

**To cite this article:** Kurt, K., Demir, M. (2022). Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik ve Affetme. International Journal of Social and Humanities Sciences (IJSHS), 6(1), 61-76

**Submitted:** April 12, 2022

**Accepted:** June 08, 2022

## ROMANTİK İLİŞKİLERDE MÜKEMMELİYETÇİLİK VE AFFETME<sup>1</sup>

Kübra Kurt<sup>2</sup>

Melek Demir<sup>3</sup>

### ÖZET

Bu araştırmada romantik ilişkisi olan bireylerin romantik ilişkilerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Samsun ilinde yaşayan ve romantik ilişkisi olan 215'i kadın, 142'si erkek olmak üzere toplamda 357 birey katılmıştır. Araştırmada bireylerin romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek amacıyla Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır. Bireylerin affetme düzeylerini ölçmek amacıyla Kişilerarası İlişkilerde Affetme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek verilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasında bağımsız gruplar arası t testi, ilişki durumuna ve ilişki süresine göre karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarının kişilerarası ilişkilerde affetme üzerinde etkisinin incelenmesinde Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasında bazı alt boyutlarda anlamlı ilişkiler varken, bazı alt boyutlarda ise anlamlı ilişkiler yoktur. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeylerinin affetme düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ancak alt boyutlar incelendiğinde bazı alt boyutların diğerleri üzerinde anlamlı etkileri olduğu bulunmuştur. Bireylerin mükemmeliyetçilik ve affetme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ancak mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutunda anlamlı bir farklılaşmanın olduğu bulunmuştur.

<sup>1</sup> Birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığında yapılmış olan Yüksek Lisans Tezine aittir.

<sup>2</sup> Uzm. Ps. Dan., kuboswolf@gmail.com

<sup>3</sup> Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Samsun, malkan@omu.edu.tr

**Anahtar Kelimeler:** Mükemmeliyetçilik, Romantik İlişkiler, Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik, Affetme.

## PERFECTIONISM AND FORGIVENESS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS

### ABSTRACT

The aim of this study is examining the relationship between perfectionism and forgiveness levels of individuals who are in a romantic relationship. A total of 357 individuals, 215 women and 142 men have participated the research. In the study, Perfectionism in Romantic Relationships Scale was used to measure the perfectionism levels of individuals. To measure the forgiveness levels of individuals the Forgiveness in Interpersonal Relations Scale was used. To compare the scale data according to gender Independent Group T-test was used and One-Way Anova to compare the perfectionism and forgiveness levels according to relationship status and duration of the relationship. Regression analysis was used to examine the effect of perfectionism scores on forgiveness in interpersonal relationships. According to the results, there are no significant relationship between the perfectionism and forgiveness levels of individuals but only in some sub-dimensions. It was found that individuals levels of perfectionism in a romantic relationship were not a significant predictor of their forgiveness levels, but some sub-dimensions have significant effects on other sub-dimensions. The perfectionism and forgiveness levels of individuals do not differ significantly according to gender, but there is a significant difference in the order sub-dimension.

**Keywords:** Perfectionism, Romantic Relationships, Perfectionism in Romantic Relationships, Forgiveness.

### 1. GİRİŞ

Yakın ilişkiler insanlık tarihi boyunca var olan ve önemini her zaman koruyan konulardan biri olmuştur. Bireyin diğerleriyle kurduğu yakın ilişkiler sosyalleşmek ve sevmeye-sevilmeye ihtiyacını karşılamak açısından önemli olmakla birlikte bireyin kişilik gelişimi açısından da önem taşımaktadır. Öyle ki Sullivan Kişiler Arası İlişkiler Kuramı'nda sağlıklı insan gelişiminin diğer insanlarla yakın ilişkiler kurma yeteneğine dayandığını belirtmiştir. Fromm ilişki ihtiyacının insanın varoluşsal bir gerek-

sinimi olduğunu ve ancak gerçek sevgi ya da olgunlaşmış sevginin gelişmesiyle doyurulabildiğini ifade etmiştir (Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Maslow insan ihtiyaçlarını beş ana sınıfta ve öncelik sırasına göre sıraladığı İhtiyaçlar Hiyerarşisinde güvenlik ve fizyolojik ihtiyaçlarından sonra ait olma ve sevgi ihtiyacına yer vermiştir. Güvenlik ve fizyolojik ihtiyaçlar bir ölçüde doyurulduğunda bireyin bir arkadaş, bir sevgili ya da eş, hatta çocukların eksikliğini hissetmeye başlayacağını ve bu nedenle insanlarla ilişki kurmak isteyeceği ifade edilmektedir. Sevgi ve ait olma ihtiyacının yeterince karşılanmaması bireyin yaşadığı uzun süreli psikolojik problemlerin önemli bir kaynağı olarak görülmektedir (Karataş ve Yavuzer, 2018).

Erikson Psikososyal Gelişim Kuramında genç yetişkinlik döneminin çözülmesi gereken karmaşasını yakınlığa karşı yalıtılmışlık olarak belirtmektedir. Bireyin bu dönemde kuracağı sevgi dolu yakın ilişkiler ile psikososyal gücü olan sevginin kazanımını sağlamakta ve bireyin bir sonraki gelişim evresinin gerekliliklerini karşılayabilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Sevgi, bağlanma, cinsel arzu, arkadaşlık ve işbirliği anlamına gelmektedir ve kişinin yaşamının sonraki gelişim dönemleri ile üretken bir biçimde baş edebilmesini sağlamaktadır. Bireyin bu dönemin karmaşasını çözmemesi de bireyin diğerleriyle ilişki kurmaktan korkmasına sebep olmaktadır (Feldman, 2009; Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Sevgi ve ait olmanın temel psikolojik ihtiyaçlar arasında yer aldığını anlatan Glas-ser (1992) psikolojik problemlerin insanlarla iyi ilişkiler içinde olmama durumuyla bağlantılı olduğunu savunmaktadır.

Genç yetişkinlik döneminde başlayıp yaş ve yaşanma sıklığı ile artan romantik ilişkiler, tüm toplumlarda her zaman var olmuştur. Romantik ilişkiler yakınlık, sevgi, bağlılık, kabul, koruyuculuk ve güven kavramlarını içermekte ve bireylerin fizyolojik ve psikolojik sağlığına etki eden önemli konularından biri olmaktadır. Romantik ilişkilerin değerlendirilme alanlarından biri romantik ilişki doyumudur ve romantik ilişkilerdeki duygu, düşünce ve davranışı inceleyen birçok yöntemle test edilmiştir (Adams ve Jones, 1999). Spanier (1976) ilişki doyumunu bireyin partnerinden memnun olma derecesi olarak tanımlamaktadır. İlişki doyumunun yüksek oluşu bireylerin fizyolojik ve psikolojik sağlığını olumlu yönde etkilerken, düşük oluşu psikolojik problemlere yol açmaktadır (Collins, 2003). Benzer bir şekilde Kalkan, Hamamcı ve Yalçın (2015) romantik ilişkilerin yakınlık, aşk, bağlanma, aidiyet ve

duygusal destek gibi özellikleri içerdiğini ve bu özelliklere sahip ilişkilerin bireyin öznel iyi oluşuna katkı sağladığı ve romantik ilişki doyumunu pozitif yönde etkilediğini ifade etmişlerdir.

Romantik ilişkiden alınan doyumunu negatif yönde etkileyen faktörlerden biri romantik ilişkilerde mükemmeliyetçiliktir. Bireyin romantik ilişkisinde kendisine ve partnerine yönelik aşırı yüksek beklentiler içerisinde oluşunu anlatan bu kavramın ilişki memnuniyeti üzerindeki etkisi oldukça büyüktür. Foran, Whisman ve Beach (2015) romantik ilişkisi olan bireylerin ruh sağlığı merkezlerine başvurma nedenlerinin başında, partnerleri ile yaşadıkları sorunlar olduğunu bildirmişlerdir. Cleek ve Pearson (1985) de evliliklerdeki boşanmaların büyük bir çoğunluğunun bireylerin evliliğe, partnere ve aile yaşantısına yönelik aşırı yüksek beklentiler içerisinde olmalarından kaynaklandığını belirtmişlerdir. Romantik ilişkilerde yaşanan problemler ve ayrılıkların nedenlerinden biri olduğu bilinen aşırı yüksek beklentiler, romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik kavramı içerisinde yer almaktadır. Mükemmeliyetçiliği yüksek olan çiftler arasında düşük uyum olasılığının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Flett vd., 2001; Dibartolo ve Barlow, 1996; Egan vd., 2015; Haring vd., 2003)

Romantik ilişkilerde partnerler, olumlu bir ilişki sürdürme çabalarına rağmen birbirlerine karşı ihlaller veya ihanetlerde bulunabilmektedirler (Paleari vd., 2005). İhlalin ilişkiye olumsuz etkisini azaltan ya da engelleyen önemli bir faktör affetmedir (Kimmes ve Durtschi, 2016). İlişkilerde yaşanan bir ihalden sonra mağdur taraf ilişkiyi sürdürmek için partnerini affetmeyi seçebilmektedir. Affetmeyi seçme kararı, ilişki için yıkıcı olabilecek tepkilerde bulunmamakla birlikte, ilişkiye yönelik olumlu tepkilerin bir yansıması olarak tanımlanmaktadır (Finkel vd., 2002). Affetme bireyin kendini inciten kişiye karşı duyduğu olumsuz duygu, düşünce ve davranışlarından isteyerek vazgeçip daha pozitif duygu, düşünce ve davranışa dönüştürmesi olarak ifade edilmektedir (Enright, 1996; 2000). Kaya (2015) affetmenin kişilerarası ilişkileri zedeleyen durumları azaltmayı ve yok etmeyi sağlayabildiğini ifade etmiştir. Bunun yanında ketleyici ilişki tarzını azaltmada da affetmenin önemli bir role sahip olduğunu öne sürmüştür. Bu yönde McCullough ve arkadaşlarına göre (1998) affetme sadece yakın ilişkileri kolaylaştırmakla sınırlanmayıp, aynı zamanda bir hata olduğunda ilişki yakınlığını tekrar sağlayabilmektedir.

Romantik ilişkilerdeki önemine rağmen mükemmeliyetçilik ile affetmenin romantik ilişkiler üzerindeki etkileri göz önünde bulundurulduğunda yeteri kadar araştırılmamış olduğunu söylemek mümkündür. Romantik ilişkiler sağlıklı ve işlevsel oldukları takdirde bireylerin fiziksel ve duygusal iyilik haline katkı sağladıklarından dolayı ilişki sorunlarını daha doğru anlamak, ilişkiye ve partnere yönelik gerçekçi beklentileri benimsemek ve iletişim ve çatışma çözme becerilerine sahip olmak kritik önem taşımaktadır. Bu sebeple, bu çalışmada romantik ilişkisi olan bireylerin romantik ilişkilerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

### *1.1. Problem Cümlesi*

Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

### *1.2. Alt Problemler*

1. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri affetme düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
3. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ve affetme düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

## **2. YÖNTEM**

### *2. 1. Evren ve Örneklem*

Araştırmanın evrenini Samsun'da yaşayan ve romantik ilişkisi olan 18 yaş ve üstü bireyler oluşturmaktadır. Örneklemi ise Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde öğrenim görmekte olan, romantik ilişkiye sahip öğrenciler ile Samsun'daki çeşitli kurum, dernek ve topluluklardan seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen, romantik ilişkisi bulunan ve yaşları 18 ile 65 yaş arasında değişen 357 birey oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan katılımcıların 215'inin kadın, 142'sinin ise erkek olduğu görülmektedir. Yaş aralığı 18 ile 65 olan katılımcıların yaş ortalaması 28'dir. Katılımcıların öğrenim düzeyleri incelendiğinde %5.3'ünün ilköğretim, %11.8'inin lise ve %82.9'unun lisans, yüksek lisans veya doktora derecesine sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların ilişki durumları incelendiğinde %60.8'inin sevgili, %4.5'inin

nişanlı ve %34.7'sinin evli olduğu görülmektedir. İlişki sürelerine bakıldığında katılımcıların %22.7'sinin 6 aydan daha kısa süreli bir ilişkisi olduğu, %14.6'sının 6-12 ay süreli bir ilişkisi olduğu ve %62.7'sinin ise 1 yıldan daha fazla süredir bir romantik ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Katılımcılardan 115 (%32.2) kişi ilişkileri süresince ayrılık yaşayıp tekrar birlikte olduklarını belirtirken, 242 (%67.8) kişi ise bu soruya hayır yanıtını vermiştir.

## 2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırma için gerekli veriler “Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ve “Kişiler Arası İlişkilerde Affetme Ölçeği” ile toplanmıştır.

### 2.2.3. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Bu araştırmada katılımcıların romantik ilişkilerine yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek amacıyla, Türkçe'ye uyarlaması 2016 yılında Bugay, Kalkan ve Delevi (2016) tarafından yapılan “Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği” kullanılmıştır. Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği 26 maddeden ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin “tutarsızlık” alt ölçeği 16 maddeden, “yüksek standartlar” alt ölçeği 6 maddeden ve “düzen” alt ölçeği 4 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 5'li Likert tipinde derecelendirilmektedir ve ölçekteki 1 puan “kesinlikle katılmıyorum”, 5 puan ise “kesinlikle katılıyorum” anlamına gelmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 26, en yüksek puan ise 130'dur. Elde edilen puanın yüksekliği romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçilik beklentisinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin iç güvenilirliği hesaplanmış ve Cronbach Alfa kat sayılarının .87 ile .90 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin kriter geçerliliğini test etmek amacıyla da Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nden (ing: Multidimensional Perfectionism Scale) yararlanılmıştır. İki ölçek arasındaki kriter geçerliliğin .27 ile .50 arasında değiştiği bulunmuştur. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda Romantik İlişkilerde Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin bireylerin partnerlerine yönelik mükemmeliyetçilik beklenti düzeylerini ölçmede güvenilir bir şekilde kullanılabileceğini göstermektedir.

Yapılan bu araştırmanın güvenilirlik analizi sonuçlarından elde edilen Cronbach's alfa katsayıları incelendiğinde, ilişkilerde mükemmeliyetçilik ölçeğinin tutarsızlık alt boyutunun orta düzeyde güvenilir olduğu ( $\alpha=,731$ ), yüksek standartlar ( $\alpha=,832$ ),

düzen ( $\alpha=,847$ ) ve ölçeğin toplamının ( $\alpha=,843$ ) yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir (Bugay, Kalkan, Delevi, 2016).

#### 2.2.4. Kişiler Arası İlişkilerde Affetme Ölçeği

Bireylerin affetme düzeylerini ölçmek amacıyla “Kişilerarası İlişkilerde Affetme Ölçeği” kullanılmıştır. Kaya (2015) tarafından geliştirilen Kişilerarası Affetme Ölçeği yetişkinlerde affetmeyi ölçmek için geliştirilmiş, 14 maddeden oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 14, en yüksek puan ise 70’dir. Ölçekten toplam puan elde edilmektedir ve puan arttıkça bireyin kişilerarası ilişkilerde affetme davranışını daha fazla gösterdiği anlaşılmaktadır. Ölçeğin üç alt boyutu bulunmaktadır. Birinci boyut olan “durumu affetme”, ikinci boyut olan “soruna yönelme” ve üçüncü boyut olan “olumluya odaklanma”dır. Ölçeğin üç faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmış ve model uyum indekslerinin mükemmel uyum düzeyinde olduğu bulunmuştur. Ölçeğin iç güvenilirliğini ölçmek amacıyla Cronbach alfa ve test tekrar test yöntemleri kullanılmış ve ölçeğin iç tutarlık katsayısı .85, test tekrar test güvenilirlik değeri ise .82 bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve birinci boyuta ilişkin iç tutarlık katsayısı .86, ikinci alt boyuta ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 ve üçüncü boyuta ilişkin iç tutarlık katsayısı .85 bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda Kişilerarası İlişkilerde Affetme Ölçeği’nin yetişkinlerde affetmeyi ölçmede kullanılabilir olacak geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya çıkmıştır.

Yapılan bu araştırmanın güvenilirlik analizi sonuçlarından elde edilen Cronbach’s alfa katsayıları incelendiğinde, kişilerarası ilişkilerde affetme ölçeğinde durumu affetme ( $\alpha=,768$ ), soruna yönelme ( $\alpha=,759$ ) ve olumluya odaklanma ( $\alpha=,715$ ) alt boyutlarının orta düzeyde güvenilir olduğu, ölçeğin toplamının ( $\alpha=,837$ ) ise yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir (Kaya, 2019).

#### 2.3. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizi için SPSS 23.0 programı kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerinin yüzdelerle dağılımlarının belirlenmesinde frekans analizi kullanılmıştır. Ölçek puanlarına ilişkin analizler uygulanmadan önce verilerin güvenilir olup olmadığı ve normal dağılıma uygun olup olmadığı incelenmiştir.

Her iki ölçeğe ilişkin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında olduğu görülmektedir. Bu değerlerin -2 ile +2 arasında olması verilerin normal dağılıma

uygun olduğunu göstermektedir. Veriler normal dağılıma uygun olduğundan dolayı parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Ölçek verilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasında bağımsız gruplar arası t testi kullanılmıştır. Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarının kişilerarası ilişkilerde affetme üzerinde etkisinin incelenmesinde Regresyon analizi kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde ise Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır.

### 3. BULGULAR

Aşağıda araştırma sorularını yanıtlamak amacı ile yapılan istatistiksel analizlere yer verilmiştir.

#### 1. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın birinci sorusunu yanıtlamak için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde araştırmaya katılanların mükemmeliyetçiliğe yönelik beklenti düzeyleri ve affetme düzeyleri arasında bazı alt boyutlarda anlamlı ilişkiler olduğu, bazı alt boyutlarda ise ilişkilerin anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bu ilişkiler incelendiğinde tutarsızlığa yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile durumu affetme düzeyi arasında negatif ve zayıf anlamlı ilişki olduğu ( $r=-,148$   $p<0,01$ ), tutarsızlığa yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile soruna yönelme, olumluya odaklanma ve toplam affetme düzeylerinin arasında anlamlı ilişki olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Yüksek standartlara yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile durumu affetme, soruna yönelme, olumluya odaklanma ve toplam affetme düzeylerinin arasında anlamlı ilişki olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Düzene yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile soruna yönelme düzeyi arasında pozitif ve zayıf anlamlı ilişki olduğu ( $r=,147$   $p<0,01$ ), düzene yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile toplam affetme düzeyi arasında pozitif ve zayıf anlamlı ilişki olduğu ( $r=,130$   $p<0,05$ ), düzene yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile durumu affetme ve olumluya odaklanma düzeylerinin arasında anlamlı ilişki olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Toplam mükemmeliyetçilik beklentisi ile durumu affetme, soruna yönelme, olumluya odaklanma ve toplam affetme düzeylerinin arasında anlamlı ilişki olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir.

## 2. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri affetme düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

Araştırmanın ikinci sorusunu yanıtlamak için regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre mükemmeliyetçilik alt boyutlarının durumu affetme üzerinde %4 etkisi olduğu ve bu etkinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^2=,040$   $p<0,05$ ). Buna göre durumu affetmeye ilişkin toplam varyansın %4'ünün mükemmeliyetçilik alt boyutları tarafından açıklandığı söylenebilir. Alt boyutlar incelendiğinde, tutarsızlık ve düzen alt boyutlarının etkisinin anlamlı olduğu ( $p<0,05$ ), yüksek standartlar alt boyutunun etkisinin ise anlamlı olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) incelendiğinde, alt boyutların görece olarak önem sırasının düzen, tutarsızlık ve yüksek standartlar şeklinde olduğu görülmektedir. Diğer taraftan toplam mükemmeliyetçilik beklentisinin durumu affetme üzerinde %1 etkisi olduğu ancak bu etkinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^2=,010$   $p>0,05$ ).

Mükemmeliyetçilik alt boyutlarının soruna yönelme üzerinde %5,7 etkisi olduğu ve bu etkinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^2=,057$   $p<0,05$ ). Buna göre soruna yönelmeye ilişkin toplam varyansın %5,7'sinin mükemmeliyetçilik alt boyutları tarafından açıklandığı söylenebilir. Alt boyutlar bazında incelendiğinde, yüksek standartlar ve düzen alt boyutlarının etkisinin anlamlı olduğu ( $p<0,05$ ), tutarsızlık alt boyutunun etkisinin ise anlamlı olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) incelendiğinde, alt boyutların görece olarak önem sırasının düzen, yüksek standartlar ve tutarsızlık şeklinde olduğu görülmektedir. Toplam mükemmeliyetçilik beklentisinin soruna yönelme üzerinde %0,1 etkisi olduğu ancak bu etkinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^2=,001$   $p>0,05$ ).

Mükemmeliyetçilik alt boyutlarının olumluya odaklanma üzerinde %0,6 etkisi olduğu ancak bu etkinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^2=,006$   $p>0,05$ ). Buna göre olumluya odaklanmaya ilişkin toplam varyansın %0,6'sinin mükemmeliyetçilik alt boyutları tarafından açıklandığı söylenebilir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) incelendiğinde, alt boyutların görece olarak önem sırasının düzen, yüksek standartlar ve tutarsızlık şeklinde olduğu görülmektedir. Toplam mükemmeliyetçilik beklentisinin olumluya odaklanma üzerinde %0,1 etkisi olduğu ancak bu etkinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^2=,001$   $p>0,05$ ).

Mükemmeliyetçilik alt boyutlarının toplam affetme düzeyi üzerinde %3,9 etkisi olduğu ve bu etkinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^2=,039$   $p<0,05$ ). Buna göre toplam affetmeye ilişkin toplam varyansın %3,9'unun mükemmeliyetçilik alt boyutları tarafından açıklandığı söylenebilir. Alt boyutlar incelendiğinde, düzen alt boyutunun etkisinin anlamlı olduğu ( $p<0,05$ ), tutarsızlık ve yüksek standartlar alt boyutlarının etkisinin ise anlamlı olmadığı ( $p>0,05$ ) görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) incelendiğinde, alt boyutların görece olarak önem sırasının düzen, yüksek standartlar ve tutarsızlık şeklinde olduğu görülmektedir. Toplam mükemmeliyetçilik beklentisinin toplam affetme düzeyi üzerinde %0,2 etkisi olduğu ancak bu etkinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $R^2=,002$   $p>0,05$ ).

### *3. Bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeyleri ve affetme düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?*

Araştırmanın üçüncü sorusunu yanıtlamak amacıyla bağımsız gruplar arası t-testi yapılmıştır. Araştırmaya katılanların mükemmeliyetçiliğe ilişkin tutarsızlık ( $t= 1.663$ ,  $p>0,05$ ), yüksek standartlar ( $t= .285$ ,  $p>0,05$ ) ve toplam mükemmeliyetçilik ( $t= .228$ ,  $p>0,05$ ) düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı, buna karşın düzen konusunda kadın katılımcıların ( $X= 16.69$ ) düzeyinin erkeklerden ( $X= 15.70$ ) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ( $t= 2.723$ ,  $p<0,05$ ) görülmektedir. Kişiler arası ilişkilerde affetme ölçeğine ilişkin karşılaştırmalar incelendiğinde, araştırmaya katılanların affetmeye ilişkin durumu affetme ( $t= .972$ ,  $p>0,05$ ), soruna yönelme ( $t= 1.928$ ,  $p>0,05$ ), olumluya odaklanma ( $t= 1.042$ ,  $p>0,05$ ) ve toplam affetme ( $t= .235$ ,  $p>0,05$ ) düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir.

## **4. TARTIŞMA**

Araştırmanın birinci alt problemine ilişkin bulgulara göre bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken mükemmeliyetçiliğin bazı alt boyutları ile affetmenin bazı alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre tutarsızlığa yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile durumu affetme düzeyi arasında negatif ve zayıf anlamlı ilişki olduğu, tutarsızlığa yönelik mükemmeliyetçilik beklentisi ile soruna yönelme, olumluya odaklanma ve toplam affetme düzeylerinin arasında anlamlı ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Mükemmeliyetçiliğin yüksek standartlar alt boyutu ile affet-

me düzeyi ve affetmenin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutu ile affetmenin soruna yönelme alt boyutu arasında pozitif ve zayıf anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Furman ve diğerleri (2017) tarafından yapılan araştırmada mükemmeliyetçi bireylerin romantik ilişkilerde yaşanan tartışmaları algılayış biçimleri ve affetme düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş, partner odaklı ve partner tarafından öngörülen mükemmeliyetçiliğin çatışmayı teşvik edici yüklemelerle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla ikili mükemmeliyetçilik ile affetme arasında negatif bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Kaya (2015) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve affetme düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Araştırmada mükemmeliyetçiliğin tutarsızlık alt boyutu ile durumu affetme arasında negatif bir ilişkinin olması alanyazın tarafından desteklenmektedir. Shea ve diğerleri (2006) mükemmeliyetçiliğin tutarsızlık alt boyutunun ilişkiyi olumsuz etkilediğini ifade etmişlerdir. Dolayısıyla tutarsızlık düzeyi yüksek olan bireylerin durumu affetme düzeylerinin düşük olması normal kabul edilebilir. Aynı zamanda düzen alt boyutu ile soruna yönelme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin oluşu, düzen alt boyutunun mükemmeliyetçiliğin pozitif yönleriyle ilişkilendirilmesinden kaynaklandığı düşünülebilir. Düzen alt boyutu ilişkiyi olumlu yönde etkilediğinden durumu affetme düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olması normal kabul edilebilir (Shea vd.2006).

Araştırmanın ikinci alt problemine ilişkin bulgulara göre bireylerin romantik ilişkideki mükemmeliyetçilik düzeylerinin affetme düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ancak alt boyutlar incelendiğinde mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının affetmenin durumu affetme ve soruna yönelme alt boyutlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu, olumluya odaklanma alt boyutunun ise anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ortaya çıkmıştır. Bununla beraber mükemmeliyetçilik alt boyutlarının bireylerin affetme düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Kaya (2015) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik eğilimlerinin affetme üzerinde yordayıcı etkisi incelenmiş ve mükemmeliyetçiliğin affetme düzeyi üzerinde % 4.7 etkisi olduğu olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak araştırmada bu etkinin anlamlı olup olmadığına yönelik bir veri bulunmamaktadır.

Araştırma bulguları mükemmeliyetçiliğin tutarsızlık ve düzen alt boyutlarının bireylerin durumu affetme düzeylerini anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir. Bireyin partnerinden performansına yönelik belirlediği standartlar ile partnerinin gerçekte sergilediği performans arasında algılanan tutarsızlığın yüksek oluşu ilişkide çatışmaların yaşanmasına sebep olabilmekte ve mükemmeliyetçi bir birey için affetmeyi olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Shea vd., 2006; Hill vd, 1997). Benzer şekilde bireyin partnerinin düzenli ve tertipli olmasına yönelik beklenti düzeyinin aşırı yüksek oluşu ilişkide çatışmaların yaşanmasına sebep olabilmekte ve affetmeyi olumsuz etkileyebilmektedir. Bunun yanında romantik ilişkilerde mükemmeliyetçi bir bireyin partnerinden performansa yönelik aşırı yüksek beklentiler içerisinde olması ve partnerinin bu yüksek standartlara cevap verememesi durumunda ilişkilerde yaşanan çatışmalarda birey daha az affetme eğilimi sergilemekte ve ilişkide yaşanan soruna odaklanabilmektedir (Shea vd., 2006; Hill vd, 1997).

Araştırmanın üçüncü alt problemine yönelik bulgulara göre araştırmaya katılanların mükemmeliyetçiliğe ilişkin tutarsızlık, yüksek standartlar ve toplam mükemmeliyetçilik beklenti düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı, ancak düzen alt boyutunda kadın katılımcıların beklenti düzeyinin erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bireylerin affetme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde affetmenin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucunu destekleyen bir araştırma Tosun ve Yazıcı (2021) tarafından yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmazken, alt boyutlar incelendiğinde kadınların düzene yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Hill ve diğerleri (1997) tarafından yapılan ve mükemmeliyetçilik ile kişilerarası problemler arasındaki ilişkinin değerlendirildiği araştırmada mükemmeliyetçiliğin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı, ancak erkeklerin mükemmeliyetçilik boyutlarından başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Yılmaz (2020) tarafından yapılan araştırmada kendine yönelik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiş-

tir. Kol (2020) tarafından yapılan araştırmada da bireylerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı ortaya koyulmuştur.

Bireylerin affetme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusu ise alanyazındaki bazı araştırmalarca desteklenirken bazı araştırmalarca desteklenmemektedir. Toussaint ve Webb (2005) tarafından yapılan araştırmada empati ve affetme ilişkisinde cinsiyet farklılıkları incelenmiş ve affetme düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı, kadın ve erkeklerin eşit düzeyde affedici oldukları sonucu ortaya koyulmuştur. Aynı zamanda kadınların empati düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu ancak empatinin kadınlarda affedicilik ile ilişkilendirilmediği, erkeklerde ise affedicilik ile ilişkilendirildiği tespit edilmiştir. Kaya (2015) tarafından yapılan araştırmada da üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile affetme düzeyleri arasındaki ilişki çeşitli değişkenlere göre incelenmiş ve affetmenin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Fincham ve diğerleri (2002) ise kadınların erkeklere göre daha az affedici olduklarını ifade etmişlerdir. Affetmenin cinsiyete göre farklılaştığı ve affetme düzeylerinin kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu da yapılan bazı araştırmalarla ortaya koyulmuştur (Konstam vd., 2003; Lawler-Row ve Piferi, 2006; Sivri, 2019).

Alanyazında araştırma bulgularını destekleyen araştırmalar olduğu kadar desteklemeyen bulgular da bulunmaktadır. Affetme düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmaması bulgusunu, kolektif bir kültürde yaşamının tüm bireyler için birbirleriyle iyi anlaşmayı, küs kalmamayı ve problemlere çözüm odaklı yaklaşmayı gerektirmesinin yanı sıra dini ve kültürel açıdan da affetmenin istendik bir durum olmasından kaynaklandığını söylemek mümkündür.

Araştırma bulgularına dayalı olarak řu önerilerde bulunulabilir: Bu araştırma Samsun ilinde yaşayan bireyler üzerinde yapılmıştır. İleriki araştırmalarda farklı coğrafi bölgelerde yaşayan bireylerde mükemmeliyetçilik ve affetme konulu araştırmaların yapılması bilgi zenginliği açısından fayda sağlayacaktır. Farklı coğrafi bölgeler üzerinde yapılacak araştırmalar kültürel farklılıkları ortaya koyabilir. Romantik ilişkilerde mükemmeliyetçilik ile affetme arasındaki ilişkiye yönelik yeterli araştırmaların bulunmaması, farklı değişkenler (farklı sosyo-ekonomik durum, meslek grupları, çocuk sayısı, ilişki sayısı) kullanılarak alanyazına katkı sağlayacak yeni araştırmaların yapılması önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

Adams, J. M., ve Jones, W. H. (Eds.). (1999). *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability*. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publishers.

Bugay, A., Kalkan, M. ve Delevi, R. (2016). Turkish Version of the Dyadic Almost Perfect Scale: Reliability and Validity. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 24(3), 273-278.

Cleek, M. B. ve Pearson, T. A. (1985). Perceived causes of divorce: An analysis of interrelationships. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 179-191.

Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.

Dibartolo, P. M. ve D. H. Barlow (1996). Perfectionism, marital - satisfaction and contributing factors to sexual dysfunction. *Archives of Sexual Behavior Journal*, 25(6), 581-588.

Egan, S. J., Vinciguerra, T. and Mazzucchelli, T. G. (2015). The role of perfectionism, agreeableness, and neuroticism in predicting dyadic adjustment. *Australian Journal of Psychology*, 67, 1-9.

Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40, 107-126.

Feldman, R. S. (2009). *Ontwikkelingspsychologie*. Amsterdam: Pearson Education Benelux.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Shapiro, B. ve Rayman, J. (2001). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*, 20(1), 289-311.

Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9, 239-251.

Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., ve Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 956-974.

Foran, H. M., Whisman, M. A. ve Beach, S. R. H. (2015). Intimate partner relationship distress in the DSM-5. *Family Process*, 54, 48-63.

Furman, C. R., Lou, S. ve Pond Jr., R. S. (2017). A perfect blame: Conflict-promoting attributions mediate the association between perfectionism and forgiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 111, 178-186.

Glasser, W. (1992). *Reality therapy*. New York: Brunner/ Mazel.

Haring, M., Hewitt, P. L. ve Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 65(1), 143-158.

Hill, R. W., Zrull, M. C. ve Turlington, S. (1997). Perfectionism and interpersonal problems. *Journal of Personality Assessment*, 69(1), 81-103.

Kalkan, M., Hamamcı, Z. ve Yalçın, İ. (2015). *Evlilik öncesi psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Karataş, Z. ve Yavuzer, Y. (2018). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.

Kaya, F. (2015). *Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: Duygusal zekânın aracı rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Kimmes, J. G. ve Durtschi, J. A. (2016). Forgiveness in romantic relationships: The roles of attachment, empathy, and attributions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(4): 645–658.

Kol, K. (2020). *Olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Konstam, V., Holmes, W. ve Levine, B. (2003). Empathy, selfism, and coping as elements of the psychology of forgiveness: A preliminary study. *Counseling and Values*, 47(3), 172–183.

Lawler-Row, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L. ve Jones, W. H. (2006). The role of adult attachment style in forgiveness following an interpersonal offense. *Journal of Counseling and Development*, 84, 493–502.

McCullough, M.E., Rachal, K.C., Sandage, S.J., Worthington, E.L., Brown, S.W. ve Hight, T.L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.

Paleari, F. G., Regalia, C. ve Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 368-378.

Shea, A. J., Slaney, R. B. ve Rice, K. G. (2006). Perfectionism in intimate relationships: The dyadic almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39(2), 107–125.

Sivri, F. Z. (2019). *Yetişkinlerde affedicilik, iyimserlik ve öznel zindelik arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Spanier, G. B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15- 28.

Tosun, C. ve Yazıcı, H. (2021). Perceived parental relationship behaviors, dyadic perfectionism in romantic relationships and relationship quality among college students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 8(1), 158-165.

Toussaint, L. ve Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 14(6), 673-685.

Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2016). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.

Yılmaz, M. (2020). *Romantik ilişkilerdeki mükemmeliyetçiliğin psikolojik iyi oluş ve çocukluk çağı travmalarıyla ilişkilendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.