

Affetme İle İlişki Kalitesi Arasındaki İlişkide Duygusal Bağımlılığın Aracı Rolü

Durmuş ÜMMET*
Özlem ACAR BULUT**

Öz

Bu çalışmanın amacı kişiler arası ilişkilerde affetme ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü incelemektir. Ayrıca kişiler arası ilişkilerde affetme, ilişki kalitesi ve duygusal bağımlılığın yaş ve ilişki değişkenleri bakımından ele alınması da çalışmanın amaçları arasında yer almaktadır. Araştırmanın örneklemini, 18 yaşından büyük, herhangi bir romantik ilişkisi olan 303 (%70.1) kadın ve 129 (%29) erkek olmak üzere toplam 432 bireyden oluşmaktadır. Araştırma verilerini toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Kişiler Arası İlişkilerde Affetme Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve Duygusal Bağımlılık Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda kişiler arası ilişkilerde affetme eğilimi, ilişki kalitesi ve duygusal bağımlılık arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kurulan modelde affetme ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın kısmi aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yaş ve ilişki süresinin ilişki kalitesi ile negatif yönde ilişkili olduğu, diğer değişkenlerle olan ilişkilerinin ise anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Affetme, İlişki Kalitesi, Duygusal Bağımlılık, Romantik İlişki, Aracılık Rolü.

The Mediator Role of Emotional Dependence in the Relationship Between Forgiveness and Relationship Quality

Abstract

The aim of this study is to examine the mediating role of emotional dependence in the relationship between forgiveness in interpersonal relationships and relationship quality. In addition, the aim of the study is to examine forgiveness in interpersonal relationships, relationship quality and emotional dependence in terms of age and relationship duration variables. The sample of the study consists of a total of 432 individuals, 303 (70.1%) women and 129 (29%) men, over the age of 18 who are in a romantic relationship. Demographic Information Form, Forgiveness in Interpersonal Relations Scale, Perceived Romantic Relationship Quality Scale and Emotional Dependence Scale were used to collect research data. As a result of the analysis, significant relationships were found between forgiveness in interpersonal relationships, relationship quality and emotional dependence. In the model tested, it was determined that emotional dependence had a partial mediator role in the relationship between forgiveness and relationship quality. In addition, it was determined that age and relationship duration were negatively related to relationship quality, while their relationship with other variables was not significant.

Key Words: Forgiveness, Relationship Quality, Emotional Dependence, Romantic Relationship, Mediator Role

Geliş/Received: 18.09.2021

Kabul/Accepted: 18.11.2022

***Etik Kurul İzni:** Bu çalışma, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından 19/03/2021 tarihindeki toplantıda incelenmiş olup etik açıdan uygun bulunmuştur (Karar No: 2021/2/62).

* Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, dummet@marmara.edu.tr, ID: 0000- 0002-8318-9026

** Uzm. Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, ozlemacarprdr@gmail.com ID:000-0003-4720-3705

Giriş

Sosyal bir varlık olan insan yaşamı boyunca etrafındaki insanlarla iletişim içindedir. Çevre ve bireyin iletişimi karşılıklı olarak ilerlerken bu iletişimde zaman zaman diğer insanlarla anlaşmazlıklar olabilir. Bu anlaşmazlıklar sosyal ilişkilerde olduğu kadar flört, evlilik gibi romantik ilişkilerde de karşımıza çıkabilir. Bu tür durumlarda birey kimi zaman anlaşmazlığın sorumlusu olarak kendisini görürken; kimi zaman da hatayı karşısındakine yükleyerek yaşadığı olumsuz durumu diğerlerine atfeder. İster sosyal bağlamda ister romantik ilişkilerde olsun bu istenmedik durumlar bireyin diğerleri ile olan ilişkisini olumsuz yönde etkileyebilir ve ilişkiye zarar verebilir. Bu zararı ortadan kaldırıp ilişkileri yeniden tamir etmede affetme önemli bir süreç olarak ele alınabilir.

Affetme bireyin kendisine yapılan hatalı bir davranış hatta haksızlık karşısında, intikam, öfke ve nefret gibi olumsuz duygularından bilinçli olarak uzaklaşarak, kendisine karşı suç işleyen kişiye sevgi beslemesi ve koşulsuz olarak değer vermesini içeren, kişiler arası ilişkiyi merkeze alan içsel bir süreçtir (Enright & Fitzgibbons, 2000). Affetme insanların hata yapanlara karşı doğal olarak ortaya çıkan olumsuz tepkilerini bastırarak bunun yerine olumlu olanları koymak için daha fazla motive oldukları bir yaklaşımı içerir (McCullough & Worthington, 1999). Affetmede duygusal değişiklik esastır ve haklı olarak hissedilen olumsuz duyguları bir kenara bırakarak suç işleyen kişi hak etmese dahi ona iyi niyetle yanıt verme söz konusudur (Enright ve Human Development Study Group, 1991).

Affetme kendini affetme, başkalarını affetme, durumu affetme veya kişilerarası ilişkilerde affetme gibi farklı boyutlardan oluşan bir yapıdır. Kendini affetme, bireyin kendi yaptığı hatayı kabul edip kendine kızmaktan vazgeçmesi, bunun yerine sevgi, şefkat gibi olumlu duygular geliştirmesi iken (Enright, 1996); başkalarını affetme, bireyin kendisine yapılan hatadan dolayı maruz kaldığı tüm olumsuzluklara rağmen kendisine karşı suç işleyen kişiden intikam alma isteğinin azalması ve bu doğrultuda diğer kişiye adım atmasıdır (McCullough & Worthington, 1999). Herhangi bir kişinin kontrolü altında olmayan durumlara yönelik affetme eylemini kapsayan durumu affetme ise bireyi yaralayan durumlarla ilgili negatif his ve tepkilerin zayıflayarak nötrleşmesi ya da olumlu duygularla yer değiştirmesidir (Thompson, Snyder, Micheal, Rasmussen & Billings, 2005). Kişilerarası ilişkilerde affetme, bireylerin kişilerarası ilişkilerde yaşadıkları anlaşmazlıklara ve çatışmalara ve karşılıklı olarak birbirlerine yaptıkları hatalara rağmen, incinen kişinin bilinçli olarak diğerine olan olumsuz duygularından vazgeçerek olumlu duygular beslemeye çalışması ve ona zarar vermekten çekinmesidir (Kaya, 2019).

Affetme kişiler arası ilişki boyutunu içinde barındırdığı için arkadaşlık, evlilik, anne-baba-çocuk, romantik ilişkiler gibi yapılarla da yakından ilişkilidir (Baskin & Enright, 2004). Kişiler arası ilişkilerde anlaşmazlık ve çatışmaların yaşanması kaçınılmazdır. Tam da burada yaşanan çatışmaların çözümü için affetme gereklidir (Fincham, Beach & Davila, 2004). Affetme romantik ilişkilerde çiftin sıkıntılı ilişkilere yol açan kısır çatışma döngüsünden çıkıp, yaşanan çatışmaların sağlıklı yollardan

çözülmesine katkı sağlar (Braithwaite, Selby & Finchan, 2011; Çıtışlı-Turgut, 2018; Ermumcu, 2014; Fincham, Beach & Davila, 2004; Worthington, 2005).

Eşlerin birbirlerini affetme kabiliyetleri ve bunun için sarf ettikleri çaba evliliğin istikrarına katkıda bulunan ve ilişkiden duyulan memnuniyeti artıran önemli faktörlerden biridir (Fenell, 1993). Araştırmacılar affetmenin başarılı bir evliliğin yapıtaşı olduğuna inanır (Fincham, Hall & Beach, 2013; Worthington, 2005). Bunun yanı sıra affetme romantik ilişkileri birçok açıdan olumlu yönde etkiler. Affetme çiftlerin ilişki memnuniyetlerinin artırır. Affetme evlilikte sevgiyi tekrar oluşturan bir araç görevi görür; olumsuz durumların yerine güven ve umut inşa edilmesine olanak sağlar (Taysi, 2007). Çiftlerin birbirlerine empati ile yaklaşmalarını etkiler (Bayar, 2015) ve bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun artmasıyla da ilişkilidir (Ezerçe, 2006). Affetmenin bağlanma stilleri açısından da güvenli bağlanma ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (Seyfi, 2017).

Affetmenin romantik ilişkilerde olumlu etki yarattığı bir başka durum da ilişki kalitesidir. İlişki kalitesi yüksek olan bireyler, ilişkiyi korumak adına, süreç içinde meydana gelen incinme ve yaralanmaları görmezden gelmeye eğilim gösterirler (Rusbult, Verette, Whitney, Slovik & Lipkus, 1991; Van Lange vd., 1997). İlişki kalitesi, romantik ilişki ile ilgili çalışmalarda oldukça fazla ele alınan bir konu olsa da kavramın tam olarak tanımlanmasında zorluklar ortaya çıkmaktadır (Glenn, 1990; Spanier & Lewis, 1980). Fincham ve Bradbury (1987) evlilik başarısı, evlilik uyumu, evlilik doyumunu ve evlilikte fikir birliği gibi farklı kavramların evlilik kalitesini yansıttığını ve bu kavramın da kişinin, eşi ve evliliği hakkında öznel yargılarını barındırdığını vurgulamışlardır. İlişki kalitesi çiftlerin duygusal bakış açısıyla tüm bu faktörleri kapsayacak şekilde, ilişkinin öznel ve geniş çaplı değerlendirmesini yapmasıdır. Sabatelli'ye göre (1988) ilişki kalitesi uyuma yönelik objektif unsurlar ile doyuma yönelik subjektif değerlendirmelerin bir bütünlük içinde analiz edilmesini tanımlamaktadır. Bireyin romantik ilişki kalitesi arttıkça öznel iyi oluş, mutluluk ve yaşam doyumları da artar (Demir, 2007; Eryılmaz & Doğan, 2013; Love & Holder, 2016).

Bu açıklamalardan hareketle ilişkilerin sürdürülebilirliği üzerinde önemli katkısı olan ilişki kalitesi ile romantik ilişkilerin önemli bir parçası olan affetme arasında ilişkili olması beklenebilir. İlişki kalitesi ile ilgili yapılan çeşitli çalışmalarda affetme eğiliminin ilişki kalitesini artıran bir faktör olarak ele alındığı görülmektedir. Yüksek ilişki kalitesine sahip olan çiftlerde içinde ödenmesi gerekebilecek bedeller olmasına rağmen karşı tarafın yararı doğrultusunda hareket etme davranışı bireysel yönelimlerin önüne geçer (Rusbult vd., 1991; Van Lange vd., 1997). Romantik ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu çeşitli araştırmalarla da desteklenmiştir (Burchard, Yarhouse, Worthington, Berry, Killian & Canter, 2003; Fincham, Paleari & Regalia, 2002; Keleş, 2018; Seyfi, 2017).

Romantik ilişki kalitesi açısından önemli olan bir diğer kavram duygusal bağımlılık olarak ele alınabilir. Duygusal bağımlılık her ne kadar adında olumsuz bir durumu barındırıyor gibi görünse de

tanımlamalar bunun tam tersini söylemektedir. Hem flört hem de evlilik veya romantik ilişkiler en derin bağımlılık ihtiyaçlarımızı karşılar ve aynı zamanda duygusal bağımlılığımızın kaynağıdır. Duygusal bağımlılık, başka birinin kişiye güvenli bir şekilde bağlanması konusundaki duygusal ihtiyacıdır (Arntz, 2005) ve genellikle çiftlerden birinin diğerine olan güvenini, ilişkideki duygusal destek ve yakınlığını ifade etmektedir. Ayrıca çift ilişkisinde samimiyet ve yakınlığa oldukça fazla önem vermeyi ve bu ilişkiyi korumak ve sürdürmek için yüksek motivasyon göstermeyi de içerir (Buunk, 1995). Konu ile ilgili olarak batılı kültürlerle ait yapılan başlangıçtaki çalışmalarda bağımsızlık ve otonomi sağlıklı gelişimin bir parçası olarak görülürken; yakın ilişkilerde bağımlılık olgun olmayan, güvensiz bir gelişimin göstergesi olarak kabul edilmiştir (Bischoff, 2008; Bornstein, 2005; Devine, Camfield & Gough, 2008). Daha sonra psikoloji literatüründe, bağımlılık çok yönlü bir fenomen olarak görülmeye ve bu da yakın ilişkilerdeki memnuniyetin önemli bir bileşeni olarak ele alınmaya başlanmıştır (Arntz, 2005). Bu nedenle, literatürde çift ilişkisindeki duygusal bağımlılık konusunda iki tür bakış açısı vardır. Bu bakış açılarından ilkinde göre, çiftler arasındaki aşırı duygusal bağımlılık patolojik bir durumdur ve ilişkide şiddet, çatışma gibi olumsuz durumlara neden olabilir. İkinci bakış açısı ise çiftler arasındaki duygusal bağımlılığın işlevsel ve sağlıklı olduğunu belirtir (Göral-Alkan, 2010).

Partnere duygusal bağımlılık, işlevsel anlamda genel olarak duygusal destek ve yakınlık için partnere ve ilişkiye duyulan güveni içermektedir. Ayrıca partnerle yakınlığa büyük önem vermeyi, bu ilişkiyi korumak ve sürdürmek için yüksek motivasyon göstermeyi içerir (Buunk, 1981). Schurs ve Buunk'a (1996) göre duygusal bağımlılık; sosyal yakınlık, cinsel yakınlık ve eğlence amaçlı yakınlık ile pozitif yönde ilişkilidir ve ilişki doyumunu artıran bir faktördür. İşlevsel duygusal bağımlılıkta birbirine duygusal olarak daha bağımlı eşler birbirlerine daha fazla uyum sağlamaya eğilimlidirler. Duygusal bağımlı eşler birbirleriyle daha etkili iletişim kurmaktadır ve duygusal bağımlılığı yüksek eşler, evlilik sorunlarını düşük duygusal bağımlı eşlerden daha etkili bir şekilde çözmektedirler (Rusbult, Kumashiro, Finkel, ve Wildchut, 2002). Solomon (2009), çiftlerin bağlanma örüntüleri konusunda yaptığı çalışmasında bağımlılık kapasitesinin ve yakın ilişkiler kurup sürdürme yeteneğinin, aslında güvenli bağlanmanın bir parçası olduğunun altını çizmiştir. Başka bir çalışmada ise bağımlılık durumlarında partnerin bu bağımlılığı kabul etmesinin ilişki kalitesini ve memnuniyetini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Overall & Sibley, 2008). Çift ilişkisinde duygusal bağımlılığın, özellikle stresli yaşam olaylarında ve yaşam döngüsü değişikliklerinde de koruyucu bir faktör olduğu; olumlu çatışma çözme becerileri kullanmaya teşvik ettiği çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur (Blake-Mortimer, Koopman, Spiegel, Field & Horowitz, 2003; Campbell ve ark., 2001; Feign, 1994; Mongrain ve ark., 1998). Tüm bunlar işlevsel duygusal bağımlılığın yakın ilişkilerdeki pozitif değerine işaret etmekte ve işlevsel duygusal bağımlılığın kimi zaman koruyucu kimi zaman da güven verici özelliklerine işaret etmektedir.

İlişkilerde karşılıklı bağımlılıklar, ilişkilerin sürdürülmesinin temel nedeni olmaktadır (Spanier & Lewis 1980). Rusbult ve Buunk (1993) ilişkiyi sürdürmeyi sağlayan ve uyumu artıran bağlanma

kavramının beraberinde affetmeyi de getirdiğini düşünmektedirler. İlişkilerine bağlı olan kişilerin işlenen bir suçun sonucunda tehlikeye giren ilişkilerini sürdürme eğilimi gösterdiğini ve ilişkiye bağlanım ile ilişki doyumunun daha yüksek olduğu bireylerde affetme eğiliminin daha fazla görüldüğünü belirtmişlerdir. Bağımlı çiftlerde yakınlık ihtiyacı, karşı tarafa duyulan sevginin ve ilişki memnuniyetinin belirleyicilerindendir (Zuroff & de Lorimier, 1989). Yakın ilişkilerde pozitif, olgun veya sağlıklı bir bağımlılık, sağlıklı insan işleyişinin bir faktörü olarak başkalarıyla bağlantı kurma ihtiyacını bütünleştirebilir. İnsanlar olarak sevgi, bağlılık ve yakınlığa olan temel ihtiyacımız ve bu ihtiyaçların romantik ilişkilerde ne kadar karşılandığı düşünüldüğünde, duygusal bağımlılığın ilişki doyumunun artmasında da etkili olduğu söylenebilir (Bornstein & Languirand, 2003, Bornstein, 2005). Duygusal bağımlılık ikili ilişkilerde güvenin artmasını sağarken aynı zamanda ilişki memnuniyetinin artmasına da katkıda bulunmaktadır (Cirhinlioğlu, Tepe & Cirhinlioğlu, 2017; Çetinkaya, Kemer, Bulgan & Tezer, 2008).

Görüldüğü gibi romantik ilişkilerin önemli bileşenleri olan ilişki kalitesi ve duygusal bağımlılık kavramları çeşitli açılardan ilişkileri etkilemektedir. Her ne kadar ilişkilerde istikrar, mutluluk ve huzur istedik şeyler olsa da insanın ve etkileşimin olduğu her yerde zaman zaman çatışmalar ve anlaşmazlıklar ortaya çıkabilir. Bu noktada affetme ilişkileri onaran ve anlaşmazlıkların olumlu bir şekilde çözümlenmesine katkı sağlayan bir durum olarak ortaya çıkabilir. Bu çalışma kişiler arası ilişkilerde affetme eğilimi ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü belirlemek amacı ile yapılmıştır. Alanyazına bakıldığında affetme kavramının çok farklı değişkenlerle ilişkisinin ele alındığı görülmektedir. Bunun yanı sıra duygusal bağımlılık ve ilişki kalitesi ile ilgili yapılan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu gözlemlenmiştir. Bu noktada bu çalışma bulgularının alanyazına katkı sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu değişkenlerin ikili kombinasyonlarını ele alan bazı çalışmalar bulunsa da üç değişkeni birlikte inceleyip aracılık ilişkisini analiz eden bir çalışmaya rastlanmamıştır. İlişki süreçlerini üzerinde etkili olabilecek affetme süreçleri ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmanın bu çalışmanın literatürdeki bu boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

Yöntem

Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde yapılandırılmıştır. İlişkisel tarama modelleri; iki ve daha fazla sayıdaki değişkenlerin birlikte ilişkiyi ve bu ilişkilerin derecesini belirlemeyi amaçlayan modellerdir (Karasar, 2018). Bu çalışmada değişkenler arasında bir aracılık modeli oluşturulmuştur. Basit aracılık etki analizi, tahmin değişkeni ve sonuç değişkeni arasında bağlantı mekanizması gibi çalışan aracı değişkenin bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin açıklanmasına yardımcı olduğu bir analiz modelidir (Baron & Kenny, 1986). Modelde kişiler arası ilişkilerde affetme bağımsız değişken, duygusal bağımlılık aracı değişken ve ilişki kalitesi de bağımlı değişken olarak tanımlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 18 yaş üstü herhangi bir romantik ilişkisi olan bireyler, çalışma grubunu ise uygun (kolay ulaşılabilir) örnekleme yöntemi aracılığıyla belirlenen, yaş aralığı 19 ve 65 arasında değişen 432 yetişkin birey oluşturmaktadır. Uygun örnekleme, katılımcıların çalışmaya uygunluğunu ve araştırmaya yönelik istekliliğini ön planda tutarak yakın ve kolay ulaşılabilen bireylerle gerçekleştirilen örneklem türüdür (Creswell, 2017). Katılımcıların 303'ü (%70.1) kadın ve 129'u (%29.9) erkek bireylerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişiler Arası İlişkilerde Affetme Ölçeği: Bu çalışmada, çiftlerin affetme eğilimlerini ölçmek amacıyla Kaya (2019) tarafından geliştirilen Kişiler Arası İlişkilerde Affetme Ölçeği kullanılmıştır. 14 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 14 iken en yüksek puan 80'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin kişiler arası ilişkilerde affetme eğiliminin de arttığı anlamına gelmektedir. Yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin "Durumu Affetme", "Soruna Yönelme" ve "Olumluya Odaklanma" olarak üç alt boyuttan oluşan bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu yapı doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiş ve model uyum indekslerinin mükemmel uyum gösterdiği görülmüştür ($\chi^2/sd= 1.57$, CFI= .98, GFI= .96, AGFI= .94, IFI= .98, RMR=.041, RMSEA= 042). Paralel test geçerliği için yapılan analizlerde ölçeğin Toronto Empati Ölçeği ile .arasında 51, İletişim Becerileri Ölçeği arasında .54 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach alfa iç tutarlık.85, test tekrar test güvenilirlik değeri .82 olarak hesaplanmıştır. Birinci alt boyut için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .86, ikinci alt boyut için .83, üçüncü alt boyut için .85 bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin tamamı için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .82; birinci alt boyut için .77, ikinci alt boyut için .75 ve üçüncü alt boyut için ise .74 olarak hesaplanmıştır.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği: Çalışma kapsamında çiftlerin romantik ilişki kalitelerini belirlemek amacıyla Fletcher ve diğerleri (2000) tarafından geliştirilen ve Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Algılanan Romantik İlişki Kalitesi kullanılmıştır. Ölçek 6 madde ve tek boyuttan oluşan 7'li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçek, Algılanan İlişki Yapıları Envanteri'nin 6 maddeli kısa formu Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ) adıyla Türkçe'ye uyarlanmış ve psikometrik özellikleri incelenmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre orijinal ölçeğin Doyum, Adanmışlık, Yakınlık, Güven, Tutku ve Aşk boyutlarını en iyi temsil eden altı maddelik formun tek faktörlü yapısının hedef örnekleme doğrulandığı ve yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin iyi uyum gösterdiği tespit edilmiştir ($\chi^2/sd= 2,55$, CFI= .99, GFI= .97, AGFI= .93, IFI= .98, RMR=.030, RMSEA= 070). Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmasında, ARİKÖ ile İlişki Doyumu Ölçeği arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki saptanırken; Yaşam Doyumu Ölçeği ile ARİKÖ arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı korelasyon olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin

güvenirliğini saptamak için yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa, yapı güvenirliği ve test-tekrar test güvenirlik katsayılarının .81 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için ise ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .89 olarak belirlenmiştir.

Duygusal Bağımlılık Ölçeği: Duygusal Bağımlılık Ölçeği, Buunk (1981) tarafından bireylerin ilişkilerine duygusal bağımlılık düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş 9 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçme aracıdır ve duygusal bağımlılığı ilişkiye yapılan yatırım ve bağlanma olarak ele alarak bağımlılığa pozitif bir bakış açısıyla yaklaşmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Karakurt (2001) tarafından yapılmıştır. Yapılan geçerlik analizleri sonucunda toplam varyansın 48.2% sini açıklayan tek boyutlu yapı doğrulanmıştır. 7'li Likert tipi olan ölçekten alınabilecek en düşük puan 9 iken, en yüksek puan 63'tür. Yüksek puan ilişkideki duygusal bağımlılığın yüksek olduğunu anlamına gelmektedir. Ölçeğin pilot çalışmadan elde edilen iç tutarlık katsayısı .86, asıl çalışmada hesaplanan iç tutarlık katsayısı ise .87'dir. Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alfa katsayısı ise .89 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırmada kullanılan ölçekler için öncelikle ilgili araştırmacılardan izinler alınmış, daha sonra Etik Kurul Onayı alınarak (Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Kurulu'nun 19.03.2021 tarih ve 2100082083 sayılı kararı) çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın veri toplama süreci COVID-19 pandemi dönemine denk geldiği için veriler Google formlar vasıtasıyla whatsapp ve instagram uygulamalarından yararlanılarak çevrimiçi ortamda gönüllülük esasına dayalı olarak toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışma kapsamında toplanan verilerin analizinde IBM SPSS 23 programından ve Process Makro eklentisinden yararlanılmıştır. Araştırmada değişkenler arası ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır. Aracılık rolünün test edilmesinde ise Bootstrap tekniğine dayalı çoklu aracılık modeli kullanılmıştır. Bu amaçla aracılık ilişkisini test etmek için, ilk aşamada korelasyon analizi sonuçlarından yola çıkılarak yordayıcı değişken, yordanan değişken ve aracı değişken arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu için aracılık ilişkisi test edilmiştir. Bootstrap testi dolaylı yoldan oluşan etkinin anlamlılık düzeyinin belirlenmesinde kullanılmaktadır (Mackinnon, Lockwood & Williams, 2004). Son yıllarda bazı araştırmacılar, aracılık modellerinin testinde Baron ve Kenny (1986) yönteminin aracılık testleri için güçlü bir yöntem olmadığını öne sürerek bu geleneksel yöntem yerine Bootstrap tekniğine dayalı ve daha güvenilir sonuçlar veren çağdaş yaklaşımın kullanılması gerektiğini, bootstrap yönteminin Baron ve Kenny'nin (1986) geleneksel yönteminden ve Sobel testinden daha güvenilir sonuçlar verdiğini öne sürmüşlerdir (Gürbüz, 2019; Hayes, 2018; Hayes & Rockwood, 2017). Bundan dolayı bu çalışmada duygusal

bağımlılık değişkeninin aracılık rolünün anlamlılığına Bootstrap testi sonucunda elde edilen güven aralığı değerleri neticesinde elde edilen sonuçlar raporlanmıştır.

Bulgular

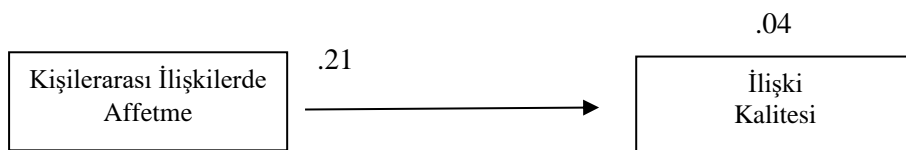
Araştırma kapsamında kullanılan değişkenlere ait ortalama, standart sapma, korelasyon ve güvenirlilik değerleri Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1: Araştırmanın Değişkenlerine Ait Ortalama, Standart Sapma, İç Tutarlık Katsayıları Ve Korelasyon Değerleri

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	Ort.	S.s.	α
Yaş (1)	1	-	-	-	-	33.32	8,69	-
İlişki süresi (2)	-	1	-	-	-	96,63	92,41	-
Affetme (3)	.02	.07	1			50.25	6,44	.80
İlişki kalitesi (4)	-.13**	-.10**	.21**	1		35.50	5.63	.86
Duygusal bağımlılık (5)	-.03	-.00	.13**	.59**	1	40,62	11,08	.86

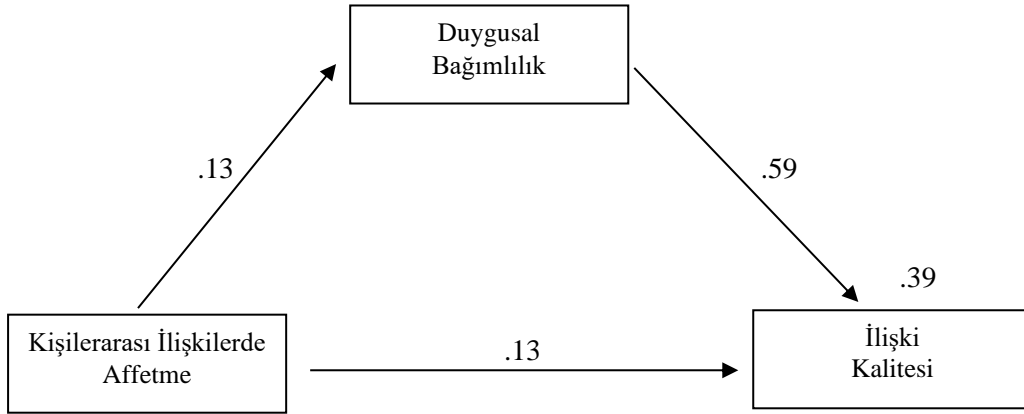
Değişkenler açısından ele alındığında yaş değişkeni ile ilişki kalitesi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki tespit edilirken ($r = -.13$, $p > 0,05$); affetme ve duygusal bağımlılık arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r = .02$; $p < 0,05$; $r = -.03$, $p < 0,05$). İlişki süresi ile affetme ve duygusal bağımlılık arasında istatistiksel olarak anlamlı herhangi bir ilişki belirlenmezken ($r = .07$, $p < 0,05$; $r = .00$, $p < 0,05$); ilişki kalitesi ile ilişki süresi arasında anlamlı bir ilişki vardır ($r = -.10$, $p < 0,05$). Değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerine bakıldığında kişiler arası ilişkilerde affetme ile duygusal bağımlılığın ilişki kalitesi ile pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip oldukları görülmektedir ($r = .21$, $p < 0,05$; $r = .59$, $p < 0,05$). Ayrıca affetme de duygusal bağımlılıkla pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiye sahiptir ($r = .13$, $p < 0,05$). Buna göre bireylerin affetme eğilimi ve duygusal bağımlılık düzeyleri arttıkça ilişki kaliteleri de artış göstermektedir; bunun yanı sıra affetme eğilimleri yüksek olan bireylerin duygusal bağımlılık düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir.

Kişiler arası ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü incelemeye yönelik ilk olarak; bağımsız değişken (kişiler arası ilişkilerde affetme) ile bağımlı değişken (ilişki kalitesi) arasındaki ilişkileri, bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni yordama düzeyini incelemek amacıyla istatistiksel analizler yapılmış ve Şekil 1’de gerçekleştirilen yordama modeli sunulmuştur.



Şekil 1: Kişilerarası İlişkilerde Affetme ve İlişki Kalitesi Arasındaki İlişkiyi Yordama Modeli

Şekil 1 incelendiğinde kişiler arası ilişkilerde affetme değişkeni ile ilişki kalitesi değişkeni arasında ($r=.21$; $p<.001$) pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Kişiler arası ilişkilerde affetme değişkeninin ilişki kalitesi değişkenine orta seviyede doğrudan anlamlı bir etkisi bulunmaktadır (%95 GA [.1071 -.2689]). Kişiler arası ilişkilerde affetme eğiliminin ilişki kalitesini % 04 oranında açıkladığı görülmektedir ($R^2=.04$; $p<.001$). Şekil 1’de elde edilen bu sonuç bağımlı, bağımsız, aracı değişken içeren aracı model çalışmasını yapmanın ön şartlarından birisi olan; yordayan (kişiler arası ilişkilerde affetme) ve yordanan (ilişki kalitesi) arasındaki ilişki anlamlı olmalıdır koşulunu desteklemektedir (Civelek, 2018). Bu analiz sonrasında çalışmanın temel amacı olan kişiler arası ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü incelemeye yönelik gerçekleştirilen aracılık analizine geçilmiştir. Aracılık analizi bir değişkenin bir veya daha fazla aracı değişken aracılığıyla başka bir değişken üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilmektedir (Hayes, 2018; Preacher, Rucker & Hayes, 2007). Kişiler arası ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolünü incelemek amacıyla yapılan aracılık etki modeline ilişkin bulgular Şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2: Kişiler Arası İlişkilerde Affetme ve İlişki Kalitesi Arasındaki İlişkide Duygusal Bağımlılığın Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Oluşturulan Aracılık Etki Modeli

Çalışmanın asıl amacı olan kişiler arası ilişkilerde affetme değişkeninin ilişki kalitesi ile olan ilişkisinde duygusal bağımlılığın aracı rolünün belirlenmesine dair bulgular Şekil 2’de verilmiştir. Modele bakıldığında, şekil-1’deki ilk modelde bulunan kişiler arası ilişkilerde affetme ile ilişki kalitesi arasında ($r=.21$; $p<.001$) olan ilişki, duygusal bağımlılık değişkeni modele girince ($r=-.13$; $p<.05$) seviyesine düşmekte ve korelasyon anlamlılığını korumaktadır. Analizlerden ulaşılan bu bulgunun aracı rol etkisinin incelendiği çalışmalarda; “*aracı değişken modele dahil edildiğinde bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi aracı değişken ya anlamlı seviyede düşürmeli ya da anlamlılık tamamen ortadan kalkmalıdır*” ön koşulunu sağladığı görülmektedir (Baron & Kenny, 1986). Elde edilen sonuca göre, kişiler arası ilişkilerde affetme ile ilişki kalitesi arasında olan anlamlı ilişki modele duygusal bağımlılık dahil edilmesiyle düşmekte fakat anlamlılığını korumaktadır. Yani affetme ile ilişki

bağımlılığı değişkenleri arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Modelde ilişki bağımlılığı değişkeninin toplam varyansının %39'luk bir kısmı açıklanmaktadır ($R^2 = .39$; $p < .001$). Modelde duygusal bağımlılığın aracı rolünün anlamlı olup olmadığını incelemek amacıyla Bootstrapping analizi gerçekleştirilmiş ve Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 2: Doğrudan ve Dolaylı Etkilere Dair Bootstrapping Analizi Sonuçları

Test Edilen Yol	β	Shx	%95 Güven Aralığı	
			Alt Sınır	Üst Sınır
Doğrudan				
Affetme → Duygusal Bağımlılık	.13*	.51	.0778	.4007
Duy. Bağımlılık → İlişki Kalitesi	.59*	.19	.2669	.3424
Affetme → İlişki Kalitesi	.21*	.41	.1071	.2689
Dolaylı				
Affetme → Duy. Bağımlılık → İlişki Kalitesi	.12*	.31	.0502	.1801

* $p < .001$

Duygusal bağımlılık değişkeninin modeldeki aracı rolünün anlamlı olup olmadığına ilişkin gerçekleştirilen Bootstrapping analizinde bootstrap değeri 5000 olarak belirlenmiştir. Kişiler arası ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın kısmi aracı rolünün anlamlı olup olmadığı %95 güven aralığında incelendiğinde alt ve üst sınırlar arasında sıfır değerinin olmadığı tespit edilmiştir. Alt ve üst değerler arasında sıfırın yer almaması aracılık rolünün anlamlı bir şekilde kabul edildiğini ifade etmektedir. Elde edilen bu sonuç duygusal bağımlılık değişkeninin modelde anlamlı bir şekilde kısmi aracı bir role sahip olduğunu göstermektedir (%95 GA [.502-.1801]).

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre bireylerin affetme eğilimleri ve duygusal bağımlılık düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kuşçu (2009) da çalışmasında affetme eğiliminin yaştan bağımsız olduğu sonucuna ulaşmıştır. Literatürde yaşla birlikte arttığına ilişkin bulgular bulunmaktadır (Ermumcu, 2014; Yaman-Akpınar, 2019). Çalışmaya katılan bireylerin yaşları ile ilişki kalitesi arasında ilişki istatistiksel açıdan anlamlıdır ve bireylerin yaşları arttıkça ilişki kaliteleri azalmaktadır. Bu bulgu literatürdeki diğer çalışmalarla paralellik göstermektedir. İlişki kalitesinin yaşa bağlı olarak azaldığı sonucuna ulaşan çalışmaların yanı sıra (Akar, 2019; Seven, 2009); başka bir çalışmada da evlilik uyumunun bireylerin yaşı ilerledikçe azaldığı sonucu elde edilmiştir (Kuşçu, 2019). Zimmer ve Ducat'a (2010) bireylerin yaşı ilerledikçe romantik ilişki içinde sergiledikleri olumsuz davranışlar da artış göstermektedir. Yaşla birlikte ilişki kalitesinin azalmasında da bu durum etkili olabilir.

Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre ilişki süresi ile affetme ve duygusal bağımlılık arasında istatistiksel olarak anlamlı herhangi bir ilişki belirlenmezken; ilişki kalitesinin ilişki süresinden olumsuz yönde etkilendiği görülmektedir. İlişki süresi ile affetme eğilimi arasında herhangi bir ilişki olmadığı bulgusu alanyazınla tutarlılık göstermektedir ve benzer sonuçlar çeşitli araştırmalarda görülmektedir (Bayar, 2015; Ezerçe, 2016; Kuşçu, 2019; Şamatacı, 2013). Farklı olarak Ermumcu (2014) ise çalışmasında bu bulguların aksine ilişki süresi arttıkça affetme eğiliminin de arttığına ilişkin sonuçlar elde etmiştir.

İlişki süresinin ilişki kalitesi ile ilişkisi incelendiğinde bireylerin ilişki süreleri arttıkça ilişki kalitelerinin azaldığı görülmektedir. Bu bulgulara benzer şekilde Demir (2016); Yaman Akpınar (2019) ve Akar (2019) da çalışmalarında ilişki süresi uzadıkça evlilik uyumunun azaldığı sonucuna ulaşmışlardır. İlişki süresi uzadıkça ilişki kalitesinin arttığı bulgusunu elde eden çalışmaların yanı sıra (Öztekin, 2019); ilişki süresi arttıkça ilişki uyumunun da arttığına dair sonuçlara ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Bulgan, Kemer, Çetinkaya & Yıldız, 2015; Kuşçu, 2019). İlişki süresi ile çalışma değişkenleri arasındaki ilişkiler çalışmalara göre farklılık göstermektedir. Alanyazında duygusal bağımlılığı ilişki süresi ve yaşa göre ele alan çalışmalara rastlanmamıştır.

Değişkenler arası ilişkilere bakıldığında kişiler arası ilişkilerde affetme eğiliminin ilişki kalitesi ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiye sahip olduğu; duygusal bağımlılığın ise ilişki kalitesi ile pozitif yönde anlamlı ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca affetme eğiliminin de duygusal bağımlılık ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın asıl amacını yansıtan modele yönelik bulgular incelendiğinde, affetme ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide duygusal bağımlılığın aracı rolüne ilişkin yapılan analizler sonucunda modelin kabul edilir düzeyde uyumlu olduğu tespit edilmiştir. Affetme eğiliminin ilişki kalitesini orta düzeyde doğrudan bir etkisinin olduğu, modele duygusal bağımlılığın dahil edilmesiyle bu ilişkinin seviyesinin düştüğü ancak anlamlılığını koruduğu, affetme eğiliminin duygusal bağımlılık üzerinden ilişki kalitesine dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar affetme ile ilişki kalitesi ilişkisinde duygusal bağımlılığın kısmi aracı rolünün olduğuna işaret etmektedir.

Araştırma kapsamında analizleri yapılan yapısal modele göre affetme eğilimleri yüksek olan bireylerin duygusal bağımlılık düzeylerinin de yüksek olacağı ve affetme eğilimleri ile duygusal bağımlılık düzeyleri fazla olan bireylerin ilişki kalitelerinin de yüksek olacağı anlaşılmaktadır. Literatürde birebir aynı değişkenlerle yapılan herhangi bir çalışma yer almamakla birlikte elde edilen bulguları destekleyen çalışmalara rastlanmaktadır. Romantik ilişkilerde affetme ve ilişki kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptayan çeşitli çalışmalar yer almaktadır (Burchard ve ark., 2003; Seyfi, 2017). Keleş (2018) affetmenin ilişki kalitesinin önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşırken yurt dışında yapılan çeşitli çalışmalarda affetme ile ilişki kalitesi arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir (Fincham & Beach 2007; Fincham, Beach & Davila, 2004; Fincham, Paleari & Regalia, 2002; Paleari, Regalia & Fincham, 2005). Affetme ilişki kalitesinin olumlu yönde etkilerken farklı

boyutlarda da ilişkileri pozitif yönde etkiler. Affetme eğilimi ile ilişki memnuniyeti arasındaki pozitif yönlü ilişki çeşitli araştırma sonuçları tarafından desteklenmekle birlikte (Bugay, 2014; Duman-Temel, 2013); affetmenin ilişki doyumunu da arttırdığına dair bulgular da farklı araştırmalarda yer almaktadır (Çıtışlı-Turgut, 2018; Reisoğlu, 2020; Varol, 2019). Ayrıca ilişkisinden memnun olan kişiler daha fazla affetme eğilimi göstermekte (Aallemand & Finchan, 2007; Arya & Kushchick, 2015; Boldaz-Telli, 2019; Mirzadeh & Fallahchai, 2012; Orathinkal & Vansteenwegen, 2006; Sheldon, Lessy & Petty, 2014) ve evlilikleri de daha uyumlu bir şekilde sürmektedir (Taysi, 2007). Yaman-Akpınar'a (2019) göre ise affetme bireylerin ilişki tarzlarına da olumlu yönde etkilemektedir. Bu bulguların aksine sayıları az da olsa affetme ile ilişki uyumu arasında herhangi bir ilişki tespit etmeyen çalışmalar da yer almaktadır (Kuşçu, 2019). Braitweight, Selby ve Finchan'a göre (2011) affetme bireylerin olumlu çatışma çözme yöntemleri kullanmasını sağlayarak ilişki memnuniyetini artırmaktadır. Buna göre affetme ilişkiyi etkileyen çok boyutlu bir yapı olarak ele alınabilir. İlişkilerde çatışmalar ve kırgınlıklar var olsa da ilişki devamlılığı açısından bu olumsuzlukların nasıl aşıldığı önemlidir. Burada da affetmenin sağlıklı bir baş etme mekanizması olarak işlev görerek bireylerin birbirlerini incitmeden sorunlarını çözmelerine katkı sağladığı ve böylece ilişki kalitelerini artırdığı söylenebilir.

Modelde yer alan duygusal bağımlılıkları yüksek olan çiftlerin affetme eğilimlerinin de yüksek olacağına dair sonuçlara bakıldığında bu bulguların yapılan farklı çalışmalarla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Rusbult ve Buunk (1993), ilişkiyi sürdürmeyi sağlayan ve uyumu artıran bağlanma kavramının beraberinde affetmeyi de getirdiğini düşünmektedirler. Boldaz Telli'ye (2019) göre duygusal bağımlılıkları yüksek olan bireyler karşı taraftakinin hatasını affetmeye daha fazla eğilimli olabilirler. Mongrain ve arkadaşları (1998), duygusal bağımlılığı yüksek kadınların olumlu çatışma çözme becerilerine sahip olduklarını, çatışma çözme sürecinde eşlerine daha sevgi dolu davrandıklarını ve eşlerini kendilerine karşı daha sevecen algıladıklarını belirtmektedir. Duygusal açıdan bağımlı bireyler karşı cinse karşı daha samimi davranmakta, eşlerine yakın olma konusunda daha fazla motive olmakta, onlara karşı daha sevecen davranmakta; daha fazla yakınlık ihtiyacı hissetmektedirler (Mongrain & Zuroff, 1995; Zuroff & de Lorimier, 1989). Vettese ve Mongrain (2000), bağımlı katılımcıların çatışma esnasında eşlerine karşı sözlü ifadelerinde daha az olumsuz söylemleri olduğunu ve birbirlerine karşı daha destekleyici göründüklerini vurgulamaktadırlar. Bağımlılığın kişilerarası ilişkiler için potansiyel olarak daha uyumlu olabileceğini belirtmektedirler. Çatışmayı sağlıklı yollardan çözmek bireylerin birbirlerini kabul etmeleri ile ilişkili olabilir. Bağlı kalma durumunun sürdürülebilmesi de sağlıklı çatışma çözme yolları ile gerçekleşeceği için burada duygusal bağımlılığın affetmeyi kolaylaştırıcı bir etken olduğu söylenebilir. Ayrıca bağımlılığın karşı tarafı incitmeme, sevecen olmayı destekleme ve olumsuz söylemlerden kaçınmayı sağlama gibi özellikleri göz önünde bulundurulduğunda bu durumun çiftler için çatışma sürecini birbirlerini yaralamadan atlattıklarına yardımcı olduğu ve çatışma sonrasında da affetme sürecini olumlu yönde etkileyen bir faktör olduğu düşünülebilir.

Araştırma modeli bağlamında duygusal bağımlılık ile ilişki kalitesinin pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bulgular literatürdeki farklı çalışmaların bulgularıyla benzerdir. Türk kadınların duygusal bağımlılık ve işlevsiz inançların ilişki kalitesini yordayıcılığının ele alındığı bir çalışmada duygusal bağımlılığın ilişki kalitesinin önemli derecede yordayıcısı olduğu ve ilişki kalitesi ile yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bulgan, Kemer, Çetinkaya & Yıldız, 2016). Başka bir çalışmada da bireylerin evlilik doyumu ve duygusal bağımlılık düzeyleri yüksek olan bireylerin evlilik uyumlarının da yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir (Kemer, Çetinkaya, Bulgan ve Tezer, 2008). Cinhiroğlu, Tepe ve Cinhiroğlu, (2017) çalışmalarında evlilik memnuniyeti ile duygusal bağımlılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptamışlardır. Buna göre duygusal bağımlılığı yüksek çiftlerin birbirlerine daha fazla uyum sağlama eğiliminde oldukları, birbirleri ile daha fazla etkileşim halinde oldukları ve ilişki problemlerini saha sağlıklı bir şekilde çözdüklerini elde etmişlerdir. Overall ve Sibley (2008) tarafından bir çalışmada da bu bulgu desteklenmiş ve bağımlılık durumlarında ilişki kalitesinin ve memnuniyetinin arttığı ampirik bulgularla ortaya konulmuştur. Bu, genel olarak evliliğin çiftlere önemli duygusal faydalar sağlaması, bir kimlik duygusu, kendine değer verme, yakınlık yaratması ve temel sosyal ihtiyaçların karşılanmasına yardımcı olmasıyla açıklanabilir.

Duygusal bağımlılık sadece ilişki kalitesi ile değil farklı ilişki bileşenleri ile de yakından ilişkilidir. Schreurs & Buunk'un (1996) çiftler üzerine yaptığı bir çalışmada, duygusal bağımlılığın sosyal yakınlık, cinsel yakınlık, eğlence amaçlı yakınlık ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca duygusal bağımlılıkla ilişki doyumu arasında da pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Evlilik dışı ilişki yaşayan eşlerle yapılan bir başka çalışmada, eşe duygusal bağımlılığın kıskançlık tepkilerini azalttığını bulgusuna ulaşılmıştır ve bu anlamda duygusal bağımlılığın ilişki için koruyucu bir faktör olduğu bulgusu elde edilmiştir (Buunk, 1995). Solomon (2009), çiftlerin bağlanma örüntüleri üzerine yaptığı çalışmasında, bağımlılık kapasitesinin ve yakın ilişkiler kurup sürdürme yeteneğinin, hayatta kalma işlevi nedeniyle aslında güvenli bağlanmanın bir parçası olduğunun altını çizmiştir. Neyer (2002), de bu bulgulara benzer şekilde kişinin partnerine veya kardeşine bağımlı hissetmesinin, güvensiz bağlanma anlamına gelmediğini bunun yerine, güvenli bir bağlanma, önemli düzeyde pozitif bağımlılık içerdiğini belirtmektedir. Duygusal bağımlılık, çoğu çift için bir başa çıkma yöntemi olarak kullanılmakta ve özellikle stresli yaşam olaylarında ilişkide koruyucu bir faktör görevi üstlenmektedir. Örneğin, meme kanseri olan kadınlar eşlerini kendilerine duygusal olarak bağımlı hissettiklerinde aile birlikteliğinden daha fazla memnuniyet duyarlar (Blake-Mortimer, Koopman, Spiegel, Field & Horowitz, 2003). Engelli eşlerin engelli olmayan eşleri ile yapılan bir çalışmada (Feign, 1994), eşe bağımlılık duygusunun engelliliğe bağlı kaygı ile olumsuz, eşten ayrılma korkusu ve engeli kabullenme ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu ilişkilerde bağımlılık, engelliliğin kabulünü kolaylaştırmakta ve ilişkiyi sürdürmeyi teşvik etmektedir.

İnsanlar olarak sevgi, bağlılık ve yakınlığa olan temel ihtiyacımız ve bu ihtiyaçların romantik ilişkilerde ne kadar karşılandığı düşünüldüğünde, duygusal bağımlılığın ilişki doyumuna önemli olumlu

katkısı beklenen bir bulgudur. Bu nedenle, bireyler eşlerine ne kadar duygusal olarak bağımlı olurlarsa ilişkilerinden o kadar memnun kalırlar (Kemer, Çetinkaya-Yıldız & Bulgan, 2016). Yakın ilişkilerde pozitif, olgun veya sağlıklı bir bağımlılık, sağlıklı insan işleyişinin bir faktörü olarak başkalarıyla bağlantı kurma ihtiyacını bütünleştirebilir (Bornstein, 2005; Bornstein & Languirand, 2003). Rusbult ve Buunk (1993), ilişkiyi sürdürmeyi sağlayan ve uyumu artıran bağlanma kavramının beraberinde affetmeyi de getirdiğini düşünmektedirler. İlişkilerine bağlı olan kişilerin işlenen bir suçun sonucunda tehlikeye giren ilişkilerini sürdürme eğilimi gösterdiğini ve ilişkiye bağlanım ile ilişki doyumunun daha yüksek olduğu bireylerde affetme eğiliminin daha fazla görüldüğünü belirtmişlerdir. Boldaz-Telli (2019) çalışmasında ilişki doyumu, duygusal bağlılık ve affetmenin birbirleri ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

İster flört ister evlilik romantik ilişkiler, en derin bağlılık ihtiyaçlarımızı karşılar ve aynı zamanda duygusal bağımlılığımızın kaynağıdır. Geleneksel olarak, Türk halkı hem sosyal hem de romantik ilişkilerinde duygusal olarak birbirine daha derin bir düzeyde bağlı ve bağımlı olma eğilimindedir (Kemer, Çetinkaya-Yıldız & Bulgan, 2016). Bu nokta da çalışmadan elde edilen sonuçlarda kültürel etkilerin de önemli bir payının olduğu düşünülebilir. Küs kalmamak ve bağışlayıcılık da kültürel anlamda önemli süreçlerdir. Bu anlamda affetmek de bağımlılıkla birlikte ilişki kalitesini etkileyen ve ilişki kalitesinin artmasına katkı sağlayan iki önemli süreç olarak değerlendirilebilir. Sonuç olarak bireylerin affetme eğilimleri yükseldikçe duygusal bağımlılıklarının da artış göstereceği ve içinde buldukları ilişkilerde ilişki kalitelerinin de yükseleceği görülmektedir. Bu anlamda araştırmada oluşturulan modelin alanda eksik kalan noktalara yönelik farklı bakış açıları getireceği ve alana faydalı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada elde edilen sonuçlar neticesinde birtakım öneriler sunulabilir. Araştırma sonuçları nicel yöntemlere dayanmaktadır. Nitel yöntemlerle yapılacak araştırmalarla çalışmaya derinlik kazandırılabilir. Çiftlerin affetme eğilimleri ilişkilerine birçok noktada katkı sağlamaktadır. Bu noktada affetme sağlıklı bir çatışma çözme yöntemi olarak da değerlendirilebilir. Çiftlerle yapılan çalışmalarda affetme süreçleri hakkında çalışmalar yapılarak bireylerin affetme eğilimleri geliştirilebilir. Araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerden duygusal bağımlılıkla ilgili çalışmaların oldukça sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Bu noktada duygusal bağımlılığın farklı örneklerde ve farklı değişkenlerle ilişkileri ele alınabilir.

Yazar Katkıları: Bu araştırmanın her aşamasında yazarlar ortak katkı sunmuştur.

Çıkar Beyanı: Yazarlar, bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve/veya yayınlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

KAYNAKÇA

- Akar, K. (2019). *The role of differentiation of self and attachment anxiety in the association between family of origin functioning and couple relationship quality*. Master thesis. Özyeğin University.
- Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D., & Fincham, F. D. (2007). The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*(2), 199–217.
- Arntz, A. (2005). Pathological dependency: Distinguishing functional from emotional dependency. *Clinical Psychology: Science and Practice, 12*(4), 411-416.
- Arya, B. & Kaushik, N. (2015). Forgiveness and relationship quality: A dyadic perspective. *Indian Journal of Health and Wellbeing, 6*(1), 57-61.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173-1182.
- Baskin, T. W., & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A metaanalysis. *Journal of Counseling and Development, 82*, 79–90.
- Bayar, Ö. (2015). *Romantik ilişkilerde aldatma ve affetme: Empatinin rolü*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi.
- Blake-Mortimer, J., Koopman, C., Spiegel, D., Field, N., & Horowitz, M. (2003). Perceptions of family relationships associated with husbands' ambivalence and dependency in anticipating losing their wives to metastatic/recurrent breast cancer. *Journal of Loss and Trauma, 82*(2), 139-147.
- Bischoff, R. J. (2008). The role of dependence in couple relationships. *Journal of Couple and Relationship Therapy, 7*(3), 267- 273.
- Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Fincham, F. D. (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: Mediating mechanisms. *Journal of Family Psychology, 25*(4), 551– 559.
- Boldaz-Telli, A. (2019). *Evli çiftlerde; benlik farklılaşmasının ilişki doyumu, ilişki uyumu, çatışma çözme tepkileri, ilişkide kıskançlık, ilişkide affedicilik ve eşe duygusal bağlılık açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi.
- Bornstein R. F. (2005). *Dependency across the life span*. In R. F. Bornstein (Ed.), *The dependent patient: A practitioner's guide* (pp. 39–55). American Psychological Association.
- Bornstein R. F., & Languirand, M. A. (2003). *Healthy dependency: Leaning on others without losing yourself*. Newmarket Press.
- Bugay, A. (2014). Measuring the differences in pairs' marital forgiveness scores: construct validity and links with relationship satisfaction. *Psychological Reports: Relationships and Communications, 114*(2), 479-490.
- Bulgan, G., Kemer, G. & Çetinkaya-Yıldız, (2015). Family type, duration of marriage, and personality traits in relation to marital satisfaction [Sözlü sunum]. IAC Conference, Verona, Fiera.
- Burchard, G.A., Yarhouse, M.A., Worthington, E.L., Jr., Berry, J.W., Killian, M., & Canter, D. E. (2003). A study of two marital enrichment programs and couples' life. *Journal of Psychology and Theology, 31*, 230-245.
- Buunk, B. P. (1981). Jealousy in sexually open marriages. *Alternative Lifestyles, 4*(3), 357-372.
- Buunk, B. P. (1995). Sex, self-esteem, dependency and extradyadic sexual experience as related to jealousy responses. *Journal of Social and Personal Relationships, 12*, 147-153.

- Campbell, L., Simpson, J. A., Kashy, D. A., & Rholes, W. S (2001). Attachment orientations, dependence, and behavior in a stressful situation: An application of the actor-partner interdependence model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(6), 821-843.
- Cirhinlioğlu, F. G., Kındap-Tepe Y. & Cirhinlioğlu Z. (2017). Psychological distress, self-esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment. *Theory and application of soft computing with the words and perception*, 120, 164-171.
- Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. (H. Ekşi, Çev. Ed.). EDAM Yayınları.
- Çetinkaya, E., Kemer, G., Bulgan, G., & Tezer, E. (2008). İkili ilişkiler güven ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 66-77.
- Çıtışlı-Turgut, M. K. (2018). *Evlilik çatışması ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü*. Yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Demir, M. (2007). Sweetheart, you really make me happy: romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *J Happiness Stud*, 9, 257-277
- Demir, D. (2016). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe.
- Devine, J., Camfield, L., & Gough, L. (2008). Autonomy or dependence—or both?: Perspectives from Bangladesh. *Journal of Happiness Studies* 9(1), 105-138.
- Duman-Temel, E. (2013). *Mediating role of marital satisfaction in the types of infidelity – forgiveness, trait positive affect – forgiveness and coping – forgiveness relationships in married men and women*. Master thesis. Middle East Technical University.
- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40(29), 107-127.
- Enright, R.D., & Fitzgibbons, R.P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Enright, R.D., & The Human Development Study Group (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40, 107-126.
- Ermumcu, E. (2014). *Evlili çiftlerde bağışlama sürecinin bağlanma, stresle başa çıkma, empati ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi.
- Eryılmaz, A., & Doğan, T. (2013). The mediator role of need satisfaction between subjective well-being and romantic relationships quality. *Eğitim Araştırmaları*, 53, 79-96.
- Ezerçe, E. (2016). *Eşlerin suçu affetmesi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Feign, R. (1994). Spousal adjustment to a postmarital disability in one partner. *Family Systems Medicine*, 12(3), 235-247.
- Fenell, D. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 450-460.
- Fincham, F., & Beach, S. R. H. (2007) Forgiveness and marital quality: Precursor or consequence in well-established relationships?, *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 2(4), 260-268.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H. & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18, 72-81.
- Fincham, F. D. & Bradbury, T. N. (1987). The assesment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 49, 797-809.

- Fincham, F. D., Hall, J. & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions. *Family Relations*, 5(5), 415-427.
- Fincham, F. D., Paleari, G. F. & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9(1), 27-37.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and Family*, 52(4), 818-831.
- Göral-Alkan, F. S. (2010). *Coupling through projective identification: Bridging role of projective identification in the associations among early parenting experience, personality constructs and couple relationship*. Doctoral Dissertation. Middle East Technical University, Ankara.
- Gürbüz, S. (2019). *Aracı, Düzenleyici ve Durumsal Etki Analizleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis a regression-based approach*. The Guilford Press.
- Hayes, A. F., & Rockwood, N. J. (2017). Regression-based statistical mediation and moderation analysis in clinical research: Observations, recommendations, and implementation. *Behaviour Research and Therapy*, 98, 39-57.
- Karakurt, G. (2001). *The impact of adult attachment styles on romantic jealousy*. Master thesis. Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler*. Nobel Yayıncılık.
- Kaya, Ö. (2019) Kişilerarası ilişkilerde affetme ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İlköğretim Online*, 18(3), 1244-1259.
- Keleş, A. (2018). *Evlilik kalitesi ile affetme, ikili ilişkilerde güven ve mizah tarzları arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Mehmet Akif Ersoy.
- Kemer, G., Çetinkaya-Yıldız, E. & Bulgan, G. (2016). Emotional dependency and dysfunctional relationship beliefs as predictors of married Turkish individuals' relationship satisfaction. *The Spanish Journal of Psychology*, 19, e72, 1-8.
- Kuşçu, B. (2019). *Bireylerin evlilik uyumlarının psikolojik esneklik, affetme ve benlik kurgusu açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara.
- Love, A. B., & Holder, M. D. (2016). Can Romantic Relationship Quality Mediate the Relation Between Psychopathy and Subjective Well-Being? *J Happiness Stud*, 17, 2407-2429.
- McCullough, M. E., & Worthington, E.L. (1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 67(6), 1141-1164.
- Mirzadeh, M., & Fallahchal, R. (2012). The relationship between forgiveness and marital satisfaction. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 2(6), 278-282.
- Mongrain, M., & Zuroff, D. C. (1995). Motivational and affective correlates of dependency and self criticism. *Personality and Individual Differences*, 18(3), 347-354.
- Mongrain, M., Vetteese, L. C., Shuster, B., & Kendal, N. (1998). Perceptual biases, affect, and behavior in the relationships of dependents and self-critics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 230-41.
- Neyer, F. J. (2002). The dyadic interdependence of attachment security and dependency: A conceptual replication across older twin pairs and younger couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(4), 483-503.
- Oranthinkal J. & Vansteenwegen A. (2006). The Effect of Forgiveness on Marital Satisfaction in Relation to Marital Stability. *Contemp Fam Ther*, 28, 251-260.

- Overall, N. C., & Sibley, C. G. (2008). When accommodation matters: Situational dependency within daily interactions with romantic partners. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*(1), 95–104.
- Öztekin, H. (2019). *Emotional jealousy positively predicts relationship quality in fledgling (but not established) relationships*. Master Thesis. Middle East Technical University.
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness empathy and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology, 3*(31), 368-378.
- Reisoğlu, G. (2020). *Romantik ilişki doyumuyla affetmeye ilişkin inançlar ve affetme arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Gaziantep.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Finkel E. J., & Wildschut, T. (2002). The war of the Roses: An interdependence analysis of betrayal and forgiveness. In P. Noller and J. A. Feeney (Eds.), *Understanding Marriage: Developments in the Study of Couple Interaction*. Cambridge University Press.
- Rusbult, C.E., Verette, J., Whitney, G.A., Slovik, L.F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(1), 53-78.
- Rusbult, C. E. & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships, 10*(2), 175-204.
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family, 50*, 891-915.
- Sağkal, A. S. & Özdemir, Y. (2018). Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 46*, 22-40.
- Schreurs, K. M. G., & Buunk, B. P. (1996). Closeness, autonomy, equity, and relationship satisfaction in lesbian couples. *Psychology of Women Quarterly, 20*(4), 577–592.
- Seyfi, S. (2017). *Evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Seven, N. (2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki kalitesinin evlilik inançlarına etkisi: Selçuk Üniversitesi örneği*. Yüksek lisans tezi. Sakarya.
- Sheldon, P., Petty, E. & Lessley, J. A. (2014) You did what? The relationship between forgiveness tendency, communication of forgiveness, and relationship satisfaction in married and dating couples. *Communication Reports, 27*(2), 78-90.
- Solomon, M. F. (2009). Attachment repair in couples therapy: A prototype for treatment of intimate relationships. *Clinical Social Work Journal, 37*, 214–223.
- Spanier, G. B. & Lewis, R, A, (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family, 42*, 825-839.
- Şamatacı, G. (2013). *Romantik ilişkilerde affetme: Transaksiyonel Analiz ego durumları açısından bir inceleme*. Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi.
- Taysi, E. (2007). *İkili ilişkilerde bağışlama: İlişki kalitesi ve yüklemelerin rolü*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi.
- Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Micheal, S.T., Rasmussen, H. N. & Billings, L.S. (2005). Dispositional forgiveness of self, others and situations. *Journal of Personality, 73* (2), 313-359.
- Van Lange, P. A. M., Rusbult, C.E., Drigotas, S. M., Arriaga, X.B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997). Willingness to Sacrifice in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, 1373-1395.

- Varol, D. (2019). *Evli ve boşanma sürecinde olan bireylerin evlilik doyumlarının kişilerarası çatışma çözme ve affetme becerileri açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Vetteese, L. C., & Mongrain, M. (2000). Communication about the self and partner in the relationships of dependents and self-critics. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 609–626.
- Worthington, E. L. (2005). *The Handbook of Forgiveness*. Routledge.
- Yaman-Akpınar, T. (2019). *Bağlanma stilleri ve affetme düzeyinin evlilik uyumuna etkisi*. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi.
- Zimmer, M. J. & Ducat, W. (2010). Positive and negative romantic relationship quality: Age, familiarity, attachment and well-being as correlates of couple agreement and projection. *Journal of Adolescence*, 33, 879–890.
- Zuroff, D. C., & de Lorimier, S. (1989). Ideal and actual romantic partners of women varying in dependency and self-criticism. *Journal of Personality*, 57(4), 825-846.