



KARŞI CİNSLE İLİŞKİDE SOSYAL YETKİNLİK BEKLENTİSİ VE ALEKSİTİMİ

Gülşah Tura, gulsah.tura@kocaeli.edu.tr

Orcid:0000-0002-0611-7993

Aylin Tunalı, tunaliaylin@gmail.com

Orcid:0000-0001-6981-1619

Ezgi Biter, biter.ezgi@gmail.com

Orcid:0000-0001-6981-1619

Öz

Araştırmanın amacı lisans ve yüksek lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin; karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentileri ve aleksitimi düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile tasarlanmıştır. Çalışma grubu üniversitede öğrenimine devam eden basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş 142 kadın, 68 erkek toplam 210 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri “Toronto Aleksitimi Ölçeği”, “Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, T-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), Kruskal Wallis-H Testi, Mann Whitney U Testi ve Tukey Testi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin ilişki sonlandırabilme beklentisi ve aleksitimi düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin ilişki sürdürebilme beklentisi ve aleksitimi düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. İlişki sonlandırabilme beklentisi ile duyguları tanıma zorluğu ve duyguları ifade etme zorluğu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Aleksitimi puanlarında sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. İlişki başlatabilme ve sürdürebilme beklentisinin cinsiyete göre farklılaştığı, erkeklerin kadınlara göre ilişki başlatabilme ve sürdürebilme beklentilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. İlişki başlatabilme beklentisinin sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık gösterdiği, yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin orta sosyo-ekonomik düzeydeki bireylere göre ilişki başlatabilme beklentilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçları bulgulardan hareketle aleksitimi ve karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisi kapsamında başka araştırma ve uygulamalara da yol gösterecek şekilde tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Aleksitimi, Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik, Sosyal Yetkinlik Beklentisi.

SOCIAL COMPETENCE EXPECTATIONS IN RELATION WITH OPPOSITE SEX AND ALEXITHMIA

ABSTRACT

The purpose of the study is to investigate the correlation undergraduate and graduate students between the levels of alexithymia and social competence expectations in relation with opposite sex. Research is designed with the relational screening model. The study group was designed from 210 students (142 females, 68 males)

who were selected by simple random sampling method.. The data of the study were collected with “Toronto Alexithymia Scale ”, “Social Competence Expectations in Relation with Opposite Sex Scale” and “ Personal Information Form ”. In the analysis of the data; Pearson Product Moment Correlation, T-Test, One Way Analysis of Variance (ANOVA), Kruskal Wallis-H Test, Mann Whitney U Test and Tukey Test were used. As a result of the study, a significant negative correlation was found between the alexithymia and expectation of termination of relationship. As a result of the study, a significant negative correlation was found between the alexithymia and expectation of maintaining a relationship. Concluded that there was a negative correlation between the expectation of ending the relationship and the difficulty in recognizing emotions and the difficulty in expressing emotions. There was a significant difference in alexithymia scores according to class level. It was observed that the expectation of initiating and sustaining relationships differed according to gender, and the expectation of men to initiate and sustaining relationships was higher than that of women. It was seen that expectation of initiating relationship showed a significant difference according to socio-economic level, and it was seen that individuals with high socio-economic level had higher expectation to initiate relationship than individuals at middle socio-economic level. Based on the findings, alexithymia and social competence expectations in relation with opposite sex were discussed in order to guide other researches and practices.

Key Words: Alexithymia, Social Competence in Relation with Opposite Sex, Social Competence Expectations.

Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Aleksitimi

Giriş

Genç yetişkinlik döneminde sosyal ilişkilerin yanı sıra karşı cinsle kurulan ilişkiler de bireylerin yaşamında önemli bir yere sahiptir. Evlilik ve aile yaşamına hazırlık olarak görülen bu dönemde genç yetişkin bireyden, karşı cinsle olgun ilişkiler kurması beklenmektedir (Yeşilyaprak, 2002). Karşı cinsle sağlıklı bir ilişki başlatabilmek ve bunu sürdürebilmek, sağlıklı eş seçimine de önayak olabilecektir. Kişilerarası ilişkilerde bireysel beceriye bağlı olarak gösterilen performans hakkında bireyin kendilik beklentisi olarak tanımlanan sosyal yetkinlik beklentisi (Ünlü, 2004) aile, akranlar ve karşı cinsle kuracağı ilişkilerde belirleyici özelliğe sahiptir. Kendilerini sosyal yönden yetkin gören bireyler, karşı cinsle kuracakları ilişkilerde daha sağlıklı ve istikrarlı adımlar atabileceklerdir (Bilgin, 1996).

Sağlıklı bir ilişkiyi başlatabilmede, sürdürebilmede ve sağlıklı bir şekilde o ilişkiyi sonlandırabilmede duygularının farkında olmak ve bunu karşı tarafa ifade edebilmek birey için oldukça önemlidir. Duygusal farkındalığa sahip olmayan bireylerin kendi istek ve duygularının bilincinde olması güçtür. Bu yüzden bu bireylerin kendilerini tanımaları da zordur. Kendi ile iletişim sorunu yaşayan bireylerin, dış dünya ile de iletişim sorunu yaşayacağı ve kişilerarası ilişkiler kurmakta güçlük çekeceği inkar edilemez (Koçak, 2002).

İlk kez Sifneos (1972) tarafından ortaya konan aleksitimi kavramını, Dereboy (1990) “duygular için söz yokluğu” şeklinde Türkçe’ye çevirmiştir. Aleksitiminin kapsadığı üç kişilik özelliği; duyguları tanıma ve tanımlama zorluğu, düşlem yaşamında kısıtlılık ve dışa dönük düşüncedir (Dereboy, 1990). Aleksitimik bireyler duygularını tanıyamamakta ve duygularını kendilerine özgü bir şekilde ifade edememektedir. Hayal güçleri oldukça zayıftır. Tutum ve davranışlarına kendi duygularına bağlı olarak değil, dış etkenlere, çevresel beklentilere bağlı olarak yön verirler (Erden, 2005). Aleksitimik bireyler bedensel belirtiler ve duyguları arasındaki farkı anlayamamaktadır. Bu yüzden duygularına bağlı olan yaşantılarını dile getirmek yerine duyguların bedensel belirtileri ile ilgili kalıp ifadelerde bulunmaktadırlar. Diğer insanlarla empati kurma becerileri oldukça zayıftır (Krystal, 1979).

Özgüven ve Bilge (1997) tarafından üniversite öğrencilerinin karşı cins arkadaşlığı ile ilgili olarak yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin %76’sı karşı cins arkadaşlığının amacının “duygusal yakınlık kurmak” olduğunu belirtmişlerdir. Aynı çalışmada üniversite öğrencilerinin karşı cins ile ikili ilişkide başarının nasıl sağlanacağıyla ilgili verdiği cevaplarda duygusal olgunluğun, anlayış ve dürüstlüğün ardından ikinci sırada yer aldığı görülmüştür. Buradan yola çıkılarak karşı cinsle ilişkide duygusal yakınlık kurmanın ve duygusal olgunluğun önemli görüldüğü anlaşılmıştır.

Aleksitimi ile evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan aleksitimik bireylerin evlilik uyumunun daha az olduğu anlaşılmaktadır (Epözdemir, 2012). Tepeli Temiz’in (2018) bağlanma örüntüleri ile ilgili yaptığı bir çalışmada ise güvensiz bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının

aleksitimiye pozitif yönde yordadığı görülmüştür.

Oktay ve Durak Batıgün'ün (2014) yaptıkları bir çalışmada aleksitimi puanları yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde besleyici tarzı daha az, ketleyici tarzı daha fazla kullandığı görülmüştür. Aleksitimik bireylerin belirleyici özellikleri arasında yer alan duygularını fark etme, tanıma ve ifade etmede güçlük yaşamalarının ve kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarzı daha fazla kullanmaları ile karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentileri arasında bir ilişki olabileceği düşünülmüştür. Bu düşüncenin doğruluğunu test etmek çalışmanın en önemli amacını oluşturmaktadır.

Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır;

1. Cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sosyo-ekonomik düzey ve sınıf düzeyi değişkenleri ile aleksitimi puanları arasında manidar bir fark var mıdır?
2. Cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sosyo-ekonomik düzey ve sınıf düzeyi değişkenleri ile ilişki başlatabilme beklentisi, ilişki sürdürülebilirlik beklentisi ve ilişki sonlandırabilme beklentisi arasında manidar bir fark var mıdır?
3. Aleksitimi ile ilişki başlatabilme beklentisi, ilişki sürdürülebilirlik beklentisi ve ilişki sonlandırabilme beklentisi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. İlişki başlatabilme beklentisi, ilişki sürdürülebilirlik beklentisi ve ilişki sonlandırabilme beklentisi ile duyguları tanıma zorluğu, duyguları ifade etme zorluğu ve dışa dönük düşünce arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına ve verilerin analizine yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisi ve aleksitimi arasındaki ilişkiyi inceleyen bu araştırma ilişki tarama modeli ile tasarlanmıştır. Araştırmada koşullara ve katılımcılara herhangi bir müdahale olmaksızın insanlar arasındaki farklılıkların neden ve sonuçları belirlenmeye çalışılacağı için ilişki model tercih edilmiştir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013).

Çalışma Grubu

Çalışma grubu; basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilmiş lisans ve yüksek lisans öğrenimine devam eden 210 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilere ait bilgiler Tablo 1.'de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışma Grubuna Ait Bilgiler

Değişken		F	%
Cinsiyet	Kadın	142	67.6
	Erkek	68	32.4
Sınıf Düzeyi	1	25	11.9
	2	44	21.0
	3	33	15.7
	4	94	44.8
	5	8	3.8
	Yüksek Lisans	6	2.9
Sosyo-Ekonomik Düzey	Düşük	22	10.5
	Orta	163	77.6
	Yüksek	25	11.9
Fakülte	Sağlık Bilimleri ve Tıp	36	17.1
	Mühendislik	33	15.7
	Eğitim	29	13.8
	Hukuk	8	3.8
	Mimarlık	7	3.3
	Siyasi, İdari ve İktisadi Bilimler	78	37.1
Fen-Edebiyat	6	2.9	

İletişim	3	1.4
Sanat	10	4.8

Çalışmaya katılan öğrencilerin 142'si (%67.6) kadın, 68'i erkektir (%32.4). Öğrencilerin 25'i (%11.9) 1. sınıfta, 44'ü (%21.0) 2. sınıfta, 33'ü (%15.7) 3. sınıfta, 94'ü (%44.8) 4. sınıfta, 8'i (%3.8) 5. sınıfta, 6'sı (%2.9) yüksek lisans düzeyinde öğrenim görmektedir. Öğrencilerin 22'si (%10.5) düşük sosyo-ekonomik düzeyde, 163'ü (%77.6) orta sosyo-ekonomik düzeyde, 25'i (%11.9) ise yüksek sosyo-ekonomik düzeydedir. Öğrencilerin 36'sı (%17.1) sağlık bilimleri ve tıp fakültelerinde, 33'ü (%15.7) mühendislik fakültesinde, 29'u (%13.8) eğitim fakültesinde, 8'i (%3.8) hukuk fakültesinde, 7'si (%3.3) mimarlık fakültesinde, 78'i (%37.1) siyasi, idare ve iktisadi bilimler fakültesinde, 6'sı (%2.9) fen-edebiyat fakültesinde, 3'ü (%1.4) iletişim fakültesinde ve 10'u (%4.8) güzel sanatlar fakültesinde öğrenim görmektedir.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanması için Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu ile katılımcılara ait bazı bilgiler alınmıştır.

Toronto Aleksitimi Ölçeği

Toronto Aleksitimi Ölçeği, bireyin aleksitimik özelliklerini ölçmek için geliştirilmiştir. Taylor ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ölçek, ilk olarak 4 faktörlüdür ve 26 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ele aldığı 4 faktör; düşlem yaşamında kısıtlılık, bedensel ve duygusal duyuları ayırt etme zorluğu, duyguları tanıma ve ifade etme güçlüğü ve dış merkezli bilişsel yapıdır. Toronto Aleksitimi Ölçeği 1992 yılında yeniden düzenlenmiştir ve 20 maddeden oluşan günümüzde kullanılan haline getirilmiştir. Türkçe'ye uyarlama çalışması Güleç ve diğ. (2009) tarafından yapılmıştır. TAÖ-20'nin 3 alt boyutu; duyguları tanıma güçlüğü, duyguları ifade etme güçlüğü ve dışa dönük düşüncedir. Toplam ölçeğin iç tutarlılığı $\alpha = 0.78$, duyguları tanıma güçlüğü alt ölçeğinin iç tutarlılığı $\alpha = 0.80$, duyguları ifade etme güçlüğü alt ölçeğinin iç tutarlılığı $\alpha = 0.57$, dışa dönük düşünce alt ölçeğinin iç tutarlılığı ise $\alpha = 0.63$ olarak saptanmıştır. Ölçek 5'li likert tipi (I- Hiçbir zaman, II-Nadiren, III-Bazen, IV-Sık sık, V-Her zaman) bir derecelendirme ölçeğidir (Güleç ve diğ., 2009).

Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği

Karşı Cinsle İlişkide Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği; ergenlik dönemindeki bireylerin ilişki başlatabilmeye, ilişki sürdürülebilmeye ve ilişki sonlandırabilmeye ilişkin inançlarını ölçmek için Ünlü (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 4'lü likert tipinde (I-Hiçbir zaman, II-Ara sıra, III-Sık sık, IV-Her zaman) bir derecelendirme ölçeğidir. Ölçek 12 maddeden oluşmaktadır ve 3 faktörlü bir yapıdadır. Birinci faktör başlatabilme, ikinci faktör sürdürübilme, üçüncü faktör ise sonlandırabilmedir. Ölçekten toplam puan alınmamaktadır. Birinci faktörün (başlatabilme) iç tutarlılık kat sayısı $\alpha = 0.72$, ikinci faktörün (sürdürübilme) iç tutarlılık kat sayısı $\alpha = 0.59$, üçüncü faktörün (sonlandırabilme) iç tutarlılık kat sayısı $\alpha = 0.66$ 'dır. Alt ölçekler arasındaki korelasyon $p < .01$ düzeyinde manidar bulunmuştur. Ölçek üniversite öğrencilerinin karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisini de ölçebilecek niteliktedir (Ünlü, 2004; Türkoğlu, Akbaş, ve Çelikkaleli, 2015).

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu ile katılımcılara ait cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte ve sosyo-ekonomik düzey bilgileri alınmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi yapılırken SPSS Statistics 17.0 programı kullanılmıştır. Araştırmada; karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisinin alt boyutları ile aleksitimi arasındaki ilişki ve karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisinin alt boyutları ile aleksitiminin alt boyutları arasındaki ilişki veriler normal dağıldığı için Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi ile incelenmiştir. Cinsiyet değişkeni ile toplam puanlar arasındaki farklılığın analizi için bağımsız örneklem t testi; sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte ve sosyo-ekonomik düzey değişkenleri ile toplam puanlar arasındaki farklılığın analizinde normal dağılan veriler için tek yönlü varyans analizi (ANOVA), normal dağılmayan verilerin analizi için Kruskal-Wallis-H Testi yapılmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi sonucunda manidar bir fark olduğu görülen sonuçlarda farkın hangi kategoriler arasında olduğunu anlamak için Tukey Testi, Kruskal Wallis-H Testi sonucunda manidar bir fark olduğu görülen sonuçlarda farkın hangi kategoriler arasında olduğunu anlamak için Mann Whitney U Testi yapılmıştır.

Bulgular

Araştırmada; öğrencilerin kendilerine yönelik ilişki başlatabilme, ilişki sürdürebilme ve ilişki sonlandırabilme beklentileri ile aleksitimi arasındaki ve aleksitiminin alt boyutları olan duyguları tanıma zorluğu, duyguları ifade etme zorluğu ve dışa dönük düşünce arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon Analizi ile bakılmıştır. Aleksitimi, aleksitiminin alt boyutları ve ilişki başlatabilme beklentisi, ilişki sürdürebilme beklentisi ve ilişki sonlandırabilme beklentisi; sınıf düzeyi, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve öğrenim görülen fakülte değişkenlerine göre incelenmiştir. Elde edilen bulgulara bu bölümde yer verilmiştir.

Tablo 2. Aleksitimi, Aleksitiminin Alt Boyutları ve İlişki Başlatabilme Beklentisi, İlişki Sürdürebilme Beklentisi ve İlişki Sonlandırabilme Beklentisine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Korelasyon	Aleksitimi	Duyguları Tanıma Zorluğu	Duyguları İfade Etme Zorluğu	Dışa Dönük Düşünce
İlişki Başlatabilme				
İlişki Sürdürebilme	-.248**	-.214**		-.232**
İlişki Sonlandırabilme	-.386**	-.355**	-.312**	-.228**

**p < 0.01

Aleksitimi ile ilişki sonlandırabilme alt boyutu arasında orta düzeyde, negatif yönde ve manidar bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = -0.386$, $p < 0.01$. Bu sonuca göre aleksitimi, bireyin ilişkiyi sonlandırabilmeye ilişkin kendisinden beklentisini azaltmaktadır. Duyguları tanıma zorluğu ve ilişki sonlandırabilme arasında orta düzeyde, negatif yönde ve manidar bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = -0.355$, $p < 0.01$. Bu sonuca göre duygularını tanıma konusunda zorluk çeken bireylerin ilişkiyi sonlandırabileceklerine ilişkin kendilerinden beklentileri daha azdır. Duyguları ifade etme zorluğu ve ilişki sonlandırabilme arasında orta düzeyde, negatif yönde ve manidar bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = -0.312$, $p < 0.01$. Bu sonuca göre duygularını ifade etme konusunda zorluk çeken bireylerin, ilişki sonlandırabileceklerine ilişkin kendilerinden beklentileri daha azdır. Aleksitimi ve ilişki sürdürebilme arasında zayıf düzeyde, negatif yönde ve manidar bir ilişki olduğu görülmüştür, $r = -0.248$, $p < 0.01$. Bu sonuca göre aleksitimi, bireyin ilişkiyi sürdürebilme beklentisini azaltmaktadır. Aleksitimi ve aleksitiminin alt boyutları ile ilişki başlatabilme arasında ise manidar bir ilişki bulunamamıştır.

Aleksitimi puanları sınıf düzeyine göre incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 3.'te verilmiştir.

Tablo 3. Aleksitimi Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sd	X ²	p
1	25	118.52			
2	44	103.98			
3	33	93.70			
4	94	104.60	5	13.42	.020
5	8	165.56			
Yüksek Lisans	6	61.42			

Sınıf düzeyine göre aleksitimi puanlarında manidar bir fark olduğu görülmüştür, χ^2 ($sd=5$, $n=210$) = 13.42, $p < 0.05$. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan Mann Whitney U Testi sonucu Tablo 4.'te verilmiştir.

Tablo 4. Öğreniminin 5. Yılına Devam Eden ve Yüksek Lisans Öğrenimine Devam Eden Öğrencilerin Aleksitimi Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	p
5	8	10.25	82.00	2.00	.004
Yüksek Lisans	6	3.83	23.00		

Öğreniminin 5. yılına devam eden öğrencilerin ve yüksek lisans öğrenimine devam eden öğrencilerin aleksitimi puanları arasında manidar bir fark bulunmuştur, [$U = 2.00$, $p < .01$]. Sıra ortalaması dikkate alındığında öğreniminin 5. yılına devam eden öğrencilerinin aleksitimi puanlarının, yüksek lisansa devam eden öğrencilerin aleksitimi puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisinin alt boyutu olan ilişki sürdürülebilirlik beklentisi cinsiyete göre incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 5.'te verilmiştir.

Tablo 5. İlişki Sürdürebilme Beklentisinin Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Kadın	142	11.18	2.13	208	3.53	.01
Erkek	68	12.32	2.30			

İlişkiyi sürdürülebilirlik beklentisinde cinsiyete göre manidar bir farklılık vardır, $t(208) = 3.53$, $p < .01$. Ortalamalara bakıldığında erkeklerin ilişki sürdürülebilirlik beklentilerinin ($\bar{X} = 12.32$), kadınların ilişki sürdürülebilirlik beklentilerinden ($\bar{X} = 11.18$), daha yüksek olduğu görülmektedir.

Karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisinin alt boyutu olan ilişki başlatılabilirlik beklentisi cinsiyete göre incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 6.'da verilmiştir.

Tablo 6. İlişki Başlatılabilirlik Beklentisinin Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Kadın	142	10.56	2.88	208	1.99	.048
Erkek	68	11.36	2.39			

İlişkiyi başlatılabilirlik beklentisinde cinsiyete göre manidar bir farklılık vardır, $t(208) = 1.99$, $p < .05$.

Ortalamalara bakıldığında erkeklerin ilişki başlatabilme beklentisinin ($\bar{X} = 11.36$), kadınların ilişki başlatabilme beklentisinden ($\bar{X} = 10.56$), daha yüksek olduğu görülmektedir.

Karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisinin alt boyutu olan ilişki başlatabilme beklentisi sosyo-ekonomik düzeye göre incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 7.'de verilmiştir.

Tablo 7. İlişki Başlatabilme Beklentisinin Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı (KT)	Serbestlik Derecesi (sd)	Kareler Ortalaması (KO)	F	p	Anlamlı Fark
Gruplararası	53.74	2	26.87	3.61	.029	Orta/Yüksek
Gruplariçi	1538.73	207	7.43			
Toplam	1592.48	209				

İlişki başlatabilme beklentisinde sosyo-ekonomik düzeye göre manidar bir farklılık vardır, ($F(2,207)=3.61$ $p < 0.05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunun anlaşılması için Tukey Testi yapılmıştır. Testin sonucuna göre fark orta sosyo-ekonomik düzey ve yüksek sosyo-ekonomik düzey arasındadır. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin ilişki başlatabilme beklentisinin ($\bar{X} = 12.20$), orta sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin ilişki başlatabilme beklentisinden ($\bar{X} = 10.63$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Yapılan araştırmada; öğrencilerin kendilerine yönelik ilişki başlatabilme, ilişki sürdürülebilirlik ve ilişki sonlandırabilme beklentileri ile aleksitimi ve aleksitiminin alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisi; ilişki başlatabilme, ilişki sürdürülebilirlik ve ilişki sonlandırabilme alt boyutları ile ayrı ayrı değerlendirilmekte, toplam puan alınmamaktadır (Ünlü, 2004). Aleksitimi ile ilişki sürdürülebilirlik beklentisi arasından zayıf düzeyde, negatif yönde, manidar bir ilişki olduğu ve aleksitimi ile ilişki sonlandırabilme beklentisi arasında orta düzeyde, negatif yönde, manidar bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre bireyin aleksitimik olması, karşı cinsle kurduğu ilişkiyi sürdürme ve sonlandırma konusunda kendinden beklentisini olumsuz yönde etkilemektedir. İlişki başlatabilme beklentisi ve aleksitimi arasında ise manidar bir ilişki bulunamamıştır.

İlişki sonlandırabilme beklentisi ile duyguları tanıma zorluğu ve duyguları ifade etme zorluğu arasında orta düzeyde, negatif yönde manidar bir ilişki olduğu ve ilişki sonlandırabilme beklentisi ile dışa dönük düşünce arasında negatif yönde, zayıf düzeyde manidar bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre duygularını tanımakta ve ifade etmekte güçlük çeken, tutum ve davranışlarına çevresel beklentilere bağlı olarak yön veren kişilerin (Erden, 2005) ilişkiyi sonlandırabilme konusunda kendilerinden beklentilerinin daha az olduğu söylenebilir.

Sevindi ve Kumcağız'ın (2018) lise öğrencileri ile yaptıkları bir çalışmada aleksitimi ve iletişim becerileri arasında negatif yönde, yüksek düzeyde, manidar bir ilişki olduğu görülmüştür. Ceyhan'ın (2000) yaptığı bir çalışmada ise duygularını diğer insanlara rahatça anlatamayan bireylerin iletişim kurarken zorlandıkları görülmüştür. Bu iki bulgudan hareketle aleksitimik bireylerin sağlıklı bir iletişim kurmakta zorluk yaşamalarının ilişki sürdürülebilirlik ve ilişki sonlandırabilme konusunda kendilerinden beklentilerini olumsuz yönde etkiliyor olabileceği söylenebilir. Çünkü ilişki sürdürülebilirlik ve ilişki sonlandırabilme sosyal yetkinliği iletişim becerisine sahip olmayı gerektirebilir.

İlişki sürdürülebilirlik beklentisi ile duyguları tanıma zorluğu ve dışa dönük düşünce arasında negatif yönde, zayıf düzeyde manidar bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre; duygularını adlandıramayan ve dış etkenlere bağlı olarak yapacaklarına yön veren kişilerin bir ilişkiyi sürdürülebilirlik ilişkine kendilerinden beklentilerinin daha az olduğu söylenebilir.

Araştırmadaki bir başka bulgu erkeklerin ilişki başlatabilme ve ilişki sürdürülebilirlik beklentilerinin, kadınların ilişki başlatabilme ve ilişki sürdürülebilirlik beklentilerinden daha yüksek olduğudur. Sakallı ve Curun'un (2001) romantik ilişkilerle ilgili kalıp yargılara karşı tutumları ile ilgili yaptıkları bir araştırmada kadınların romantik ilişkilerde erkeğin daha girişken olması gerektiği konusundaki kalıp yargılarda daha fazla hem fikir olduğu görülmüştür. Erkeklerin ise romantik ilişkilerde erkeğin baskın, kadının kabul edici olması gerektiği hakkındaki kalıp yargılarda daha fazla hemfikir olduğu görülmüştür. Bu bulgular erkeklerin ilişki

başlatabilme ve ilişki sürdürebilme beklentisinin kadınlara göre daha yüksek olması ile örtüşmektedir. Kalıp yargılar kadınların ilişkiyi başlatabilme ve ilişkiyi sürdürebilme beklentilerini olumsuz yönde etkiliyor olabilir.

İlişki başlatabilme beklentisinin sosyo-ekonomik düzeye göre manidar bir farklılık gösterdiği görülmüştür. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin ilişki başlatabilme beklentisinin ($\bar{X} = 12.20$), düşük ($\bar{X} = 10.63$) ve orta ($\bar{X} = 10.63$) sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin ilişki başlatabilme beklentisinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak anlamlı fark orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzey arasında bulunmuştur. Erözkan'ın (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada sosyal kaygının alt boyutları olan sosyal kaçınma ve bireysel değersizliğin yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerde, diğer sosyo-ekonomik düzeydeki bireylere göre daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin ilişki başlatabilme beklentisinin diğer sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin ilişki başlatabilme beklentisinden daha yüksek olması, yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin sosyal ortamlardan kaçınmalarının daha az olması ve kendilerini daha az değersiz hissetmeleri ile ilgili olabilir.

Batıgün ve Büyüksahin'in (2008) üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir çalışmada kaygılı ve kaçınması bağlanma örüntülerinin aleksitimi ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgudan hareketle aleksitimi ile ilişki sürdürebilme ve ilişki sonlandırabilme arasında negatif yönde, manidar bir ilişki olmasının aleksitimik bireylerin bağlanma stilleri ile de ilgili olabileceği söylenebilir. Çünkü yaşamın ilk yıllarında geliştirilen ilişkiler sonraki yıllarda yaşanan ilişkileri de etkilemektedir. Güvensiz bağlanma stili geliştiren çocukların diğer insanlara daha az güvendiği ve yetişkinlikte kurdukları kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşadıkları görülmektedir (Collins ve Read, 1990). Bunun için karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik beklentisi ve aleksitimi arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolüne bakılması önerilebilir.

Çalışmada yüksek lisans öğrenimine devam eden öğrencilerin aleksitimi puanları ile öğreniminin 5. yılına devam eden öğrencilerin aleksitimi puanları arasında manidar bir fark olduğu görülmüştür. Sıra ortalamalarına bakıldığında öğreniminin 5. yılına devam eden öğrencilerin aleksitimi puanları diğer sınıf düzeyindeki öğrencilerin aleksitimi puanlarından daha yüksek, yüksek lisans öğrenimine devam eden öğrencilerin aleksitimi puanları ise diğer sınıf düzeyindeki öğrencilerin aleksitimi puanlarından daha düşüktür. Karlıdağ, Ünal ve Yoloğlu'nun (2001) hekimlerle yaptıkları bir çalışmada aleksitimik bireylerin duygusal tükenme düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır ve araştırmanın sonuçlarında tükenmişlik sendromu yaşayan bireylerin aleksitimi düzeylerinin arttığı düşünülüyor söylenebilir. Öğreniminin 5. yılına devam eden öğrencilerin de aleksitimi puanlarının diğer sınıf düzeyindeki öğrencilerden yüksek olmasının sebebinin uzun süren üniversite öğreniminden kaynaklı olarak yaşadıkları tükenmişlik olabileceği düşünülmüştür. Aynı çalışmada aleksitimik bireylerin kişisel başarı düzeylerinin daha düşük olduğu bulunmuştur. Yüksek lisans öğrencilerinin aleksitimi puanlarının diğer sınıf düzeyindeki öğrencilerinden daha düşük olması akademik başarı ve aleksitimi arasında ilişki olabileceğini düşündürmüştür. Aleksitimi ve akademik başarı arasındaki ilişkiye bakılması önerilebilir.

Kaynakça

- Bilgin, M. (1996). Grup rehberliğinin sosyal yetkinlik beklentisi üzerindeki etkisine yönelik deneysel bir çalışma. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Büyüköztürk, S., Kılıç Çakmak, E., Akgün, O. E., Karadeniz, S., & Demirel, F. (2013). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Ceyhan, E. (2000). Çocuk Gelişimi ve Psikolojisi. Anadolu Üniversitesi Yayınları, 6, 59-210.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Dereboy, I.F. (1990). "Aleksitimi Özbildirim Ölçeklerinin Psikometrik Özellikleri Üzerine Bir Çalışma", (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Epözdemir, H. (2012). The effect of alexithymic characteristics of married couples on their marital adjustment. *Journal of Family Psychotherapy*, 23(2), 116-130.
- Erden, D. (2005). Farklı yetiştirme koşullarının aleksitimi, depresyon ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*; 8:60-66.
- Erözkan, A. (2009). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (21), 543-551.
- Güleç, H., Köse, S., Güleç, M. Y., Çıtak, S., Evren, C., Borckardt, J., & Sayar, K. (2009). Reliability and factorial validity of the Turkish version of the 20-item Toronto alexithymia scale (TAS-20). *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 19(3), 214.
- Koçak, R. (2002). Aleksitimi: kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35(1), 183-212.
- Krystal, H.J. (1979). Alexithymia and psychotherapy, *American Journal of Psychotherapy*, 33 (1) , 17-31.
- Oktay, B. & Durak Batıgün, A. (2014). Aleksitimi: bağlanma, benlik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke. *Türk Psikoloji Yazıları*, Haziran 2014,17 (33), 31-40
- Özgüven, İ. E., & Bilge, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin karşı cins arkadaşlığı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(8).
- Sakallı, N., & Curun, F. (2001). Romantik ilişkilerle ilgili kalıp yargılara karşı tutumlar. *Psikoloji Çalışmaları/Studies in Psychology*, 22, 31-45.
- Sevindi, T., & Kumcagız, H. (2017). Ortaöğretim öğrencilerinin aleksitimi düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(4), 1335-1343.
- Temiz, Z. T. Bir sınıflandırma çalışması: aleksitimik belirtiler ve bağlanma örüntüleri. *Medeniyet Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 21-42.
- Türkoğlu, İ. E., Akbaş, T., & Çelikkaleli, Ö. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve flört davranışlarına göre karşı cinsle ilişkide sosyal yetkinlik inancının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(2), 189-198.
- Ünal, S. & Karlıdağ, R. & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumunu düzeylerinin yaşam doyumunu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4:113-118.
- Ünlü, V. (2004). Karşı Cinsle Sosyal Yetkinlik Beklentisi Ölçeği. (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yeşilyaprak, B. (2002) Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, (Editör; 12.baskı). Ankara: Pegem Yayıncılık.