

Beliren Yetişkinlik Döneminde Gençlerin Romantik Öz Yeterlik Pozitif Şema İlişkisinin İncelenmesi¹

Şule Nur Güleçoğlu^{2,3}, Özlem Altunsu Sönmez⁴

ÖZET

Bu çalışmada beliren yetişkinlik döneminde bireylerin romantik ilişkilerinde algıladıkları öz yeterlik inançları ve pozitif şemalarının demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, 2023 yılında Konya ilinde 257 kadın 151 erkek olmak üzere toplam 438 kişilik katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplamak amacıyla 'Demografik Bilgi Formu', Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖÖ) ve Pozitif Şema Ölçeği (PŞÖ) kullanılmıştır. Çalışmanın veri analizinde SPSS programı kullanılmış, veriler Mann Whitney U Testi, Kruskal Wallis H Testi, ve Korelasyon Testleri ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda; cinsiyet, gelir, ilişki süresi ile pozitif şema; evlilik şekli ile de romantik öz yeterlik arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Aile mutluluk algısı, romantik olma ve pozitif olma ile hem pozitif şema hem de romantik öz yeterlik anlamlı farklılık göstermiştir. Son olarak genç bireylerin romantik öz yeterlik puanları artııkça pozitif şemalarının da arttığı çalışmanın en önemli bulguları arasındadır.

Anahtar Kelimeler: Romantik Öz yeterlik, Pozitif Şema, Beliren Yetişkinlik, Gençlik.

Investigating the Relationship Between Romantic Self-Efficacy and Positive Schema of Youth in Emerging Adulthood

ABSTRACT

This study aims to examine the self-efficacy beliefs and positive schemas individuals perceive in their romantic relationships during emerging adulthood according to demographic variables. The study was conducted in the Konya province in 2023 with 438 participants, including 257 females and 151 males. In the study, the 'Demographic Information Form', Romantic Relationship Self-Efficacy Scale (SRSS) and Positive Schema Scale (PSS) were used to collect data. In the data analysis of the study, Mann Whitney U Test, Kruskal Wallis H Test, and Correlation Testswere used by using SPSS program. As a result of the research, significant differences were found between gender, income, relationship duration variables and positive schema; between marriage type variable and romantic self-efficacy. Perception of family happiness, romanticism, and positivity showed significant differences in both positive schema and romantic self-efficacy. Finally, one of the most important findings of the study is that as young individuals' romantic self-efficacy scores increase, their positive schemas also increase.

Keywords: Romantic Self-Efficacy, Positive Schema, Emerging Adulthood, Youth

¹ Bu çalışma Selçuk Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi yüksek lisans programında Şule Nur Güleçoğlu'nun Doç. Dr. Özlem Altunsu Sönmez danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

² İletişim Yazarı: sulenurgulecoglu@gmail.com

³ Yüksek Lisans Öğrencisi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, Türkiye ORCID: 0009-0001-0738-3767

⁴ Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi, Sosyoloji Bölümü, Konya, Türkiye, ORCID: 0000-0002-6553-5351

(Makale Gönderim Tarihi: 08.10.2024 / Yayın Tarihi:29.12.2024)

Doi Number: [10.18026/cbayarsos.1563255](https://doi.org/10.18026/cbayarsos.1563255)

Makale Türü: Araştırma Makalesi

1. GİRİŞ

Literatürde gençlik dönemine özel bir önem verilmektedir ve bu dönem “kriz dönemi” olarak da nitelenmektedir. Birey bu dönemde, zihinsel ve duygusal anlamda köklü değişim ve dönüşümler yaşarken aynı zamanda yoğun olarak heyecan, tereddüt, güvensizlik ve emekten kaçınma gibi duyguları söz konusu olabilmektedir. Beliren yetişkinlik dönemi ise gençlik döneminin evlilik öncesi cinsel, romantik ve duygusal ilişkilerin söz konusu olduğu, geleceğe ilişkin belirsizlik, kariyer kaygısı, kimlik arayışı, arada kalma, münhasır yaşamaya başlama gibi görece sosyolojik özellikleri de içeren tepkisel bir dönemdir. Bu dönemde söz konusu olan romantik ilişkiler bireyin genel iyilik hali üzerinde oldukça önemli etkilere ve değişimlere yol açabilmektedir. Diğer yandan romantik ilişkileri bireylerin sosyal öğrenme teorisi kapsamında öz yeterlikleriyle ilişkili ve öz yeterlik üzerinde de etkili olabilmektedir. Dolayısıyla romantik ilişkiler ve öz yeterlik kavramları birbiriyle yakın ilişkili olup “romantik öz yeterlik” olarak ifade edilmektedir.

Romantik ilişkilerde öz yeterlik, çiftlerin bir araya gelip konuşabilme ve yaşadıkları zorlukları müzakere edebilme becerilerinin yanı sıra bunu nasıl yaptıklarını; ayrıca sorunları dostane bir şekilde çözebilmeyi, partnerle anlaşmazlıkların üstesinden gelmeyi ve tarafların bireysel olarak kendi haklarını savunmasını içermektedir. Bu kapsamda; beliren yetişkinlik dönemi olarak kabul edilen 18-28 yaş arasındaki bireylerin demografik değişkenlere göre romantik öz yeterlikleri ile pozitif şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi araştırmanın temel problemidir. Gençliğin ilk yılları olan beliren yetişkinlik dönemi çocukluk ve ergenlik dönemini takip eden, bireyin görece daha özgür olduğu ve kendi kararlarını aldığı 18-28 yaş aralığını kapsar. Bireyin yaşamını yakından etkilemesi ve sonraki yaşamının seyrine yön vermesinden dolayı romantik ilişkiler ve şemalar bu dönemde oldukça önemli bir yere sahiptir. Zira demografik özelliklerle yakından ilişkili olduğundan, demografik değişkenlerin algılanan ebeveynler arası uyum, romantik ilişkilerde kendini yeterli hissedebilme ve pozitif şemalar ile ilişkisinin incelenmesi gerektiği düşünülmüştür. Çalışma neticesinde toplumun en önemli yaş gruplarından biri olarak genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde algıladıkları öz yeterlik duygularının yapısı ve pozitif şemaları ile etkileşim durumunun ortaya konulması amaçlanmıştır.

1.1. Literatür

Gelişim, insanın yaşamı boyunca biyolojik, fizyolojik ve psikolojik olarak devam eden, ölümle son bulunan bir süreç olarak kabul edilmektedir. Doğum öncesinden yaşamın sonuna kadar devam eden gelişim, her yaş döneminde kendine has özelliklerle karakterize edilmektedir. Bireyin psikolojik, fizyolojik ve biyolojik gelişimi genel olarak çocukluk, ergenlik, yaşlılık, orta yaşlılık ve yaşlılık olmak üzere sınıflandırılmaktadır. Bununla birlikte bireyin tüm yaşamında etkisi görülen ahlaki, sosyal, tutumsal, duygusal, davranışsal ve bilişsel tepkileri en önemli dönem olarak kabul edilen çocukluk dönemi yaşantılarıyla yakından ilişkilidir.

Gençlik dönemi ise ergenliği takip eden ve genellikle 18 yaşından sonra başladığı kabul edilen bir dönemdir (Yılmaz, 2019). Gençlik döneminin tam bir tanımından söz etmek

güç olmakla birlikte 18-25 yaş bireylerin genç olduğu belirtilmektedir (WHO, 2023). Aynı zamanda psikoloji literatüründe gençlik dönemi “kriz dönemi” olarak da kabul edilmektedir (Tuncay, 2000). Birey bu dönemde, zihinsel ve duygusal anlamda köklü değişim ve dönüşümler yaşarken aynı zamanda yoğun olarak heyecan, tereddüt, güvensizlik ve emekten kaçınma gibi duyguları söz konusu olabilmektedir (Uzel, Dönmez ve Otrar, 2018). Genç bireyler ağırlıklı olarak ergenlik döneminden beslenen karakteristik özellikler gösterirken diğer yandan biyolojik ve sosyal boyutlarda yetişkinliğe adım atmaktadır (Erikson, 1977). Modern yaklaşıma göre gençlik dönemi yaş aralığı olarak değil kendine has karakteristik özelliklerine göre betimlenen bir dönemdir (Nair 2018). Bu kapsamda çalışmamızda ele alınan 18-28 yaş arası gençlik dönemi “beliren yetişkinlik” olarak sınıflanmaktadır. Beliren yetişkinlik dönemi ise Arnett (2000) tarafından ileri sürülmüş ve ergenlik döneminden gençliğe geçişi betimlemek üzere genellikle 18-28 yaş aralığı olarak belirtilmiştir. Gençliğin ilk yılları olan beliren yetişkinlik dönemi ise çocukluk ve ergenlik dönemini takip eden, bireyin görece daha özgür olduğu ve kendi kararlarını aldığı bir dönemdir. Bu yetişkinlik döneminde, bireyin yaşamını yakından etkilemesi ve sonraki yaşamının seyrine yön vermesinden dolayı romantik ilişkiler ve şemalar oldukça önemli bir yere sahiptirler.

Beliren yetişkinlik kavramı yaş aralığı olarak ifade edilse de bir yanı sosyolojiktir. Zira Batı toplumlarında geç ergenlik ile evlilik dönemi arasındaki bir bakıma geçiş sürecinin kavramsallaştırılması olarak da kullanılmaktadır (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Beliren yetişkinlik döneminin öne çıkan unsuru evlilik öncesi cinsel, romantik, duygusal, tepkisel, görece geçici ilişkilere (Arnett, 2004). Özellikle kadınların toplumdaki rollerinin değişimi ve görünümünü kadınlarının nihai amaçları arasında eğitim, iş ve kariyerin girmesiyle birlikte kadının geleneksel rolleri değişmiş bunun sonucunda kadın daha özgürce, daha uzun süreli deneyimler elde ederek eş seçimi ve ebeveyn olma kararı gibi önemli kararlar dahil kendi irade alanını yaratmaya başlamıştır. Dolayısıyla beliren yetişkinlik denildiğinde bir yaş aralığından ziyade bir tutum, davranış, algılama, eylem, karar, yönelim, tarz, eğilim vb. gibi olguların ortaya çıkardığı durumlara bakılması gerekmektedir. Gelişim dönemlerinin genelinde söz konusu olduğu gibi beliren yetişkinlik dönemi de yaşanan topluma ve kültüre göre görecelik arz edebilmektedir (Arnett, 2004).

Beliren yetişkinlik döneminde birey çocukluk ve ergenlik döneminde getirdiği özelliklerden tam olarak sıyrılmadığı gibi yetişkinliğe ilişkin davranışları da tam olarak ortaya koyamamaktadır. Bu dönemde birey çocukluk yıllarından gelen gelişimsel niteliklerinden tamamen sıyrılamamıştır ve tam olarak yetişkinlik özelliklerine de sahip değildir. Bu dönemi yaşayan birey için pek çok şey bireysel ve çevresel koşullar itibarıyla belirsizdir, geleceği ilişkin netleşen oldukça az sayıda somut durum söz konusudur (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Beliren yetişkinlik dönemi, birey için yeni ve hızlı geçilmiş bir yaşam tarzıdır. Zira pek ülkede eğitim kademe ve yaşı, sosyal faktörler, aile ve kültürel yapı bireyi, ergenlikten hızlıca uzaklaştırmakta ve beliren yetişkinlik dönemine sokmaktadır (Atak, 2011). Bireysel ve çevresel belirsizliklerin söz konusu olduğu bu

dönemde dürtüsellik de oldukça yoğundur (Atak ve Çok, 2010). Öte yandan ara dönem, kimlik arayışı, değişkenlik, odaklanma, arada kalma ve istikrarsızlık gibi riskli davranışlara yönelen (Hochberg ve Konner, 2020; Atak ve Çok, 2010) etkenler de vardır. Ancak beliren yetişkinlik döneminde birey, ergenlik dönemindeki fizyolojik, biyolojik ve çevresel sınırlılıklardan kurtulmuştur ve kendi iradesiyle hareket etme özgürlüğüne kavuşmuştur (Arnett, 2004). Bu özgürlük alanında bireyin yaşamında romantik ilişkiler oldukça önemli bir yere sahiptir.

Romantik ilişki arkadaşlıklara benzemekle birlikte taraflarının birlikte ortaya koyduğu, karşılıklı olarak kabul edilen, sürekliliği olan ve gönüllü olarak kabul edilen bir ilişki türüdür (Collins, 2003). Romantik ilişkinin temel özelliği; iki veya daha fazla kişi arasında duygusal ve cinsel çekim, bağlılık ve romantik yakınlık temelinde kurulan bir ilişki olmasıdır. Bu ilişkide, karşılıklı sevgi, saygı, destek ve paylaşım vardır (Saraç, Hamamcı ve Güçray, 2015). Romantik ilişkiler, genellikle sosyal psikoloji, antropoloji, sosyoloji ve ilişkiler üzerine yapılan araştırmaların da konusu olmuştur. Bu araştırmalar, romantik ilişkilerin nasıl başladığını, nasıl sürdürüldüğünü, hangi faktörlerin etkilediğini ve uzun vadeli ilişki başarısını neyin belirlediğini anlamaya çalışır (Abak & Güzel, 2021). Bu kapsamda romantik ilişkilerin çeşitli dinamikleri bulunabilir, bunlar arasında duygusal bağlanma, bağlılık düzeyi, cinsel uyum, iletişim becerileri, çatışma çözme becerileri ve ortak hedefler gibi faktörler yer alabilir (Çoban, 2021). Romantik ilişkilerin başlangıcı, gelişimi ve sona ermesi, bireylerin kişisel özellikleri, kültürel faktörler, sosyal normlar ve yaşam koşulları gibi çeşitli etmenlere bağlı olarak değişebilir (Kılıç, 2021).

Romantik ilişkilerin çoğunlukla ergenlik döneminde geliştiği düşünülse de aslında çocuktan başlamak üzere yetişkinliğe kadar ortaya çıktığı ve deneyimlendiği belirtilmektedir (Feiring, 1996). Başka bir ifadeyle, ergenlik dönemindeki romantik ilişkiler tipik olarak eğlenmek, tanımak, merak, deneyim ve paylaşmak gibi amaçlarla ortaya çıkar ve genellikle de hızlı bir şekilde sona erer. Ancak yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkiler daha ciddi temellere oturmakta, bağlılık, sevgi, paylaşım, duygusal ve bilişsel ortak deneyimlerle karakterize edilmektedir (Assad ve Donnellan, 2007). Ergenlik sonrası sağlıklı romantik ilişkilerin insanların iyi oluş durumları üzerinde olumlu etkileri vardır. Sağlıklı romantik ilişki, bireyin özgüven kazanmasında, güçlü bir benlik algısı oluşturmasında, olumlu kişilik özellikleri geliştirmesinde ve iyi oluş üzerinde olumlu etkilere sahiptir (Florsheim ve Moore, 2008). Olumsuz romantik ilişki ise kontrolsüz ve riskli davranışlara, özgüven zedelenmesine, genel başarısızlığa ve psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Creasey ve Ladd, 2004). Bundan dolayı romantik ilişkiler tipik bir “aşk” ilişkisinden çok daha fazla anlam ifade etmektedir. Sağlık bir romantik ilişkidir söz edebilmek iki temel boyuttan söz etmek mümkündür. Birincisi taraflar arasında uyum, bağlanma, gönüllülük, katılım, içerik ve kalite gibi niteliklerin olması ikincisi de bu nitelikleri duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak uyumlu olması beklenir (Eryılmaz ve Ercan, 2011; Collins, 2003). Bahsi geçen her iki boyutta sağlıklı bir romantik ilişki için bireyin (ya da tarafların) öz yeterlik olarak kavramsallaştırılan amaçlı, istendik ve çaba davranışlarını göstermesi gerekir.

Sosyal öğrenme teorisinin bir parçası olan öz yeterlik bireyin kendine güveni, yetenekleri hakkındaki inancı ve belirli bir görevle başa çıkma yeteneğinin sonucu (Bandura,1994; 1997) bireyin zorunda olduğu faaliyetler ile gerçekleştirebildiklerinin kıyaslanması sonucunda ortaya çıkan durumdur (Özaydın, Çavaş ve Cansever, 2017; Çakır, Kan ve Sünbül, 2006). Öz yeterlik, bireyin yaşamındaki zorunlu görev, rol ve sorumluluk gibi durumlar karşısında yetkinlik gösterebilmesi ve bunlara dair başarıya ulaşabilmek üzere bireyde var olan güdülenme düzeyidir (Çolak vd., 2017). Özetle öz yeterlik bireyin hayatında karşı karşıya kalacağı engellerle baş etmeye yönelik inancı, hedefine giden yolda sergilediği amaçlı davranışları, başarmaya yönelik azmi ve yeteneklerine olan inançlarının tümüdür (Akkoyunlu, Orhan ve Umay, 2005).

Romantik ilişkiler ve öz yeterlik kavramları birbiriyle yakın ilişkili olup “romantik öz yeterlik” olarak ifade edilmektedir (Akan ve Bakioğlu, 2021). Romantik öz yeterlik, bir bireyin romantik ilişkilerde başarıya ulaşma konusundaki inancını ve güvenini ifade eder. Bu kavram, kişinin romantik ilişkilerde kendine güven duyma düzeyini ve yeteneklerine olan inancını yansıtır. Romantik öz yeterlik, Albert Bandura'nın genel öz yeterlik kavramından türetilmiştir, ancak romantik ilişkilerle ilgili özelliklere odaklanır (Soysal vd., 2019). Romantik öz yeterlik, bireyin romantik ilişkilerde nasıl davranacağına, ilişki problemleriyle nasıl başa çıkacağına ve ilişkiyi sürdürme becerilerine olan inancını içerir. Bu kavram, bireylerin romantik ilişkilerde kendilerine güvenlerini, beklentilerini ve inançlarını değerlendirmek için kullanılır (Karataş, 2022). Romantik ilişkilerde öz yeterlik, çiftlerin bir araya gelip konuşabilme ve yaşadıkları zorlukları müzakere edebilme becerilerinin yanı sıra bunu nasıl yaptıklarını; ayrıca romantik ilişkide öz yeterlik, sorunları dostane bir şekilde çözebilmeyi, partnerle anlaşmazlıkların üstesinden gelmeyi ve tarafların bireysel olarak kendi haklarını savunmasını da kapsayan geniş bir kavramdır (Raghavan vd., 2005). Romantik öz yeterlik, ilişki memnuniyetiyle yakından ilişkili olduğu için önem arz etmektedir. Bireyler sosyal etkileşimleri yoluyla kendileri ve başkaları hakkında; tutumlar, inançlar, beklentiler vb. gibi yargılar oluştururlar ve bu yargılar beklentileri, inançları, tutumları ve davranışları etkiler. Bu da onların romantik ilişkilerinin seyrini ve yönüne belirler (Weiser ve Weigel, 2016).

Romantik ilişkilerin her zaman yolunda gitmesi ve sorunsuz olması beklenemez. Ancak romantik ilişkinin tarafların iyilik hali ve gelecekleri üzerinde beklenen katkı ve memnuniyeti tesis edebilmesi için tarafların bu sürece destekleyici katkı sağlaması gerekmektedir (Collins, 2003). Romantik ilişkinin kalitesinin sağlanabilmesi, sorunların keşfi, analizi ve çözümlenebilmesi için anahtar kavram romantik öz yeterliktir. Romantik ilişkilerde iletişim, davranış ve tutumlar ilişkinin yönünü, kalitesini, süresini ve içeriğini belirleyen temel faktörlerdir ve romantik öz yeterlik tüm bunlarla yakından ilişkilidir. Dolayısıyla ilişki kalitesi ile romantik öz yeterlik birbiriyle yakın ilişkilidir (Cui, Fincham ve Pasley, 2008).

Romantik ilişkiler, bireyin gelişim dönemlerinden beslenen duygusal, tutumsal ve davranışlar kazanım ve tepkilerine göre şekillenmektedir. Bu tepkilerin oluşumunda ise “şema” adı verilen kişinin dünyayı anlaması ve algılamasında kullandığı kalıpların etkisi

vardır. Psikoloji disiplininde özel bir yeri olan şemalar; bireylerin algılarını, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını şekillendiren temel bilişsel yapılar veya kalıpları tanımlamak üzere kullanılan bir kavramdır (Carbon ve Albrecht, 2012). Şema, psikolojinin alt alanlarından biri olan bilişsel teori çerçevesine ele alınmaktadır. "Bilişsel örüntüler" anlamına da gelen şemalar, uyarıcıların bireyin çevresinde belirli koşullar altında tutarlı bir bütün oluşturacak şekilde nasıl düzenlendiğini ve organize edildiğini ifade eder (Özdel, 2015).

Yaşamın geri kalan kısmında etkili olan bilişsel, duyuşsal, tepkisel, davranışsal ve olgusal süreçlere bağlı olarak gelişen şemaların büyük oranda erken dönemde oluştuğu belirtilmektedir. Özellikle çocukluk döneminde soyut ve somut gereksinimleri yeterince karşılanmamış olan çocuklar uyumsuz şemalar oluşturmaya başlar (Busselle, 2017). Olumsuz ebeveyn tutumları, ebeveyn kaybı, istismar, ihmal, örselenme, aşağılanma, baskılanma vb. durumlar uyumsuz şemaların oluşmasında etkilidir. Bunlar şemaların oluşmasında etkili olan çevresel faktörler iken bireyin kişilik özelliklerinden ileri gelen şemalar da söz konusu olmaktadır. Bedensel ve zihinsel gelişim, algılama ve anlama kapasitesi vb. gibi faktörler bunlara örnek verilebilir. Dolayısıyla şemalar, çocukluk döneminde önemli ölçüde temellenirken kişisel ve çevresel faktörlere göre oluşabilmektedir (Lumley ve Harkness, 2007).

Genellikle çocukluk ve ergenlik döneminde oluşan ve hayat boyu etkili olan şemalar, kişinin dünyayı nasıl algıladığını ve kendisiyle ve başkalarıyla nasıl ilişki kurduğunu belirlerken (Sağ, 2016) aynı zamanda hem sosyal hem de romantik ilişkileri üzerinde etkilidir (Wagoner, 2013). Olumlu, destekleyici ve güven verici deneyimler, sağlıklı şemaların gelişmesine katkıda bulunabilirken, olumsuz, ihmal edici veya istismar edici deneyimler, güvensiz, kuşkucu, zararlı veya çarpık şemaların oluşmasına yol açabilmektedir (Kapçı ve Hamamcı, 2010). Şemaların oluşmasında etkili olan pek çok nedenden söz edilebilmekle birlikte özellikle çocukluk dönemi deneyimleri ve yaşantıları şemaların ana hatlarının oluşmasında önemli görülmektedir (Lumley ve Harkness, 2007). Şemaların oluşumu ve bunları yönlendiren olgular erken dönem ya da çocukluk dönemini yaşantıları doğuştan gelen kişilik özelliklerine göre şekillenmekte ve bireyin sonraki yaşamında süreç ve sonuçları açıklamak üzere önemli bir referans ve gösterge olmaktadır. Bu kapsamda şemalar somut (davranışsal) ve soyut (duygusal) olabilirler (Young vd., 2003).

Pozitif şemalar, bireylerin düşünce ve davranışlarını yönlendiren, genellikle olumlu ve iyimser bakış açılarına dayanan bilişsel kalıplardır. Bu şemalar, insanların dünyayı algılayış biçimlerini ve kendilerini nasıl değerlendirdiklerini belirler. Pozitif şemalar, kişinin kendine güvenini artırabilir, motivasyonunu yükseltebilir ve daha mutlu bir yaşam sürmesine yardımcı olabilir (Özkök, 2021). "Olumlu düşünce" şeması ise olumsuz durumları bile olumlu yönleriyle ele almayı öğretir, böylece kişi stresle daha iyi başa çıkabilir. Pozitif şemalar, bireyin düşünme süreçlerinde ve duygusal tepkilerinde olumlu ve yapıcı bir bakış açısını yansıtan bilişsel yapılar veya kalıplardır. Bu şemalar, kişinin kendisine, başkalarına ve dünyaya yönelik olumlu inançlarını ve tutumlarını ifade eder.

Pozitif şemalar, bireyin kendine güveni, özsaygısı, umudu ve iyimserliği üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Sağ, 2016). Ayrıca, pozitif şemalar, olumlu ilişki deneyimleri, başarılar ve destekleyici sosyal ilişkilerle güçlendirilebilir (Yiğit ve Çelik, 2016; Yaka, 2011). Pozitif şemalar, bireyin duygusal refahını artırır, stresle başa çıkma becerilerini geliştirir, yaşam doyumunu artırır ve genel olarak psikolojik sağlığı destekler. Pozitif şemaları güçlendirmek için, bireyler olumlu deneyimlere, destekleyici ilişkilere, başarılarına odaklanabilir ve olumlu düşünme alışkanlıklarını teşvik edebilirler (Yiğit ve Çelik, 2016). Genel olarak, pozitif şemalar, kişinin yaşamında iyimserlik, umut ve motivasyonun temelini oluşturan olumlu düşünce kalıplarıdır. Bu şemalar, bireyin kendisine, başkalarına ve dünyaya karşı olumlu bir bakış açısı geliştirmesine ve daha mutlu, tatmin edici bir yaşam sürmesine yardımcı olur.

2. YÖNTEM

Bu çalışmada beliren yetişkinlik döneminde bireylerin romantik öz yeterlik düzeyleri ve pozitif şemaları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nicel desende gerçekleştirilmiş olup betimsel bir araştırma yaklaşımlarından olan ilişkisel tarama yönteminden yararlanılmıştır. Betimsel araştırma genellikle gözlem ve anket gibi veri toplama tekniklerini kullanır. Araştırmacılar, betimsel araştırma yoluyla bir konunun hangi özelliklere sahip olduğunu, nasıl dağıldığını, hangi faktörlerle ilişkilendirildiğini ve nasıl değiştiğini belirlemeye çalışır. Bu tür araştırmalar, genellikle nicel verilere dayanır ve sonuçlar istatistiksel analizlerle sunulur (Ültay, Akyurt ve Ültay, 2021). İlişkisel tarama, araştırmacıların bir fenomen ile ilişkili olan faktörleri belirlemeye çalıştığı bir araştırma yaklaşımı olduğu gibi aynı zamanda değişkenler arasındaki ilişkileri anlamak ve tanımlamak için de kullanılır. Bu yöntemde, araştırmacılar, birden fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek için veri toplarlar. İlişkisel tarama genellikle korelasyonel analizler kullanır ve değişkenler arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünü değerlendirir (Karasar, 2018).

Bu çalışmada, araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlayan bireylerin ölçme araçlarına verdikleri yanıtların doğru olduğu, ölçme araçlarının araştırmanın problem ve konusuna uygun olduğu varsayılmıştır. Araştırmanın evreni Konya’da şehir merkezinde ikamet eden 18-28 yaş bireylerdir. Araştırma kapsamında seçkisiz örnekleme yöntemlerinden biri olan kolayda örnekleme yöntemi kullanılmış ve 438 katılımcı örneklem grubunu oluşturmuştur.

2.1. Ölçme Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak ‘Demografik Bilgi Formu’, Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖÖ) ve Pozitif Şema Ölçeği (PŞÖ) kullanılmıştır. Demokratik bilgi formunda katılımcılara cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ilişki durumu, evlilik biçimleri, anne babalarının evlilik ilişkileri, kendilerini ne derece romantik algıladıkları ve kendilerini ne derece pozitif algıladıkları gibi çeşitli sorular yer almaktadır.

2.1.1. Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği (RİÖÖ)

Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği, Riggio ve Weiser, Valenzuela, Lui, Montes ve Heur (2011) tarafından geliştirilmiştir. Türk kültürüne uyarlayarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması Öz-Soysal, Uz-Baş ve Aysan (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek, romantik ilişkilerdeki gereklilikleri karşılama kapasitesine yönelik olarak bireylerin eş/sevgili olarak yeteneklerine ilişkin inançlarını ölçmektedir. RİÖÖ toplam 12 maddeden oluşmakta; 1 (kesinlikle katılmıyorum), 5 (Ne katılıyorum ne katılmıyorum), ve 9 (tamamen katılıyorum) arasında puanlanan 9’lu likert tipindedir. İç tutarlık katsayısı 0.90 olarak bulunmuştur.

2.1.2. Pozitif Şema Ölçeği (PŞÖ)

Pozitif şema ölçeği Keyfitz (2010) tarafından geliştirilmiş, Türk kültürüne uyarlanması ise Kılıç (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek bireylerin pozitif şema düzeylerini ve alanlarını ölçen 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte her biri dört madde ile temsil edilen 5 alt boyut bulunmaktadır. Bunlar: öz-yetkinlik, başarı, güven, iyimserlik ve değerlilik alt boyutlarıdır. Ölçekte sorular “Bana hiç uygun değil” ile “Bana tamamen uygun” ifadeleri arasında 6’lı Likert tipinde belirlenmiştir. Ölçeğin hem toplam puan hem de altboyut puanları hesaplanabilmekte ve ölçekten alınan yüksek puanlar pozitif şema düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Kılıç, 2018). Ölçeğin bu halinde 17 madde, 5 alt boyuttan yer almaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamakta ve ölçekten alınan puan arttıkça sahip olunan pozitif şema düzeyi de artmaktadır.

Çalışma kapsamında Cronbach Alpha değeri romantik öz yeterlik ölçeğinin tamamında 0,803 pozitif şema ölçeğinde ise 0,917 olarak hesaplanmıştır. Burada ölçekten çıkarıldığında güvenilirlik katsayısını ileri ölçüde artıran herhangi bir madde olmadığından maddelerin tamamıyla çalışmaya devam edilmiştir.

Tablo 1. Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	N	Ort.	SS	Min.	Maks.	Yüzdeler		
						25	50	75
Romantik Öz yeterlik	438	3,95	1,4157	1,00	8,83	2,83	3,83	5,00
Pozitif Şema Ölçeği	438	4,26	0,9217	1,00	6,00	3,71	4,24	5,00

Araştırmada romantik öz yeterlik ifadeleri genel olarak negatif olmakla birlikte 1=Kesinlikle katılmıyorum 9=Tamamen katılıyorum şeklinde 9’lu likert ölçeğinden elde edilen puan ortalaması 3,95 ile ölçekteki ifadelere çok katılmadıkları yönünde olmuştur. Ancak ölçekteki ifadelerin olumsuz olması nedeniyle aslında düşük ortalama yüksek özyeterliliği temsil etmektedir. Katılımcıların %25’i 5 puan üzerinde katılım gösterirken, %75’i daha çok 5 puanın altında yer almıştır. Araştırmada kullanılan romantik öz yeterlik

ölçeği içerisindeki ifadelerin genel olarak olumsuz olması nedeniyle az sayıda olan olumlu yönlü 3 madde, ölçekteki anlam bütünlüğünü sağlamak adına ters kodlanmıştır.

3. BULGULAR

Araştırmada yer alan katılımcıların %34,5'i erkeklerden %65,5'i ise kadınlardan oluşmaktadır. Araştırmaya katılanların yaş ortalaması 23,1'dir. 21-15 yaş arasında olanların oranı en yüksek olup %42,2 ile ilk sırada yer almaktadır. Katılımcıların neredeyse yarısı %47,5 ile lisans mezunudur. %11 i yüksek lisans veya doktora mezunu iken lise mezunu olanların oranı %28'dir. Katılımcıların gelirlerinin ortalaması 22.740 TL'dir. Araştırmada yer alan katılımcıların ilişki süre ortalaması 26,2 ay iken en kısa süren ilişki 10 gün, en uzun süren ilişki ise 120 ay olarak belirtilmiştir. İlişki süresi hakkında cevap veren katılımcıların neredeyse yarısı %46,6 ile ilişkilerinin ilk yılında olduklarını belirtmişlerdir. İlişki türü sorusuna cevap veren katılımcıların %80,6'sı yüze yüze ilişki yürüttüklerini belirtirken %19,4'ü ise uzak mesafe ilişkisi sürdürmektedirler. Evlilik şekilleri bakımından katılımcıların %69'u flört ederek, %30,9'u ise görücü usulü ile evlendiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların ilk flört deneyimi yaş ortalaması 16,6'dır. İlişkide şiddete maruz kalma sorusuna %81,8'i hayır derken evet diyenlerin oranı %18,2'dir. Katılımcıların %67,6'sı çekirdek %29,7'si geniş ailede büyüdüklerini belirtirlerken %2,7'si aile ortamında büyümediklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların %55,9'u kendilerini orta düzeyde romantik bulurken %25,6'sı çok %6,6'sı hiç romantik bulmadıklarını belirtmişlerdir. Ankete katılanların %50,5 'i kendilerini orta düzeyde pozitif bulduklarını, %34,2'sinin çok pozitif, %11,4'ünün az %3,9'unun ise kendilerini hiç pozitif bulmadıklarını ifade etmişlerdir. Çalışmada "katılımcıların cinsiyetlerine göre ile romantik öz yeterlikleri ve pozitif şema arasında fark olup olmadığına veriler normal dağılım göstermediği için Mann Whitney U testi ile bakılmıştır.

Tablo 2. Cinsiyete Göre Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

Cinsiyet		N	Ort.	Sıra Ort.	Mann-Whitney U	P
Romantik Öz yeterlik	Erkek	151	3,95	221,27	21401	0,831
	Kadın	287	3,95	218,57		
Pozitif Şema	Erkek	151	4,41	237,53	18946	0,031
	Kadın	287	4,18	210,01		

Katılımcıların ölçme araçlarına verdikleri cevaplardan elde edilen puanlara göre; katılımcıların cinsiyetleri ile romantik öz yeterlikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Katılımcıların kendilerini yeterli bulma düşüncesi cinsiyete göre farklılaşmamıştır ($p=0,831>0,05$). Öte yandan pozitif şema ölçeğinden elde edilen puanlara bakıldığında kadın ve erkek katılımcıların puan ortalamaları arasında farkın

istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Erkeklerin pozitif algılarının kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($p=0,031<0,05$).

Çalışmada “katılımcıların romantik öz yeterlikleri ve pozitif şema arasında elden edilen gelire göre bir farklılaşma olup olmadığına veriler normal dağılım göstermediği için Kruskal Wallis testi ile bakılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 3’de görülmektedir.

Tablo 3. Gelire Göre Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

Gelir Düzeyi	Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Kruskal Wallis	p	
Romantik Öz Yeterlik	20.000 TL altında	177	3,87	178,64	2,029	0,36
	20.000-50.000 TL	176	4,06	194,49		
	50.000 TL ve üzeri	20	4,00	195,15		
Pozitif Şema	20.000 TL altında	177	4,14	170,11	10,588	0,005
	20.000-50.000 TL	176	4,39	198,30		
	50.000 TL ve üzeri	20	4,75	237,03		

Tablo 3’de görüldüğü üzere katılımcıların romantik öz yeterlik algıları açısından gelir düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=0,36>0,05$). Ancak, Pozitif şema ölçeğinden elde puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ve gelir düzeyi arttıkça kişilerin pozitiflik algılarının da arttığı görülmektedir ($p=0,005<0,05$). Özellikle pozitif şemada gelir arttıkça pozitif düşüncenin de giderek arttığı ortalama puanlardan anlaşılmaktadır.

Tablo 4. İlişki Süresine Göre Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

	Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis	p	
Romantik Öz yeterlik	0-12 ay	125	3,67	130,37	0,811	0,667
	12-42 ay	79	3,87	140,34		
	42 ay üzeri	64	3,73	135,37		
Pozitif Şema	0-12 ay	125	4,24	122,60	7,901	0,019
	12-42 ay	79	4,41	135,92		
	42 ay üzeri	64	4,62	155,99		

Tablo 4 katılımcıların ilişki sürelerinin romantik öz yeterlikleri ve pozitif şemaları üzerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını göstermektedir. Katılımcıların verdikleri yanıtlara göre; ilişki süresi bakımından romantik öz yeterlik ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkı yoktur ($p=0,66>0,05$). Ancak Pozitif şema ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları bakımından ilişki süresi arttıkça pozitif şemanın arttığı görülmektedir. Pozitif şema ile ilişki süresi açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmiştir ($p=0,019>0,05$). Ayrıca ortalamaları süre arttıkça yükselmektedir.

Tablo 5. Evlilik Şekli Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

		Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Mann-Whitney U	p
Romantik Öz yeterlik	Flört ederek	56	3,60	36,20	431,000	0,006
	Görücü usulü	25	4,43	51,76		
Pozitif Şema	Flört ederek	56	4,66	41,15	691,500	0,931
	Görücü usulü	25	4,65	40,66		

Tablo 5’de görüldüğü üzere katılımcıların verdikleri yanıtlara göre; katılımcıların flört ederek evliliklerini yapanlar ile görücü usulü evlilik yapanların romantik öz yeterlikleri arasında var olan farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu; evlilikleri öncesinde flört eden, birbirleri ile zaman geçirme ve birbirlerini tanıma imkânı olan kişilerin görücü usulü ile evlenenlere göre daha romantik öz yeterliğe sahip oldukları görülmüştür ($p=0,006<0,05$). Katılımcıların pozitif şema ölçeği puanları ile evlilik türleri arasında ise ortalama puanlar açısından anlamlı bir fark olmadığı, kişilerin flört ederek ya da görücü usulü ile evlenmeleri pozitiflik algıları açısından bir fark yaratmadığı % söylenebilir ($p=0,9>0,005$).

Tablo 6. Aile Mutluluğu ile Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

Aile Mutlulukları Puanlaması		Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Mann-Whitney U	p
Romantik Öz yeterlik	Mutluluk ort. 5'ten düşük	80	4,36	224,93	10045,5	0,009
	Mutluluk ort.5'ten yüksek	310	3,86	187,90		
Pozitif Şema	Mutluluk ort. 5'ten düşük	80	3,98	160,48	9598,5	0,002
	Mutluluk ort.5'ten yüksek	310	4,34	204,54		

Tablo 6’da katılımcıların ailelerinin mutluluk düzeylerine verdikleri puanları 5 ten yüksek olanlar ve daha düşük olanlar şeklinde iki gruba ayırdığımızda katılımcıların romantik öz

yeterlik puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olarak ayrıştığı ($p=0,009<0,05$) ailesine 5 puandan daha az verenlerin diğerlerine göre ölçekteki ifadelere daha yüksek düzeyde katıldıkları yani daha düşük düzeyde romantik öz yeterliğe sahip oldukları söylenebilir. Bir diğer ifade ile ailesini daha mutlu gördüğünü söyleyen katılımcıların diğerlerine göre romantik öz yeterliklerinin daha yüksektir. Bu durum pozitif şema ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları bakımından da geçerlidir ve ailesine 5'ten daha fazla puan verenlerin düşük puan verenlere göre pozitiflik algı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir ($p=0,002<0,05$).

Tablo 7. Romantiklik Düzeyleri ile Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

Romantiklik düzeyi	Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis	p	
Romantik Öz yeterlik	Hiç	29	5,49	345,57	84,131	0,000
	Az	52	4,93	306,31		
	Orta	245	3,89	216,47		
	Çok	112	3,23	153,19		
Pozitif Şema	Hiç	29	4,03	190,31	37,160	0,000
	Az	52	3,79	152,29		
	Orta	245	4,21	212,63		
	Çok	112	4,64	273,29		

Tablo 7'de görüldüğü üzere katılımcıların kendi romantik öz yeterliklerini sınıfladıkları değişken ile ölçekten aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($p=0,000<0,05$) görülmüştür. Gerçekleştirilen ikili karşılaştırmalarda her bir kategorinin diğerinden anlamlı olarak ayrıştığı katılımcıların ölçek puanları ile paralel bir sınıflama yaptıkları hiç romantik olmadığını düşünenden çok romantik olduğunu düşünenlerin ölçekteki ifadelere daha şiddetli düzeyde katılmadıkları yani kendilerini daha fazla düzeyde romantik gördükleri puan ortalamaları arasındaki farktan da anlaşılmaktadır ($p<0,05$).

Pozitiflik ölçeğinde ise yine katılımcıların pozitiflik düzeyleri ile ölçekten aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($p=0,000<0,05$) görülmüştür. Kendisini hiç ve az romantik olarak tanımlayanların pozitiflik ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yokken ($p=0,19>0,05$) az romantik olduğunu söyleyenler ölçekte en düşük puan ortalamasına sahip olan grup olmuştur ($p<0,05$). Kendisini çok romantik olarak tanımlayanların da orta olarak tanımlayanlardan daha yüksek pozitif şema ölçeği puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür ($p=0,0001<0,05$).

Ordinal ölçekli bu değişkenler bazında kendisini romantik olarak tanımlayanların şiddeti arttıkça pozitiflik ölçeği puanlarının da arttığını söylemek mümkündür.

Tablo 8. Pozitiflik Düzeyleri ile Romantik Öz yeterlik ve Pozitif Şema

Pozitiflik düzeyi		Sayı	Ort.	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis	p
Romantik Öz yeterlik	Hiç	17	4,92	291,47	21,991	0,001
	Az	50	4,37	252,99		
	Orta	221	4,05	230,11		
	Çok	150	3,56	184,55		
Pozitif Şema	Hiç	17	3,24	80,88	115,300	0,001
	Az	50	3,35	98,38		
	Orta	221	4,20	209,13		
	Çok	150	4,75	290,86		

Tablo 8’de görüldüğü üzere katılımcıların kendilerinin pozitiflik düzeyini tanımladıkları değişken özelinde de geçerli olduğu ($p=0,0001<0,05$) hiçle az arasındaki farkın anlamsız olduğu ($p=0,19>0,05$) geriye kalan grupların kendi aralarındaki farkın anlamlı bir şekilde ayrıştığı ($p<0,05$) kendini pozitif olarak tanımlayanların şiddeti arttıkça ölçekte yer alan ifadelere daha yüksek düzeyde katılmadıkları yani daha romantik oldukları söylenebilir. Aynı durum pozitiflik şeması ölçeğinde de söz konusuysen kendisini hiç ya da az pozitif olarak tanımlayanların pozitiflik şema ölçeği puan ortalamaları farklılaşmazken ($p=0,42>0,05$), kişilerin kendilerini pozitif olarak tanımlama şiddeti arttıkça ölçekten elde ettikleri puan ortalamasının da arttığı söylenebilir ($p<0,005$).

Tablo-9. Pozitif Şema ve Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Korelasyon Analizi

	Romantik Öz yeterlik	Pozitif Şema
Romantik Öz Yeterlik	1,000	-,265**
Pozitif Şema		1,000

* $p<0,05$; ** $p<0,01$

Romantik öz yeterlik ile pozitif şema ölçeğinden elde edilen puanların birbirleri ile olan ilişkisinin incelenmesinde normal dağılıma uymayan veriler için kullanılan Spearman's rho katsayısı ve korelasyon analizi neticesinde iki ölçek arasında zayıfta olsa negatif yönlü bir ilişkinin olduğu söylenebilir ($p=0,001<0,05$). Katılımcıların pozitif şemaları arttığında romantik öz yeterlikleride artmaktadır. Burada romantik öz yeterlik olumsuz ifadelerden oluştuğu için o maddelere daha az katılmak öz yeterliliğin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Kısaca pozitif şemalar arttıkça romantik öz yeterliliğe olumsuz bakış azalmaktadır.

4. SONUÇ

Bu çalışmada beliren yetişkinlik dönemi olarak kabul edilen 18-28 yaş arasındaki bireylerin romantik öz yeterlik ve pozitif şemalarının demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği ve pozitif şemanın romantik öz yeterlikle ilişkisini ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Katılımcıların cinsiyetleri ile romantik öz yeterlikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Pozitif şema ölçeğinden elde edilen puanlara bakıldığında ise kadın ve erkek katılımcıların puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Bu araştırma kapsamında erkeklerin kadınlara göre daha pozitif algıların olduğu söylenebilir. Katılımcıların romantik öz yeterlik algıları ile gelir düzeyleri arasında yine istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Ancak pozitif şema ölçeğinden elde edilen puanlara göre gelir düzeyi arttıkça kişilerin pozitiflik algılarının da arttığı görülmüştür.

Katılımcıların ilişki süreleri ile romantik öz yeterlik bakımından farklılık bulunamazken yine farklılığa pozitif şemalarında rastlanmıştır. İlişki süresi arttıkça bireyler daha pozitif algılara sahip olmaktadır. Evlilik şekline bakarsak flört ederek evliliklerini yapanlar ile görücü usulü evlilik yapanların romantik öz yeterlikleri arasında var olan farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu, evlilikleri öncesinde flört eden, birbirleri ile zaman geçirme ve birbirlerini tanıma imkânı olan kişilerin görücü usulü ile evlenenlere göre daha romantik öz yeterliğe sahip oldukları görülmüştür. Pozitif şema ölçeği puanları ile evlilik türleri arasında ise ortalama puanlar açısından anlamlı bir fark olmadığı, kişilerin flört ederek ya da görücü usulü ile evlenmeleri pozitiflik algıları açısından bir fark yaratmadığı söylenebilir. Kendi anne-babalarının evliliğini 1-10 arası skalada tanımladıkları aile mutluluğu değişkenine göre katılımcıların hem romantik öz yeterlik hem de pozitif şema ile ebeveynlerinin mutluluğu arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Ailelerinin mutluluk düzeyini 5 ve üzeri tanımlayanların hem romantik öz yeterlikleri hem de pozitif algıları ailelerin mutluluk düzeyini 5'den küçük tanımlayanlardan daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların kendilerinin romantik öz yeterliklerini sınıfladıkları düzeyler arasında da istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür. Kendini “hiç romantik” görmeyenler “az”, “orta” ve “çok” romantik kabul edenlerden daha düşük romantik yeterlik göstermektedirler. Romantik görme derecesi arttıkça romantik öz yeterlikte artmaktadır. Pozitiflik ölçeği sonuçlarına göre yine kendisini daha çok romantik olarak

tanımlayanların puanları arttıkça pozitiflik ölçeği puanların da artmaktadır. Katılımcıların kendilerinin pozitiflik derecelerini tanımladıkları düzeyler ile hem romantik yeterlik hem de pozitif şemaları arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Kısaca pozitif görme durumları arttıkça ortalama puanları artmakta ve katılımcıların romantik öz yeterlik ve pozitif şemalarında artış göstermektedir. Ölçekler arası ilişki sonucuna göre bireylerin romantik öz yeterlikleri ile pozitif şemaları arasında romantik öz yeterlik arttıkça pozitif şema algılarının arttığı görülmüştür. Korelasyon sonucunun ters yönlü olma sebebi romantik öz yeterlik ölçeğinden yüksek puan almanın romantik özyeterliliğin düşük olması anlamına gelmesinden kaynaklıdır.

Araştırma sonucunda demografik değişkenlerin romantik öz yeterlilik ve pozitif şema üzerinde etkili olduğu ve romantik öz yeterlik ile pozitif şema gelişmesi arasında bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı

Makalenin tüm süreçlerinde Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi'nin araştırma ve yayın etiği ilkelerine uygun olarak hareket edilmiştir.

Yazarların Makaleye Katkı Oranları

Yazarlar çalışmaya eşit oranda katkı sağlamıştır.

Çıkar Beyanı

Yazarın herhangi bir kişi ya da kuruluş ile çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKÇA

- Abak, E., & Güzel, H. Ş. (2021). Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(3), 368-382.
- Akan, Y., & Bakioğlu, F. (2021). Yetişkinlerin İlişki Öz-yeterlik Düzeylerinin Kıskançlıkla Baş Etme ve Yakın İlişkilerde Bağlanma Açısından İncelenmesi. *Turkish Studies-Educational Sciences*, 16(2), 517-534.
- Akkoyunlu, B., Orhan, F., & Umay, A. (2005). Bilgisayar öğretmenleri için " bilgisayar öğretmenliği öz-yeterlik ölçeği" geliştirme çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29), 1-8.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press. Retrived from http://jeffreyarnett.com/ARNETT_Emerging_Adulthood_thory.pdf [Erişim: 15 Mart 2024].
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.
- Assad, K. K., & Donnellan, M. B. (2007). Optimism: An enduring resource for romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(2), 285-297.
- Atak, H. (2011). Gradual transition to adulthood: Is emerging adulthood the only main road?. *Elementary Education Online*, 10(1), 51-67.
- Atak, H., & Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.

- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, 71-81. Academic Press. Retrived from https://www.academia.edu/32386167/Bandura_self_efficacy, [Erişim: 20 Mart 2024].
- Carbon, C. C., & Albrecht, S. (2012). Bartlett's schema theory: The unreplicated “portrait d'homme” series from 1932. *Quarterly Journal Of Experimental Psychology*, 65(11), 2258-2270.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Creasey, G., & Ladd, A. (2004). Negative mood regulation expectancies and conflict behaviors in late adolescent college student romantic relationships: The moderating role of generalized attachment representations. *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 235–255.
- Cui, M., Fincham, F. D., & Pasley, B. K. (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226-1235.
- Çakır, Ö., Kan, A., & Sünbül, Ö. (2006). Öğretmenlik meslek bilgisi ve tezsiz yüksek lisans programlarının tutum ve öz yeterlik açısından değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 36-47.
- Çoban, Y. (2021). Öz-şefkat ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 128-139.
- Çolak, İ., Yorulmaz, Y. İ., & Altunkurt, Y. (2017). Öğretmen öz yeterlik inancı ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 20-32.
- Doğan, A., & Cebioğlu, S. (2011). Beliren Yetiskinlik: Ergenlikten Yetişkinliğe Uzanan Bir Dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(28), 11.
- Erikson, E. H. (1977). *Childhood and society*. London: Paladin Grafton Books. Retrived from https://local.psy.miami.edu/faculty/dmessenger/c_c/rsrscs/rdgs/attach/8agesofman.pdf. [Erişim: 15 Mart 2024].
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2010). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık mı?. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(34), 119-125.
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve algılanan kontrol. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(2), 359-380.
- Feiring, C. (1996). Concepts of romance in 15-years-olds. *Journal of Research on Adolescence*, 6(2), 181-200.
- Florsheim, P., & Moore, D. R. (2008). Observing differences between healthy and unhealthy adolescent romantic relationships: Substance abuse and interpersonal process. *Journal of Adolescence*, 31, 795–814.
- Hochberg, Z. E., & Konner, M. (2020). Emerging adulthood, a pre-adult life-history stage. *Frontiers in Endocrinology*, 10, 486415.
- Kapçı, E. G., & Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13(3), 127-136.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. 2.Basım Nobel Yayınevi: Ankara.
- Karataş, Ş. (2022). *Genç yetişkinlerde bağlanma stilleri, kişilik tipleri ve öz-yeterlik algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Keyfitz, L. (2010). *The role of positive schemas in child psychopathology and resilience* [Master thesis, The University of Guelph]. Retrived from <https://hdl.handle.net/10214/23315>
- Kılıç, S. (2018). *Üniversite öğrencilerinde pozitif şemaların iyi oluş ve psikolojik belirtileri yordaması*. (Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara).
- Lumley, M. N., & Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and Research*, 31(5), 639-657 DOI: 10.1007/s10608-006-9100-3
- Nair, G. (2018). *Aile-okul-sokak üçgeninde gençlik ve şiddet*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Öz-Soysal, F. S., Uz-Baş, A. ve Aysan, F. (2019). Romantik İlişkilerde Öz Yeterlik Ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 1100-1110.

- Özaydın, T. E., Çavaş, P., & Cansever, B. A. (2017). Sınıf öğretmeni adaylarının öz yeterlik inançlarının değerlendirilmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 1-30.
- Özdel, K. (2015). Dünden bugüne bilişsel davranışçı terapiler: Teori ve uygulama. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.
- Özök, Ş. (2021). *Yetişkinlerde yılmazlığın yordanmasında pozitif şema ve koronavirüs kaygısının rolü*. (Yüksek Lisans Tezi, T.C. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep).
- Raghavan, C., Swan, S. C., Snow, D. L., & Mazure, C. M. (2005). The mediational role of relationship efficacy and resource utilization in the link between physical and psychological abuse and relationship termination. *Violence Against Women*, 11(1), 65- 88.
- Riggio, H. R., Weiser, D. A., Valenzuela, A. M., Lui, P. P., Montes, R., & Heuer, J. (2013). Self efficacy in romantic relationships: Prediction of relationship attitudes and outcomes. *The Journal of Social Psychology*, 153(6), 629-650.
- Sağ, B. (2016). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve pozitif algının, psikolojik dayanıklılık, depresyon ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi, T.C. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.)
- Saraç, A., Hamamcı, Z., & Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81.
- Tuncay, S. (2000). Türkiye’de gençlik sorunlarının psikolojik boyutu. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (1), 231-257.
- Uzel, B., Dönmez, D., & Otrar, M. (2018). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordama gücü. *HUMANITAS-Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), 235-254.
- Ültay, E., Akyurt, H., & Ültay, N. (2021). Sosyal bilimlerde betimsel içerik analizi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 188-201.
- Wagoner, B. (2013). Bartlett’s concept of schema in reconstruction. *Theory & Psychology*, 23(5), 553-575.
- Weiser, D. A., & Weigel, D. J. (2016). Self-efficacy in romantic relationships: direct and indirect effects on relationship maintenance and satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 89, 152-156.
- World Health Organization (WHO) (2023). *Adolescent and young adult health*, Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions> [Erişim: 15 Nisan 2024].
- Yaka, A. İ. (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz-yönetim ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler*. (Yüksek Lisans Tezi, T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara).
- Yılmaz, H. (2019). Çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anlarının bilişsel şemalar ve psikolojik semptomlarla ilişkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 167-192.
- Yiğit, İ., & Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(38), 77-87.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner’s guide*. New York: The Guilford Press.