemi ile yürütülmüştür. Araştırmada veriler bağlanma yaralanmasını ortaya çıkarır nitelikteki görüşme soruları ile toplanmıştır. Araştırmada Pelling (2003) tarafından tematik analiz aracılığıyla bağlanma yaralanmasının yapısına ilişkin altı tema belirlenmiştir. Bu temaların, (1) bakıcılık geçmişi,

(2) eşin cevap vermemesi, (3) değiştirilemeyen değişim, (4) diğer ilişkiler aracılığıyla başa çıkma, (5) ilişkiye uzun zamanlı etki ve (6) kişiye etki olarak sıralandığı görülmüştür. Elde edilen bu temalardan alt temalara da ulaşılmıştır. Pelling'in (2003) elde ettiği sonuçların Bağlanma Teorisi ve travma alanyazınından elde edilen sonuçlar ile tutarlılık gösterdiği anlaşılmıştır. Araştırmanın sonuçlarının bağlanma yaralanması yaşayan partnerin derinlemesine bir şekilde tam olarak anlaşılmasını katkı sağladığı söylenebilir.

Millikin (2000) tarafından yrtlen araştırma ile romantik ilişkilerde yaşanan bağlanma yaralanması tanımlanmış ve DOT aracılığıyla bağlanma yaralanmasının zm için bir model geliştirilmiştir. DOT, Bağlanma Teorisi ve DOT geliştiricilerinin araştırma deneyimlerinden hareketle araştırmada bağlanma yaralanmasının bir kavram olarak faydası incelenmiştir. Millikin'in (2000) yaptığı araştırmada hafif ve orta düzeyde ilişki sorunları yaşayan ve DOT'a başvuran çiftlerin bağlanma yaralanması sorunlarının zm için görev analizi aracılığıyla bir n model geliştirilmiştir. Çiftlerden birinin diğerinin güvenini kırdığında ya da ona ihanet ettiğinde olayın klinik bir vakaya dönüşmesi ve zmlenemeyecek bir hal alması ile bağlanma yaralanmasının meydana geleceği klinisyen ve araştırmacılar tarafından ifade edilmiştir. Araştırmada ilişkilerinde orta ve hafif düzeyde sorunlar yaşamış kişilerde gerçekleşen bağlanma yaralanması deneysel olarak kanıtlanmış bir DOT ile zme kavuşturulmuştur. Terapi boyunca deneysel olarak elde edilen haritayla beklenen değişime ilişkin bir kavram haritası karşılaştırılarak bağlanma yaralanmasına yönelik terapinin hangi aşamalarında önemli durumların yaşandığı belirlenmiştir. Araştırmada beklenen değişim süreçlerini içeren kavramsal harita, deneysel olarak geliştirilen harita aracılığıyla geliştirilmiştir.

2.7.2. Yalnızlık İle İlgili Araştırmalar

Tecdelioğlu'nun (2021) yaptığı çalışmada, yakın bir ilişki yaşamakta olan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile duygusal yalnızlıkları arasındaki ilişkide algılanan partner sosyotelizminin aracı rolü ele alınmıştır. Araştırmanın verileri 478 katılımcıdan "Kişisel Bilgi Formu", Eksik Kalma Korkusu lği (EKK) ile Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık lği (SELSA-S) aracılığıyla toplanırken; sosyotelizm

ile ilgili veriler ilgili katılımcıların partnerlerinden Partner Sosyotelizm Ölçeği (PSÖ) aracılığıyla toplanmıştır. Yapılan analizler ile duygusal yalnızlık, gelişmeleri kaçırma korkusu ve partner sosyotelizminin cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bununla birlikte araştırmada duygusal yalnızlık, gelişmeleri kaçırma korkusu ve partner sosyotelizmi arasında olumlu ve manidar ilişki tespit edilmiştir. Partner sosyotelizminin aracılık rolünü test etmek için yapılan analizler sonucunda duygusal yalnızlık ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında algılanan partner sosyotelizmi, olumlu yönde ve kısmi düzeyde aracı olarak bulunmuştur.

Akgül'ün (2020) yaptığı ölçek uyarlama araştırması ile SELSA-S kısa formu Türk kültürüne uyarlanmıştır. Araştırma kapsamında Çanakkale ilindeki 873 yetişkin bireye SELSA-S uygulanarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması yürütülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliliğini sınamak için yapılan açımlayıcı faktör analizi ile orijinal ölçekle benzer şekilde üç faktörlü bir yapı tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen değerler de (CFI= .92; RMSEA = .091) bu yapıyı doğrulamıştır. Ölçeğin test- tekrar test katsayıları ise Duygusal Romantik Yalnızlık boyutu için .89, Duygusal Ailesel Yalnızlık için .90 ve Sosyal Yalnızlık için .92 olarak tespit edilirken ölçeğin tümüne yönelik test- tekrar test katsayısı .93 olarak tespit edilmiştir. Sınanan ölçeğin Cronbach alfa değerleri de Doğrusal Romantik Yalnızlık için .85, Duygusal Ailesel Yalnızlık için .76, Sosyal Yalnızlık için .92 ve ölçeğin tümüne yönelik yapısı için .83 olarak bulunmuştur. Araştırmadan edilen bu sonuçlar doğrultusunda Türk kültürüne uyarlanan ölçeğin Akgül (2020) tarafından geçerli ve güvenilir bir yapıda olduğu kabul edilmiştir.

Yonar ve Demir (2020) tarafından yapılan araştırma ile beliren yetişkinlerdeki romantik yalnızlığın bağlanma boyutları ve flört kaygısı tarafından yordama durumunu incelemiştir. İlişkisel tarama deseninde tasarlanan araştırma, İstanbul Üniversitesi'nde lisans düzeyinde öğrenim gören 441 öğrenci aracılığıyla yürütülmüştür. Araştırmada beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeylerinin; yaş, cinsiyet, kaçınan bağlanma, kaygılı bağlanma ve flört kaygısı değişkenleri tarafından anlamlı düzeyde yordanıp yordanmadığı regresyon analizi ile tespit edilmiştir. Araştırmanın sonuçları yaş değişkeninin romantik yalnızlıkla olumsuz yönde ilişkili olduğunu ortaya koyarken; kaçınma, iletişim ve beğenilmeme kaygısı ile romantik yalnızlık arasında olumlu bir ilişki tespit edilmiştir.

Araştırma ile ele alınan değişkenlerin romantik yalnızlığı yordamadaki karşılaştırmalı katkıları en güçlü katkıyı yapandan en zayıf katkıyı yapana doğru sırasıyla kayıtsız bağlanma boyutu, iletişim, beğenilmeme kaygısı ve yaş şeklinde sıralandığı belirlenmiştir.

Kıvılcım (2019) tarafından yürütülen çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal duygusal yalnızlık algıları arasındaki ilişkide genel aidiyetin biçimlendirici rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bununla birlikte araştırma ile sosyal duygusal yalnızlık düzeyine ilişkin demografik değişkenler de incelenmiştir. Araştırma 316 yetişkin bireyden oluşan bir örneklem grubu ile yürütülmüştür. Elde edilen bulgular, bireylerin sosyal duygusal yalnızlık düzeyinin demografik değişkenlerden eğitim durumu ve çocuk sahibi olma değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre eğitim düzeyinin artmasıyla birlikte yalnızlık düzeyinin azaldığı ve çocuk sahibi olanların yalnızlık düzeylerinin çocuk sahibi olmayanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bulgularından sosyal duygusal yalnızlık düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı arasında olumlu yönde ve anlamlı ilişki bulunduğu; sosyal görünüş kaygısı ile sosyal duygusal yalnızlık arasında genel aidiyetin biçimlendirici rolü olmadığı sonuçları elde edilmiştir.

Çalışkan'ın (2015) erkek eşcinsel bireylerdeki sosyal ve duygusal yalnızlığı incelediği çalışmasında, erkek eşcinsel bireylerin yalnızlığa yükledikleri anlam, yalnızlıkla baş etme yaklaşımları ve bu konuda aldıkları sosyal desteğin araştırılması amaçlanmıştır. Karma yöntemde yürütülen araştırmanın nitel verileri görüşme formu ve nicel verileri ise SELSA-S ile toplanmıştır. Çalışkan (2015) çalışmasında amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlediği çalışma grubundan elde ettiği nitel sonuçlar ile SELSA-S ölçeğinden elde ettiği nicel sonuçları karşılaştırmıştır. Araştırmanın sonuçları, çalışma grubundaki katılımcıların aile, iş ortamı ve sosyal topluluklardayken kendilerini daha fazla yalnız hissettiklerini göstermiştir. Bu sonuçla birlikte araştırma ile sosyal kurum, yakın arkadaş ve partner ile geçirilen zamanın yalnızlık duygusunu azalttığı belirlenmiştir.

Özatça'nın (2009) çalışması ile aile işlevlerinin ergenlerde sosyal ve duygusal yalnızlığın yordayıcısı olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, 2007-2008

eğitim-öğretim yılı içerisinde Adıyaman İlindeki dört liseden toplamda 504 öğrenci aracılığıyla yürütölmüştür. Araştırma verileri üzerinde yapılan regresyon analizi sonuçları, duygusal tepki, genel işlevler, duygusal tepki alt boyutlarının duygusal yalnızlığın aile ilişkileri boyutunu en fazla yordayan değişkenler olduğunu göstermiştir. Ayrıca bu analiz sonuçları ile romantik ilişkiler alt boyutunun ise sadece genel işlevler tarafından yordandığı belirlenirken; sosyal yalnızlık ile ilgili olan sosyal ilişkiler boyutunun da gereken ilgiyi gösterebilme ve genel işlevler boyutları tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Aile işlevleri bağlamındaki rol dağılımı, iletişim ve davranış kontrolü boyutlarının sosyal ve duygusal yalnızlığı anlamlı düzeyde yordamadığı da araştırmadan elde edilen sonuçlar arasında yer almıştır.

Duru'nun (2008) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini yordamada etkili olan değişkenleri incelemek amacıyla yürüttüğü araştırması, Pamukkale Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 404 öğrenciyi kapsamıştır. Araştırma ile arkadaş desteği, sosyal bağlılık ve aile desteğinin yalnızlığın önemli yordayıcısı olduğu bununla birlikte aile desteğinin ise yalnızlığı yordamadığı belirlenmiştir. Araştırmada değişkenlerin yalnızlığa yönelik birleşik etkisi ile ilgili sonuçlara bakıldığında, aile desteği-sosyal bağlılık ve özel insan desteği-sosyal bağlılık birleşik etkisinin yalnızlığın bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda üniversitelerin sosyal etkinlikleri temele alan uygulama ve programlarla sosyal yaşantı gereksinimlerini karşılayabilecekleri belirtilmiş ve sosyal bağlar yoluyla üniversite öğrencilerinin yalnızlıklarının azaltılabileceği ifade edilmiştir.

Kozaklı'nın (2006) araştırması ile üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın kapsamına Mersin Üniversitesi'nde farklı sınıf düzeylerinde öğrenim görmekte olan 385 öğrenci alınmıştır. Araştırma ile öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin, yaş, ailenin ikamet ettiği yerleşim yeri, annenin öğrenim durumu, eğitim giderlerini karşılama yolu değişkenlerine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin sosyal destek düzeylerinin ise cinsiyet, ailenin ikamet ettiği yerleşim yeri ve eğitim giderlerini karşılama yolu

açısından farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca araştırmada sosyal destek ve yalnızlık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Duru'nun (2005) Amerika ve Türkiye'de lisansüstü öğrenim görmekte olan toplam 110 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü araştırmasında yalnızlık düzeyinin bazı psikososyal değişkenlere ve öğrenim görülen ülke değişkenine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre Amerika ve Türkiye'de öğrenim görmekte olan lisansüstü öğrencileri arasında yalnızlık düzeyi açısından bir farklılık tespit edilmemiştir. Benzer şekilde yaş, cinsiyet ve öğrenim görülen alan açısından da yalnızlık düzeylerinde bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Yakın ve samimi arkadaş sayısı ve burslu olma değişkenlerinin ise yalnızlık düzeyinde etkili oldukları ve yalnızlığı yordamada da belirleyici olduğu tespit edilmiştir.

DiTommaso vd. (2004) tarafından yapılan araştırma ile SELSA-S kısa formu üzerinde psikometrik incelemeler yapılmıştır. Üniversite öğrencileri, askeri personel eşleri ve psikiyatri hastalarından oluşan toplam 1526 kişiden yüz yüze ve posta yoluyla elde edilen veriler SELSA-S'nin güvenilirliğinin yüksek olduğunu göstermiştir. SELSA-S kısa formunun yapı geçerliliği, bağlanma ve sosyal yakınlık gibi samimi ilişkilerin yeterliliğine ilişkin ölçütler, mevcut yapıdaki ilişkiler ve yalnızlık türlerine ilişkin sosyal yeterlik, benlik saygısı, güven, sağlık ve mutluluk ölçütlerinin ilişkilendirilmesiyle desteklenmiştir. Son olarak açımlayıcı faktör analizi sonuçları, modelde en iyi uyumun üç boyutlu SELSA-S yapısı ile sağlandığını göstermiştir.

Rokach'ın (2004) araştırmasında, yalnızlığın çeşitli yönlerinin tanımlanması amaçlanmıştır. Araştırma ile insanlık tarihi kadar eski olan bu kavram, coğrafi, kültürel ve dini sınırları aşan insanoğlunun sığınma arayışı olarak görülmüştür. Araştırmada yalnızlık kavramına ilişkin sosyal izolasyon ve duygusal yabancılaşma bağlamında kavramsal açıklamalar yapılmıştır. Rokach (2004), Kuzey Amerika'da milyonlarca insanın hayat yarışı içinde görünürde yalnızlıkla ilgisi olmayan sorunlar için bir müdahale arayışında olduğunu ve bu durumun çok yaygın bir yaşam biçimine dönüştüğünü ifade etmiştir. İnsan deneyimlerinin temelinde de var olan yalnızlığın günlük yaşam üzerindeki etkilerinin

zaman ve mekan bağlamında daha ayrıntılı bir bakış açısıyla incelenmesinin gerekli olduğu araştırma ile ifade edilmiştir.

DiTommaso ve Spinner'ın (1997) araştırması ile Weiss'in (1973) ele aldığı sosyal ve duygusal yalnızlık tipolojisi incelenmiştir. Araştırmanın temel amacı ilişkisel ihtiyaçlar, sosyal ve duygusal yalnızlık ile ruh sağlığı arasında var olduğu öne sürülen bağlantıların değerlendirilmesidir. Araştırma ile 241 üniversite öğrencisinden sosyal ve duygusal yalnızlık, sosyal provizyonlar ve ruh sağlığı konusunda veriler toplanmıştır. Araştırma sonucunda sosyal ve duygusal yalnızlığın farklı deneyim olduğu doğrulanmıştır. Bununla birlikte duygusal yalnızlığın romantik duygusal yalnızlık ve ailesel duygusal yalnızlık olarak iki boyutlu bir yapıda olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bu sonucu, yalnızlığının çok boyutlu yapısını vurgulayan alanyazın tarafından da desteklenir nitelikte olduğu bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonuçlarında hem sosyal yalnızlığın hem de duygusal yalnızlığın sosyal provizyonlarla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüş olmasına rağmen her iki yalnızlık türünün sosyal provizyonlarla benzersiz ilişkileri olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda araştırma sonuçlarının Weiss'in (1973) öngörülleri ile tutarlı olduğu görülmüştür. Ancak Weiss'in (1973) yalnızlığın sonuçları ve ilişkisel eksiklikler ile ilgili öngörülerinin bu araştırma ile kısmen benzerlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

DiTommaso ve Spinner'ın (1993) araştırması ile çok boyutlu bir yalnızlık ölçeği niteliğinde olan SELSA geliştirilerek ölçeğe ilişkin ilk geçerlilik çalışması yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizindeki temel bileşenler analizi ile sosyal ve duygusal yalnızlığın farklı durumları nitelediği ispatlanmıştır. Ayrıca araştırmadan elde edilen sonuçlar ile duygusal yalnızlığın romantik ilişkiler ile ilgili olan yalnızlık ve ailesel duygusal yalnızlık olmak üzere iki türü olduğu ifade edilmiştir. Ölçeğin tüm alt boyutlarında Cronbach alpha değerlerinin .89 ile .93 arasında değerler olarak yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada SELSA'nın gözden geçirilmiş UCLA Yalnızlık Ölçeği, Dyadic Uyum Ölçeği ve randevulaşma sıklığı gibi bazı bazı değişkenlerle ilişkisi incelenerek SELSA'nın eş zamanlı, ayırt edici ve yakınsak geçerliliğe sahip olduğu tespit edilmiştir.

2.7.3. Affetme Kararı İle İlgili Araştırmalar

Yaman Akpınar ve Altunsu Sönmez'in (2021) yaptığı araştırma ile evli çiftlerin suçu affetme seviyeleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Tarama modeli ile yürütülen araştırmanın örneklemi 210 evli bireyden oluşmaktadır. Yaman Akpınar ve Altunsu Sönmez'in (2021) elde ettiği sonuçlara göre, evli bireylerin affetme düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. 20-29 yaş aralığındaki evli bireylerin affetme seviyelerine ilişkin toplam puan, 50 yaş ve üzeri evli çiftlerin affetme seviyelerine ilişkin toplam puandan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yine araştırmadan elde edilen sonuçlara göre evlilik uyumunun anlaşma boyutu ile affetmenin dargınlık-kaçınma boyutları arasında negatif yönde ve yüksek düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Benzer bir şekilde evlilik uyumunun ilişki tarzı boyutu ile affetmenin dargınlık-kaçınma boyutları arasında negatif yönde ve orta seviyede bir ilişki belirlenmiştir. Yaman Akpınar ve Altunsu Sönmez (2021) tarafından evlilik öncesinde çiftlerini evlilik terapisine yönlendirilerek önleyici birtakım çalışmaların yapılması ve çiftlerin evlilikten beklentiler konusunda danışmanlık hizmeti almaları önerisinde bulunulmuştur.

Eker Dumuş'un (2020) yaptığı araştırma ile romantik ilişki süresi, ilişki yatırımına ilişkin değişkenler ve öznel affedicilik arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çıkış noktası olarak ilişki doyumu, ilişki yatırımı, alternatiflerin niteliği ile birlikte partnerin affedilmesi ve affedilmenin hissedilmesi değişkenlerinin romantik ilişkilerin devamı için önemli görülmesi olmuştur. Araştırmanın katılımcı grubu romantik ilişki yaşamakta olan 195 kişiden oluşmaktadır. Katılımcılar romantik ilişki yaşama süresi açısından iki yıldan az ve iki yıldan fazla romantik ilişki yaşayanlar olmak üzere iki gruba ayrılmışlardır. Bu gruplarda affedildiğini hissetme ve ilişki istikrarı açısından sınıflandırılmaya ilişkin ayırma analizi uygulanmıştır. Araştırmada yapılan analizler sonucunda yatırım modeline ilişkin ilişki yatırımı, ilişki doyumu ve alternatifin kalitesi değişkenlerinin öznel affediciliğin ilişki süresi açısından belirlenen grupları anlamlı olarak ayırmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Güven ve Erdem (2020) tarafından yürütülen araştırmanın amacı, bireyin sosyal ilişkilerinde kendisiyle ve kontrol edemediği olay ve durumlarda deneyimlediği olumsuz hislerin olumluya dönüşme süreci olan affetmeyi alanyazın doğrultusunda açıklamak ve affetme ile ilgili yapılacak araştırmalara katkı sunmaktır. Bu bağlamda Güven ve Erdem (2020) affetmeye kavramına ilişkin kuramsal ve alanyazın taraması olarak yürüttükleri araştırmasında affetme, affetme ile karıştırılan kavramlar, affetmenin türleri, affetme modelleri, affetme kararını olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyen faktörler konularını kuramsal olarak ele almıştır. Bununla birlikte araştırmada affetmede mağdur ve suçlu bireylerin kişilik özelliklerinin etkileri, affetmenin yararları ve affetme ile ilgili yapılan araştırmalar sunulmuştur. Güven ve Erdem (2020) affetme kavramının dinsel kökenli olsa da zamanla disiplinler arası bir konuma yerleştirildiğini vurgulamıştır. Araştırmada pozitif psikoloji ile ilgili araştırmaların artış göstermesiyle affetmenin sıklıkla incelendiği ve kavrama ilişkin çok sayıda tanımlamanın yapıldığı belirtilmiştir. Araştırma ile affetme kavramına ilişkin yapılan farklı tanımlarda öne çıkarılan noktalar göz önüne alınmış ve affetme kavrama ilişkin yapı göz önüne serilmiştir.

Reisoğlu (2020) tarafından yürütülen araştırma ile romantik ilişkilerden elde edilen doyum ile affetme ve affetmeye yönelik inanç arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma, Gaziantep Üniversitesi'nde lisans düzeyinde öğrenim görmekte olan ve en az altı aylık romantik ilişkisi bulunan 313 öğrenci aracılığıyla yürütülmüştür. Yapılan korelasyon analizi sonucunda ilişkiden alınan doyum ile “kendini affetme” ve “affetmek ahlaklı davranışa teşvik eder” inancı arasında pozitif düşük yönde ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Araştırmada ilişkiden alınan doyumun yordayıcılarını belirlemek için hiyerarşik çoklu regresyon yapılmıştır. Bu analiz sonuçları da katılımcılardan nişanlı olanların flört edenlere göre ilişki doyumları yüksek bulunmuştur. Ayrıca araştırmada romantik ilişki yaşayan katılımcıların kendini affetme ile “affetmek ahlaklı davranışa teşvik eder” inancına ilişkin puanların yükselmesiyle ilişki doyumunda artış yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ekşi vd. (2018) tarafından yürütülen araştırma ile Davis vd. (2015) tarafından geliştirilen Affetme Kararı Ölçeği (AKÖ), Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ekşi vd. (2018) tarafından yapılan açımlayıcı faktör analizinde tek faktörlü yapıda açıklanan varyans oranı

%69.30 olarak belirlenmiştir. Araştırmada AKÖ'nün altı ifadeye yer verilen tek faktörlü yapısının doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen uyum değerleri (GFI=0.97, AGFI=0.92, RMSEA=0.08, CFI=0,99) ile desteklendiği sonucuna ulaşılmıştır. AKÖ'nün Cronbach alfa değeri ise 0.91 olarak tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda AKÖ'nün Türkçeye uyarlanan formatının orijinal formu ile benzer yapıda olmakla birlikte geçerli ve güvenilir bir ölçe aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Balcı Çelik ve Öztürk Serter (2017) tarafından yürütülen araştırmada affetmenin ve cinsiyet değişkeninin günlük hayatta mutluluk olarak bilinen öznel iyi oluş üzerindeki rolünün açıklanması amaçlanmıştır. Başka bir ifadeyle Balcı Çelik ve Öztürk Serter'in (2017) yaptığı araştırma ile üniversite öğrencilerinin yaşadıkları romantik ilişkide affetme seviyelerinin ve cinsiyet değişkeninin öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcılığı ele alınmıştır. Araştırma, 2016-2017 akademik yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Hitit Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan ve romantik ilişkisi bulunan 329 öğrenci aracılığıyla yürütülmüştür. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında affetme düzeyine ilişkin puanlar ile öznel iyi oluş puanları arasında doğru orantı bulunmuştur. Araştırmada affetmenin bileşenlerinden durumu affetme, kendini affetme ve cinsiyet değişkeninin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı etkisi tespit edilirken başkalarını affetme değişkeninin öznel iyi oluşun bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Araştırmada affetme, başkalarını affetme ve kendini affetmenin öznel iyi oluşu %13 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Besim'in (2017) Hacettepe Üniversitesi'nde 2014-2015 eğitim-öğretim yılında 464 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmada affetme, sürekli öfke ve bitirilmemiş işler arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca araştırma ile aldatılmışlık, haksızlığa uğramışlık, kullanılmışlık, engelleme, incinme, çaresizlik ve suçluluk duygularının sürekli öfke üzerindeki yordayıcılığı ele alınmıştır. Araştırmada genel affetme düzeyi ile sürekli öfke arasında orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın sonuçları, haksızlığa uğramışlık, suçluluk, incinme ve anlaşılmaşlık duygularının sürekli öfkeyi yordamada toplam varyansın %50'sini açıkladığı belirlenmiştir. Araştırma ile sürekli öfkeyi yordamada haksızlığa uğramışlığın en önemli yordayıcı olduğu tespit edilmiştir.

Gürbüz (2016) tarafından yürütülen araştırmanın amacı, evlilikte aldatılan bireylerin özellikleri ve aldatılan bireylerin affetmelerinde psikolojik sağlamlık ve bağlanma stillerinin yordayıcılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Betimsel tarama deseninde yürütülen araştırmanın örnekleme evlilikte aldatılmış 62 kişi alınmıştır. Araştırmanın sonuçları ile evlilikte aldatılan bireyin affetme eğilimlerinin çocuk sahibi olma, öğrenim düzeyi, ilişki kurulan kişi, evlilik dışı ilişkinin kabul durumu, psikolojik destek alma durumu ve evliliğin devam ettirilme durumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada üst sosyoekonomik düzeydeki evlilikte aldatılanların sahip kendilerini affetme düzeylerinin orta ve altı sosyoekonomik düzeydeki aldatılan bireylere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte araştırmada psikolojik sağlamlığın evlilikte aldatılanların affetmelerini %11.7 oranında yordadığı belirlenmiştir.

Güzel (2016) tarafından yürütülen yüksek lisans tez araştırmasının amacı, yakın ilişki yaşamakta olan bireylerin affetme ve aldatma eğilimlerinin bireylerin erken dönemdeki uyumsuz şemalarını yordama düzeyini belirlemektir. Araştırma farklı ilişki statülerindeki 316 yetişkin birey ile yürütülmüştür. Araştırmada bireylerin çocukluklarında oluşturdukları şemaların yetişkinlik dönemindeki aldatma ve affetme eğilimlerinin yordama düzeyi incelendiğinden örneklemeden elde edilen verilerin analizinde çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır. Araştırmada erken çocukluk döneminde oluşturulan uyumsuz şemaların bireylerin demografik değişkenleri ile birlikte affetme eğilimini %21 ve aldatma eğilimini ise %36 oranında yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın sonuçlarından hareketle affetme eğiliminin erken dönem uyumsuz şemalar ile birlikte değerlendirilebileceği ve aldatma eğilimine ilişkin sorunların şema terapi aracılığıyla daha kolaylıkla çözülebileceği Güzel (2016) tarafından ifade edilmiştir. Şema terapinin çift danışmanlığı ve yakın ilişkilerde yaşanan sorunlarda kullanımının daha yerinde ve etkili olduğu araştırma sonucunda ifade edilmiştir.

Bayar'ın (2015) romantik ilişki deneyimine sahip psikiyatrik bir rahatsızlığı olmayan 18-65 yaş aralığındaki bireyler ile yürüttüğü araştırmasında aldatma ve affetme arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca araştırma ile empatik eğilimin aldatma ve affetmeye etkisi araştırılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler istatistik programlarından SPSS 15.0

aracılığıyla analiz edilmiştir. Verilerin analizinde Tek Yönlü Varyans Analizi, Bağımsız Örneklemeler için T Testi ve Pearson Korelasyonu kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre empatik bireylerin affedicilik düzeyleri yüksek bulunmuştur. Empatik bireylerin affetme, durumu affetme, başkasını affetme boyutları ile ilgili elde ettikleri puanların yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte durumu affeden bireylerin de hem kendilerine hem de başkalarına yönelik affedicilik düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak araştırma sonuçlarına göre aldatma ile empati ve affetme arasında anlamlı düzeyde bir korelasyon tespit edilememiştir.

Göztepe Gümüş (2015) tarafından yürütülen araştırmada evli çiftlerde affetme, affedilmesi beklenen olayın önemi ve tekrarlayıcı düşüncenin evlilik uyumu ve ruh sağlığının yordayıcısı olma durumu ve bu değişkenlerin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelenmiştir. 157 evli birey ile yürütülen araştırmada öncelikle hiyerarşik regresyondan yararlanılarak psikolojik belirtileri yordayan değişkenler belirlenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar cinsiyet, tekrarlayıcı düşünce, affetme, affedilmesi beklenen olaya verilen önem değişkenlerinin psikolojik belirtileri açıklayıcı olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada evlilik uyumunu yordayan değişkenlerin tespitine ilişkin sonuçları ise cinsiyet, affetme ve tekrarlayıcı düşünmenin evlilik uyumunu açıklamada güçlü değişkenler olduğunu göstermiştir. Araştırmada son olarak cinsiyet değişkeni üzerinde yapılan incelemeler, kadınların psikolojik belirtiler, tekrarlayıcı düşünme ve affedilmesi beklenen olaya verilen önem puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Cinsiyet değişkeni ile ilgili sonuçlarda kadınların evlilik uyumu puanları erkeklerden düşük bulunmuştur.

Kaya (2015) tarafından 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi'nin farklı fakültelerinde lisans öğrenimi görmekte olan üçüncü ve dördüncü sınıf düzeyindeki 622 öğrenci ile betimsel ve ilişkisel tarama türünde yürütülen araştırmada, üniversite öğrencilerinin affetme düzeyleri ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı rolü incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar affetme ve mükemmeliyetçilik arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki olduğunu gösterirken affetme ve duygusal zeka arasında ise pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca araştırmadan mükemmeliyetçilik ve duygusal zeka arasında negatif

yönlü anlamlı düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlarla birlikte araştırmada duygusal zeka ve affetme düzeylerinin cinsiyet ve sınıf düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak araştırmada duygusal zekanın affetme ile mükemmeliyetçilik arasında kısmı aracı rolü üstlendiği belirlenmiştir.

Gündüz'ün (2014) araştırması ile benlik saygısı, bilişsel çarpıtmalar, cinsiyet ve dini yönelim değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin kendini ve başkalarını affetme düzeylerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Dumlupınar Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 459 öğrenciden oluşan bir çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırmanın sonuçları ile bilişsel çarpıtmalar ve benlik saygısının kendini affetmeyi yordadığı, cinsiyet ve dini yönelimin ise kendini affetme ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Başkalarını affetmenin yordayıcılarını tespit etmek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi ise dini yönelim ve benlik saygısının başkalarını affetmeyi yordadığı belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada cinsiyet ve bilişsel çarpıtmalar ile başkalarını affetme arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Son olarak araştırmada yaşanan yer açısından başkalarını affetmenin farklılaştığı belirlenmiştir.

Şamatacı (2013) tarafından yapılan araştırmada genç yetişkinlerin romantik ilişki sürecinde yaşadıkları bir incinme durumuna ilişkin affetme düzeyleri ile çiftlerin transaksiyonel ego durumları arasında bir ilişkinin olup olmadığı incelenmiştir. İlişkisel tarama modelindeki araştırma, İstanbul'daki farklı üniversitelerden lisans ve lisansüstü öğrenim görmekte olan toplam 305 lisansüstü öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırmada katılımcıların yetişkin ego durumuna ilişkin algıları arttıkça incinme düzeyinin anlamlı düzeyde azaldığı bulunmuştur. Bununla birlikte bireyin partnerinin eleştirel ebeveyn ve doğal çocuk ego durumlarına ilişkin algılarının artmasıyla incinme düzeyinin arttığı bulunurken; partnerin yetişkin ve koruyucu ego durumuna ilişkin algının artmasıyla incinme düzeyinin azaldığı bulunmuştur. Araştırmada katılımcıların incinme düzeylerine ilişkin algılamalarında partnerin ego durumları ile birlikte katılımcıların kendi ego durumlarının da etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bugay ve Demir (2012) tarafından yürütülen araştırmada, affetmeye ilişkin geliştirilen grupla psikolojik danışma programının etkisi, öntest ve sontest kontrol gruplu yarı deneysel model ile test edilmiştir. Araştırma, Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan ve yarısı deney diğer yarısı da kontrol gurubu olarak belirlenen toplam 16 üniversite öğrencisiyle yürütölmüştür. Araştırma kapsamında deney grubu öğrencileriyle beş hafta boyunca haftada bir defa olmak üzere 90 dakika süreli "Affetmeyi Geliştirme Programı" uygulamaları yapılmıştır. Araştırmada kontrol grubu ile herhangi bir işlem ya da uygulama geręekleřtirilmemiřtir. Araştırmadan elde edilen bulgulardan deney ve kontrol grupları arasında kendini affetmeye ilişkin son test puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Ayrıca araştırmada uygulanan programın toplam affetme puanları ile başkalarını affetme puanlarını arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bugay ve Demir (2012) tarafından Affetmeyi Geliştirme Programı'na ilişkin uygulamalar üzerinde çalışmalar yapılması ve programın üniversite öğrencileri arasında yaygınlaştırılması önerilmiştir.

Bugay ve Demir (2011) tarafından yürütölen araştırma ile hataya ilişkin nitelikler ile affetme arasındaki ilişkinin incelenmesi ve hataya ilişkin niteliklerin affetme kararının yordayıcısı olup olmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. 376 üniversite öğrencisi aracılığıyla yürütölen araştırmadan elde edilen nicel verilerin analizi, çoklu ve adimsal regresyon analizleri ile yapılmıştır. Araştırma sonuçları ile hataya ilişkin niteliklerin affetme kararını etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca hataya ilişkin niteliklerin üniversite öğrencilerinin affetme kararlarının %10 kadarını açıkladığı tespit edilmiştir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin affetme kararlarını anlamlı şekilde en fazla yordayan değişken "hatadaki sorumluluk" olarak belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin affetme kararlarını anlamlı şekilde yordamayan ikinci değişkenin ise hatanın sonuçları ile ilgili değişken olduğu bulunmuştur. Araştırmada affetme kararında yordayıcılığı tespit edilen son değişkenin ise hatanın kim tarafından yapıldığını belirten değişken olduğu tespit edilmiştir.

Ayten (2009) tarafından yürütölen araştırmada affetme eğiliminin demografik değişkenler ve dindarlık ile ilişkisi incelenmektedir. Araştırma tarama modelinde İstanbul'un farklı semtlerinde yaşayan 321 kişilik bir örnekleme aracılığıyla yürütölmüştür. Araştırmada elde edilen verilerden affetme eğiliminin bağımsız değişkenlere (cinsiyet, yaş

vb.) göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırma ile dindarlık ile affetme eğiliminin iyimserlik boyutu arasında pozitif yönde, kaçma ve öz alma boyutları arasında ise negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte araştırmada affetme eğilimi ve gurur arasında negatif, affetme eğilimi ve alçakgönüllülük arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Tayşi'nin (2007) yaptığı araştırma ile evli çiftlerin evlilik uyumu ve sorumluluk yüklemenin affetmeyi yordama düzeyi araştırılmıştır. Araştırmanın veri seti 80 kadın ve 80 erkek olmak üzere 160 evli bireyden elde edilmiştir. Tayşi (2007), araştırması ile kadınların erkeklere göre eşinden gelen zararı daha incitici buldukları sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte evlilik uyumu, affetme ve sorumluluk yüklemeye cinsiyet değişkeninin anlamlı bir etkisi bulunamamıştır. Araştırma ile evlilik uyumu ve sorumluluk yüklemenin affetme üzerinde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Kadınlar ve erkeklerde affetmeyi yordayıcı değişkenlerin farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılan bu araştırma ile kadınlarda affetmenin en iyi yordayıcısının sorumluluk yüklemeye olduğu tespit edilmiştir. Bu durum erkekler açısından ele alındığında da evlilik uyumu ve sorumluluk yüklemenin affetmenin yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar ile birlikte incinmenin seviyesinin artmasıyla affetmenin daha da zorlaştığı tespit edilmiştir.

Bahadır'ın (2006) araştırması ile çatışma çözme stratejileri ile romantik ilişkilerde bağlanma ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Ankara ilindeki beş üniversitede öğrenim görmekte olan ve flört, nişan veya evlilik gibi romantik bir ilişki yaşamakta olan 569 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırmada oluşturulan dört farklı bağlanma grubunun çatışma çözme stratejileri açısından uyma stratejisinde farklılık göstermediği ancak kaçınma, zorlanma, işbirliği ve uzlaşma stratejileri açısından farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından ise sadece uzlaşma stratejisinde farklılığın bulunduğu belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle kadınların erkeklere göre uzlaşma stratejisini daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Cowden vd.'nin (2019) araştırması ile heteroseksüel bir aşk ilişkisini temele alan Güney Afrikalı bir kadın örnekleme aracılığıyla affetme kararının psikolojik istismar ile

psikolojik stres göstergeleri arasındaki ilişkileri yönetmedeki etkisi incelenmiştir. Araştırma kapsamında 515 katılımcının partnerlerinin karar vermeye ilişkin affetme kararları ve duygusal affetme kararları ile psikolojik istismar, depresyon, kaygı ve stres konuları üzerindeki değerlendirmeleri incelenmiştir. Araştırmada yapılan gizli profil analizi ile farklı affetme düzeyleriyle nitelenen “kısmî affetme” ve “tam affetme” olmak üzere iki alt grup ortaya çıkarılmıştır. Kısmî affetme, karar vermeye ilişkin yüksek affetme ve orta derece duygusal affetme olarak değerlendirilirken; tam affetme, karar vermeye ilişkin yüksek affetme ve yüksek derece duygusal affetme olarak kabul edilmiştir. Araştırma verileri ile yapılan regresyon analizi sonucunda psikolojik istismarın depresyon ve stresle ilişkisi, “partnerin affedilmesi” değişkeni tarafından yordanırken; kaygının “partnerin affedilmesi” değişkeni tarafından yordanmadığı tespit edilmiştir. Araştırmada tam affetme grubunun depresyon ve strese ilişkin toplam puanının, psikolojik istismar düşük düzeyde iken düşük düzeyde olduğu; psikolojik istismar yüksek düzeyde iken yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Worthington vd.’nin (2015) araştırmasında çiftler arasındaki ilişkilerin güçlendirilmesi için dokuzar saatlik iki müdahale programı geliştirilmiştir. Araştırma ile evlilikteki ilk altı aylık süre, evliliği güçlendirmede yapılacak müdahaleler için en uygun zaman dilimi olarak görülmüş ve araştırmada bu nokta dikkate alınmıştır. Araştırmaya katılan 179 çiftten 145’i aracılığıyla elde edilen veriler, olgu analizine dahil edilmiştir. Araştırma kapsamında geliştirilen iletişim ve çatışma sorunlarının çözümüne odaklanılan “Umut” isimli müdahale programı ile affetme kararı ve uzlaşma konusuna odaklanılan “Özgür” isimli müdahale programı tekrarlı değerlendirme ile karşılaştırılmıştır. Araştırmada değerlendirmeler zamanlama olarak müdahale öncesi, müdahale sonrası ilk ay ve öz bildirimler kullanılarak sırasıyla üçüncü, altıncı, on ikinci aylarda yapılmıştır. Araştırma ile müdahale programlarının odak noktalarına ilişkin değerlendirme yapılmadığında genel anlamda olumlu sonuçlara ulaşıldığı belirlenmiştir. Kodlanmış davranışlarda kontrol grubu çiftleri için olumsuz sonuçlar elde edilmiştir. Çiftlerin UMUT isimli müdahale programının iletişim ve çatışma sorunlarına yarar sağlayabileceğine inanarak programa katıldıkları görülürken; affetme ve uzlaşma konusuna odaklanılan ÖZGÜR isimli müdahale programına katılımı zorluklar yaşandığı tespit edilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma modeli, çalışma evreni ve örneklem, veri toplama araçları, işlem yolu, verilerin analizi ve yorumlanması ile ilgili açıklamalara yer verilmektedir. Bu bölümde öncelikle araştırmanın modeline ilişkin açıklamalar sunulmaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli ve nedensel karşılaştırma modeli aracılığıyla yürütülmüştür. Tarama modellerinde geçmişte veya halen var olan bir durum, herhangi bir değiştirme ve etkileme çabası gösterilmeksizin olduğu şekliyle (Karasar, 2007), nicel veya numerik olarak (Creswell, 2016) betimlenmektedir.

Tarama modellerinden “nedensel karşılaştırma” modelinde bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkili olma durumu tespit edilmektedir (Arslan, 2017). Araştırmada bağımsız değişkenlerin (cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı), bağımlı değişkenler (bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararı) üzerinde etkili olup olmadığının belirlenebilmesi için araştırmanın bir bölümünün nedensel karşılaştırma modeli doğrultusunda yürütülmesi tercih edilmiştir.

Tarama modellerinden “ilişkisel tarama” modelinde ise iki veya daha fazla değişkenin birlikte değişim düzeyi incelenmektedir (Karasar, 2007). Bu araştırma ile bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararı düzeyinin birlikte değişim durumu ele alınmaktadır. Bu noktada araştırmada tarama modellerinden ilişkisel tarama modelinin kullanılmasına karar verilmiştir. Sonuç olarak bu araştırma, nedensel karşılaştırma modeli ile ilişkisel tarama modeli birlikte göz önüne alınarak yürütülmüştür.

3.2. Çalışma Evreni ve Örneklem

Bilimsel araştırmalardan elde edilen sonuçların genel evrene genellenebilmesinin çoğu zaman oldukça güç olduğu, bu noktada ulaşılabilen ve elde edilen sonuçların genellenebildiği evrenin “çalışma evreni” olarak tanımlanabileceği Karasar (2007) tarafından ifade edilmektedir. Araştırmada genel evren göz önüne alınarak bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerden oluşan büyük bir örnekleme ulaşılabilmesi ve araştırmadan elde edilecek verilerin genel evrene genellenebilmesinin mümkün olmadığı düşünölmüştür. Bu nedenle de araştırmada çalışma evreni belirleme yoluna gidilmiştir.

Araştırmada belirlenen çalışma evreni içerisinden amaçsal örnekleme yöntemi aracılığıyla (Johnson ve Christensen, 2004) bir örneklem oluşturulmuştur. Araştırma örnekleminin belirlenmesinde amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme (Dukes, 1984; Glesne, 2011) göz önüne alınmıştır. Bu bağlamda araştırma için en az bir yıllık evli olma ve bireyin evliliğini olumsuz yönde etkilemede önemli gördüğü bir olay ya da durumu belirtmesi ölçüt olarak kabul edilmiştir.

Araştırmada çalışma evreni olarak Çanakkale ilindeki bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireyler belirlenmiştir. Çalışma evreni ile ilgili olarak adrese dayalı nüfus kayıt istatistiklerinde yer verilen 25 Şubat 2022 tarihli en güncel raporda Çanakkale ilinde 293.461 evli bireyin yaşadığı belirtilmektedir (TÜİK, 2022). Çıngı’ya (2009) göre 500.000 bireyden oluşan bir evren için .05 sapma miktarı göz önüne alındığında örneklemin tahmini büyüklüğünün 384 olması yeterli görölmektedir. Bu araştırmanın örneklemini Çanakkale ilindeki bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli 419 birey oluşurmaktadır. TÜİK’in (2022) çalışma evreni ile ilgili verileri ve ıngı’nın (2009) örneklem büyüklüğüne ilişkin açıklamaları birlikte ele alındığında araştırma örnekleminin genel anlamda çalışma evrenini temsil edebilir bir büyüklükte olduğu ve araştırmadan elde edilen sonuçların çalışma evrenine genellenebileceği ifade

edilebilmektedir. Araştırmada örnekleme alınan en az bir yıllık evli bireylerin demografik bilgilere göre dağılımlarına Tablo 1’de yer verilmektedir.

Tablo 1

Örnekleme Alınan En Az Bir Yıllık Evli Bireylerin Demografik Bilgilere Göre Dağılımları

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	306	73.0
	Erkek	113	27.0
Yaş	18-30 yaş	110	26.3
	31-40 yaş	179	42.7
	41-50 yaş	74	17.7
	51-60 yaş	33	7.9
	61 yaş ve üzeri	23	5.5
Öğrenim durumu	İlkokul/ İlköğretim mezunu	47	11.2
	Lise mezunu	108	25.8
	Üniversite mezunu	264	63.0
Evlilik süresi	1-5 yıl	107	25.5
	6-10 yıl	94	22.4
	11-15 yıl	111	26.5
	16-20 yıl	38	9.1
	21 yıl ve üzeri	69	16.5
Çocuk sayısı	Yok	41	9.8
	1	143	34.1
	2	174	41.5
	3 ve daha fazla	61	14.6

n= 419

Tablo 1’e bakıldığında, araştırmanın örnekleme alınan en az bir yıllık evli bireylerden 306’sının (%73.0) kadın ve 113’ünün (%27.0) ise erkek olduğu görülmektedir. Yaş değişkeni açısından ise 110 (%26.3) bireyin 18-30 yaş aralığında, 179 (%42.7) bireyin 31-40 yaş aralığında, 74 (%17.7) bireyin 41-50 yaş aralığında, 33 (%7.9) bireyin 51-60 yaş aralığında ve 23 (%5.5) bireyin ise 61 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte araştırma örnekleme alınan evli bireylerden 47’si (%47.0) ilköğretim mezunu, 108’i

(%25.8) lise mezunu ve 264'ü (%63.0) ise üniversite mezunudur. Evlilik süresi açısından bakıldığında da 1-5 yıllık evli birey sayısının 107 (%25.5), 6-10 yıllık evli birey sayısının 94 (%34.1), 11-15 yıllık evli birey sayısının 111 (%26.5), 16-20 yıllık evli birey sayısının 38 (%9.1) ve 21 yıl ve üzeri yıllık evli birey sayısının 69 (%16.5) olduğu görülmektedir. Son olarak Tablo 1 sahip olunan çocuk sayısı değişkeni açısından incelendiğinde, evli bireylerden 41'nin (%9.8) çocuk sahibi olmadığı, 143'ünün (%34.1) bir çocuğu olduğu, 174'ünün (%41.5) iki çocuğu olduğu ve 61'inin (%14.6) ise 3 ve daha fazla çocuğu olduğu görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, örneklemdaki katılımcıların onam metnine onay vermelerinin ardından örneklemden “Demografik Bilgi Formu”, “Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (EBYÖ)”, “Duygusal Yalnızlık Ölçeği (DYÖ)” ve “Affetme Kararı Ölçeği (AKÖ)” aracılığıyla toplanmıştır. Veri toplama araçlarına Ek 2’de yer verilmektedir. Bu bölümde araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile ilgili bilgilere yer verilmektedir.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada örneklem kapsamına alınan bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı ile ilgili bilgileri araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır.

3.3.2. Evlilikte Bağlanma Yaralanması Ölçeği (EBYÖ)

Araştırmada bağlanma yaralanmasına ilişkin veriler, Terzi ve Özbay (2016) tarafından geliştirilen ve psikometrik özellikleri alanyazında (Terzi İlhan, 2020; Terzi İlhan ve Işık, 2021) incelenerek revize edilen EBYÖ aracılığıyla elde edilmiştir. EBYÖ'nün 17 ifadeye yer verilen iki faktörlü yapısı, Terzi İlhan ve Işık (2021) tarafından doğrulayıcı

faktör analizinden elde edilen uyum değerleri (RMSEA= 0,078; GFI= 0,88; AGFI= 0,84; CFI= 0,96) ile desteklenmiştir. EBYÖ'nün iç tutarlılık katsayısına ilişkin değerler güvensiz bağlanma boyutunda .94, travma boyutunda .88 ve EBYÖ'nün tamamında .94 olarak bulunmuştur (Terzi İlhan, 2020).

EBYÖ'de yer verilen 2, 3, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15 ve 16. ifadelerin güvensiz bağlanma boyutunda yer aldığı görülürken; 1, 4, 5, 7, 8, 10 ve 17. ifadelerin travma boyutunda yer aldığı görülmüştür. EBYÖ'de “Tamamen Katılmıyorum” (1), “Katılmıyorum” (2), “Kısmen Katılıyorum” (3), “Katılıyorum” (4) ve “Tamamen Katılıyorum” (5) şeklinde 5'li derecelendirme yapılmıştır. EBYÖ'de yer verilen ifadelerden 9. ifadenin ters kodlanarak puanlanması gerekmektedir. Ayrıca EBYÖ aracılığıyla alınabilecek puan değerlerinin 17-85 aralığında değişebileceği anlaşılmaktadır. EBYÖ'den elde edilen puanlardaki artış, deneyim edinilen bağlanma yaralanmasının düzeyindeki artışın bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir.

EBYÖ'nün psikometrik özelliklerinin güncel bazı araştırmalar (Terzi İlhan; 2020; Terzi İlhan ve Işık, 2021) ile revize edilmesi nedeniyle bu araştırmada EBYÖ için ayrıca geçerlilik araştırması yapılmamış sadece güvenirlik araştırması yürütülmüştür. Bu araştırmada yapılan güvenirlik araştırması sonucunda EBYÖ'nün Cronbach alfa değerleri güvensiz bağlanma boyutunda .93, travma boyutunda .88 ve EBYÖ'nün tamamında .94 olarak bulunmuştur. Cronbach alfa değerinin belirlenmesi için yapılan hesaplamalarda, .80-1.00 arasında elde edilen değerlerin yüksek güvenirlik düzeyinin bir göstergesi olduğu kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2012). Hem alanyazında EBYÖ için elde edilen geçerlik sonuçları hem de bu araştırmada EBYÖ'nün güvenirliğine ilişkin elde edilen sonuçlar, EBYÖ'nün bağlanma yaralanması konusunda evli bireylerden veri elde etmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu gösterir niteliktedir.

3.3.3. Duygusal Yalnızlık Ölçeği (DYÖ)

Araştırmada DiTommaso, Brannen ve Best (2004) tarafından geliştirilen ve Akgül (2020) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan SELSA-S'nin bir alt ölçeği olan

DYÖ aracılığıyla elde edilen veriler araştırma kapsamına alınmıştır. DYÖ’de yer verilen 10 ifade ile bireyler “Kesinlikle Katılmıyorum (1) ve “Kesinlikle Katılıyorum” (7) arasında derecelendirme yaparak kendilerini değerlendirmektedirler. DYÖ, Aile İlişkilerinde Yalnızlık (AİY) ve Romantik İlişkilerde Yalnızlık (RİY) olmak üzere iki boyutlu bir yapıdadır. DYÖ’nün 1, 3, 5, 7 ve 8. ifadelerine AİY boyutunda yer verilirken; RİY boyutunda 2, 4, 6, 9 ve 10. ifadelere yer verilmektedir. Bununla birlikte DYÖ’de yer verilen 1, 3, 6 ve 10 numaralı ifadelerin düz madde olduğu ancak 2, 4, 5, 7, 8 ve 9 numaralı ifadelerin ters kodlanarak puanlanması gereken ifadeler olduğu görülmektedir. Ayrıca DYÖ’den alınabilecek en düşük puanın 10, en yüksek puanın ise 70 olduğu anlaşılmaktadır.

Akgül (2020) tarafından SELSA-S için yakın bir zamanda geçerlik ve güvenilirlik araştırması yapılması ve SELSA-S’nin alt ölçeği olan DYÖ için daha güncel veriler sunulması nedeniyle bu araştırmada DYÖ için geçerlik araştırması yürütülmemiştir. Akgül (2020) tarafından DYÖ’nün iç tutarlılık katsayısı AİY boyutu için .76, RİY boyutu için .85 ve DYÖ’nün tamamı için .83 olarak bulunmuştur. DYÖ’nün açımlayıcı faktör analizi ile elde edilen yapısı da doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen uyum değerleri (CFI= .92; RMSEA= .091) tarafından desteklenmiştir. DYÖ’nün ölçüt geçerliliği için yalnızlık konusunda geliştirilen benzer bir ölçekle yapılan karşılaştırmasında da AİY boyutu için .58, RİY boyutu için .44 ve DYÖ için .62 değerlerinde yeterli düzeyde ve pozitif yönlü, anlamlı korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Ayrıca bu araştırmadan elde edilen veri seti aracılığıyla DYÖ’nün Cronbach alfa değeri incelenmiştir. Cronbach alfa değeri DYÖ’nün AİY alt boyutu için .86, RİY alt boyutu için .85 ve DYÖ’nün iki boyutlu yapısı için ise .90 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda DYÖ’nün bu araştırmada kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu kararına ulaşılmıştır.

3.3.4. Affetme Kararı Ölçeği

Davis vd. (2015) tarafından geliştirilen AKÖ, Ekşi vd.’nin (2018) araştırması ile Türkçeye uyarlanmıştır. Ekşi vd. (2018) tarafından yapılan açımlayıcı faktör analizinde AKÖ’nün tek faktörlü yapısının açıkladığı varyans oranı %69.30 olarak bulunmuştur. Aynı

araştırmada doğrulamayı faktör analizinden elde edilen uyum değerleri (GFI= .97, AGFI= .92, RMSEA= .08, CFI= .99), AKÖ'nün tek faktörde altı ifadeye yer verilen yapısını doğrulamıştır. Ekşi vd. (2018) tarafından AKÖ'nün Cronbach alfa değeri .91 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar, Törkçeye uyarlanan AKÖ'nün orijinal formu ile benzer yapıda olduğunu göstermiştir.

AKÖ, “Kesinlikle Katılmıyorum” (1), “Katılmıyorum” (2), “Kararsızım” (3), “Katılıyorum” (4) ve “Kesinlikle Katılıyorum” (5) şeklinde derecelendirilen 5’li likert tipi yapısında bir ölçektir. AKÖ’de puanlama sırasında ters kodlanması gereken herhangi bir ifade bulunmamaktadır. AKÖ’den toplamda en düşük 6 puan ve en yüksek 30 puan alınabileceği görölmektedir. Bununla birlikte AKÖ’den alınan puan arttıka bireyin affetme kararı düzeyi de artış göstermektedir. Bu araştırmada elde edilen veri seti aracılığıyla AKÖ için Cronbach alfa değeri .94 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırma verilerinin elde edilmesinde AKÖ'nün geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceği düşünölmüştür.

3.4. İşlem Yolu

Araştırmada öncelikle Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi’nden araştırma için Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul ilkelerine uygunluk onayı alınmıştır. Bu belgeye Ek 1’de yer verilmektedir. Araştırma verileri, fiziki formlar ve çevrimiçi belgeler aracılığıyla olmak üzere iki farklı şekilde 1 Nisan 2022- 30 Nisan 2022 tarihleri arasında toplanmıştır.

Ölçme araçlarının basılı olarak yer verildiği formlar araştırmacı tarafından araştırmaya katılmayı kabul eden Çanakkale ilindeki en az bir yıllık evli bireylere kapalı zarf içerisinde verilmiş ve formların tamamlanması sonrasında kapalı zarf aracılığıyla teslim alınmıştır. Diğer bir taraftan ölçme araçlarına yer verilen formun çevrimiçi olarak hazırlanan formatı, e-posta ve sosyal medya araçları ile araştırmaya katılmayı kabul eden Çanakkale ilindeki en az bir yıllık evli bireylere ulaştırılmıştır. Ölçme araçlarına yer verilen her bir formun tamamlanma süresi yaklaşık olarak 15-30 dakika arasında değişiklik göstermiştir.

Araştırmada fiziki formlar aracılığıyla 153 katılımcıdan veriler elde edilirken; 279 katılımcının da çevrimiçi olarak hazırlanan formu tamamladığı belirlenmiştir. Toplamda 442 katılımcıdan elde edilen formlardan 23'ü eksik işaretleme nedeniyle araştırmanın veri setinden çıkarılmıştır. Araştırmanın örneklemindeki bireyler tarafından tamamlanmış 419 veri ise analiz edilmek için araştırmanın veri setine alınmıştır.

3.5. Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırmanın verileri SPSS 26.0 (Statistical Packkage for Social Sciences) aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırmada tanımlayıcı istatistiksel analizlerde frekans, yüzde ve ortalama puan hesaplamaları göz önüne alınmıştır. Ölçme araçlarından EBYÖ ile ilgili olarak ikinci araştırma sorusu bağlamında elde edilen puan ortalamaları, araştırmacı tarafından “Kesinlikle Katılmıyorum (1.00- 1.80)”, “Katılmıyorum (1.81- 2.60)”, “Kısmen Katılıyorum (2.61- 3.40)”, “Katılıyorum (3.41- 4.20)” ve “Kesinlikle Katılıyorum (4.21- 5.00)” şeklinde ifade edilen aralıklara göre yorumlanmıştır.

Araştırmada veri seti üzerinde yapılacak analizlerin belirlenebilmesi için veri setine ilişkin normallik dağılımı incelenmiştir. Normallik dağılımının belirlenmesi için yapılan analizler ile veri setine ilişkin basıklık ve çarpıklık değerlerine ulaşılmıştır. Veri setine ilişkin basıklık ve çarpıklık değerlerine Tablo 2’de yer verilmektedir.

Tablo 2

Veri Setine İlişkin Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

Ölçme Araçları	Basıklık değeri	Çarpıklık değeri
EYÖ	.321	-.806
DYÖ	.442	-.695
AKÖ	-.487	-.468

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya ilişkin veri setinin basıklık ve arpıklık değerlerinin -.806 ile .442 arasında değerler aldığı görülmektedir. Güriş ve Astar'a (2014) göre +1.0 ile -1.0 değerleri arasındaki basıklık ve arpıklık değerleri, normal dağılımın bir göstergesi olarak görülmektedir. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre ise bu değerlerin +2.0 ile -2.0 arasında bir değerler alması veri setinin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymakta ve analizlerin parametrik testler aracılığıyla yapılması gerektiğini göstermektedir. Bu noktada araştırmaya ilişkin veri setinin normal dağılım göstermesi nedeniyle iki grulu karşılaştırmalarda bağımsız örneklemler testi; üç ve daha fazla grulu karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizinin (One-way ANOVA) kullanılması uygun görülmüştür. Araştırmada farklılığın görüldüğü alt grupların belirlenebilmesi için ise varyans homojenliği testi sonuçları dikkate alınmıştır. Bu bağlamda varyansın homojen dağılım gösterdiği ($p > .05$) gruplarda Tukey HSD testine ve varyansın homojen dağılım göstermediği ($p < .05$) gruplarda da Tamhane testine başvurulmuştur. Verilerin analizi .05 güven aralığında ve .05 anlamlılık düzeyinde gerçekleştirilmiştir.

Veri setinin normallik durumu göz önüne alınarak araştırmada korelasyon analizleri için Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırmada korelasyon hesaplamaları, normal dağılım gösteren 419 veriyle gerçekleştirilmiştir. Korelasyon kat sayısına ilişkin mutlak değerin 1.00 ile .70 arasında olması yüksek korelasyon; .69 ile .30 arasında olması orta düzeyde korelasyon ve .29 ile .00 arasında olması ise düşük korelasyon göstergesi olarak nitelendirilmektedir (Büyüköztürk, 2012). Araştırma kapsamında yrtlen korelasyon analizinde anlamlılık düzeyi .01 olarak alınmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde araştırma bulguları, araştırma soruları doğrultusunda gruplandırılarak sunulmaktadır. Bu doğrultuda en az bir yıllık evli bireylerde bağlanma yaralanmasına neden olan olay ve durumlar, bireylerin bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararı ile ilgili ortalama puanlarının analizinden elde edilen bulgular ve evli bireylerin bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararına ilişkin puanları arasındaki korelasyon analizinden elde edilen araştırma bulgularına yer verilmektedir.

4.1. Bağlanma Yaralanmasına Neden Olan Olay ve Durumların Sıklığı ile İlgili Bulgular

Bu başlık altında bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerde bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olan durum ya da olaylar ile ilgili sonuçlara yer verilmektedir. Evli bireylerde bağlanma yaralanmasına neden olan durum ve olayların sıklığına ilişkin bulgular Tablo 3 aracılığıyla sunulmaktadır.

Tablo 3

Evli Bireylerde Bağlanma Yaralanmasına Neden Olan Durum ve Olayların Sıklığı

Durum ve Olaylar	f	%	Durum ve Olaylar	f	%
Aldatılma	58	13.8	Sağlık sorunları	38	9.1
Hamilelikteki sorunlar	54	12.9	Değersiz hissettirme	36	8.6
Ekonomik sorunlar	49	11.7	Aile içi sorunlar	35	8.4
Taşınma	47	11.2	Yakının kaybı	31	7.4
Eşin ailesiyle sorunlar	46	11.0	Diğer (fiziki uzaklık, bakıcı sorunu vd.)	25	6.0

Tablo 3 incelendiğinde, evli bireylerde en sıklıkla aldatılma (%13.8) kaynaklı bağlanma yaralanmasının yaşandığı görülmektedir. Bağlanma yaralanmasına neden olan bu durumu hamilelikte yaşanan sağlık sorunları (%12.9) ve ekonomik sorunlar (%11.7) takip etmektedir. Ayrıca Tablo 3'ten araştırma örneğine alınan bireylerin taşınma (%11.2), eşin ailesiyle yaşanan sorunlar (%11.), sağlık sorunları (%9.1), değersiz hissettirme (%8.6), aile içi sorunlar (%8.4) ve bir yakının kaybedilmesi (%7.4) durum ve olaylarından olumsuz yönde etkilendiklerini belirttikleri görülmektedir. Bununla birlikte daha az sayıdaki birey fiziksel uzaklık, bakıcı sorunu, ev sahibi ile yaşanan sorunlar vb. gibi olumsuz durum ve olaylardan oldukça etkilendiklerini belirtmektedir.

4.2. EBYÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular

Bu başlık altında bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamalarına ve bu puan ortalamalarının bağımsız değişkenler açısından analizinden elde edilen bulgulara yer verilmektedir. Öncelikle bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları ve standart sapma değerleri aşağıdaki Tablo 4'te sunulmaktadır.

Tablo 4

Evli Bireylerin EBYÖ ve Alt Boyutlara İlişkin Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

EBYÖ ve Alt Boyutları	N	Ortalama	Ss
Güvensiz bağlanma	419	2.80	.83
Travma	419	3.16	.83
EBYÖ	419	2.95	.75

Tablo 4'te yer verilen evli bireylerin EBYÖ puan ortalamaları alt boyutlar açısından incelendiğinde, travma alt boyutu puan ortalamasının (\bar{X} = 3.16), güvensiz bağlanma alt boyutu (\bar{X} = 2.80) ve EBYÖ puan ortalamasının (\bar{X} = 2.95) her ikisinden de yüksek olduğu görülmektedir. Tablo 4'te yer verilen ortalama değerlere ilişkin bu bulgular, evli bireylerin

EBYÖ ve alt boyutlarında yer verilen ifadelerine genel olarak *kısmen katılıyorum* ($2.61 \leq \bar{X} \leq 3.40$) yönünde görüş belirttiklerini ortaya koymaktadır.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonuçları Tablo 5'te sunulmaktadır.

Tablo 5

Evli Bireylerin EBYÖ ve Alt Boyutlarına İlişkin Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

EBYO ve							
Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	Sd	p
Güvensiz bağlanma	Kadın	306	2.7827	.83174	1.055	.070	.292
	Erkek	113	2.8796	.84443			
Travma	Kadın	306	3.1779	.84284	-.355	1.309	.723
	Erkek	113	3.1454	.79905			
EBYÖ	Kadın	306	2.9454	.75883	.522	.049	.602
	Erkek	113	2.9891	.76445			

Tablo 5'te yer verilen bulgulara göre evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu ($t_{417} = 1.055, p > .05$), travma alt boyutu ($t_{417} = -.355, p > .05$) ve EBYÖ puan ortalamaları ($t_{417} = .522, p > .05$) cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgular, cinsiyet değişkeninin hem EBYÖ hem de EBYÖ'nün alt boyutlarından elde edilen puanlarda belirleyici olmadığını, kadın ve erkek bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarından benzer düzeyde puanlar aldıklarını ortaya koymaktadır.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün güvensiz bağlanma alt boyutundan aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 6'da sunulmaktadır.

Tablo 6

Evli Bireylerin EBYÖ'nun Güvensiz Bağlanma Alt Boyutu Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	5.374	4	1.343	1.943	.102
	Gruplar içi	286.264	414	.691		
	Toplam	291.637	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	2.427	2	1.214	1.746	.176
	Gruplar içi	289.210	416	.695		
	Toplam	291.637	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	8.085	4	2.021	2.951	.020*
	Gruplar içi	233.552	414	.685		
	Toplam	291.637	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	17.783	3	5.928	8.983	.000*
	Gruplar içi	273.854	415	.660		
	Toplam	291.637	418			

* $p < .05$

Tablo 6'da yer verilen bulgulara göre evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalaması, evlilik süresi ($F = 2.951$, $p < .05$) ve çocuk sayısı ($F = 8.893$, $p < .05$) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesi için varyans homojenliği testi sonuçları göz önüne alınarak evlilik

süresi değişkenine ilişkin gruplar ($p>.05$) için Tukey HSD testi, sahip olunan çocuk sayısı değişkenine ilişkin gruplar ($p<.05$) için Tamhane testi yapılmıştır. Bu testlerden elde edilen bulgulara göre;

- 11-15 yıllık evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasının ($\bar{X}=3.0090$), 6-10 yıllık evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasından ($\bar{X}=2.6191$) anlamlı düzeyde yüksek;
- 3 ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasının ($\bar{X}=3.2197$), çocuk sahibi olmayan ($\bar{X}=2.4390$) ve iki çocuğu olan ($\bar{X}=2.7138$) her iki gruptaki bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Yapılan analizler ile evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasının yaş ($F=1.943$, $p>.05$) ve öğrenim düzeyi ($F=1.943$, $p>.05$) değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu bulgular bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin güvensiz bağlanma alt boyutu puan ortalamasında yaş ve öğrenim düzeyinin etkili olmadığını bununla birlikte evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısının belirleyici bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün travma alt boyutundan aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 7 aracılığıyla sunulmaktadır.

Tablo 7

Evli Bireylerin EBYÖ'nun Travma Alt Boyutuna İlişkin Puan Ortalamalarının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	12.991	4	3.248	4.885	.001*
	Gruplar içi	275.271	414	.665		
	Toplam	288.262	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	4.018	2	2.009	2.940	.054
	Gruplar içi	284.244	416	.683		
	Toplam	288.262	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	5.250	4	1.313	1.921	.106
	Gruplar içi	283.010	414	.684		
	Toplam	288.262	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	8.136	3	2.712	4.018	.008*
	Gruplar içi	280.126	415	.675		
	Toplam	288.262	418			

* $p < .05$

Tablo 7'ye bakıldığında evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasının yaş ($F = 4.885$, $p < .05$) ve çocuk sayısı ($F = 4.018$, $p < .05$) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir. Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesi için varyans homojenliği testi sonuçları göz önüne alınarak hem yaş grupları ($p > .05$) hem de sahip olunan çocuk sayısı değişkenine ilişkin gruplar ($p > .05$) için Tukey HSD testi yapılmıştır. Bu testten elde edilen bulgulara göre;

- 18-30 yaş grubundaki evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasının ($\bar{X}=3.4156$) hem 31-40 yaş grubundaki ($\bar{X}=3.0878$) hem de 41-50 yaş grubundaki ($\bar{X}=2.9382$) evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek;
- 3 ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasının ($\bar{X}=3.4941$), çocuk sahibi olmayan ($\bar{X}=3.0035$), bir çocuk sahibi olan ($\bar{X}=3.1389$) ve iki çocuk sahibi olan ($\bar{X}=3.1190$) her bir gruptaki evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasının öğrenim düzeyi ($F=2.940$, $p>.05$) ve evlilik süresi ($F=1.921$, $p>.05$) değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu bulgular, bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin travma alt boyutu puan ortalamasında yaş ve çocuk sayısının etkili olduğunu göstermiştir. Ancak öğrenim düzeyi ve evlilik süresinin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin travma alt boyutu puanlarında belirleyici bir etkisi bulunamamıştır.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 8'de sunulmaktadır.

Tablo 8

Evli Bireylerin EBYÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	7.769	4	1.942	3.444	.009*
	Gruplar içi	233.466	414	.564		
	Toplam	241.235	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	1.140	2	.570	.987	.373
	Gruplar içi	240.096	416	.577		
	Toplam	241.235	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	6.351	4	1.588	2.798	.026*
	Gruplar içi	234.884	414	.567		
	Toplam	241.235	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	12.999	3	4.333	7.879	.000*
	Gruplar içi	228.236	415	.550		
	Toplam	241.235	418			

* $p < .05$

Tablo 8’de yer verilen bulgulara göre evli bireylerin EBYÖ puan ortalamaları, yaş ($F = 3.444$, $p < .05$), evlilik süresi ($F = 2.798$, $p < .05$) ve çocuk sayısı ($F = 7.879$, $p < .05$) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesi için varyans homojenliği testi sonuçları göz önüne alınarak yaş ($p < .05$) ve sahip olunan çocuk sayısı ($p < .05$) değişkenlerine ilişkin gruplar için Tamhane testi yapılırken evlilik süresi değişkenine ilişkin gruplar ($p > .05$) için Tukey HSD testi yapılmıştır. Bu testlerden elde edilen bulgulara göre;

- 18-30 yaş grubundaki evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.1262$), 41-50 yaş grubundaki evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasından ($\bar{X}= 2.7686$) anlamlı düzeyde yüksek;
- 11-15 yıllık evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.1139$) 6-10 yıllık evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasından ($\bar{X}= 2.7641$), anlamlı düzeyde yüksek;
- 3 ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.3327$) ise çocuk sahibi olmayan ($\bar{X}= 2.6714$), bir çocuk sahibi olan ($\bar{X}= 2.9720$) ve iki çocuk sahibi olan ($\bar{X}= 2.8807$) her bir gruptaki evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasının öğrenim düzeyi ($F= .987, p>.05$) değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu bulgular bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ puan ortalamasının yaş, evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısının etkili olduğunu göstermiştir. Ancak bu bulgulardan farklı olarak öğrenim düzeyi değişkeninin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ puanlarında belirleyici bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

4.3. DYÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular

Bu başlık altında bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamasının bağımsız değişkenler açısından incelenmesine ilişkin bulgulara yer verilmektedir. Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonuçları Tablo 9’da sunulmaktadır.

Tablo 9

Evli Bireylerin DYÖ ve Alt Boyutlarına İlişkin Puan Ortalamalarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

DYÖ ve							
Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	Sd	p
AİY	Kadın	306	2.4542	1.45924	1.657	6.443	.099
	Erkek	113	2.7487	1.66729			
RİY	Kadın	306	3.5451	1.74126	.942	.049	.347
	Erkek	113	3.7257	1.74176			
DYÖ	Kadın	306	2.9997	1.45134	1.441	3.667	.150
	Erkek	113	3.2372	1.61401			

Tablo 9’da yer verilen bulgulara göre evli bireylerin AİY alt boyutu ($t_{179.064} = 1.657$, $p > .05$), RİY alt boyutu ($t_{417} = .942$, $p > .05$) ve DYÖ puan ortalamalarının ($t_{417} = 1.441$, $p > .05$) cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Bu bulgular, cinsiyet değişkeninin hem DYÖ hem de DYÖ’nün alt boyutlarından elde edilen puanlarda belirleyici olmadığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle kadın ve erkek bireylerin DYÖ ve alt boyutlarına katılımlarının önemli bir farklılık göstermeksizin benzer düzeylerde olduğu anlaşılmaktadır.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ’nün AİY alt boyutundan aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına Tablo 10’da yer verilmektedir.

Tablo 10

Evli Bireylerin DYÖ'nun AİY Alt Boyutu Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	16.331	4	4.083	1.776	.133
	Gruplar içi	951.624	414	2.299		
	Toplam	967.956	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	7.602	2	3.801	1.646	.194
	Gruplar içi	960.354	416	2.309		
	Toplam	967.956	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	44.341	4	11.085	4.969	.001*
	Gruplar içi	923.615	414	2.231		
	Toplam	967.956	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	11.441	3	3.814	1.655	.176
	Gruplar içi	956.514	415	2.305		
	Toplam	967.956	418			

* $p < .05$

Tablo 10'da yer verilen bulgulara göre evli bireylerin AİY alt boyutu puan ortalamasının sadece evlilik süresi ($F = 4.969$, $p < .05$) değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir. Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesi için varyans homojenliği testi sonuçları göz önüne alınarak evlilik süresine ilişkin gruplar ($p < .05$) için Tamhane testi yapılmıştır. Bu testten elde edilen bulgudan hareketle 11-15 yıllık ($\bar{X} = 3.0180$) evli bireylerin AİY alt boyutu puan ortalaması, 1-5 yıllık ($\bar{X} = 2.3533$), 6-10 yıllık ($\bar{X} = 2.2362$) ve 21 yıl ve üzeri yıllık evli birey gruplarının her birinin AİY alt boyutu puan ortalamalarından ($\bar{X} = 2.2957$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Evli bireylerin AİY alt boyutu puan ortalamasının yaş ($F= 1.776, p>.05$), öğrenim düzeyi ($F= 1.646, p>.05$) ve sahip olunan çocuk sayısı ($F= 1.655, p>.05$) değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu bulgular, bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AİY alt boyutu puan ortalamasında yaş, öğrenim düzeyi ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerinin etkili olmadığını göstermiştir. Bu bulgudan farklı olarak evlilik süresi değişkeninin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AİY alt boyutu puanlarında belirleyici olduğu bulunmuştur. Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'nün RİY alt boyutundan aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 11'de sunulmaktadır.

Tablo 11

Evli Bireylerin DYÖ'nun RİY Alt Boyutuna İlişkin Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	31.216	4	7.804	2.614	.035*
	Gruplar içi	1236.008	414	2.986		
	Toplam	1267.224	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	1.815	2	.908	.298	.742
	Gruplar içi	1265.409	416	3.042		
	Toplam	1267.224	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	52.075	4	13.019	4.435	.002*
	Gruplar içi	125.149	414	2.935		
	Toplam	1267.224	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	66.779	3	22.260	7.695	.000*
	Gruplar içi	1200.445	415	2.893		
	Toplam	1267.224	418			

* $p<.05$

Tablo 11’de yer verilen bulgulara göre evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalaması, yaş (F= 2.614, p<.05), evlilik süresi (F= 4.435, p<.05) ve çocuk sayısı (F= 7.695, p<.05) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Farklılığın hangi alt gruplarda olduğunun tespit edilmesi amacıyla yapılan varyans homojenliği test sonuçları doğrultusunda yaş grupları (p<.05) ve evlilik süresine ilişkin gruplar (p>.05) için Tukey HSD testi yapılırken; sahip olunan çocuk sayısına ilişkin gruplar (p<.05) için Tamhane testi yapılmıştır. Bu testlerden elde edilen bulgulara göre;

- 51-60 yaş grubundaki evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasının (\bar{X} = 3.1262), 61 ve üstü yaş grubundaki evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasından (\bar{X} = 2.7686) anlamlı düzeyde yüksek;
- 11-15 yıllık evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasının (\bar{X} = 4.1387), 1-5 yıllık (\bar{X} = 3.3589) ve 6-10 yıllık (\bar{X} = 3.2617) evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek;
- Çocuk sahibi olmayan evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasının (\bar{X} = 2.6293), bir çocuk sahibi olan (\bar{X} = 3.5818), iki çocuk sahibi olan (\bar{X} = 3.5908) ve üç çocuk sahibi olan (\bar{X} = 4.2787) her bir gruptaki evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasından anlamlı düzeyde düşük olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan analiz ile evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasının öğrenim düzeyi (F= .298, p>.05) değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu bulgulardan bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin RİY alt boyutu puan ortalamasında yaş, evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısının etkili olduğunu göstermiştir. Ancak öğrenim düzeyi değişkeninin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin RİY alt boyutu puanlarında etkili olmadığı anlaşılmıştır.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'den aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 12'de sunulmaktadır.

Tablo 12

Evli Bireylerin DYÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	22.703	4	5.676	2.565	.038*
	Gruplar içi	916.165	414	2.213		
	Toplam	938.869	418			
Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	1.140	2	.570	.987	.409
	Gruplar içi	240.096	416	.577		
	Toplam	241.235	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	47.812	4	11.953	5.554	.000*
	Gruplar içi	891.057	414	2.152		
	Toplam	938.869	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	31.482	3	10.494	4.799	.003*
	Gruplar içi	907.387	415	2.186		
	Toplam	938.869	418			

* $p < .05$

Tablo 12'deki bulgulara göre evli bireylerin DYÖ puan ortalamasının yaş ($F = 2.565$, $p < .05$), evlilik süresi ($F = 5.554$, $p < .05$) ve sahip olunan çocuk sayısı ($F = 4.799$, $p < .05$) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesinde varyans homojenliği testi sonuçları göz önüne

alınarak yaş ($p>.05$) ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerine ilişkin gruplar ($p>.05$) için Tukey HSD testi yapılmış, evlilik süresi değişkenine ilişkin gruplar ($p<.05$) için Tamhane testi yapılmıştır. Bu testlerden elde edilen bulgulara göre;

- 51-60 yaş grubundaki evli bireylerin DYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.6394$), 61 ve üstü yaş grubundaki evli bireylerin DYÖ puan ortalamasından ($\bar{X}= 2.4478$) anlamlı düzeyde yüksek;
- 11-15 yıllık evli bireylerin DYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.5784$), 1-5 yıllık ($\bar{X}= 2.8561$) ve 6-10 yıllık ($\bar{X}= 2.7489$) evli bireylerin DYÖ puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek;
- 3 ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin DYÖ puan ortalamasının ($\bar{X}= 3.5918$), çocuk sahibi olmayan evli bireylerin DYÖ puan ortalamasından ($\bar{X}= 2.4780$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan analiz ile evli bireylerin DYÖ puan ortalamasının öğrenim düzeyi ($F= .987$, $p>.05$) değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu bulgular, yaş, evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısının bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ puan ortalamasında etkili olduğu göstermiştir. Öğrenim düzeyi değişkeni ise bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ puanlarında belirleyici bir rol üstlenmemiştir.

4.4. AKÖ Puan Ortalamalarının Analizinden Elde Edilen Bulgular

Bu başlık altında bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ puan ortalamasının bağımsız değişkenler açısından incelenmesine ilişkin bulgulara yer verilmektedir. Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ'den aldıkları puanların cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için

yapılan bağımsız örneklem t-Testi sonuçları aşağıdaki Tablo 9 aracılığıyla sunulmaktadır.

Tablo 13

Evli Bireylerin AKÖ Puan Ortalamasının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	sd	p
Kadın	306	3.4178	1.13282	-.406	.344	.685
Erkek	113	3.3673	1.11696			

Tablo 13'teki bulgulara göre evli bireylerin AKÖ puan ortalaması, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($t_{417} = -.406$, $p > .05$). Bu bulgular, kadınların AKÖ puan ortalamasının ($\bar{X} = 3.4178$) erkeklerin AKÖ puan ortalamasından ($\bar{X} = 3.3673$) az bir farkla yüksek olduğunu ve bu farklılığın iki cinsiyet grubu arasında anlamlı farklılık oluşturmadığını göstermiştir.

Bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ'den aldıkları puan ortalamasını yaş, öğrenim düzeyi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 14'te sunulmaktadır.

Tablo 14

Evli Bireylerin AKÖ Puan Ortalamasının Yaş, Öğrenim Düzeyi, Evlilik Süresi ve Çocuk Sayısı Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

Bağımsız değişkenler	Varyans kaynakları	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar arası	10.371	4	2.593	2.060	.085
	Gruplar içi	520.973	414	1.258		
	Toplam	531.344	418			

Öğrenim düzeyi	Gruplar arası	.355	2	.178	.139	.870
	Gruplar içi	530.989	416	1.276		
	Toplam	531.344	418			
Evlilik süresi	Gruplar arası	19.728	4	4.932	3.991	.003*
	Gruplar içi	511.616	414	1.236		
	Toplam	531.344	418			
Çocuk sayısı	Gruplar arası	2.858	3	.953	.748	.524
	Gruplar içi	528.486	415	1.273		
	Toplam	531.344	418			

* $p < .05$

Tablo 14 aracılığıyla belirtilen bulgulara göre evli bireylerin AKÖ puan ortalamasının bağımsız değişkenlerden sadece evlilik süresi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir ($F = 3.991$, $p < .05$). Farklılığın görüldüğü alt grupların tespit edilmesi için varyans homojenliği testi sonucu ($p < .05$) doğrultusunda Tamhane testi yapılmıştır. Tamhane testinden elde edilen bulgular, 21 yıl ve daha fazla süredir evli olan bireylerin AKÖ puan ortalamasının ($\bar{X} = 2.9348$), 1-5 yıllık ($\bar{X} = 3.5405$), 6-10 yıllık ($\bar{X} = 3.5106$) ve 16-20 yıllık ($\bar{X} = 3.6009$) evli bireylerin AKÖ puan ortalamasından anlamlı düzeyde düşük olduğunu ortaya koymuştur.

Tablo 14'te yer verilen bulgular, bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ puan ortalamasının yaş ($F = 2.060$, $p > .05$), öğrenim düzeyi ($F = .139$, $p > .05$) ve sahip olunan çocuk sayısı ($F = .748$, $p > .05$) değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığını göstermiştir. Elde edilen bulgular, bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ puan ortalamasında yaş, öğrenim düzeyi ve sahip olunan çocuk sayısının belirleyici olmadığını göstermiştir. Bu bulgudan farklı olarak yalnızca evlilik süresi değişkeninin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ puanlarında belirleyici bir rol oynadığı tespit edilmiştir.

4.5. Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık ve Affetme Kararı İlişkisi İle İlgili Bulgular

Bu başlık altında bağlanma yaralanması yaşıyan en az bir yıllık evli bireylerin bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararına ilişkin aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin analizinden elde edilen bulgulara yer verilmektedir. Evli bireylerin EBYÖ, DYÖ ve AKÖ'den aldıkları ortalama puanlar arasındaki korelasyonlar Tablo 15 aracılığıyla sunulmuştur.

Tablo 15

Evli Bireylerin EBYÖ, DYÖ ve AKÖ Puan Ortalamaları Arasındaki Korelasyonlar

	EBYÖ	DYÖ	AKÖ
EBYÖ	1		
DYÖ	.689**	1	
AKÖ	-.201**	-.211**	1

** $p < .01$

Tablo 15'e incelendiğinde, bağlanma yaralanması yaşıyan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ, DYÖ ve AKÖ'den aldıkları puanlar arasında anlamlı bir korelasyon ($p < .01$) olduğu anlaşılmaktadır. EBYÖ ile DYÖ puanları arasında ($r = .689$, $p < .01$) orta düzeyde ancak yüksek düzeye oldukça yakın bir değerde, anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon belirlenmiştir. Bağlanma yaralanması yaşıyan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ ve AKÖ puanları arasında ise düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı bir korelasyon bulunmuştur ($r = -.201$, $p < .01$). Bu bulguyla benzer bir şekilde evli bireylerin DYÖ ve AKÖ puanları arasında da düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı bir korelasyon bulunmuştur ($r = -.211$, $p < .01$). Elde edilen bu bulgular, evli bireylerin bağlanma yaralanmasına ilişkin EBYÖ'dan aldıkları puanların artmasıyla duygusal yalnızlığa ilişkin DYÖ puanlarının da artacağını göstermekte ancak bağlanma yaralanmasına ilişkin EBYÖ puanların artmasıyla affetme kararına ilişkin AKÖ puanlarının azalacağını göstermektedir. Ayrıca bağlanma yaralanması yaşıyan en az bir yıllık evli bireylerin duygusal

yalnızlıklarına ilişkin DYÖ puanlarının yükselmesiyle de affetme kararı düzeylerine ilişkin AKÖ puanlarının azalacağı görülmektedir. Başka bir ifadeyle evli bireylerde bağlanma yaralanması düzeyinin artmasıyla duygusal yalnızlığın da artacağı, affetme kararı düzeyinde ise azalma olacağı anlaşılmaktadır. Yine Tablo 15'e bakıldığında evli bireylerin affetme kararı düzeyinde artış yaşanması durumunda bireylerdeki duygusal yalnızlık düzeyinin azalacağı görülmektedir.



BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde öncelikle araştırmanın sonuçları, araştırmanın amaçları ve araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda “Bağlanma Yaralanması İle İlgili Sonuçlar”, “Duygusal Yalnızlık İle İlgili Sonuçlar”, “Affetme Kararı İle İlgili Sonuçlar” ve “Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık ve Affetme Kararı İlişkisi İle İlgili Sonuçlar” başlıkları altında sunulmaktadır. Daha sonra “Öneriler” başlığı altında araştırmada elde edilen sonuçlardan hareketle geliştirilen birtakım önerilere yer verilmektedir.

5.1. Bağlanma Yaralanması İle İlgili Sonuçlar

Araştırmada evli bireylerde bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olabilecek durum ya da olaylarda “aldatılma”, “hamilelikte yaşanan sağlık sorunları” ve “ekonomik sorunlar” başlıklarının ilk sıralarda olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Terzi (2014) ise romantik ilişkide bağlanma yaralanmasına neden olabilecek 27 durumu tespit ettiği araştırmasında bağlanma yaralanmasına en sıklıkla neden olabilecek davranışın “yalan söyleme” ve “aldatma” olduğu sonucuna ulaşmıştır. Halchuk vd.(2010) tarafından yürütülen araştırmada da sıklıkla terk edilme veya aldatma ile karakterize edilen bir bağlanma yaralanması tespit edilmiştir. Bu noktada “aldatma” davranışının hem bu araştırmada hem de Terzi (2014) ve Halchuk (2010) tarafından yürütülen araştırmalarda sıklıkla bağlanma yaralanmasına neden olabilecek davranış olarak tespit edildiği görülebilmektedir. Bununla birlikte Terzi'nin (2014) araştırmasında ekonomik sorunlardan kaynaklı olayların bağlanma yaralanmasına en az sıklıkla neden olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada ise bu araştırmadan elde edilen “ekonomik sorunlar” kaynaklı durum ve olayların sıklıkla bağlanma yaralanmasına neden olabileceği sonucunun Terzi'nin (2014) araştırma sonucundan farklılaştığı görülmektedir. Bu farklılığın günümüz itibarı ile pandemi sonrasında küresel olarak yaşanan ekonomik sorunların ülkemizde aile yaşam döngüsünü de olumsuz yönde etkilemesinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca hamilelik sürecinde yaşanan sağlık sorunlarının bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olabilecek durum ya da olaylarda öne çıkarılmasında hamilelik sürecinde bireyin vücudunda yaşanan fiziki ve

hormonal değişiklikler aracılığıyla kırılğan bir kişilik yapısının oluşabilmesi bir neden olarak gösterilebilir.

Araştırma ile evli bireylerin genel olarak *kısmen katılıyorum* yönünde görüş belirterek bağlanma yaralanması yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte örnekleme alınan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün özellikle de travma alt boyutuna daha fazla katılım gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, evli bireylerin evliliklerinde derinden etkilendiklerini belirttikleri durum ve olayların bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olabilecek travma etkisi yaratan durum ve olaylar olduğunu gösterir niteliktedir.

Araştırmada örnekleme alınan kadın ve erkek bireylerin EBYÖ ve alt boyutlarından benzer düzeyde puanlar aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma ile bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nun güvensiz bağlanma alt boyutuna ilişkin katılımlarında yaş ve öğrenim düzeyi değişkenlerinin etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerinin bu boyutta belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç ile ilgili olarak 11-15 yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün güvensiz bağlanma alt boyutuna katılımlarının 6-10 yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün güvensiz bağlanma boyutuna katılımlarından yüksek olduğu görülmüştür. Sahip olunan çocuk değişkeni açısından ise üç ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin EBYÖ'nun güvensiz bağlanma alt boyutuna katılımlarının hem çocuk sahibi olmayan hem de iki çocuğu olan bireylerin EBYÖ'nun güvensiz bağlanma alt boyutuna katılımlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada 11-15 yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün güvensiz bağlanma alt boyutuna katılımlarının 6-10 yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün güvensiz bağlanma boyutuna katılımlarından yüksek olduğu sonucunun Bahadır'ın (2006) ilişki süresi arttıkça bireylerin kendilerini güvende hissetme durumlarının önemini vurguladığı çalışmasıyla bu noktada benzerlik göstermediği görülmektedir.

Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nun travma alt boyutuna ilişkin katılımlarında öğrenim düzeyi ve evlilik süresinin

belirleyici olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan farklı olarak yaş ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerinin en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün travma alt boyutuna ilişkin katılımlarında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın örnekleme alınan 18-30 yaş grubundaki en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'nün travma alt boyutuna katılımlarının hem 31-40 yaş hem de 41-50 yaş grubundaki evli bireylerin EBYÖ'nün travma alt boyutuna katılımlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte araştırma ile üç ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin EBYÖ'nun travma alt boyutuna katılımlarının çocuk sahibi olmayan, bir çocuk sahibi olan ve iki çocuk sahibi olan gruplardaki bireylerin EBYÖ'nun travma alt boyutuna katılımlarından yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarında öğrenim düzeyinin etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan farklı olarak bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarında yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinin belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın örnekleme alınan 18-30 yaş grubundaki en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarının 41-50 yaş grubundaki evli bireylerin EBYÖ'ye katılımlarından yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırma ile 11-15 yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarının 6-10 yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye katılımlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlarla birlikte araştırmada üç ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin EBYÖ'ye katılımlarının çocuk sahibi olmayan, bir çocuk sahibi olan ve iki çocuk sahibi olan her bir gruptaki bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarından yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Okutan ve Büyükşahin-Sunal (2010) tarafından ilişki süresi ve ilişki bağlanımı ilişkisini incelemek amacıyla yapılan araştırmada ilişki süresinin arttıkça ilişki doyumunun da arttığı ve alternatiflerin olumsuz şekilde değerlendirildiği tespit edilmiştir. Bu noktada araştırmada evlilikte bağlanma yaralanmasının evlilik süresi daha az olan evli çiftlerde daha fazla yaşanması beklenebilir. Araştırmada 11-15 yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye ilişkin katılımlarının 6-10 yıllık evli bireylerin EBYÖ'ye katılımlarından yüksek bulunması sonucunun Büyükşahin-Sunal'ın (2010) ilişki süresi ve ilişki bağlanımı ilişkisine yönelik elde ettiği sonuçtan farklılık gösterdiği söylenebilir.

5.2. Duygusal Yalnızlık İle İlgili Sonuçlar

Araştırmada kadın ve erkek bireyler arasında DYÖ ve alt boyutlarına katılım açısından önemli bir farklılık görülmediği sonucuna ulaşılmıştır. Benzer bir şekilde Duru'nun (2008) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasında yalnızlık düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Kıvılcım'ın (2019) yürüttüğü araştırmada da bireylerin cinsiyetlerine göre sosyal duygusal yalnızlık düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur. Tecdelioğlu'nun (2021) araştırmasında da duygusal yalnızlık bakımından kadın ve erkek bireyler arasında bir farklılık tespit edilememiştir. Kozaklı (2006) tarafından yürütülen araştırmada ise erkeklerin yalnızlık puan ortalamaları daha yüksek bulunsa da cinsiyet ile yalnızlık arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmediğine ilişkin bir sonuca ulaşılmıştır. Cinsiyetin bireylerin duygusal yalnızlık düzeylerinde etkili bir değişken olmaması, yalnızlık kavramının birey tarafından algılanması ile anlamlılık kazanan bir durum olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Bununla birlikte günümüz toplumunda kalabalıklar içinde cinsiyet farkı gözetmeksizin tüm bireylerin yalnızlık yaşamaları olağan bir durum olarak kabul edilebilir niteliktedir. Nitekim alanyazında da yalnızlığın çok sayıdaki faktörün bir kombinasyonu ile ilişkili olabileceği (Demir ve Tarhan, 2001), cinsiyet gibi sadece bir değişkenle ilişkili olmasının bir zorunluluk olamayacağı Duru (2005) tarafından ifade edilmektedir.

Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'nün AİY alt boyutuna ilişkin katılımlarında yaş, öğrenim düzeyi ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerinin belirleyici olmadığı, evlilik süresi değişkeninin ise bu alt boyuta ilişkin görüşlerde etkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu sonuç doğrultusunda araştırma örneğine alınan 11-15 yıllık evli bireylerin DYÖ'nün AİY alt boyutuna ilişkin katılımlarının 1-5 yıllık, 6-10 yıllık ve 21 yıl ve üzeri yıllık evli her bir gruptaki bireylerin DYÖ'nün AİY alt boyutuna ilişkin katılımlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'nün RİY alt boyutuna ilişkin katılımlarında öğrenim düzeyi açısından benzerlik olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmada yaş, evlilik süresi ve sahip olunan çocuk sayısı değişkenlerinin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'nün RİY alt boyutuna

ilişkin katılımlarında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma örneklemine alınan 51-60 yaş grubundaki evli bireylerin DYÖ'nün RİY alt boyutuna ilişkin katılımlarının 61 ve üstü yaş grubundaki evli bireylerin RİY alt boyutuna ilişkin katılımlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Yonar ve Demir'in (2020) araştırmasında yalnızlık düzeylerinin yaşın artması ile azaldığı sonucu elde edilmiştir. Araştırma örneklemindeki 11-15 yıllık evli bireylerin DYÖ'nün RİY alt boyutuna katılımlarının 1-5 yıllık ve 6-10 yıllık evli birey gruplarının her ikisinin DYÖ'nün RİY alt boyutuna ilişkin katılımlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırmada çocuk sahibi olmayan evli bireylerin çocuk sahibi olan diğer üç grubun herbirinin DYÖ'nün RİY alt boyutuna ilişkin katılımlarından düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin affetme kararına ilişkin DYÖ katılımlarında yaş değişkeninin etkili olmaması sonucu, Yonar ve Demir'in (2020) beliren yetişkinlerin yaşlarının arttıkça romantik yalnızlık düzeylerinin azaldığına ilişkin elde ettiği sonuçtan farklı olduğu söylenebilir. Ayrıca araştırmada çocuk sahibi olmayan evli bireylerin romantik ilişkilerde çocuk sahibi olan diğer evli birey gruplarına göre daha az duygusal yalnızlık yaşamaları eş ile daha fazla zaman geçirebilme olanağının bulunması ile açıklanabilir.

Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'ye ilişkin katılımlarında öğrenim düzeyinin belirleyici olmadığı sonucu elde edilmiştir. Bu sonuçtan farklı olarak Kıvılcım'ın (2019) aidiyetin yalnızlık ile kaygı üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında ilköğretim-lise mezunu bireylerin sosyal duygusal yalnızlık düzeylerinin hem lisans hem de lisanüstü eğitimini tamamlamış bireylerin sosyal duygusal yalnızlık düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca Kıvılcım (2019) araştırması ile bireylerin eğitim düzeylerinin arttıkça yalnızlık düzeylerinin azaldığını belirlemiştir. Bununla birlikte bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'ye ilişkin katılımlarında yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinin belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın örneklemine alınan 51-60 yaş grubundaki en az bir yıllık evli bireylerin DYÖ'ye ilişkin katılımlarının 61 ve üstü yaş grubundaki evli bireylerin DYÖ'ye katılımlarından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kozaklı'nın (2006) araştırmasında da algılanan yalnızlık düzeyinin yaş değişkenine göre farklılık gösterdiği, yaşın büyümesi ile yalnızlık düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Duru'nun (2005) araştırmasında ise yaş ile yalnızlık arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir

farklılık görülmediği sonucuna ulaşılmıştır. Ancak Rokach (2001), yetişkinlerin yalnızlıkla başa çıkmada genç ve yaşlılara göre daha başarılı olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca bu araştırmada 11-15 yıllık evli bireylerin DYÖ'ye ilişkin katılımlarının 1-5 yıllık ve 6-10 yıllık evli birey gruplarının herbirinin DYÖ'ye katılımlarından yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca üç ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin DYÖ'ye katılımlarının çocuk sahibi olmayan gruptaki bireylerin DYÖ'ye ilişkin katılımlarından yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu sonucun, Kıvılcım (2019) tarafından yürütülen araştırmada elde edilen çocuk sahibi bireylerin yalnızlık düzeylerinin çocuk sahibi olmayan bireylerin yalnızlık düzeylerine göre daha yüksek olduğuna ilişkin sonuç ile kısmen benzerlik gösterdiği söylenebilir.

5.3. Affetme Kararı İle İlgili Sonuçlar

Araştırmada cinsiyet değişkeninin bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin affetme kararına ilişkin AKÖ'ye katılımlarında etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir ifade ile erkek ve kadınların bağlanma yaralanmasına ilişkin durumu affetme düzeyleri benzerlik göstermektedir. Elde edilen bu sonuç, affetme ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın görülmediği sonucuna ulaşılan alanyazındaki araştırmalar (Ayten, 2009; Bayar, 2015; Besim, 2017; Gündüz, 2014; Gürbüz, 2016; Güzel, 2016; Kaya, 2015; Şamatacı, 2013; Tayşi, 2007; Yaman Akpınar ve Sönmez, 2021) ile benzerlik göstermektedir. Alanyazındaki bu araştırmalardan farklı olarak Göztepe Gümüş'ün (2005) araştırmasında ise kadınların bağışlanması beklenen durum ya da olaya erkeklere oranla daha fazla önem verdikleri tespit edilmiştir.

Araştırma ile bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ'ye ilişkin katılımlarında yaş, öğrenim düzeyi ve çocuk sayısının belirleyici olmadığı sonucu elde edilmiştir. Araştırmadan affetme kararına ilişkin AKÖ'den elde edilen yaş değişkenine ilişkin sonuç, Ayten'in (2009) affetme eğiliminin yaşa göre farklılık göstermediğine ilişkin sonuç ile benzerlik göstermektedir. Ancak Yaman Akpınar ve Altunsu Sönmez (2021), 20-29 yaş aralığındaki evli bireylerin affetme düzeylerini 50 yaş ve üzeri evli çiftlerin affetme düzeylerinden yüksek bulmuştur. Affetme kararında öğrenim düzeyi değişkeninin etkili olmadığına ilişkin araştırmadan elde edilen sonuç, affetme

düzeşinin öğrenim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılan araştırmalar (Gürbüz, 2016; Güzel, 2016; Yaman Akpınar ve Sönmez, 2021) ile benzerlik göstermektedir. Bu araştırmada affetme kararında çocuk sayısı değişkeninin etkili olmadığına ilişkin elde edilen sonuç da evli bireşlerin affetme düzeylerinin çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık oluşturmadığı yönünde sonuçlara ulaşılan bazı araştırmalar (Yaman Akpınar ve Sönmez, 2021; Gürbüz, 2016) ile benzerlik göstermektedir. Araştırmada bağlanma yaralanması yaşayan en az bir yıllık evli bireşlerin AKÖ'ye ilişkin katılımlarında evlilik süresinin etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda evlilik süresi açısından elde edilen sonuçlara bakıldığında, 21 yıl ve daha fazla süredir evli olan bireşlerin AKÖ'ye ilişkin katılımlarının 1-5 yıllık, 6-10 yıllık ve 16-20 yıllık evli bireş gruplarının herbirisinin AKO'ye ilişkin katılımlarından düşük olduğu görülmüştür. Araştırmadan evlilik süresi açısından elde edilen bu sonuçların alanyazındaki bazı araştırmalar ile benzer yönde olduğu görülürken bazı araştırmalarda bu noktada farklı sonuçların elde edildiğı görülmektedir. Şamatacı (2013) ilişki süresi arttıkça çiftlerin birbirlerine karşı daha anlayışlı olduklarını, genellikle affetme yönünde kararlar verdiklerini ve yapılan hatalara sıklıkla tahammül edilebildiğini belirtmektedir. Alanyazındaki bazı araştırmalarda (Bayar, 2015; Yaman Akpınar ve Sönmez, 2021) ise affetme ve ilişki süresi arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eker Durmuş (2020) da romantik ilişki süresinin affetme kararında etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmada ise 21 yıl ve daha fazla süredir evli olan bireşlerin affetme eğilimlerinin 1-5 yıllık, 6-10 yıllık ve 16-20 yıllık evli bireş gruplarının affetme eğilimlerinden düşük olduğu belirlenmiştir.

5.4. Bağlanma Yaralanması, Duygusal Yalnızlık ve Affetme Kararı İlişkisi İle İlgili Sonuçlar

Bağlanma yaralanması, duygusal yalnızlık ve affetme kararı ilişkisi ile ilgili sonuçlar, araştırma örneşlemine alınan en az bir yıllık evli bireşlerin EBYÖ aracılığıyla elde edilen bağlanma yaralanması düzeylerinin artmasıyla DYÖ aracılığıyla elde edilen duygusal yalnızlık düzeylerinin de artacağını göstermektedir. Nitekim, Akgül ve Güner'in (2021) Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi'nde yürütölen yüksek lisans tez çalışmasına katkıda bulunmak amacıyla yaptığı ve bu kapsamda Duvak (The Painted Veil) filmini bağlanma yaralanmasına yer verilmesi açısından incelendiğı araştırmasında aldatılan eşin

kaçınma davranışına yöneldiği ve duygusal yalnızlık durumu yaşadığı tespit edilmiştir. Araştırmada bu noktada elde edilen sonuçların, Russell vd.'nin (1984) araştırmasından elde edilen bağlanmanın duygusal yalnızlığın güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuyla benzerlik gösterdiği söylenebilir. Weiss (1973) tarafından yapılan kavramsal açıklamaların DiTommaso ve Spinner (1997) tarafından test edildiği araştırmada da bağlanmanın duygusal yalnızlığın önemli bir yordayıcısı belirlenmiştir. Başka bir ifade ile duygusal yalnızlığın bağlanma konusunda ve yetişkinler arasında kurulan yakın ilişkide belirleyici olduğu alanyazındaki bazı araştırmalar (DiTommaso ve Spinner, 1997; Russell vd., 1984) aracılığıyla ifade edilmektedir.

Araştırma sonuçları en az bir yıllık evli bireylerin EBYÖ aracılığıyla elde edilen bağlanma yaralanması düzeylerinin artmasıyla AKÖ ile elde edilen affetme kararı düzeylerinin ise azalacağını göstermektedir. Benzer şekilde bu iki kavram arasında negatif yönlü bir ilişki ortaya koyan Darab vd. (2020), cinsel sadakatsizlik sonucu bağlanma yaralanması yaşamış bireylerin affetme kararı yerine boşanma talebinde buldukları sonucuna ulaşmıştır. Yine benzer bir şekilde Makinen ve Johnson (2006), DOT'a dayalı çözüm modeli aracılığıyla araştırmasında bağlanma yaralanmasının onarılma düzeyi ile affetme konusundaki ilerlemenin doğru orantılı olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Ayrıca en az bir yıllık evli bireylerin AKÖ ile elde edilen affetme kararı düzeylerinin artmasıyla birlikte DYÖ aracılığıyla elde edilen duygusal yalnızlık düzeylerinin azalacağı araştırmadan elde edilen sonuçlar arasında yer almaktadır. Elde edilen bu iki sonuç, affetme kararı düzeyinin artmasıyla hem bağlanma yaralanması hem de duygusal yalnızlık durumlarının azalacağını göstermektedir. Affetme kararının bireyler arasına olumlu yeni ilişkiler kurma ve sürdürme noktasına etkili olduğu (Cowden vd., 2019), öznel iyi oluşlarına katkı sunduğu (Balcı Çelik ve Öztürk Serter, 2017) alanyazında da ifade edilmektedir. Benzer bir doğrultuda Bugay ve Demir'e (2012) göre affetme kararı, romantik ilişkide yaşanan olumsuzluklara ilişkin gerilimin azaltılmasında etkilidir.

Sonuç olarak araştırmada bağlanma yaralanması ile duygusal yalnızlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü; bağlanma yaralanması ile affetme kararı arasında düşük düzeyde

negatif yönlü ve duygusal yalnızlık ile affetme kararı arasında düşük düzeyde negatif yönlü bir korelasyon tespit edilmiştir.

5.4. Öneriler

Araştırmada bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olabilecek durum ya da olaylarda hamilelikte yaşanan sorunların da öne çıkarıldığı görülmüştür. Bu noktada hamilelerin sağlık hizmeti alırken erkek bireylerin de hamilelik süreci ile ilgili bağlanma yaralanması bağlamında bilgilendirilmesi düşünülebilir. Benzer şekilde hamile bireylerin aile danışmanlığı kapsamında danışan olarak katılım sağladıkları seanslarda bağlanma yaralanmasına yönelik önleyici bazı uygulamaların yürütülmesi önerilebilir.

Araştırmanın bağlanma yaralanmasını yüksek düzeyde yaşayanlar ile daha küçük çalışma grupları aracılığıyla nitel desende derinlemesine yürütülmesi önerilebilir. Böylelikle bağlanma yaralanması yaşayan bireylerden duygusal yalnızlık ve affetme kararına ilişkin görüşleri daha ayrıntılı incelenebilir. Bu şekilde yürütülen durum ya da olgubilim araştırması sonucu elde edilen sonuçların karma desenli araştırmalarda kullanılmasıyla nicel sonuçların desteklenmesi ve alanyazına nitelikli ölçeklerin sunulmasına katkı sağlanabilir. Yine bağlanma yaralanmasına sıklıkla neden olabilecek aldatılma/ihanete uğrama durumunun bağlanma yaralanması bağlamında ele alınarak amaçsal örnekleme ile oluşturulan gruplar aracılığıyla araştırmalar yürütülmesi önerilebilir.

Araştırmacılara evli bireylerin bağlanma yaralanması düzeyleri ile duygusal yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkide affetme kararının aracılık rolünün incelenmesi üzerine araştırmalar yürütmeleri önerilebilir. Bu araştırmadan elde edilen veriler aracılığıyla da bağlanma yaralanması yaşayan evli bireylerin bağlanma yaralanmasına ilişkin EBYÖ puanları ile duygusal yalnızlık düzeylerine ilişkin DYÖ puanları arasındaki ilişkide affetme kararının aracılık rolü güncel alanyazın ile birlikte yeniden sunulacak alanyazına katkıda bulunulabilir.

KAYNAKÇA

- Adam Karduz, F. F. (2019). Affetme Eğilimi Kazandırmaya Yönelik Psikoeğitim Programının Affetme Eğilimi Kazandırma ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., and Wall, S. N. (2015). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Psychology Press: New York.
- Akgül, H. (2020). “Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği’nin (SELSA-S) Türk Kültürüne uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması”. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (21), 54-69.
- Akgül, H. ve Güner, A. S. (2021). “ ‘Duvak’ filminin bağlanma yaralanması açısından incelenmesi”. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9 (123), 72-83. <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.54203>
- Akpınar, A. (2019). “Farklı Teoriler Çerçevesinde Eş Seçimi ve Evlilik Uyumu Konularının İncelenmesi”. Mehmet Kırılıoğlu ve Hasan Hüseyin Tekin (ed.). içinde *Güncel Sosyal Hizmet Çalışmaları*. (s. 164-172). Çizgi Kitabevi: Konya.
- Aras Kemer, F. N. ve Tuzgöl Dost, M. (2020). “ ‘Masal terapi’ kitabının duygu odaklı terapinin temel kavramları açısından incelenmesi”. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12, 411-425. <https://doi.org/10.18863/pgy.807954>
- Arslan, A. (2017). “Eğitimin Bilimsel Temelleri”. Ali Arslan (ed.). içinde *Eğitim Bilimine Giriş*. (s. 187-208). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.
- Arslan, S. (2019). Öğretmen Adaylarında Kişilerarası Tarz, Affetme ve Evlilik Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa. Erişim: 19 Şubat 2022, <http://hdl.handle.net/11452/904>

- Asıcı, E. (2019). “Çocuk ve ergenlere yönelik affetme müdahaleleri: Sistemik gözden geçirme”. *Psikoloji Çalışmaları*, 39 (2), 429-457. <https://doi.org/10.26650/SP2018-0041>
- Aydın, F. T. (2017). “Pozitif bir karakter gücü olarak affedicilik”. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5 (1), 1-22.
- Ayten, A. (2009). “Affedicilik ve din affetme eğilimi ve dindarlıkla ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37, 111-128.
- Bahadır, S. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki*. Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Balcı Çelik, S. ve Öztürk Serter, G. (2017). “Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde affetmenin öznel iyi oluşları üzerindeki rolü”. *Journal of Human Sciences*, 14 (4), 3990- 4001. <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i4.4874>
- Baran, G. ve Yurteri Tiryaki, A. (2020). “Aile Yaşam Dinamiği”. Gülen Baran (ed.). içinde *Aile Yaşam Dinamiği*. (s.1-24). Pelikan Yayıncılık: Ankara.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). “Attachment styles among young adults: A test of a Four-Category Model”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226- 244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Başak, N.ve Bulut Serin, N. (2021). “Çiftler arası şiddetin önlenmesine ilişkin bir model önerisi”. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education*, 10 (4), 277- 287.
- Bayar, Ö. (2015). *Romantik İlişkilerde Aldatma ve Affetme: Empatinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Beal, C. (2006). “Loneliness in older women: A review of the literature”. *Issues in mental health nursing*, 27 (7), 795-813. <https://doi.org/10.1080/01612840600781196>
- Besim, G. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Affetme, Bitirilmemiş İşler ve Öfke*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Bowlby J. (1982). *Attachment And Loss, Vol. I: Attachment*. Basic Books: New York.

- Bowlby, J. (2020). *Bağlanma* (4. Basım). Tuğrul Veli Soylu (çev.). Pinhan: İstanbul.
- Bowlby, J. (2021). *Kaybetme* (2. Basım). Nur Nirven ve Nüket Diner (çev.). Pinhan: İstanbul.
- Bretherton, I. (1985). "Attachment theory: Retrospect and prospect". *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 50 (1), 3- 35. Erişim: 19 Ocak 2022, <http://www.jstor.org/stable/3333824>
- Bugay, A. ve Demir, A. (2011). "Hataya ilişkin özelliklerin başkalarını affetmeyi yordaması". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), 8- 17.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2012). "Affetme artırılabilir mi?: Affetmeyi Geliştirme Grubu". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), 96- 106. Erişim: 1 Şubat 2022, <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/199962>
- Burger, J. M. (2011). *Personality* (8th ed.). Cengage Learning: Wadsworth.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Pegem Akademi: Ankara.
- Colonesi, C., Draijer, E. M., Jan J. M. Stams, G., Van der Bruggen, C. O., Bögels, S. M. ve Noom, M. J. (2011). "The relation between insecure attachment and child anxiety: A meta-analytic review". *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40 (4), 630- 645. <https://doi.org/10.1080/15374416.2011.581623>
- Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi: Kuram ve Uygulamaları*. Tuncay Ergene (çev.). Mentis Yayınları: Ankara.
- Cowden, R.G., Worthington, E.L., Griffin, B.J. and Garthe R.C. (2019). "Forgiveness moderates relations between psychological abuse and indicators of psychological distress among women in romantic relationships". *Relations between psychological abuse and psychological distress*, 115 (11/12), 1-7. <https://doi.org/10.17159/sajs.2019/6353>
- Creswell, J. W. (2016). *Araştırma Deseni, Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları* (2. Baskı). Çev. Ed. Selçuk Beşir Demir. Ankara: Eğiten Kitap.

- Çalışkan, P. (2015). Erkek Eşcinsel Bireylerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, H. ve Aydoğdu, B. N. (2018). “Duygu odaklı terapi: Psikoterapide yeni bir yaklaşım”. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5 (2), 50- 68. <https://doi.org/10.30900/kafkasegt.439247>
- Çıngı, H. (2009). *Örnekleme Kuramı* (3. Baskı). Bizim Büro Basımevi: Ankara.
- Dallos, R. and Draper, R. (2010). *An Introduction to Family Therapy: Systemic Theory and Practice* (3rd ed.). Open University Press: Buckingham.
- Darab, M., Bahrami, F. and Etemadi, O. (2020). “Sexual infidelity as an attachment injury in Iranian women: A qualitative study”. *Journal of Divorce & Remarriage*, 61 (6), 385- 405. <https://doi.org/10.1080/10502556.2020.1768488>
- Davis, D. E., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., DeBlaere, C., Rice, K. G. and Worthington, E. L., Jr. (2015). “Making a decision to forgive”. *Journal of Counseling Psychology*, 62 (2), 280- 288. <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000054>
- Demir, A. ve Tarhan, N. (2001). “Loneliness and social dissatisfaction in turkish adolescents”. *The Journal of Psychology*, 135 (1), 113- 123. <https://doi.org/10.1080/00223980109603684>
- DiTommaso, E. and Spinner, B. (1993). “The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA)”. *Personality and Individual Differences*, 14, 127-134. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90182-3](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90182-3)
- DiTommaso, E. and Spinner, B. (1997). “Social and emotional loneliness: A reexamination of Weiss’ typology of loneliness”. *Personality and Individual Differences*, 22, 417- 427. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(96\)00204-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00204-8)
- DiTommaso E., Brannen C. and Best L. A. (2004). “Measurement and validity characteristics of the short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults”. *Educational and Psychological Measurement*. 64 (1), 99- 119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>

- Duggi, D. B. and Kamble, S. V. (2014). "Decisional and emotional forgiveness in people of three religious groups in India". *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5 (1), 24-29.
- Dukes, S. (1984). "Phenomenological methodology in the human sciences". *Journal of Religion and Health*, 23 (3), 197-203. <https://doi.org/10.1007/BF00990785>
- Duru, E. (2005). "Amerika'da ve Türkiye'de lisansüstü öğrenim gören Türk öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması". *Eğitim ve Bilim*, 30 (137), 16-26.
- Duru, E. (2008). "Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü". *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (61), 15-24.
- Eker Durmuş, E. (2020). "İlişki istikrarı, öznel partner affediciliği ve ilişki süresi arasındaki ilişki". *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 3(2), 29-47. Erişim: 1 Mart 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/apdad/issue/59028/812763>
- Ekşi, H., Parlak, S. ve Demir-Celayir, G. (2018). "Affetme kararı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması", *1. Uluslararası Eğitimde Yeni Arayışlar Kongresi*, 11-12 Mayıs 2018, Marmara Üniversitesi, İstanbul. 25- 28. Erişim: 17 Kasım 2021, <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/affetme-karari-olcegi-toad.pdf>
- Enright, R. D. and The Human Development Study Group (1991). "The Moral Development of Forgiveness". W. Kurtines ve J. Gerwartz (eds.). in: *Handbook of moral behavior development*. (pp. 123-152). Lawrence Erlbaum: Hillsdale, NJ.
- Enright, R. D. (1996). "Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self forgiveness". *Counseling and Values*, 40 (2), 107- 126.
- Fincham, F. D. (2000). "The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving". *Personel Relationships*, 7 (1), 1- 23. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00001.x>
- Gavas Aslan, A. (2019). "Duygu odaklı terapinin diğer kuramlarla karşılaştırılmalı analizi". *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 2 (3), 110- 116. Erişim: 12 Ocak 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/bpd/issue/42091/506447>
- Glesne, C. (2011). *Becoming Qualitative Researchers: An Introduction* (4th ed.). Pearson: Boston.

- Göztepe Gümüş, I. (2015). Evli bireylerde Bağışlama, Tekrarlayıcı Düşünme Düzeyi ile Ruh Sağlığı ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Greenberg, L. S. (2012). *Duygu Odaklı Terapi*. Serpil Kızıлтаş (çev.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: Kocaeli.
- Greenberg, L. S. (2018). *Duygu Odaklı Terapi (Danışanlara Duygu Koçluğu Yapmak)*. Çev. Ed. Seher Balcı Çelik, Nobel Akademik Yayıncılık: İstanbul.
- Gündüz, Ö. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Affetmeyi Yordayan Değişkenlerin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güner, A. S. (2021). “Aile danışmanlığı uygulamalarına yönelik bir teknik önerisi: Ben neredeyim? Aklım nerede?”. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9 (120), 237-247. <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.52109>
- Gürbüz, E. (2016). Evlilik İçinde Aldatılan Bireylerin Affetmelerini Yordamada Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlamlığın Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Güriş, S. ve Astar, M. (2014). *Bilimsel Araştırmalarda SPSS ile istatistik*. Der Yayınları: İstanbul.
- Güven, S. (1991). Aile yaşam Dönemleri ve Özelliklerinin Ev İdaresi İlkeleri Yönünden İncelenmesi. Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güven, N. ve Erdem, T. (2020). “Affetme: Kuramsal bir değerlendirme”. *Uluslararası Dil, Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 2 (2), 578- 607. <https://doi.org/10.35452/caless.2020.31>
- Güzel, İ. (2016). Yakın İlişkilerde Aldatma ve Affetme Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Halchuk, R. E., Makinen, J. A. and Johnson, S. M. (2010). “Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: A three- year follow- up”. *Journal Of*

Couple and Relationship Therapy, 9(1), 31-47.
<https://doi.org/10.1080/15332690903473069>

Hall, J. H. and Fincham, F. D. (2005). "Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 621- 637.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2005.24.5.621>

Hargrave, T. D. and Sells, J. N. (1997). "The development of a forgiveness scale". *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 41-62. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1997.tb00230.x>

Hazan, C. and Shaver, P. (1987). "Romantic love conceptualized as an attachment process". *Journal of personality and social psychology*, 52 (3), 511- 524.
<https://doi.apa.org/doiLanding?doi=10.1037/0022-3514.52.3.511>

Herman, J. L. (1992). "Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma". *Journal of Traumatic Stress*, 5 (3), 377- 391.
<https://doi.org/10.1002/jts.2490050305>

Hortaçsu, N. (2015). *Zamanda Aile Ailede Zaman* (1. Baskı). İmge Kitabevi: Ankara.

Johnson, S. M. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection* (2nd ed.). Brunner Routledge: New York.

Johnson, B. and Christensen, L. (2004). *Educational Research: Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches* (2nd ed.). Pearson Education: Boston.

Karasar, N. (2007). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (17. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.

Kaya, F. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Affetme ve Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişki: Duygusal Zekânın Aracı Rolü. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Kıvılcım, P. (2020). Genel Aidiyetin Sosyal Kaygısı ile Sosyal Duygusal Yalnızlık Algısı Arasındaki İlişkide Biçimlendirici Rolü. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Korkmaz, E. (2021). “Duygu odaklı terapide yeme bozukluklarına kapsamlı bir bakış”. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 4 (8), 14- 27. Erişim: 5 Ocak 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/bpd/issue/63116/958644>
- Kozaklı, H. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Makinen, J. A. and Johnson, S. M. (2006). “Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: Steps toward forgiveness and reconciliation”. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74 (6), 1055- 1064. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1055>
- Millikin, J. W. (2000). Resolving Attachment Injuries In Couples Using Emotionally Focused Therapy: A Process Study. Doctoral Dissertation, Department of Human Development and Family Science, Virginia Polytechnic Institute and State University, Blacksburg. Erişim: 22 Mart 2021, <https://vtechworks.lib.vt.edu/handle/10919/27740>
- Naaman, S., Pappas, J. D., Makinen, J., Zuccarini, D. and Johnson–Douglas, S. (2005). “Treating attachment injured couples with emotionally focused therapy: A case study approach”. *Psychiatry*, 68 (1), 55- 77. <https://doi.org/10.1521/psyc.68.1.55.64183>
- Okutan, N. ve Büyükşahin-Sunal, A. (2010). “Romantik ilişkilerde bağlanım: Dindarlık algısı ve romantik ilişkilerle ilgili kalıpyargılar”. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (26), 80-88. Erişim: 22 Ocak 2022, TR dizin veritabanı.
- Ostendorf, C. L. (2000). Effects Of A Forgiveness Education Intervention With Adult Children Of Alcoholics. Doctoral Dissertation, University of Wisconsin, Madison. Erişim: 19 Şubat 2022, ProQuest veritabanı.
- Özatça A. (2009). Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özgüven, İ. E. (2020). *Evlilik ve Aile Terapisi* (5. Baskı). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.

Özodaşık, M. (2005). *Yalnızlık*. Tablet Kitabevi Yayınları: Konya.

Pelling, C. (2003). Women's Lives Experiences Of Attachment Injury Within Their Couple Relationships. Doctoral Dissertation, Department of Educational and Counselling Psychology and Special Education, The University of British Columbia, Vancouver. Erişim: 13 Ocak 2022, <https://open.library.ubc.ca/cIRcle/collections/ubctheses/831/items/1.0053851>

Pelling, C. ve Arvey-Buchanan, M. (2007). “Experiences of attachment injury in heterosexual couple relationships”. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy/ Revue canadienne de counseling et de Psychothérapie*, 38 (4), 289-303. Erişim: 12 Aralık 2021, <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ719915.pdf>

Pulat, F., Gündüz, H. ve Kılıç, E. (2020). “Güdülenme kuramı ve duygu odaklı terapinin entegrasyonu”. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3 (5), 17- 34. Erişim: 23 Ocak 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/bpd/issue/51787/673093>

Reisoğlu, G. (2020). Romantik İlişki Doyumuyla Affetmeye İlişkin İnançlar ve Affetme Arasındaki İlişki. Doktora tezi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

Rokach, A. (2004). “Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life”. *Current Psychology*, 23 (1), 24- 40.

Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J. and Yurko, K. (1984). “Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (6), 1313- 1321. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1313>

Satıcı, S. A. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Affetme, İntikam, Sosyal Bağlılık ve Öznel İyi Oluşları: Farklı Yapısal Modellerin Denenmesi Üzerine Bir Araştırma. Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Schade, L. C. and Sandberg, J. G. (2012). “Healing the attachment injury of marital infidelity using emotionally focused couples therapy: A case illustration”. *The American Journal of Family Therapy*, 40 (5), 434- 444. <https://doi.org/10.1080/01926187.2011.631374>

- Şahan, B. (2021). “Does forgiveness affect marital satisfaction?”. *Spiritual Psychology and Counseling*, 6 (3), 83- 108. <https://doi.org/10.37898/spc.2021.6.3.146>
- Şamatacı, G. (2013). Romantik İlişkilerde Affetme: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir İnceleme. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tabachnick, B. G. and Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. Pearson: Boston.
- Tarhan, N. (2010). *Aile Okulu* (12. baskı). Timaş Yayınları: İstanbul.
- Tayşi, E. (2007). İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tecdelioğlu, E. G. (2021). Yakın İlişkilerde Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Duygusal Yalnızlık Arasındaki İlişkiyi Açıklamada Partner Sosyotelizminin Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gaziantep.
- Terzi, S. (2014). “Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmalarına yol açan olaylar: Nitel bir çalışma”. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12 (2), 99- 108. Erişim: 22 Aralık 2021, <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/256142>
- Terzi İlhan, S. (2020). Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Evli Bireylerin Kişilik Özellikleri İle Çift Uyumları Arasındaki İlişkide Bağlanma Yaralanmalarının Aracı Rolü. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Terzi İlhan, S. ve Işık, Ş. (2021). “A Validity and reliability study on the development of marital attachment injuries scale”. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11 (63), 543- 566. <https://doi.org/10.17066/tpdrd.1051411>
- Terzi, S. ve Özbay, Y. (2016). “Romantik ilişkilerde bağlanma yaralanmaları ölçeğinin geliştirilmesi”. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5 (13), 169- 185. Erişim: 17 Aralık 2021, <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/romantik-iliskilerde-baglanma-yaralanmalari-olcegi-toad.pdf>
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shorey, H. S., Roberts, J. C. and Roberts, D. E.

- (2005). "Dispositional forgiveness of self, others and situations". *Journal of Personality*, 73, 313- 359. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tufan, İ. (2003). *Modernleşen Türkiye’de Yaşlılık ve Yaşlanmak*. Anahtar Kitaplar: İstanbul.
- TÜİK (2022). *İstatistik veri portalı (İl, yasal medeni durum ve cinsiyete göre nüfus)*. Erişim: 28 Nisan 2022, <https://data.tuik.gov.tr>
- Ulaşan, H. (2020). "Romantik ilişkilerinde problem yaşayan bireylerin farkındalık süreçlerine hücum terapisinin katkısı". *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3 (5), 49-65. Erişim: 19 Şubat 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/bpd/issue/51787/673106>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotion and Social Isolation*. MIT Press: Cambridge.
- Worthington, E. L., Jr., Berry, J. W., Hook, J. N., Davis, D. E., Scherer, M., Griffin, B. J., Wade, N. G., Yarhouse, M., Ripley, J. S., Miller, A. J., Sharp, C. B., Canter, D. E., and Campana, K. L. (2015). "Forgiveness-reconciliation and communication-conflict-resolution interventions versus retested controls in early married couples". *Journal of Counseling Psychology*, 62 (1), 14- 27. <https://doi.org/10.1037/cou0000045>
- Yaman Akpınar, T. ve Altunsu Sönmez, Ö. (2021). "Evlilikte suçu affetme ve evlilik uyumu ilişkisi". *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 203- 210. <https://doi.org/10.18506/anemon.772923>
- Yıldırım, O. (2021). "Duygu odaklı terapinin Gestalt terapi ve Varoluşçu terapi ile karşılaştırılmalı analizi". *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 11 (1), 253- 262. <https://doi.org/10.48146/odusobiad.730532>
- Yonar, S. ve Demir, İ. (2020). "Beliren yetişkinlerde romantik yalnızlığın yordanmasında bağlanma ve flört kaygısının rolü". *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7 (2), 517- 542. Erişim: 12 Mart 2022, <https://dergipark.org.tr/en/pub/etad/issue/58757/781364>
- Zuccarini, D. J. (2010). The Attachment Injury Resolution Model In Emotionally Focused Couple Therapy: A psychotherapy Process Study of Insession Client Performances

and Therapist Behaviours. Doctoral Dissertation, Faculty of Graduate and
Postdoctoral Studies, School of Psychology, The University of Ottawa, Ottawa.

Erişim:

15

Ocak

2022,

<https://ruor.uottawa.ca/bitstream/10393/30058/1/NR73885.PDF>



EKLER



EK 1
ETİK KURUL KARARI



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



Sayı : E-84026528-050.01.04-2100250414
Konu : Başvuru İncelenmesi

28.12.2021

Sayın Adile Sümeyra GÜNER

Yürütücülüğünüzü yapmış olduğunuz 2021-YÖNP-0909 nolu projeniz ile ilgili Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun almış olduğu 23.12.2021 tarih ve 22/50 sayılı kararı aşağıdadır.

Bilgilerinize rica ederim.

KARAR:50- Adile Sümeyra GÜNER'in sorumlu yürütücülüğünü yaptığı "Bağlanma Yaralanmasında Yalnızlık ve Affetme Kararı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırmasının, Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul ilkelerine uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

EK 2 ÖLÇME ARAÇLARI

BİLGİLENDİRME METNİ

Sayın katılımcı, bu araştırma en az bir yıllık evli bireyler ile yürütülmektedir. Size sunulan bu form, "Onam Metni", "Demografik Bilgi Formu", "Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği", "Yetişkinler için Duygusal Yalnızlık Ölçeği" ve "Affetme Kararı Ölçeği" bölümlerinden oluşmaktadır.

Formun cevaplandırılma süresi yaklaşık 30 dakikadır. Araştırma sonuçları toplu olarak analiz edileceğinden kimliğinizle ilgili herhangi bir bilgi gerekmemektedir. Araştırma için ilgili resmî kurumdan Bilimsel Araştırmalar Etik Kurul ilkelerine uygunluk onayı alınmıştır. Sorularınızı iletmek ve araştırma hakkında bilgi edinebilmek için aşağıdaki elektronik posta adresini kullanabilirsiniz.

Adile Sümeyra GÜNER

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Aile Danışmanlığı Tezli Yüksek Lisans Programı

e-posta:-

ONAM METNİ

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan ve size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Çalışmadan elde edilen veriler, tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır. Araştırmaya sunacağınız katkı için şimdiden teşekkür ederim.

- Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.
 Araştırmaya katılmayı kabul etmiyorum.

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

(1) Cinsiyetiniz:

Erkek Kadın

(2) Yaşınız:

18-30 31-40 41-50 51-60 61 ve üstü

(3) Öğrenim durumunuz:

İlkokul/ İlköğretim mezunu Lise mezunu Üniversite mezunu

(4) Kaç yıllık evlisiniz?

1-5 6-10 11-15 16-20 21 ve üstü

(5) Kaç çocuğunuz var?

yok 1 2 3 ve daha fazla

EVLİLİKTE BAĞLANMA YARALANMALARI ÖLÇEĞİ (EBYÖ)

Evlendiğiniz günden itibaren, evliliğinizi olumsuz yönde etkilediğini düşündüğünüz kritik olumsuz bir olay, bir durum, yaşantınız (düşük yapma, kronik/hayati bir hastalık, bir yakının kaybı, iş değişikliği, yaşanılan yer değişikliği/ taşınma vb.) oldu mu? Oldu ise bu durum ve olaylardan sizce en önemlisi nedir?

Cevabınız:

Lütfen aşağıda yer alan ifadeleri, evliliğinizi olumsuz yönde etkileyen ve yukarıda belirtmiş olduğunuz olayı düşünerek yanıtlayınız. Her bir ifadeye katılma durumunuzu 1-5 arasında [1-Tamamen Katılmıyorum... 5-Tamamen Katılıyorum] değerlendiriniz.

İFADELER	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
(1) Bu olaydan sonra görünür bir neden yokken ağlama krizleri yaşıyorum.					
(3) Bu olaydan sonra, eşimin bana değer vermediğini düşünüyorum.					
(5) Yaşadığımız bu olayı hatırlama ihtimalinden tedirgin oluyorum.					
(7) Gün içerisinde herhangi bir olay ya da nesne bana bu olayı hatırlatabiliyor.					
(12) Bu olaydan sonra eşimle birbirimize karşı yabancılaştığımızı hissediyorum.					

DUYGUSAL YALNIZLIK ÖLÇEĞİ (DYÖ)

Aşağıdaki her bir ifadeye ilişkin olarak genelde ne hissettiğinizi değerlendiriniz. Ölçekte her bir ifade ile ilgili görüşlerinizi Kesinlikle Katılmıyorum (1) seçeneğinden Kesinlikle Katılıyorum (7) seçeneğinde kadar olan sayıları dikkate alarak işaretleyiniz.

İFADELER	1	2	3	4	5	6	7
(1) Ailemle birlikteyken kendimi yalnız hissediyorum.							
(2) En samimi düşünce ve hislerimi paylaştığım bir sevgilim/ eşim var.							
(3) Ailemde bana destek verme ve beni teşvik etme konusunda güvenebileceğim hiç kimse yok, ancak olmasını isterdim.							
(4) Bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/eşim var.							
(5) Kendimi aileme yakın hissediyorum.							
(6) Duygusal ilişkimin daha tatmin edici olmasını isterdim.							
(7) Kendimi, ailemin bir parçası gibi hissediyorum.							
(8) Ailem beni gerçekten önemsiyor.							
(9) Mutluluğuna katkıda bulunduğum bir sevgilim/eşim var.							
(10) Duygusal gereksinimlerimi karşılayacak yakın duygusal ilişkiye ihtiyacım var.							

AFFETME KARARI ÖLÇEĞİ (AKÖ)

Sizi incitmiş olan kişiye karşı şu andaki niyetinizi düşünün. Aşağıdaki her bir ifadeye katılma derecenizi, Kesinlikle Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kararsızım (3), Katılıyorum (4), Kesinlikle Katılıyorum (5) seçeneklerinden birini seçerek işaretleyiniz.

İFADELER	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
(1) Onu affetmeye karar verdim.					
(2) Onu affetmek için kendime söz verdim.					
(3) Onu affetmeyi aklıma koydum.					
(4) Benim tercihim onu affetmektir.					
(5) Benim tercihim sahip olduğum olumsuz duygulardan kurtulma yönünde.					
(6) Ona karşı kasten kırgınlık beslememeyi seçtim.					

EK 3

LİSANSÜSTÜ TEZ KONUSUNDA YÜRÜTÜLEN BİLİMSEL YAYINA İLİŞKİN
BEYAN FORMU

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ BİLİMSEL YAYIN KOŞULU BEYAN FORMU		FORM: YL-DR
DİSİPLİNLERARASI AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA		
<p>Danışmanı olduğum Adile Sümeyra GÜNER isimli Yüksek Lisans öğrencim, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği gereğince Yüksek Lisans/Doktora öğrencilerinin mezuniyeti için uygulanan, tez çalışması konusu ile ilgili alanda gerçekleştirilen gerekli yayın koşullarını 1 adet Uluslararası hakemli dergi sağlamış olup, yayın ile ilgili özet bilgiler aşağıda verilmiştir.</p> <p>Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.</p>		.../.../2022 Doç. Dr. Hanife AKGÜL Adı Soyadı, İmzası
LİSANSÜSTÜ TEZLERDEN ÜRETİLMİŞ YAYINLAR		
A. SCI, SCI-Expanded, AHCI Kapsamındaki Makaleler		
Teknik not, editöre mektup, tartışma, vaka takdimi ve özet türünden yayınlar dışında bir makale mi?	<input type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır
Yayın Başlığı		
Yazarlar ve Kurumları		
Yayın Yılı	Cilt No :	Sayı No :
Derginin Tam/Kısa Adı		
DOI numarası		
Makalenin Elektronik Adresi		
Derginin Tarandığı İndeksler		
B. A'da Belirtilen İndeksler Dışındaki Diğer İndeksler Kapsamında veya Diğer Ulusal /Uluslararası Hakemli Dergilerdeki Makaleler		
Yayın Başlığı	Duvak Filminin Bağlanma Yaralanması Açısından İncelenmesi	
Yazarlar ve Kurumları	Doç. Dr. Hanife AKGÜL (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi- Eğitim Fakültesi) Adile Sümeyra GÜNER (Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi- Lisansüstü Eğitim Enstitüsü)	
Yayın Yılı	2021 - Cilt No: 9 - Sayı No:123	
Yayımlandığı Dergi	Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi (ASOS Journal)	
Makalenin Elektronik Adresi	https://asosjournal.com/index.jsp?mod=tammetin&makaleadi=&makaleurl=7a4b43cf-3726-42b1-95c3-e7caf6a0b581.pdf&key=54203	
Derginin Yayına Başlama Tarihi	Aralık-2013	
Derginin Niteliği	<input type="checkbox"/> Ulusal	<input checked="" type="checkbox"/> Uluslararası
C. Bildiri		
Bildirinin Başlığı		
Yazarlar ve Kurumları		
Toplantının Niteliği	<input type="checkbox"/> Ulusal	<input type="checkbox"/> Uluslararası
Düzenlenme Tarihi	<input type="checkbox"/> Sözlü Sunum	<input type="checkbox"/> Poster
Basıldıysa Yılı	Cilt No	Sayı No
D. Üniversitelerin Dergileri		
Dergi İsmi		
Yayın Başlığı		
Yazarlar ve Kurumları		
*EK: Yayın ve derginin indekste olduğunu gösterir çıktı. **Birden fazla makale/bildiri olduğu durumda satır sayısı istenildiği kadar artırılabilir.		