

Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık mı?

Initiating Romantic Intimacy at Emerging Adulthood: Is it Intimacy or Isolation?

Ali Eryılmaz¹ ve Leyla Ercan²

Öz: Bu çalışmanın amacı, beliren yetişkinlik döneminde romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile yalnızlık ve cinsiyet arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışmada 19-25 yaşları arasında 110 kadın ve 106 erkek toplam 216 beliren yetişkin yer almıştır. Araştırmada Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri Ölçeği ve UCLA yalnızlık ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada, yalnızlık ve romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri arasındaki ilişkiler aşamalı regresyon analizi yöntemi ile; romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanma ile cinsiyet arasındaki ilişkiler bağımsız gruplar için t-testi tekniği ile incelenmiştir. Araştırmada, romantik yakınlığın belirleyicilerini kullanma açısından, cinsiyete dayalı farklar bulunmuştur. Yalnızlığı, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden olan kendilik algısının anlamlı düzeyde yordadığı sonuna varılmıştır. Bulgular beliren yetişkinlik dönemi, kültürel yapı ve toplumsal cinsiyet bağlamında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Beliren yetişkinlik, romantik yakınlık, yalnızlık.

Abstract: Initiating romantic intimacy at emerging adulthood: Is it intimacy or isolation? This study examines the association between the markers of starting romantic intimacy, gender and loneliness. A total of 216 individuals (110 female and 106 male) completed the UCLA and Markers of Starting Romantic Intimacy Scale. Step-wise regression analysis method is used in order to investigate the relationship between loneliness and markers of starting romantic intimacy, and also t-test is used for gender differences on markers of starting romantic intimacy. Regression analysis shows that self perception is the most important predictors of loneliness. There are also gender differences for using starting romantic intimacy markers. Results are discussed with respect to emerging adulthood, gender and cultural factors.

Keywords: Emerging adulthood, romantic intimacy, loneliness.

İnsanlar toplumsal varlıklardır. En küçük yaşam olaylarında bile birbirlerine ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle yakınlık konusu çok önemlidir. Psikolojide, yakınlığın insan gelişimindeki önemini dile getiren bilim adamı Erikson'dur. Erikson'un (1968) psiko-sosyal gelişimdeki altıncı dönemi, yakınlığa karşı yalıtılmışlığı içerir. Bu dönem aynı zamanda, genç yetişkinliğe denk gelir. Erikson'a (1968) göre yakın ilişkiler, genç insandan kendini adamayı ve bakım sunmayı ister. Ergenliğinde güçlü bir kendilik duygusu kazanan genç yetişkin, kendi kimliğini bir değeriyle bütünleştirmeye hazırdır. Erikson'a göre (1968), eğer bu dönemdeki genç yetişkinler diğerleriyle derin kişisel bağlanmalar gerçekleştiremezse, yalıtılmışlık yaşarlar ve kendilerine odaklanırlar. Sevgi ve karşılıklı adanma ile genç yetişkinler bir yaşamı paylaşır hale gelirler; çocuk sahibi olurlar ve çocuklarının gelişmeleri için çaba gösterirler.

Erikson'un (1968), gelişim dönemleri yaklaşımına göre bireyler, ergenlikten sonra yetişkinliğe geçmektedirler. Bu dönemdeki bireyler, genç yetişkin olarak tanımlanmaktadır. Bu gelişimsel tanımlamaların aksine, İkinci Dünya Savaşından sonra ergenliğe ve yetişkinliğe geçişte, genç yetişkinlerin ve hatta yetişkinlerin yaşamlarında ciddi değişiklikler olmuştur. Son yarım yüzyıldaki sosyal ve ekonomik değişimlerden dolayı günümüzde ergenliğin başlangıcı onlu yaşların başına doğru, hatta daha da erken yaşlara doğru bir kayma göstermiştir. Ayrıca, ergenliğin niteliği de eskiye oranla oldukça değişmiştir. Ergenlikteki değişimlere benzer olarak son yarım yüzyılda yetişkinliğe geçişte, ortalama 18-25 yaşlar arasındaki bireylerin ve hatta yetişkinlerin rollerinde de değişiklikler olmaya başlamıştır (Arnett, 2000; 2004). Bu son yarım yüzyıldaki değişiklikler, ortalama 18-25 yaşlar arasındaki bireylerin gelişimlerinin doğasını da değiştirmiştir.

¹ Dr, Psikolojik Danışman, Ankara Lisesi, Ankara.

² Yrd. Doç. Dr., Gazi Üniversitesi, Ankara.

(Arnett, 2000; 2003; 2004). Çünkü evlilik, ana baba olma, eğitimi tamamlama ve kendine ait bir evde yaşama yaşları yirmili yaşların sonuna doğru ilerlemiştir. 18-25 yaşları arasındaki bireylerin, yetişkin yaşamlarına girdiklerine ve yetişkinlik rollerini üstlendiklerine ilişkin kesin kanıtlar da bulunmamaktadır (Arnett, 1994; 2000; 2004). Bu yaşlardaki bireylerin özelliklerinde çok büyük farklılıklar göze çarpmaktadır (Arnett, 1997; 1998; 2000; 2003; 2004; Casper ve Bianchi, 2002). Tüm bu farklılıklardan dolayı, bu dönem gençlik ya da yetişkinlik dönemi olmaksızın “beliren yetişkinlik dönemi (emerging adulthood)” (Arnett, 2000) olarak ortaya atılmıştır. Türkiye’de de beliren yetişkinlik ve beliren yetişkinlere yönelik çalışmalar da bulunmaktadır (Atak, 2005, 2006; Atak ve Çok, 2007). Yapılan bu çalışmalara göre Türkiye’de beliren yetişkinlik döneminin 19-26 yaş sınırları arasında yaşandığı bulunmuştur.

Beliren yetişkinlik aşk, iş ve dünya görüşü olmak üzere üç temel alandaki kimlik keşfinin yoğun olarak yaşandığı dönemdir. Kimlik keşfi süreci beliren yetişkinleri, diğerleriyle yakınlık etkileşimleri içinde olmaya güdüler (Arnett, 1997; 1998; 2000; 2003; 2004). Beliren yetişkinlikte kimlik keşfinin bir uzantısı olarak, yakın ilişkiler ve romantik yakınlık konusu ele alınabilir. Bu bağlamda romantik ilişkilere, ana-baba ve çocuk arasında gerçekleşen ilişkilere ve arkadaşlık ilişkilerinin tümüne yakın ilişkiler denilmektedir. Bu ilişkileri birbirinden ayıran temel nokta, ilişkinin niteliğine bağlı olarak yakınlık etkileşimlerinin farklılık göstermesidir. Romantik ilişki, yakın ilişkilerin önemli bir ögesidir. Bu noktada romantik ilişkilerin özellikleri ele alınabilir. Hatfield (1988)’e göre romantik ilişkiye sahip bireyler bilişsel, duygusal ve davranışsal özellikler sergilerler. Bu özelliklere dayalı olarak Moss ve Schwebell (1993) romantik ilişkileri bağlanma, duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılıklık olmak üzere beş faktörle açıklar. Sternberg (1986; 1988) ise, aşkın yakınlık, tutku ve bağlanma olmak üzere üç önemli ögesi olduğunu belirtmektedir. Sternberg’e göre (1999) yakınlık, yakın arkadaşlık ve bağlanma anlamına gelir. Moss ve Schwebell’in (1993) beş ögesi ile Sternberg’in (1999) üçgen aşk kuramı birbirine benzerlik gösterir. Bilişsel ve duygusal yakınlık Sternberg’in (1988) yakınlık kavramına denk gelmektedir.

Romantik yakınlığı sürdürebilmenin ve kimlik keşfini gerçekleştirmenin yolu, romantik yakınlığı başlatabilmektir. Literatüre bakıldığında, romantik ilişkilerin bir süreç olarak ele alındığı görülür. Bu sürecin sürdürülmesindeki ve sonlandırılmasındaki faktörlere ilişkin literatürde bilgilerin ve bulguların olduğu görülmektedir (Sternberg, 1986; 1988; 1999). Romantik yakınlığı başlatmak da bu sürecin

bir ögesidir. Başlatmaya ilişkin belirleyicileri ortaya koymak gerekir. Bu konuda, henüz çalışmaların yeni olduğu görülür. Yapılan çalışmalara bakıldığında beliren yetişkinler için, romantik yakınlığı başlatmanın beş önemli belirleyicisi olduğu sonucuna varılmıştır. Kendilik algısı, kendilik bilgisi, davranışsal yakınlık, bilişsel ve duygusal yakınlık ve romantik sözelleştirme anılan belirleyicilerdendir (Eryılmaz ve Atak, 2009). Bu belirleyiciler kısaca ele alınabilir. Kendilik algısı sempatiklik, çekicilik ve akıllılık gibi kişisel yeterliliklere ilişkin değerlendirmeleri içermektedir. Davranışsal yakınlık, ilgi duyulan kişiyle zaman geçirme, kişinin telefon numarasını alma gibi davranışsal öğeler içermektedir. Duygusal ve bilişsel yakınlık, bakış açısı almayı, diğerini düşünmeyi ve duyguları içermektedir. Kendilik bilgisi, dürüstlüğü, başkalarının duygularına ve düşüncelerine saygılı olmayı içermektedir. Romantik sözelleştirme ise şiir yazmak, anlamlı sözler söylemek gibi sözel yakınlık göstergelerini içermektedir (Eryılmaz ve Atak, 2007b; 2009).

Türkiye’de romantik yakınlığı başlatma konusunda erkeklerin algılanan kontrol düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Eryılmaz, 2004; 2006). Romantik yakınlığın belirleyicilerini kullanma açısından cinsiyete dayalı farklılıklar da bulunmuştur. Bu bağlamda erkekler daha çok romantik sözelleştirmeyi, duygusal ve bilişsel yakınlığı kullanmaktadırlar. Kadınlar ise, kendilik algısını ve kendilik bilgisini kullanmaktadırlar. Tüm bunların yanında davranışsal yakınlık açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Eryılmaz ve Atak, 2009). Bu bilgilere ve bulgulara bakıldığında romantik yakınlığı başlatma sürecini daha iyi anlamak ve daha genellenebilir bilgiler elde etmek adına araştırmalarda cinsiyetin etkisine bakmak faydalı olabilir.

Literatürde, beliren yetişkinlerin romantik yakınlıkları başlatmalarında etkili olan faktörlere ilişkin bir takım kuramsal açıklamalar yer almaktadır. Aşağıda romantik yakınlığı başlatmada etkili olduğu kuramsal olarak ifade edilen yalnızlık konusuna değinilmiştir.

Yalnızlık, bütün gelişim dönemlerindeki bireyleri etkileyen ve bireylere acı veren bir deneyimdir (Cacioppo, Hughes, Waite, Hawkley ve Thisted, 2006). Bu deneyim, bireylerin kişilerarası ilişkilerden beklentilerine ve ilişkilerden duydukları doyuma bağlı olarak şekillenmektedir. İnsanlar, kendi başlarına oldukları durumda yalnızlık hissetmezlerken öte yandan kalabalıklar içerisinde kendilerini yalnız hissedebilmektedirler (Qualter ve Munn, 2002). Yalnızlığın insan yaşamındaki yerini gördükten sonra literatürdeki tanımlarına bakılabilir. Sullivan (1953)’a göre yalnızlık, bireyin kişilerarası ilişkilerindeki yakınlık ihtiyacının giderilemediği ya da yetersiz olduğu zamanlarda ortaya çıkan, çoğunlukla

istenmeyen, hoş olmayan bir deneyimdir. De Jong-Gierveld'e (1998) göre ise, yalnızlık, özellikle bireyin istediği ilişkileri kurmada kendini kişisel olarak yetersiz hissettiğinde ortaya çıkan ve arzu edilen kişilerarası ilişkiler ile sahip olunan kişilerarası ilişkiler arasında fark yaşandığında hissedilen bir durumdur. Bu tanımlardan hareketle yalnızlığın öznel bir değerlendirme olduğu sonucuna varılabilir. Tüm bunların yanında, yalnızlık tek ve çok boyutlu olarak da ele alınmaktadır. Yalnızlığı tek boyutlu olarak ele alan yaklaşımlara göre yalnızlık, farklı yoğunlukta ve düzeyde yaşanan ve yaşamın bütün yönlerini etkileyen evrensel bir olgudur. Bir diğer görüşe göre yalnızlık, çok boyutlu bir yapıya sahiptir. Bu bağlamda yalnızlığın toplumsal ve duygusal olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Weiss'e (1973) göre duygusal yalnızlık eş, aile veya karşı cins ile bağlanma eksikliğinden ya da yoksunluğundan, toplumsal yalnızlık ise sosyal ağlardaki yetersizlik ve yoksunluklardan kaynaklanmaktadır.

Erikson (1968), yetişkinliğin ilk yıllarının en önemli tehdidinin yakın ve derin ilişki kuramayıp yalnız kalmak olduğunu belirtir. Yakın ilişki kurabilmek için gerekli yetileri geliştiren birey başka bir yetişkine bağlanıp karşılıklı doyum sağlayan bir ilişki kurabilir. Bu derin ilişkiyi bulamamak yalnızlık, uzaklık ve farklılık duyguları yaratabilir. Başka bir ifadeyle, bu dönemdeki genç yetişkinler diğerleriyle derin kişisel bağlanmalar gerçekleştirmezse, yalıtılmışlık yaşarlar ve kendilerine odaklanırlar. Bu gelişim döneminde ifade edilen yalıtılmışlık kavramının "yalnızlık" kavramıyla paralel olduğu düşünülmektedir.

Ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde romantik yakınlığı başlatmayla yalnızlık arasındaki ilişkileri inceleyen doğrudan çalışmaların olmadığı görülür. Öte yandan, yakın ilişkiler kapsamında ulusal ve uluslararası literatürde çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Örneğin, Öksüz (2005) duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi konusunda bir çalışma yapmıştır. Çalışma sonucunda, "duyguların açılması eğitimi", üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin azalmasını sağlayarak öğrencilerin gelişimine olumlu etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Eldeleklioğlu ise (2008), yalnızlığın belirleyicileri olarak cinsiyet, duygusal ilişki, internet kullanımı, algılanan sosyal destek ve sosyal beceri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Bulgulara göre, duygusal birlikteliğin yalnızlık üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır.

Romantik yakınlık kurma, tüm yaşam döneminde önemli olmasına karşın özellikle ergenlikte ve beliren yetişkinlikte gelişimsel bir görev olarak kabul edilmektedir (Erikson, 1968; Arnet, 2000). Beliren yetişkinler için, romantik yakınlık sadece cinsel çekimi değil aynı zamanda değerleri, inançları, mut-

luluğu, tercihleri, duyguları, sırları, üretkenliği de içermektedir. Bir başka insanla romantik yakınlığı başlatma ve sürdürme yeteneği, beliren yetişkinlerin sağlıklı bir kimlik keşfi için önemli ölçütlerden biridir (Arnet, 2000). Bununla birlikte, literatürde romantik yakınlığın nasıl başladığına ve hangi faktörlerin bu süreci etkilediğine ilişkin bilgilerin ve bulguların çok az olduğu görülmektedir. Tüm bunlara ek olarak beliren yetişkinlerin üniversite psikolojik danışma merkezlerine başvurma nedenlerinin en önemlilerinden birinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları zorluklar olduğu bildirilmektedir (Creasey, Kershaw ve Boston, 1999). Kimlik keşfinin yaşandığı, ciddi bilişsel, sosyal ve duygusal değişmelerin meydana geldiği beliren yetişkinlik dönemini kapsayan üniversite yıllarında yaşanan romantik ilişkiler bireyin gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Beliren yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerle ilgili yapılan araştırmaların sonuçları (Connolly ve Konarsky, 1994; Furjman ve Schaffer, 2003) bu dönemde yaşanan romantik ilişkilerin beliren yetişkinlerin, yetişkinlik yaşamına daha iyi uyum sağlamak için gerekli davranışları geliştirmelerinde çok önemli etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Bu denli öneme sahip bir konuda yapılacak çalışmalar alana katkı sağlayabilir. Sonuç olarak bu çalışmada, beliren yetişkinlik döneminde yalnızlık ile romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ayrıca, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanma açısından cinsiyete dayalı fark olup olmadığı da ele alınmıştır.

Yöntem

Bu çalışma, ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. Çalışmada, yalnızlık ile romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri arasındaki ilişkiler ve romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanma ile cinsiyet arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Çalışma Grubu

Bu çalışma 2009–2010 eğitim-öğretim yılında, Gazi Üniversitesinde eğitim gören 19–25 yaşları arasında 110 kadın ve 106 erkek üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmada yer alan beliren yetişkinlerin yaş ortalaması 22.67 ve standart sapması 1.50'dir. Çalışma grubunda yer alan beliren yetişkinlerin 107'si (%49,5'i) sayısal ve 109'u (%50,5'i) sözel bölüm öğrencisidir.

Araştırmada Kullanılan Ölçekler

Araştırmada, Romantik Yakınlığı Başlatmanın Belirleyicileri Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerin psikometrik özelliklerine ait bilgiler aşağıda yer almaktadır:

Romantik Yakınlığı Başlatmanın Belirleyicileri Ölçeği: Eryılmaz ve Atak (2009) tarafından geliştirilmiştir. Beş boyutlu bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutlarının isimleri, Kendilik Bilgisi, Kendilik Algısı, Davranışsal Yakınlık, Duygusal ve Bilişsel Yakınlık ve Romantik Sözeleştirmedir. Ölçek geliştirme aşamasında, açıklayıcı faktör analizi ile ölçeğin faktör yapısı incelenmiştir. Bu beş boyutlu ölçeğin açıklanan varyansı %61,72 bulunmuştur. Ölçeğin tamamının iç tutarlık değeri ,83; alt ölçeklerin iç tutarlılık değerleri ,55 ile ,79 arasında değişmektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik değeri ,83 olarak bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından bireylerin genel yalnızlık düzeylerini belirlemek için geliştirilen ölçek, Türkçeye Demir (1989) tarafından uyarlanmıştır. Likert tipinde kendini değerlendirme aracı olan ölçek, 20 maddeden oluşmakta ve 1 (hiçbir zaman) ile 4 (her zaman) arasında puanlanmaktadır. UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden en yüksek alınan puan 80, en düşük alınan puan ise 20'dir. Bireyin aldığı yüksek puan, yüksek yalnızlık düzeyi anlamına gelmektedir. Ölçeğin orijinalinin alfa katsayısı ,94, Demir'in (1989) çalışmasında ise alfa katsayısı ,96 bulunmuştur.

İşlem

Çalışmada, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanmanın cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi tekniği ile analiz edilmiştir. Ayrıca, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinin yalnızlıkla ilişkisi aşamalı regresyon analizi tekniği ile incelenmiştir.

Bulgular

Araştırma bulguları, iki ana başlık altında ele alınmıştır. Bu bölümde öncelikle t-testi sonuçlarına, daha sonra

aşamalı regresyon analizi sonuçlarına değinilmiştir.

a) Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri İle Cinsiyet Arasındaki İlişkiler

Romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerine sahip olma açısından cinsiyete dayalı bir fark olup olmadığı, bağımsız gruplar için t-testi yöntemiyle incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo-1'de yer almaktadır.

Tablo-1 incelendiğinde, romantik yakınlığı başlatma konusunda cinsiyete göre anlamlı bir fark olduğu görülür. Erkek beliren yetişkinlerin romantik yakınlığı başlatma ortalama puanlarının (\bar{X} =51.05), kadın beliren yetişkinlere göre (\bar{X} =45.55) daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Erkekler, kadınlara oranla (t =-4.97; p =0.00) romantik yakınlığı daha rahat başlatabilmektedirler. Aynı zamanda erkekler, davranışsal yakınlık, duygusal ve bilişsel yakınlık ve romantik sözeleştirme boyutlarında kadınlara oranla daha yüksek ortalamaya sahiptirler.

b) Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri İle Yalnızlık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Çalışmada, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinin yalnızlık üzerindeki etkisi, aşamalı (stepwise) regresyon analizi yöntemiyle incelenmiştir. Öncelikle, yalnızlık, romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileri alt ölçeklerine ve ölçek toplam puanına ilişkin betimsel istatistikler Tablo-2'de verilmiştir.

Tablo-2'de betimsel istatistikler yer almaktadır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo-3'te verilmiştir.

Tablo-3 incelendiğinde, yalnızlık ile romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileri arasındaki ilişkiler görülmektedir. Bu sonuçlara göre, yalnızlık ile kendilik algısı belirleyicisi arasında düşük düzeyde ve negatif yönde ilişkiler bulunmaktadır (r = -.36; p < .01).

Tablo 1. Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicilerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t-değeri	p-değeri
RYBBÖTP**	Erkek	106	45.55	7.58	-4.97	.00*
	Kadın	110	51.05	7.11		
Kendilik Algısı	Erkek	106	11.75	2.26	.55	.58
	Kadın	110	11.58	2.00		
Davranışsal Yakınlık	Erkek	106	11.26	2.26	-4.90	.00*
	Kadın	110	12.87	2.07		
Duygusal Bilişsel Yakınlık	Erkek	106	6.70	2.28	-5.19	.00*
	Kadın	110	8.37	1.96		
Kendilik Bilgisi	Erkek	106	9.63	1.69	-.73	.46
	Kadın	110	9.82	1.69		
Romantik Sözeleştirme	Erkek	106	6.18	2.08	-6.99	.00*
	Kadın	110	8.39	2.15		

Not: * p < .0.01; **RYBBÖTP: Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri Ölçeği Toplam Puanı

Tablo 2. *Betimsel İstatistikler*

Değişkenler	n	Ortalama	Standart Sapma
Kendilik Algısı	216	11.67	2.15
Davranışsal Yakınlık	216	11.92	2.36
Duygusal ve Bilişsel Yakınlık	216	7.37	2.35
Kendilik Bilgisi	216	9.74	1.66
Romantik Sözcük Sözcük	216	7.05	2.35
RYBÖTP	216	34.85	4.62
Yalnızlık Ölçeği Toplam Puanı	216	34.85	8.33

*RYBÖTP: Romantik Yakınlığı Başlatma Ölçeği Toplam Puanı

mantik yakınlığı başlatmanın belirleyicilerinden olan kendilik algısının, yalnızlığı anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir ($R=.36$, $R^2=.13$, $F=26.91$, $\beta=-.36$, $p<.01$). Bu sonuçlara göre, kendilik algısı yalnızlıkta ki varyansın %13'nü açıklamaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanmanın cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı ve romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinin yalnızlıkla ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizlere göre, erkek beliren yetişkinler kadın beliren yetişkinlere göre, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden olan davranışsal yakınlığı, romantik sözcük sözcük, duygusal ve bilişsel yakınlığı daha çok kullanmaktadırlar. Ayrıca, kadınlara göre romantik yakınlığı daha rahat başlatmaktadırlar. Yalnızlıkla, romantik yakınlığı başlatma arasındaki ilişkide,

Tablo 3. *Pearson Korelasyonu Sonuçları*

	Değişkenler				
	Kendilik Algısı	Davranışsal Yakınlık	Duygusal Yakınlık	Kendilik Bilgisi	Romantik Sözcük Sözcük
Yalnızlık	-.36**	-.28**	-.10	-.18*	.03

Not: * $p<.05$; ** $p<.01$; **RYBÖTP: Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri Ölçeği Toplam Puanı

İkinci olarak davranışsal yakınlık ile yalnızlık arasında düşük düzeyde ve negatif yönde ($r= -.28$; $p<.01$); son olarak kendilik bilgisi ve yalnızlık arasında düşük düzeyde ve negatif yönde ($r= -.18$; $p<.05$) bir ilişki olduğu görülmüştür.

Çalışmada, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinin yalnızlık üzerindeki etkisi aşamalı regresyon analizi yöntemiyle incelenmiştir. Analiz tek aşamada gerçekleşmiştir. Romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicilerinden sadece kendilik algısının yalnızlıkla anlamlı bir ilişkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Aşamalı regresyon analizi sonuçları ise Tablo-4'te verilmiştir.

Tablo-4 incelendiğinde, aşamalı regresyon analizi sonuçları görülür. Sonuçlar incelendiğinde, ro-

romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden olan kendilik algısının etkisinin önemli ve anlamlı olduğu bulunmuştur. Bir başka deyişle, beliren yetişkinlerin kendilik algılarının olumlu olması, onların daha az yalnızlık yaşamalarıyla ilişkili bulunmuştur.

Cinsiyetin, romantik yakınlığı başlatmadaki etkisi genel olarak değerlendirildiğinde, bu çalışmanın bulguları daha önceki çalışmaları doğrular niteliktedir. Daha önceki çalışmalarda da erkeklerin kadınlara göre romantik yakınlığı daha rahat başlattıkları bulunmuştur (Eryılmaz ve Atak, 2009). Bu konuda erkeklerin kadınlara göre algılanan kontrollerinin daha yüksek olduğu sonucuna da varılmıştır (Eryılmaz, 2004;2006). Bunlara ek olarak, toplumsal baskılık kuramının belirttikleri ile de bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermiştir (Myers, 1996).

Çalışmada erkeklerin romantik sözcük sözcük, davranışsal yakınlık, duygusal ve bilişsel yakınlık gibi belirleyicileri kadınlara göre daha fazla kullanmalarının nedeni, bu belirleyicilerin özelliklerinde ve kültürel yapıda aranabilir. Bu üç belirleyiciye ilişkin literatürde bilgiler bulunmaktadır. Örneğin davranışsal yakınlık, bireylerin yakınlık deneyimlerini tanımlamalarında merkezi bir role sahiptir (Robson ve Robson, 1998) ve bireylerin yakın ilişkilerinin gö-

Tablo 4. *Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicilerinin Yalnızlığı Anlamlı Düzeyde Açıklayıp Açıklamadığına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları*

Yalnızlık	R	R ²	F	β	t
Kendilik Algısı	0.36	0.13	26.91**	-.36	15.86**

Not: ** $p<.01$

rünümleri hakkında bilgi sunar (Battarbee, Baerten ve Lober, 2002). Literatüre bakıldığında, bireylerin yalnızlıktan kurtulmaları ve daha derin yakınlıklar kurmaları için kendilerini açmaları üzerinde durulmaktadır (Moss ve Schwebel, 1993; Prager, 1995). Hatta sözel yakınlık, yakın ilişkide bulunan birey ile bulunmayan bireyi birbirinden ayıran önemli bir faktör olarak görülmektedir. Bireylerin kendilerine ilişkin detayları dile getirmeleri başka bireylerin de kendilerini açmalarına neden olmaktadır. Dolayısıyla sözel yakınlık, yalnızlıktan kurtulmalarına aracılık etmektedir (Robson ve Robson, 1998).

Yukarıda değinilen bilgiler ve bulgular, romantik yakınlığı başlatmaya ilişkin olarak erkeklerin daha çok kullandığı belirleyicilerin, ilişki başlatmanın somut göstergeleri olduğunu belirtmektedir. Bu somut göstergeleri, erkeklerin kadınlara göre fazla kullanmalarının nedeni, Türk kültürü bağlamında ele alınabilir. Dolayısıyla bulgular, kadın ve erkeğin toplumsallaşma biçimleri ve Türk toplumundaki namus kavramı ile açıklanabilir. Türkiye, kız ve erkekler için farklı toplumsallaştırma süreçlerinin olduğu gelişmekte olan bir ülkedir. Türkiye’de erkeklere göre kızlar daha çok evde zaman geçirmekte, evle ilgili sorumluluklar almakta, kızlardan geleneksel annelik rollerine uymaları beklenmektedir. Daha fazla bağımlı olmaları da istenmektedir. Ana babalar kızlara karşı daha korumacı davranmaktadır (Güneri, Sümer ve Yıldırım, 1999). Öte yandan, erkekler daha özgür olmaya cesaretlendirilmektedir. Toplumda daha bağımsız, daha saldırgan olmalarına ve daha çok dışarıda zaman geçirmelerine izin verilmektedir (Güneri, Sümer ve Yıldırım, 1999; Eryılmaz ve Atak, 2007a). Bu farklı toplumsallaştırma biçiminin etkisi, bireylerin romantik ilişkilerini yapılandırma süreçlerine de yansımaktadır diye düşünülebilir. Toplumdaki namusa ilişkin değer yargıları da göz önünde bulundurulduğunda, Türk kültüründe, romantik yakınlığın başlatılması erkekten beklenir. Bu bir erkeklik görevi, hatta sorumluluğu olarak algılanmaktadır. Tüm bu nedenlerden dolayı, kadınlar romantik yakınlığı başlatmayı isteseler bile somut göstergelerle ilişkiyi başlatmayı erkeklere bırakmış olabilirler. Zira kendilik algısı ve kendilik bilgisi belirleyicilerini kullanma açısından cinsiyete dayalı bir fark olmaması da yukarıda ele alınan düşünceyi desteklemektedir. Çünkü kendilik bilgisi ve kendilik algısı romantik yakınlığı başlatmada somut göstergeler olmayıp; kişilerin kendilerine ilişkin algılarını, bilgilerinin içermektedir ve kültür temellidir (Eryılmaz ve Atak, 2009).

Kendilik algısı ile yalnızlığın ilişkili olmasında, yalnız bireylerin sahip oldukları akılcı olmayan inançları etkili olmuş olabilir. Çünkü yalnızlık ile

akılcı olmayan inançlara sahip olma arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (Young, 1982). Bu bağlamda yalnız bireyler, diğerleri tarafından istenmediklerini ve bu durumu değiştiremediklerini, arkadaş edinebilmek için çekici ve zeki yaşam dolu olmak gerektiğini düşünürler. Bu düşüncelerle de yakın ilişkiye girmekten ve ilişkiyi sürdürmekten kaçınırlar. Ayrıca, yalnızlık duygusuna sahip bireyler, diğer insanların yanında kendilerini rahat hissedemezler. Diğerleri tarafından yargılanacaklarına ve reddedileceklerine inanırlar. Yalnız insanlar, anlaşılmadıklarını ve insanlarla iletişim kuramadıklarını düşünürler. Duygu ve düşüncelerini kendi içlerinde saklamaları gerektiğine inanırlar. Yalnız bireyler, iletişim kurabildiği çok az kadın/erkek olduğuna ve sürekli incitildiklerine inanırlar. Karşı cinsle yakın ilişkiler başlatma konusunda girişimleri yetersizdir ve uygun olmayan arkadaş veya sevgili seçiminde bulunurlar. Tüm bunların yanında yalnız bireyler, tekrar incitilmekten ve hayal kırıklığına uğramaktan çekinme, kendisinde yanlış giden bir şeylerin olduğuna inanma gibi düşüncelere sahiptirler. Geçmişteki hataları düzeltmeyeceklerine inanarak incitilmektense yalnız kalmayı tercih ederler. Tüm bu akılcı olmayan inançlara sahip olan bireylerin elbette ki romantik yakınlığı başlatmada sorun yaşama ihtimalleri yüksek olacaktır. İlerleyen çalışmalarda, romantik yakınlığı başlatma ve akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkilerin ele alınması faydalı olabilir.

Bu çalışmanın bulgularına dayalı olarak, birkaç öneri ortaya konabilir. Bu bağlamda yalnızlık, beliren yetişkinler tarafından yaşanan “kimlik krizinin” sonucunda gerçekleşen bir durum olarak ifade edilmektedir (Arnet, 2000). Bu bilgilerden hareketle, romantik yakınlığı başlatma, kimlik ve yalnızlık değişkenlerinin bir arada ele alındığı çalışmalar yapılabilir. Böylece daha detaylı bilgilere ve bulgulara ulaşılmış olur. İkinci bir öneri olarak, bireylerin kendilik algılarının olumsuz olması daha fazla yalnızlık yaşamalarına neden olmaktadır. Psikolojik danışma ve rehberlik açısından bakıldığında, önleyici olarak bu tür sorunları olan bireylerin, kendilik algılarını daha olumluya götürecek programlar hazırlanabilir. Psikolojik danışma sürecinde ise bireyin kendisini fark etmesi ve anlaması bağlamında, kendilik algısı üzerinde durulabilir.

Sonuç olarak, romantik ilişkilerde bulunmak, beliren yetişkinlerin kimlik keşiflerini gerçekleştirmeleri için bir gelişim görevidir. Bu çalışmada, romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile cinsiyet ve yalnızlık arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. İlerleyen süreçte farklı değişkenlerle daha detaylı bilgilere ve bulgulara ulaşılabilir.

Kaynaklar

- Arnett, J.J. (1994). Sensation seeking: A new conceptualization and a new scale. *Personality and Individual Differences*, 16, 289-296.
- Arnett, J.J. (1997). Young people's conceptions of the transition to adulthood. *Youth and Society*, 29, 1-23.
- Arnett, J.J. (1998). Learning to stand alone: The contemporary American transition to adulthood in cultural and historical context. *Human Development*, 41, 295-315.
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J.J. (2003). Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in American ethnic groups. *New Directions in Child and Adolescent Development*, 100, 63-75.
- Atak, H., (2005). Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
- Atak, H. (Eylül,2006).Türkiye'de yetişkinlik ölçütleri: Dengeye ulaşma mı, sınırlandırılmışlık mı?, *XIV. Ulusal Psikoloji Kongresi*, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Atak, H. & Çok, F. (February 2007. Emerging adulthood and perceived adulthood in Turkey, *3rd Conference on Emerging Adulthood*, Tucson, AZ, USA.
- Battarbee, K., Baerten, N. and Loeber, S. (2002). Pools and satellites intimacy in the city. *Proceedings of DIS 2002*, ACM, 237-245.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., and Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross-Sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Casper, L.M., & Bianchi, SM. (2002). *Continuity and change in the american family*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews In Clinical Gerontology*, 8, 73-80.
- Demir, A. (1989). U.C.L.A. Yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 14-18.
- Eldeleklioğlu, J. (2008). Yalnızlığın belirleyicileri olarak: Duygusal ilişki, internet kullanımı, algılanan sosyal destek ve sosyal beceri. *Eurasian Journal of Educational Research*, 33, pp 127-140.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Eryılmaz, A. (2004). Ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde romantik yakınlığı başlatmada algılanan kontrol. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eryılmaz, A. Perceived control to start romantic intimacy at adolescence and young adulthood periods. paper presented at the *Xth Conference of European Association for Research on Adolescence*, Antalya, Turkey, May 2-6 2006.
- Eryılmaz, A. & Atak, H. (2007a). Kız ergenlerin bakış açısıyla kadınlık ve erkeklik toplumsal cinsiyet kalıp yargıları: "Ah! Bir de özgür olsam". 1. *Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi*, İzmir Ekonomi Üniversitesi, İzmir, Türkiye, 21-24 Haziran.
- Eryılmaz, A. & Atak, H. (2007b). Hazır ya da değilim: Beliren yetişkinlik (emerging adulthood) döneminde romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileri. 1. *Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi Tam Metin Bildiri Kitabı*, İzmir Ekonomi Üniversitesi, İzmir, Türkiye, 21-24 Haziran.
- Eryılmaz, A., & Atak, H. (2009). Ready or not? Markers of starting romantic intimacy at emerging adulthood: Turkish experience. *International Journal of Social Science*, 4 (1), 31-38.
- Guneri, O., Sumer, Z. & Yıldırım, A. (1999). Sources of self-identity among Turkish adolescents, *Adolescence*. 34, 135, 535-546.
- Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. In R. J. Sternberg., & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (p.191-213). New Haven and London: Yale University Press.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Marriage and romantic relationships: defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, 7-31.
- Myers, D. G. (1996). *Social psychology*. USA: The McGraw-Hill Companies.
- Öksüz, Y. (2005). Duyguların açılması eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 2, 185-195.
- Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: The Guilford Press.
- Robson, D. and Robson, M. (1998) Intimacy and Computer Communication. *British Journal of Guidance and Counselling*, 26(1):33-42
- Qualter, P., & Munn, P. (2002). The separateness of social and emotional loneliness in childhood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43, 233-244.
- Sternberg, R. J. (1986). Triangulating love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. (1988). A triangular theory of love. In R.J. Sternberg., & M.L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (P.68-99). New Haven and London: Yale University Press.
- Sternberg, R. J. (1999). *Cupid's arrow: the course of love through time*. UK: Cambridge University Press.
- Sullivan, H.S. (1953). *Interpersonal theory of personality*. New York: Norton Company Inc.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotion and social isolation*. Cambridge: MIT Press.
- Young, J.E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (p. 379-406). New York: Willy