

Romantik İlişkilerde Problem Çözme Becerilerinin Empati ve Mental İyi Oluş Açısından İncelenmesi

An Analysis of the Problem Solving Skills in the Romantic Relations in Terms of Empathy and Mental Well Being

Özgür Salih KAYA

ÖZ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşamış oldukları sorunları çözme becerilerini bireylerin empati ve mental iyi oluş düzeyleri açısından ve bazı demografik değişkenlere göre incelemektir. Araştırmanın verileri 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz yarısında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi'nde öğrenim gören 284 kız, 226 erkek olmak üzere toplam 510 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın verilerini toplamada, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeği, Temel Empati Ölçeği ve Mental İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde ilişkisel araştırma yöntemlerinden Pearson korelasyonu ve çoklu regresyon analizi, karşılaştırmalı araştırma yöntemlerinden bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Veriler SPSS 24.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Empati ile mental iyi oluş arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Empati ile duygusal ve fiziksel istismar arasında negatif yönde düşük düzeyde, soruna yönelme arasında ise pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mental iyi oluş ile duygusal ve fiziksel istismar arasında negatif yönde düşük düzeyde, soruna yönelme arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu ilişkilere ve kuramsal çerçeveye dayanarak empatinin ve mental iyi oluşun romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerini açıkladığı varsayılarak çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan Çoklu regresyon analizinin sonucuna göre empati ve mental iyi oluşun soruna yönelme alt boyutu ile orta düzeyde ilişkisinin olduğu, toplam varyansının %19'unu açıkladığı ve modele anlamlı bir katkısı olduğu görülmektedir. Demografik değişkenlerden cinsiyete göre incelendiğinde soruna yönelme alt boyutunun kadınların lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Daha önce ilişki yaşama durumuna göre incelendiğinde en az bir kere ilişki yaşayanların, hiç ilişki yaşamayanlara göre sorun çözme becerilerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Şu andaki ilişkisinin olup olmama durumuna göre incelendiğinde ise ilişkisi olmayanların ilişkisi olanlara göre sorun çözme becerilerinin anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonucun çıkmasında ilişki esnasında bireylerin mantığı göz ardı edip duygularla daha fazla hareket ettiğinin etkili olduğu düşünülmektedir. Bu bulgular ışığında, romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinde farklı psikolojik ve demografik değişkenlerin etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Romantik ilişki, Sorun çözme, Empati, Mental iyi oluş

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the university students' problem solving skills that they face in their romantic relationships in terms of on empathy and mental well-being levels of these individuals and some demographic variables. Data were collected from 284 female and 226 male, a total of 510 students studying at Recep Tayyip Erdoğan University in 2016-2017 academic year autumn semester. The personal information form designed by the researcher, Problem Solving in Romantic Relationship Scale for Adolescents, Basic Empathy Scale, Mental Well-being Scale were used to collect data. Pearson correlation, multiple regression from relational research methods and independent samples t test from comparative research methods were used. Data was analyzed using SPSS 24.0 package. It was found that there was a positive but low level relationship between empathy and mental well-being. It was also found that there was a negative low level relationship between empathy and emotional and physical abuse, a positive but mid-level significance between

Özgür Salih KAYA (✉)

ORCID ID: 0000-0001-8535-290X

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rize, Türkiye
Atatürk University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences, Rize, Turkey
ozgursalih.kaya@erdogan.edu.tr

Geliş Tarihi/Received : 22.10.2016

Kabul Tarihi/Accepted : 16.01.2017

empathy and tendency towards the problem. There was a negative low-level significant relationship between mental well-being and physical and emotional abuse, a positive mid level significant relationship between mental well-being and tendency towards the problem. A multiple regression analysis was conducted by assuming that empathy and mental well-being explain the problem solving skills in romantic relationships based on the relationships and theoretical framework. Based on the multiple regression analysis results, empathy and mental well-being has a mid-level relationship between with tendency towards the problem subscale, explain 19% of the variance and has a significant contribution to the model. Based on the demographic variables, tendency towards problems differs in a significant level towards females. When examined based on the previous relationship status, problem solving skills significantly differed for people who had a relationship at least one rather than people had no prior relationship experience. When examined based on the current relationship status, problem solving skills were found significantly higher for people who had a relationship rather than people had no relationship. The reason for such outcomes are thought that individuals neglect ration but use emotions. In the light of these results, it can be said that different psychological and demographic variables are effective in problem solving skills in romantic relationships.

Keywords: Romantic relationship, Problem solving, Empathy, Mental well-being

GİRİŞ

Her insan belli bir ailede ve kültürde doğar, yaşadığı toplumun bir parçası olarak yaşamını devam ettirir. Yaşamını sosyal ilişkiler içerisinde sürdüren insanın çevresiyle ilişki kurması, geliştirmesi ve paylaşımında bulunması kaçınılmazdır. Bu temelleri atılan, geliştirilen ve paylaşımında bulunulan ilişkilerin en önemlilerinden birisi romantik ilişkilerdir. Romantik ilişkinin tanımına bakıldığında birbirinden farklı çok sayıda tanım ile karşılaşılmaktadır. Sternberg (1986)'e göre romantik ilişki, erkek ve kadın arasında gelişen bağlılık, tutku ve yakınlığın bileşiminden oluşan bir ilişki olarak tanımlanmaktadır. Moss ve Schwebel (1993), romantik ilişkiyi karşılıklı ve olumlu bir bilişsel, duygusal, fiziksel yakınlık ve bağlılık içeren bir kavram olarak tanımlamaktadır. Williams ve Connolly (1997)'ye göre romantik ilişki, yaşam süresince farklı şekillerde ortaya çıkabilen, kişilerarası duygusal deneyim paylaşımıdır. Collins (2003)'e göre karşılıklı farkında olunan ve ilgi ifadelerinin eşlik edebileceği "özel bir yoğunluk" ile dikkat çeken, devam eden gönüllü bir etkileşim olarak tanımlanmaktadır. Bu araştırmanın amacı ışığında romantik ilişki ile ilgili bir noktaya dikkat çekilmek istenmiştir. Romantik ilişkilerin sadece doyum, sürekli geliştirilen, bağlılık, duygusal deneyimler ve karşılıklı iyi ve olumlu ilişkilerden oluşan bir ilişki türü olmadığı, fiziksel etkileşimlerin ve deneyimlerin, sorun ve çatışma durumlarını içeren ve olumsuz duyguları da barındıran bir kavram olduğu düşünülmektedir.

Romantik ilişkiler genç bireylerin hayatında önemli bir yere sahiptir. Çünkü gençlerin zamanlarının büyük bir kısmı romantik ilişkilere yoğunlaşmış bir şekilde geçmektedir. Romantik ilişki yaşanırken bu ilişkinin gidişatını olumsuz etkileyen, yıpratıcı, örseleyici, bazen de ilişkiyi sonlandıran birtakım sorun durumları vardır. Bunlardan ilki romantik ilişkide yaşanan duygusal istismardır. Kalkan (2008)'a göre, duygusal istismar, romantik ilişkide bireylerin partnerlerini reddetme, aşağılama, küfretme, yalnız bırakma, korkutma, yıldırma, tehdit etme, duygusal bakımdan ihtiyaçlarını karşılamama, önemsememe, küçük düşürme, alaylı konuşma, lakap takma, aşırı baskı ve otorite kurma gibi davranışları içeren bir kavramdır. Loring (1994)'e göre duygusal istismar fiziksel güç kullanımını içermeyen davranışlarla gerçekleşir. Romantik ilişki durumuna zarar veren ve ilişkiyi bitirdiği düşünülen ikinci kavram fiziksel istis-

mardır. Fiziksel istismar, romantik ilişkide bireylerin partnerlerine fiziksel açıdan zarar verme veya bedensel bütünlüğünü bozma davranışlarını ortaya koymaktadır. Abraham (1999)'a göre fiziksel istismar ise fiziksel acı verme veya yaralama niyeti olan eylemleri içerir. Üçüncü ve romantik ilişkileri olumlu ve olumsuz etkileyen son kavram soruna yönelmedir. Soruna yönelme, romantik ilişkide kişilerin sorun karşısında birbirlerini anlamaya çalışma, duygularını ifade etme, birbirlerinin gereksinim, duygu ve düşüncelerine yönelme davranışlarını ortaya koymaktadır (Kalkan, 2008). Son yıllarda teknolojik imkânların da gelişmesiyle birlikte zamanlarının büyük kısmını romantik ilişkilere yoğunlaşmış bir şekilde geçiren gençlerin ilişkilerinde tartışma, sorun ve anlaşmazlık kaçınılmaz hale gelmiştir. Bu sorunları ortadan kaldırmak için yukarıda ifade edilen duygusal ve fiziksel istismar davranışını ve ortadaki sorunu göz ardı etmek yerine, o soruna yönelmenin romantik ilişkide var olan sorunu azaltıp, daha sağlıklı ve doyum alınan bir ilişkinin varlığından söz edilebileceği düşünülmektedir.

Literatüre bakıldığında romantik ilişkilerdeki bu sorun çözme davranışını inceleyen çalışmalara rastlanmaktadır. Türkiye'de bu konuda yapılmış en kapsamlı çalışma Kalkan (2008) tarafından ergenler üzerinde gerçekleştirilen "ergenler için romantik ilişkilerde sorun çözme ölçeğinin geliştirilmesi" adlı çalışmadır. Bu çalışmada romantik ilişkide sorun çözmenin duygusal istismar, fiziksel istismar ve soruna yönelme boyutlarından oluştuğunu, gerekli önlemler alınmadığı takdirde bireyi ve toplumu tehdit eder hale geldiği vurgulanmaktadır. Cramer (2002)'in çalışmasında, çatışma çözme davranışları ile ilişkiden alınan doyum arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. İlişkideki sorunları çözmek için atılan her adımın ilişkiyi geliştirdiği ve ilişkiden alınan doyum arttırdığı görülmüştür. Romantik ilişkide çatışma kaçınılmaz bir durumdur. Gottman ve Krokoff (1989) ise iletişimden kaynaklanan sorunların ve çatışma çözme becerilerindeki eksikliklerin romantik ilişkide sıkıntılara neden olduğunu belirtmektedir. Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında Helvacı (2012)'nin üniversite öğrencileri üzerindeki çalışmasında cinsiyetin ilişkideki duygusal ve fiziksel istismarın anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada ilişkideki istismar davranışı, cinsiyete göre erkeklerin lehine anlamlı bir fark göstermiştir (Şimşek, 2010). O'keefe

(1997), çalışmasında erkeklerin partnerine uygulamış olduğu duygusal ve fiziksel istismarın anlamlı derecede daha yüksek olduğunu bulmuştur. Romantik partnerleri tarafından sözel, duygusal ve fiziksel istismara maruz kalma açısından ergenler risk altındadır (Sorensen, 2007). Kızların daha fazla istismarla karşılaştığı ve istismar davranışlarının ergenler arasında ciddi bir sorun olduğu ve halk sağlığını tehdit ettiği ortaya konmuştur (Close, 2005). Küçükkarlan (2011)'ın yapmış olduğu çalışmada romantik ilişkisi olan bireylerin, romantik ilişkisi olmayan bireylere göre romantik ilişkiye olan inançlarının puanları anlamlı derecede farklılık göstermektedir.

Bu araştırmada romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ile ilişkili olduğu düşünülen kavramlardan birisi mental iyi oluştur. Mental iyi oluş, Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2004) tarafından bireyin kendi yeteneklerinin farkında olması, yaşamında oluşan stresin üstesinden gelebilmesi, iş yaşamında üretken ve faydalı olabilmesi ve yetenekleri doğrultusunda topluma katkı sağlama olarak tanımlanmıştır. Bazı araştırmacılar mental iyi oluşu tanımlamak için benlik saygısı, ego bütünlüğü, tatmin olma, yaşam doyumu, otonomi, insanlarla olumlu ilişkiler geliştirme gibi belirleyicileri kullanırken, bazıları ise olumlu ve patolojik belirleyicileri bir arada kullanmaktadırlar (Yavuz, 2006). Mental iyi oluşun tanımlanmasında karşılaşılan bu iki bakış açısı öznel iyi oluş (hedonik) ve psikolojik iyi oluş (ödamonik) kavramlarını ortaya çıkarmaktadır (Ryan & Deci, 2001). Mental iyi oluş kavramı tanımlanırken birbiriyle yakından ilişkili olan 'öznel iyi oluş' ve 'psikolojik iyi oluş' kavramlarını açıklamakta fayda vardır.

Öznel iyi oluş, bireyin ve toplumun yaşam kalitesinin bir ölçüsü olup iyi yaşam ve yaşanabilir toplumun varlığı için üzerinde durulması gereken değerli bir kavramdır (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Myers ve Diener'e göre (1995) öznel iyi oluş bireyin olumlu duyguları sık, olumsuz duyguları daha az yaşamaması ve yaşamdan yüksek doyum alması olarak tanımlanmaktadır. Öznel iyi oluş, duygusal ve bilişsel olmak üzere iki boyuttan oluşur. Duygusal boyut olumlu duygu ve olumsuz duygudan oluşmaktadır. Bilişsel boyut ise bireyin yaşam doyumudur (Diener & Suh, 1997). Olumlu duygu isteklilik, enerjik olma, ruhsal uyarılma ve kararlılık terimlerinin birleşimini ifade eder. Olumsuz duygu ise üzüntü, kaygı, korku, öfke, suçluluk ve küçümseme gibi hoş olmayan duyguları yansıtmaktadır (Watson, 1988). Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu olan yaşam doyumunu ise, bireyin çeşitli yaşam alanlarındaki doyumuna ilişkin değerlendirmelerini yansıtır (Myers & Diener, 1995). Diener (2001), olumlu duyguları daha çok yaşıyorlarsa, olumsuz duyguları çok az yaşıyorlarsa ve yaşamlarından yüksek düzeyde doyum alıyorlarsa, bireylerin yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip olduklarını söylemiştir.

Psikolojik iyi oluş ise, anlamlılık, canlılık, potansiyelini tam olarak kullanma ve kendini gerçekleştirme ile açıklanmaktadır (Waterman, 1993). Ryff ve Singer (2008), psikolojik iyi oluşun kendini kabul, diğer insanlarla iyi ilişkiler, yaşam amaçları, özerklik, çevresel hâkimiyet ve kişisel gelişim boyutlarından oluştuğunu ileri sürmektedir. Pozitif iyi olma düzeyi yüksek bireyler uzun dönemli bir kendini değerlendirme, kişisel farkındalık gerektiren ve kendinin güçlü ve zayıf yönlerini kabul ederler. Diğerleriyle olumlu ilişkiler kurma düzeyi yüksek olan

bireyler, çevresindeki insanlar ile doyumlu ve güvenebilir ilişkiler kurabilmektedir. Olumlu ilişkiler kurma düzeyi düşük bireyler ise insanlarla iletişim kurmakta zorlanan, ilişkilerinde güvensizlik duyan ve içe kapanık bir hayat süren bireyler olarak tanımlanmaktadır (Şahin, 2013). Psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan bireyler yaşamın anlamlı ve bir amacı olduğuna inanırlar (Ryff & Keyes, 1995). Kendi bireysel kararlarını verebilirler; davranışlarını ve kararlarını belirlerken sosyal baskıları değil kendi standartlarını temel alıp (Hamurcu, 2011), hem psikolojik hem kişisel hem de fiziksel ihtiyaçlarını karşılayabilmek için çevreye uyabilme ve çevreyi kendine uydurabilme özelliklerine sahiptirler (Demirci, 2012). Kendilerini geliştirmeyi psikolojik olarak kendini iyi hissetmenin bir gerekliliği olarak görürler (Ryff & Keyes, 1995).

İlgili literatürde mental iyi oluş ve iki yönünü temsil eden öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında bu kavramların daha çok öz-kontrol (Patrick ve ark., 2007; Ryan, 2009; Ryan ve Deci, 2000), stresle başa çıkma (Buunk, Gibbons ve Buunk, 2013; Lazarus ve Folkman, 1987), kişilik özellikleri (McCrae ve Costa, 2003; Sarıcaoğlu, 2011; Timur, 2008), algılanan sosyal destek (Kahn, Hessling ve Russel, 2003; Siewert ve ark., 2011; Şahin, 2011), sosyal beceriler (Gülaçtı, 2009; Segrin ve Taylor, 2007; Suldo ve ark., 2009), algılanan akademik başarı (Canbay, 2010; Cenkseven ve Akbaş, 2007; Dost, 2010), benlik saygısı (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Saygın ve Arslan, 2009; Valkenburg, Peter ve Schouten, 2006) yaşam amaçları (Eryılmaz, 2011; İlhan, 2005; İlhan & Özbay, 2016) gibi değişkenlerle çalışıldığı görülmektedir.

Romantik ilişkilerde sorun çözme ile ilgili olduğu düşünülen diğer kavram ise empatidir. En geniş ve bugün üzerinde uzlaşılan tanımıyla empati, Rogers tarafından 1970'li yıllarda, bireyin kendisini karşısındakinin yerine koyarak onun düşüncelerini doğru olarak anlama, duygularını hissetme ve bu durumu ona anlatma süreci olarak tanımlanmıştır (Akt. Dökmen, 2003). Empatik beceriye sahip bireyler, çevrelerinde bulunan insanların duygu ve düşüncelerini doğru olarak anlar ve paylaşırlar (Hançerlioğlu, 1988). Empati üzerinde çalışan araştırmacılar, bunun tek boyutlu bir yapı olmadığını birden fazla boyuttan meydana geldiğini ifade etmişlerdir (Davis, 1980; Jolliffe & Farrington, 2004; Lawrence et al., 2004). Hoffman (2000), empatinin de 'duygusal' ve 'bilişsel' olmak üzere iki bileşenden meydana geldiğini söylemektedir. Empatinin bilişsel boyutu bireyin karşısındaki kişinin duygusunu anlamak olarak ifade edilir (Staub, 1987). Duygusal boyut ise bireyin anladığı bu duyguyu karşısındaki kişiye en uygun şekilde ifade edebilmesi olarak tanımlanmıştır (Cohen, 1992). Dökmen (2003)'e göre, empatinin bilişsel boyutunda kişi karşısındakinin rolüne girer ve onun ne düşündüğünü anlar; duygusal boyutta ise kişi, karşısındaki kişinin hissettiği duyguları hisseder! Bu bilgiler ışığında empatinin bilişsel ve duygusal boyutu, kişiler arası ilişkilerde birbirini tamamlayan ve birbiri ile iç içe olan iki yapı olarak düşünülebilir.

Empati ile ilgili olarak, iletişim becerileri (Dökmen, 2003; Tutuk, Al ve Doğan, 2002; Uğurlu, 2013), kişilerarası ilişki tarzları (Ay ve Özcan, 2003; Aydın, 1996; Hasta ve Güler, 2013), çatışma çözme (Hacı, 2011; Köroğlu, 2012; Rehber ve Atıcı, 2009),

sorun çözme (Genç ve Kalafat, 2010; Özyazıcıoğlu, Aydınoglu ve Aytekin, 2009; Yurttaş ve Yetkin, 2003), evlilik ilişkisi ve uyumu (Kışlak ve Çabukça, 2002; Soylu ve Kağnıcı, 2015; Tutarel-Kışlak ve Göztepe, 2012) konuları çalışılmış, romantik ilişkiler ile ilişkisi ise göz ardı edilmiştir. Romantik ilişkilerin evlilik öncesi deneyim veya evliliğe hazırlık evresi olduğu düşünüldüğünde bu alandaki çalışmaların eksikliği, bireylerin evliliklerinde uyum sorunu yaşamalarının ve boşanmalarının bir nedeni olabileceği, romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinde bireylerin bilişsel ve duygusal empati kurmalarının ortaya çıkabilecek olası sorunları azaltıp ortadan kaldıracağı düşünülebilir.

Romantik ilişkilerin, kişilerin hayatında lise yıllarında ilk olarak kendini göstermeye başlayıp üniversite yıllarında yoğun şekilde yaşandığı söylenebilir. Ülkemizde gerek ergenler üzerinde, gerekse üniversite öğrencilerinde romantik ilişkiler konusunda çok az çalışma yapılmıştır. Romantik ilişkilerde de, diğer kişilerarası ilişkilerde olduğu gibi birtakım sorunlar ortaya çıkabilir ve bu sorunlar ile başa çıkabilmek için bazı stratejilerin geliştirilmesi gerekebilir. Romantik ilişkilerde yaşanan sorunları çözmeye etkili faktörlerin araştırılmasının ilişkilerin akışını olumlu olarak etkileyeceği açıktır. Bireylerin öznel ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin yaşanan ilişkiye yansımaları ve bunun ilişkiyi etkilemesi söz konusudur. Empati kurabilme ve kişinin kendisini partnerinin yerine koyup onu anlaması da var olan sorunu ortadan kaldırabilmek için önemlidir. Bu çalışmada romantik ilişkilerin çeşitli psikolojik değişkenler ile ilişkisinin incelenmesi ile gerek iletişim psikolojisi gerekse pozitif psikoloji alanlarına özgün bir katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, kurumumuzdaki öğrencilerin romantik ilişkilerinde sorun çözme becerileri ile 'mental iyi oluş' ve 'empati' arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak için aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Romantik ilişkilerde 'sorun çözme becerileri', 'mental iyi oluş' ve 'empati' arasında istatistiksel açıdan önemli düzeyde bir ilişki var mıdır?
2. 'Mental iyi oluş' ve 'empati' romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerini yordamakta mıdır?
3. Romantik ilişkilerde 'sorun çözme' becerileri cinsiyete göre değişmekte midir?
4. 'sorun çözme becerileri', romantik ilişkisi olup olmama durumuna göre değişmekte midir?
5. 'Sorun çözme becerileri', daha önce romantik ilişki yaşama durumuna göre değişmekte midir?

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Çalışmanın araştırma grubunu, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 510 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubuna katılan kişiler rastlantısal olarak belirlenmiştir. Çalışma grubunun 284'ünü (%55.7) kız, 226'ünü (%44.3) erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Öğrencilerin 148'i (%29) birinci, 134'ü (%26.3) ikinci, 136'sı (%26.7) üçüncü ve 92'si (%18) dördüncü sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin 140'ı (%27.5) bir büyükşehirde, 132'si (%25.9) bir il merkezinde, 172'si (%33.7) bir ilçede ve 66'sı (%12.9) bir

köyde hayatının büyük çoğunluğunu geçirmiştir. Öğrencilerin 218'sinin (%42.7) şu anda bir romantik ilişkisinin olduğu, 292'sinin (%57.3) romantik ilişkisinin bulunmadığı öğrenilmiştir. Öğrencilerin 308'i (%60.4) hayatında en az bir kere ilişki yaşadığını, 202'si (%39.6) hayatında hiç romantik ilişki yaşamadığını belirtmişlerdir. Araştırma grubuna ilişkin demografik bilgiler Tablo 1'de sunulmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak, aşağıda hakkında bilgi verilen veri toplama araçları kullanılmıştır.

1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda öğrencilerin cinsiyeti, sınıfı, hayatının çoğunluğunu yaşadığı yer, şu anda romantik ilişkisi olup olmadığı ve daha önce romantik ilişki yaşayıp yaşamama durumu gibi bilgiler yer almaktadır.

2. Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeği

Ergenlerin romantik ilişkilerinde yaşanan sorunlarla başa çıkma davranışlarını belirlemek için, Kalkan (2008) tarafından geliştirilen Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeği kullanılmıştır. Otuz sekiz maddelik, beşli Likert tipi ölçek (1) hiç uygun değil, (2) çok az uygun, (3) kısmen uygun, (4) genellikle uygun ve (5) tümüyle uygun şeklinde cevaplanmaktadır. Ölçeğin Fiziksel İstismar, Duygusal İstismar ve Soruna Yönelme olmak üzere üç alt ölçeği vardır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .91 olarak; alt ölçekler olan 'Duygusal İstismar' için .86, 'Fiziksel İstismar' için .80 ve 'soruna yönelme' için ise .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliliği için faktör analizi uygulanmış ve Kaiser-Meyer Olkin değeri .84; Barlett testi sonucu da anlamlı bulunmuştur (4846.898, $p < .000$).

Tablo 1: Araştırma Grubundaki Değişkenlerin Dağılımı

Değişken	Kategoriler	N	%
Cinsiyet	Kadın	284	55.7
	Erkek	226	44.3
	Toplam	510	100
Sınıf	Birinci	148	29
	İkinci	134	26.3
	Üçüncü	136	26.7
	Dördüncü	92	18
	Toplam	510	100
Yaşadığı Yer	Büyükşehir	140	27.5
	İl merkezi	132	25.9
	İlçe	172	33.7
	Köy	66	12.9
	Toplam	510	100
Halen Romantik İlişki Durumu	Var	218	42.7
	Yok	292	57.3
	Toplam	510	100
Daha Önce İlişki Yaşama Durumu	Evet	308	60.4
	Hayır	202	39.6
	Toplam	510	100

3. Mental İyi Oluş Ölçeği

Ölçeğin orijinal formu Tennant ve ark., (2007) tarafından İngiltere’de yaşayan bireylerin mental iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 14 maddeden oluşmaktadır ve psikolojik iyi oluş ile öznel iyi oluşu kapsayarak bireylerin pozitif mental sağlıklarıyla ilgilenmektedir. Ölçek beşli Likert tipindedir ve ölçekten en az 14 en fazla 70 puan alınmaktadır. Ölçeğin puanlanması (1) hiç katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) biraz katılıyorum, (4) katılıyorum ve (5) tamamen katılıyorum şeklindedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .89, test tekrar test güvenilirliği ise .83 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Keldal (2015) tarafından yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda model uyum indekslerine bakılmıştır (NFI=.94, RFI=.93, IFI=.96, CFI=.96, NNFI=.95, RMR=.054). Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .92 olarak bulunmuştur.

4. Temel Empati Ölçeği

Jolliffe ve Farrington (2004) tarafından geliştirilen Temel Empati Ölçeği Topçu, Erdur Baker ve Çapa Aydın (2008) tarafından Türkçe’ye çevrilmiştir. Temel Empati Ölçeği, iki alt faktör ve 20 maddeden meydana gelmektedir. Bunların ilki dokuz maddeden oluşan bilişsel empati faktörü, ikincisi ise 11 maddeden oluşan duygusal empati faktörüdür. Beşli derecelendirme ölçeği kullanılan ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100’dür. Ölçeğin orijinalinin bilişsel empati ölçeğinin iç tutarlık katsayısı .79, duygusal empati ölçeğinin iç tutarlık katsayısı ise .85’dir. Ölçekten alınacak puanlar ile empati düzeyleri doğru orantılıdır. Yani ölçekten alınan puanların artması empati düzeyinin yükseldiğinin bir göstergesidir. Ölçeğin Türkçe formunda ise duygusal empati maddelerin iç geçerliliği .76, bilişsel empati maddelerin iç geçerliliği .80, tüm ölçek maddelerin iç geçerliliği ise .79’dur.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler, gerekli izinler alınarak eş zamanlı olarak toplanmıştır. Ölçme araçları uygulanmadan önce ölçeklerin nasıl doldurulacağı ile ilgili katılımcılara gerekli açıklamalar yapılmıştır. Araştırma kapsamında 554 ölçek formu dağıtılmış ve toplanan verilerden boş bırakılanlar, rastgele doldurulduğu düşünülen ve hatalı doldurulan 44 ölçek çıkartılarak, 510 ölçek formu bilgisayar ortamında analize hazır hale getirilmiştir. Bu doğrultuda, ölçek formlarının dönüş oranının % 92.06 olduğu

görülmüştür. Veriler SPSS 24 programında analiz edilmiştir ve verilerin analizinde ilişkisel araştırma yöntemlerinden Pearson korelasyonu ve çoklu regresyon analizi ile karşılaştırmalı araştırma yöntemlerinden bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada ilk olarak değişkenler arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Mental iyi oluş, empati, romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin alt ölçeklerinden duygusal istismar, fiziksel istismar ve soruna yönelmenin arasındaki ilişkileri incelemek üzere yapılan Pearson momentler çarpımı, korelasyon katsayısı analizi sonuçları ve bunların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2 incelendiğinde empati ile mental iyi oluş arasında pozitif yönde düşük düzeyde ($r=.17$, $p<.001$), duygusal istismar ile negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.21$, $p<.01$), fiziksel istismar ile negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.17$, $p<.05$) ve soruna yönelme ile pozitif yönde orta düzeyde ($r=.34$, $p<.01$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mental iyi oluş ile duygusal istismar arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.19$, $p<.01$), fiziksel istismar ile negatif yönde düşük düzeyde ($r=-.14$, $p<.01$) ve soruna yönelme arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r=.32$, $p<.01$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Araştırmada empati ve mental iyi oluşun romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin soruna yönelme alt boyutunu yordayıp yordamadığını tespit etmek için, çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. İlk olarak çoklu regresyon analizinin varsayımları sınanmıştır. Normallik ve doğrusallık varsayımlarının incelenmesine yönelik histogram grafiği ve saçılma diyagramı aşağıda verilmiştir.

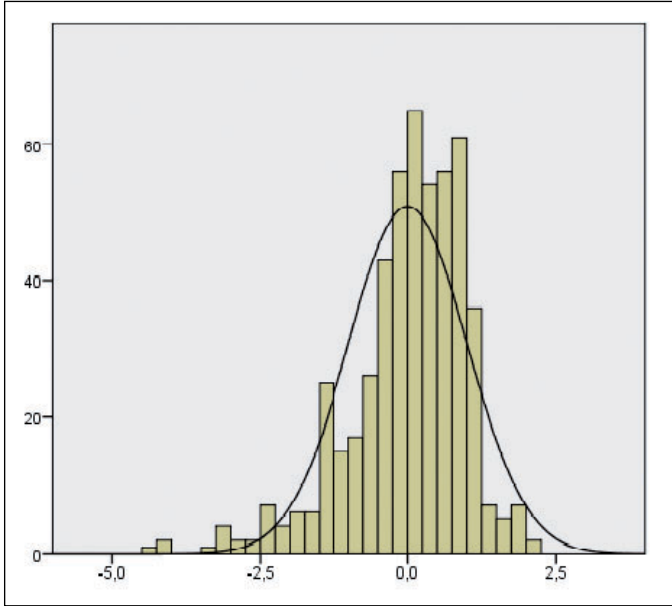
Şekil 1’de standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan histogram grafiğine bakıldığında normal bir dağılım olduğu ileri sürülebilir. Şekil 2’de standardize edilmiş artık değerler ve standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan saçılma diyagramının doğrusal bir ilişki gösterdiği, noktaların bir eksen etrafında toplanma eğilimi olduğu söylenebilir.

Bağımsız değişkenler arasındaki çoklu bağlantı sorununun olup olmadığına bakılmış ve tolerans ve VIF değerlerinin uygun aralıkta olduğu görülmüştür (Tolerans>.333, VIF<3). Bunun yanı sıra otokorelasyon değerinin uygunluğunu test etmek amacıyla Durbin-Watson değerine bakılmıştır. 2.118 olarak saptanan bu değer -4 ile +4 arasında olduğundan ‘kabul edilebilirdir’ ve

Tablo 2: Değişkenler Arası İlişkiler

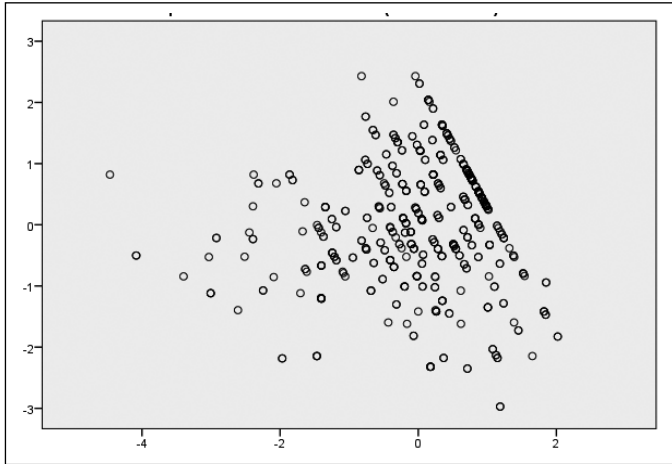
Değişkenler	1	2	3	4	5
1. Empati	1				
2. Mental iyi oluş	.17**	1			
3. Duygusal istismar	-.21**	-.19**	1		
4. Fiziksel istismar	-.17*	-.14**	.68**	1	
5. Soruna yönelme	.34**	.32**	-.13**	-.11*	1
Ort.	77.62	54.21	22.92	21.85	45.64
Ss	8.82	9.48	5.47	5.54	4.27

* $p<.05$, ** $p<.01$.



(Ort= -1.63, S.s.= .99, N=510)

Şekil 1: Sorun çözme becerileri için standardize edilmiş yordanan değerler için histogram grafiği.



Şekil 2: Soruna yönelik sorun çözme becerileri için standardize edilmiş 'artık' ve 'yordanan değerler' için saçılma grafiği.

böylelikle çoklu doğrusal regresyonun tüm varsayımları test edilmiştir. Öte yandan, yordayıcı değişkenlerin bağımlı değişken ile verdikleri kısmi ilişkileri temel alan saçılma diyagramlarından, soruna yönelme alt boyutunun hem 'empati' ile ve hem de 'mental iyi oluş' ile doğrusal ve pozitif bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Yapılan çoklu regresyon analizinin sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Varsayımların karşılanması sonucu yapılan çoklu regresyon analizinin sonucunda empati ve mental iyi oluşun soruna yönelme ile orta düzeyde ilişkisinin olduğu ($R=.436$) ve toplam varyansın %19'unu açıkladığı görülmektedir ($F_{(2,507)}=59.60$, $p<.001$). Empati ($\beta=.30$, $p<.001$) ve mental iyi oluşun ($\beta=.27$, $p<.01$) modele anlamlı bir katkısı bulunmaktadır.

Romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4'e göre romantik ilişkilerde sorun çözme ölçeğinin alt boyutlarından 'soruna yönelme' cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermektedir ($t=3.789$, $p<.001$). Kadınların soruna yönelme puanları erkeklere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Araştırmada son olarak romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ölçeğinin alt boyutlarının 'bir romantik ilişkisi olup olmama' ve 'daha önceden bir romantik ilişki yaşayıp yaşamama' durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem t testi sonuçları Tablo 5'de sunulmuştur.

Tablo 5 incelendiğinde romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri 'halen romantik ilişkisi olma' durumuna göre incelendiğinde soruna yönelme alt boyutu ile ilişkisi olma durumu arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir ($t=3.809$, $p<.001$). Romantik ilişkisi olanların soruna yönelme puan ortalamaları, romantik ilişkisi olmayanlara göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Aynı şekilde daha önceden en az bir defa romantik ilişki yaşamış kişilerin romantik ilişki hiç yaşamayanlara göre puan ortalamaları daha yüksek çıkmış ve romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin soruna yönelme alt boyutunun daha önce ilişki yaşayıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür ($t=2.482$, $p<.05$).

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde sorun çözme becerileri empati, mental iyi oluş ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulguların sonuçlarına ve bu sonuçların ilgili literatür ışığında tartışılmasına yer verilmiştir. İncelenen literatürde doğrudan romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin empati ve mental iyi oluş ile aralarındaki ilişkinin incelendiği çalışmalara rastlanmadığı için araştırma sonucunda elde edilen bulgular, sorun çözme becerisi ile ilişkili olduğu düşünülen araştırmalar çerçevesinde tartışılmıştır.

Empati ile romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ölçeğinin alt boyutlarından duygusal istismar ve fiziksel istismar arasında negatif yönde, soruna yönelme alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatürde empati ile romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu yüzden ilişkili olduğu düşünülen benzer çalışmalara yer verilmiştir. Karlsberg ve Karlsberg (1994) yaptıkları araştırmada, yakın ilişki ve duygulanım arasındaki bağımlı empati ile arttığını ifade etmişlerdir. Rehber ve Atıcı (2009), ergenler üzerinde yapmış oldukları çalışmada yüksek empatik eğilime sahip bireylerin, düşük empatik eğilim düzeyine sahip olanlara göre sorun çözme düzeyi daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin gerek duygusal, gerekse soruna yönelip çatışma çözme becerileri ile olan ilişkisi literatürdeki çalışmalarla paralellik göstermektedir. Hem kişilerarası ilişkilerde hem romantik ilişkilerde uyumu, doyumunu ve sağlıklı bir gidişatı yakalamak

için bireylerin birbirlerini tanımalarının, anlamalarının ve empati kurabilmesinin ilişkilerde sorunları azaltmasında önemli olduğu düşünülmektedir.

Mental iyi oluş ile romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ölçeğinin alt boyutlarından duygusal istismar ve fiziksel istismar arasında negatif yönde, soruna yönelme alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diener (1984) romantik ilişkiden alınan doyumun öznel iyi oluş ile anlamlı düzeyde

ilişkili olduğunu ve birbirlerini pozitif yönde etkilediklerini ifade etmiştir. Frisch (2000) yapmış olduğu çalışmada yüksek öznel iyi oluşa sahip olan bireylerin etkili sorun çözme becerilerine sahip olduğu sonucunu bulmuştur. Bu sonuçlar araştırmanın bulgusuyla paralellik göstermektedir. Bireylerin yaşamdan aldıkları doyum, kendilerini psikolojik, fiziksel ve mental olarak iyi hissetmelerinin doğal olarak ilişkilerini etkilediği düşünüldüğünde ilişkilerinde yaşadıkları sorunları ve bu sorunlarla baş

Tablo 3: Soruna Yönelmeyi Yordayan Değişkenler

Değişken	B	β	t	p	R	R ²	ΔR^2	F	Tolerans	VIF	Durbin-Watson
Sabit	27.83		16.59	.000***	.436	.19	.19	59.60			
Empati	.14	.30	7.31	.000***							
Mental İyi Oluş	.12	.27	6.77	.000***					.972	1.029	2.118

*** $p < .001$.

Tablo 4: Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Becerileri Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklılıkları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	T	p
Duygusal İstismar	Kadın	284	23.22	5.87	1.408	.160
	Erkek	226	22.54	4.91		
Fiziksel İstismar	Kadın	284	22.57	2.83	1.767	.078
	Erkek	226	21.66	3.09		
Soruna Yönelme	Kadın	284	46.27	3.76	3.789	.000***
	Erkek	226	44.85	4.60		

*** $p < .001$.

Tablo 5: Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Becerileri Alt Boyutlarının 'Bir Romantik İlişkisi Olup Olmama' ve 'Daha Önceden Bir Romantik İlişki Yaşayıp Yaşamama' Durumuna Göre Farklılıkları

Alt Boyutlar	Daha Önceden Romantik İlişki	N	Ortalama	Ss	T	P
Duygusal İstismar	Yaşamış	308	23.03	5.38	.594	.553
	Yaşamamış	202	22.74	5.61		
Fiziksel İstismar	Yaşamış	308	22.31	5.68	.676	.499
	Yaşamamış	202	21.96	5.99		
Soruna Yönelme	Yaşamış	308	46.02	4.19	2.482	.013*
	Yaşamamış	202	45.06	4.33		
Alt Boyutlar	Halen Romantik İlişki	N	Ortalama	Ss	T	P
Duygusal İstismar	Var	218	22.53	5.15	-1.383	.167
	Yok	292	23.21	5.69		
Fiziksel İstismar	Var	218	21.86	5.73	-1.052	.293
	Yok	292	22.40	5.85		
Soruna Yönelme	Var	218	46.46	4.05	3.809	.000***
	Yok	292	45.03	4.33		

* $p < .05$ *** $p < .001$.

etme becerilerini etkileyeceği beklenen bir durumdur. Gerek romantik ilişkilerinde gerekse romantik ilişkilerin devamı olan evlilik yaşamlarında bireylerin mental olarak kendilerini iyi hissetme düzeyleri hem evlilik uyumlarını hem ilişki doyumlarını hem de bu süreçte yaşadıkları sorunları çözmede etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmada elde edilen diğer bir bulgu empati ve mental iyi oluşun romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri ölçeğinin alt boyutlarından soruna yönelme alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucudur. Litaratürde romantik ilişkilerde yaşanan sorunlarda sorun çözme becerilerini yordayan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada daha önce belirtildiği gibi, romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin soruna yönelme alt boyutu ile empati ve mental iyi oluş arasında bir ilişki bulunmuştur. Romantik ilişkilerdeki olası sorunlara karşı soruna yönelme alt boyutunun tek bir değişken tarafından açıklanmadığı, empati ve mental iyi oluş değişkenleri tarafından anlamlı şekilde yordandığı sonucu bulunmuştur. Bireyler gerek romantik ilişkilerinde gerekse kişilerarası ilişkilerinde ne kadar empatik davranırlarsa o kadar karşısındaki kişinin ne hissettiğini ve düşündüğünü anlayabilir, sorunlarla daha kolay başa çıkabilir. Papp, Koros ve Cummings (2010) eşlerin sorun sırasında birbirlerinin duygularını anlayabilme yeteneğinin ve empatinin ilişkinin kalitesinin etkilediğini ileri sürmüştür. Benzer şekilde bireylerin psikolojik ve zihinsel olarak iyi oluşları yaşamlarını ve ruh hallerini etkileyebildiği gibi ilişkilerindeki sorunlarla başa çıkma stratejilerini ve becerilerini etkileyecektir. Yine Deniz ve ark., (2007) üniversite öğrencilerinin sorun çözme yaklaşımlarının onların yaşam doyumlarını yordadığını ifade etmişlerdir. Buradan hareketle mental iyi oluşun kişilerarası ve romantik ilişkilerde sorun çözmenin bir yordayıcısı olduğu gibi, ilişkilerdeki sorun çözmenin de mental iyi oluşun bileşenlerinin anlamlı yordayıcısı olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırmada romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediğine bakıldığında duygusal ve fiziksel istismar alt boyutu ile anlamlı bir farklılık göstermezken soruna yönelme alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık görülmektedir. Türkoğlu (2014) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları sorunları incelediği çalışmasında romantik ilişkilerde sorun çözme becerileri alt boyutlarından duygusal ve fiziksel istismar alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği, fakat soruna yönelme alt boyutunun kadınların lehine anlamlı farklılık gösterdiği sonucu bulunmuştur. Bu sonuçlar bu araştırmanın sonuçlarıyla birebir örtüşmektedir. Kılınçer'in (2012) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde maruz kaldıkları istismar davranışlarını incelediği araştırmanın sonuçlarına göre kızların romantik ilişkide daha fazla maruz kaldıkları bulunmuştur. Erkeklerin fiziksel istismar davranışına daha eğilimli olması, bedensel gücünden, kadının zayıf fizyolojik yapısından kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırmada romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin alt boyutlarının daha önce romantik ilişki yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediğine bakıldığında, duygusal ve fiziksel istismar alt boyutu ile anlamlı bir farklılık

göstermezken soruna yönelme alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık görülmektedir. Daha önce romantik ilişki yaşamayan bireylerin, romantik ilişki yaşayanlara göre daha kaderci oldukları ve "ilk ve tek" gibi 'idealleştirme' yaklaşımlarının daha yüksek olduğu ifade edilmiştir (Küçükarslan, 2011). Önceki ilişkilerin ve bu ilişkilerden çıkarılan derslerin sonraki ilişkileri beslediği düşünülürse, romantik ilişkilerdeki sorunları çözmede önceden ilişki yaşama durumunun incelenmemesinin bir eksiklik olduğu ileri sürülebilir. Araştırmada son olarak romantik ilişkilerde sorun çözme becerilerinin alt boyutlarının, halen romantik ilişki yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediğine bakıldığında, duygusal ve fiziksel istismar alt boyutu ile anlamlı bir farklılık görülmez iken, soruna yönelme alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık görülmektedir. Aba (2008)'nin 'flört' ilişkisi bulunan 624 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırma sonuçlarına göre, kadınların % 41.2'si ve erkeklerin de % 48.1'i romantik arkadaşlarına karşı psikolojik şiddet uygulamışlardır. Demir, Baran ve Ulusoy (2005), yaptıkları çalışmada ergenlerin 'flört ettikleri' birisinin olmasının, kendisine ilişkin memnuniyet duygusunu arttırdığını göstermiştir. 'Kendisine ilişkin memnuniyet duygusu' yüksek kişilerin, ilişkilerinde yaşadıkları sorunlar ile daha kolay baş edebileceği düşünülmektedir.

Erkan ve ark. (2012)'nin üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin hangi alanlarda sorun yaşadıklarını incelenmiştir. Öğrencilerin yaşadıkları sorunlar 11 kategoride toplanmıştır. Araştırma sonuçlarında öğrencilerin en fazla sorun yaşadığı alanlara bakıldığında duygusal sorunlar birinci sırada, romantik ilişkiler ise dördüncü sırada yer almaktadır. Üniversite çağları geç ergenlik döneminden genç yetişkinliğe geçiş evresi veya evlilik öncesi hazırlık dönemi olarak düşünüldüğünde, bu sorunların yoğun şekilde yaşanılması beklenen bir durumdur. Bu oranların yüksekliğine ve söz konusu sorun alanlarında çalışmaların da az olmasına dikkat çekilmek istenmiş; duygusal ve romantik sorunların altında yatan sebeplerin ve söz konusu sorunlarla baş etme yöntemlerinin araştırılmasının, romantik ilişkilerdeki anlaşmazlıkları azaltacağı ve literatüre de katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

KAYNAKLAR

- Aba, Y. A. (2008). *Çatışmaların çözümüne yaklaşım ölçeği'nin (the revised conflict tactics scales (CTS2) üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Abraham, M. (1999). Sexual abuse in South Asian immigrant marriages. *Violence Against Women*, 5(6), 591-618.
- Ay, F., & Özcan, N. (2003). Hemşire ve ebe öğrencilerin empati becerileri ve kişilerarası ilişki tarzlarının incelenmesi. II. Uluslararası & IX. Ulusal Hemşirelik Kongresi (07-11 Eylül) Kitabı, pp. 314-317.
- Aydın, A. (1996). *Empatik becerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Buunk, B. P., Gibbons, F. X., & Buunk, A. (2013). *Health, coping, and well-being: Perspectives from social comparison theory*. New York and Hove: Psychology Press.

- Canbay, H. (2010) *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Cenkseven, F., & Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Close, S. M. (2005). Dating violence prevention in middle school and high school youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 18(1), 2-9.
- Cohen, D. A. (1992). Empathy in conduct disordered youth. Master of Arts Thesis, Simon Fraser University, Department of Psychology, Canada.
- Collins, W. A. (2003). More and myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Cramer, D. (2002). Linking conflict management behaviours and relational satisfaction: The intervening role of conflict outcome satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(3), 425-432.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85. Retrieved from https://www.uv.es/~friasnav/Davis_1980.pdf
- Demir, N. Ö., Baran, A. G., & Ulusoy, D. (2005). Türkiye’de ergenlerin arkadaş-akran grupları ile ilişkileri ve sapmış davranışlar: Ankara örnekleme. *Bilgi/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, 32, 83-108.
- Demirci, İ. (2012). *Öğretmen adaylarının öz bilgi ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Deniz, M.E., Hamarta, E., Arslan, C., & Başçıftçi, F. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu, umutsuzluk ve akademik başarılarının problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesi, 16. *Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi*, 5-7 Eylül 2007, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Diener, E. (2001). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425.
- Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Doğan, T., & Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.
- Dost, M. T. (2010). Güney Afrika ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(158).
- Dökmen, Ü. (2003). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem yayıncılık.
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, Z. C., & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164).
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun, öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanma ile yaşam amaçlarını belirleme açısından incelenmesi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24(1), 44-51.
- Frisch, M.B. (2000). Improving mental and physical health care through quality of life therapy and assessment. In E. Diener, and D.R. Rahtz, (Eds.), *Advances in quality of life. Theory and research*, (pp. 207-241). Dordrecht: Kluwer Academic Press.
- Genç, S. Z., & Kalafat, T. (2010). Öğretmen adaylarının empatik becerileri ile problem çözme becerileri. *Kuramsal Eğitimbilim*, 3(2), 135-147.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- Gülaçtı, F. (2009). *Sosyal beceri eğitime yönelik programın üniversite öğrencilerinin sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi* (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hamurcu, H. (2011). *Ergenlerin yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşlarını yordamada psikolojik ihtiyaçlar* (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Hançerlioğlu, O. (1988). *Ruh bilim sözlüğü*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Hasta, D., & Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104.
- Helvacı-Küçük, F. (2012). *Romantik ilişkilerde sorun çözme ve sosyal ilginin aşka ilişkin tutumlarla ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development. Implications for caring and justice*. Cambridge: Cambridge University Press. Retrieved from <http://catdir.loc.gov/catdir/samples/cam032/99029669.pdf>
- İlhan, T. (2005). *Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlhan, T., & Özbay, Y. (2016). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-118.
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2004). Empathy and offending: A systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 9, 441-476.
- Kahn, J. H., Hessling, R. M., & Russell, D. W. (2003). Social support, health, and wellbeing among the elderly: What is the role of negative affectivity? *Personality and Individual Differences*, 35(1), 5-17.
- Kalkan, M. (2008). Ergenler için romantik ilişkilerde sorun çözme ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirliği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15, 131-138.
- Karlsberg, J. A., & Karlsberg, R. C. (1994). The affectionate bond: The goal of couple-centered therapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 34(1), 132-141.

- Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh mental iyi oluş ölçeği'nin türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Happiness Well-Being*, 3, 103-115. Retrieved from <http://www.journalofhappiness.net/frontend/articles/pdf/v03i01/Psikolojikiyioluss.pdf>
- Kılınçer, A. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde algıladıkları istismar* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kışlak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum*, 2(5), 35-41.
- Koroğlu, M. (2012). *Emniyet personelinin empatik becerileri, çatışma ve şiddete ilişkin farkındalıkları ile çatışma çözme stilleri* (Doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Küçükarslan, M. (2011). *Mersin üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Lawrence, E. J., Shaw, P., Baker, D., Baron Cohen, S., & David, A.S. (2004). Measuring empathy: Reliability and validity of the Empathy quotient. *Psychological Medicine*, 34, 911-924.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141-169.
- Loring, M. T. (1994). *Emotional abuse*. New York: Lexington Books.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood*. New York: The Guilford Press.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42(1), 31-37.
- Myers, D., & Diener, E. (1995). Who is happy? *American Psychological Society*, 6, 1-19.
- O'Keefe, M. (1997). Predictors of dating violence among high school students. *Journal of Interpersonal Violence*, 12, 546-568.
- Özyazıcıoğlu, N., Aydınöğlu, N., & Aytekin, G. (2009). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin empatik ve problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12(3), 46-53.
- Papp, L. M., Kouros, C. D., & Cummings, E. M. (2010). Emotions in marital conflict interactions: Empathic accuracy, assumed similarity, and the moderating context of depressive symptoms. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 367-387.
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A., & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 434.
- Rehber, E., & Atıcı, M. (2009). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözme davranışlarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(1), 323-342.
- Ryan, R. M. (2009). Self-determination theory and well-being. *Wellbeing in Developing Countries (WeD) Research Review 1 – June*. Retrieved from http://www.bath.ac.uk/soc-pol/welldev/wed-new/network/research-review/Review_1_Ryan.pdf
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-719.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Saygın, Y., & Arslan, C. (2009). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 207-222.
- Segrin, C., & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 43, 637-646.
- Siewert, K., Antoniw, K., Kubiak, T., & Weber, H. (2011). The more the better? The relationship between mismatches in social support and subjective well-being in daily life. *Journal of Health Psychology*, 16(4), 621-631.
- Sorensen, S. (2007). *Adolescent romantic relationships*. New York: ACT for Youth Center of Excellence Research Facts and Findings.
- Soylu, Y., & Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 44-54.
- Staub, E. (1987). Commentary on part I. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), *Empathy and its development. Cambridge studies in social and emotional development*. New York: Cambridge University Press.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Suldo, S. M., Friedrich, A., White, T., Farmer, J., Minch, D., & Michalowski, J. (2009). Teacher support and adolescents' subjective well-being: A mixed-methods investigation. *School Psychology Review*, 38(1), 67-85.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Şahin, M. (2013). *Affedililik ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Şimşek, S. (2010). *Ergenlerde davranış problemlerinin anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topçu, Ç., Erdur Baker, Ö., & Çapa-Aydın, Y. (2010). Temel empati ölçeği Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 34, 174- 180.
- Tutarel-Kışlak, Ş., & Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Tutuk, A., Al, D., & Doğan, S. (2002). Hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerisi ve empati düzeylerinin belirlenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 6(2), 36-41.
- Türkoğlu, Z. (2014). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde sorun çözme becerileri ile affedici özellikleri* (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Uğurlu, C. T. (2013). Öğretmenlerin iletişim becerisi ve empatik eğilim davranışlarının çocuk sevmeye düzeyleri üzerine etkisi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(2), 51-61.
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584-590.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678.
- Watson, D. (1988). Intraindividual and interindividual analyses of positive and negative affect: Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1020-1030.
- Williams, S. O., & Connolly, J. (1997). Revisiting intimacy and autonomy. *A lifespan approach. Paper presented at the biannual meeting of The Society For Research in Child Development*. Washington, D.C.
- World Health Organisation. (2004). *Promoting Mental Health; Concepts Emerging Evidence and Practice* (Summary report). Geneva.
- Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yurttaş, A., & Yetkin, A. (2003). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin empatik becerileri ile problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6(1), 1-13.