

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK
VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MEHMET ŞİRİN AKÇA

DANIŞMAN:

PROF. DR. ERSİN ALTINTAŞ

ARALIK 2014

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK
VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MEHMET ŞİRİN AKÇA

DANIŞMAN:

PROF. DR. ERSİN ALTINTAŞ

ARALIK 2014

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim.


Mehmet Şirin AKÇA

Bu yüksek lisans tezi, ..*Eğitimde... Beklenen... Hizmetler...*
Anabilim/bilim Dalında jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

Başkan *Prof. Dr. Emin Altıntaş* (imza)

Üye *Yard. Doç. Dr. F. Bekir Meriç* (imza)

Üye *Yard. Doç. Dr. Eyüp Gelik* (imza)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../20..

Prof. Dr. İsmail GÜLEÇ
Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Temel duygulardan sayılan ve sevginin en gözde tuzağı olan kıskançlık, tarih boyunca var olagelmıştır. Bütün toplumlarda kıskançlık duygusu vardır ve neredeyse tüm bireyler yaşamlarında az ya da çok kıskançlık duyarlar. Kıskançlık ile ilgili çalışmalara baktığımızda ilişkisel, durumsal ve bireysel açıdan kıskançlık kavramının ele alındığı görülmektedir. Kişinin kendisinin sahip olduğunu kaybetmekten çekinmesi ya da korkması, benlik saygısına karşı oluşan bilinçaltı tehdite bir tepki olan kıskançlığın içsel ve dışsal öğeleri bulunmaktadır. İçsel öğeleri genellikle dış dünyadan görünmeyen çeşitli duygu ve düşünceleri içerir. Empati de dış dünyayı karşıdaki bireyin penceresinden görmeye çalışmak, bir insanın kendisini karşıdaki insanın yerine koyarak onun bakış açısı ile bakması; o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır. Empatik eğilim ise bireyin günlük yaşamda empati kurma potansiyeli/eğilimidir. Psikolojinin önemli kavramlarından olan romantik kıskançlık ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından araştırılmasının psikoloji literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Tez konumun saptanmasından tez sürecinin tamamlanmasına kadar çalışmamda bana yardımcı olan danışmanım Prof. Dr. Ersin Altıntaş'a, Tüm hayatım boyunca bana her türlü desteği veren, bir bütün olarak daima yanımda olduklarını bildiğim sevgili annem, babam ve kardeşlerime, Çalışmamın başlangıcından sonuna kadar fikirleri ve analiz kısmında yardımları için sevgili arkadaşım Ahmet KAHRAMAN'a, uygulamalarda bana yardımcı olan, motivasyonumu artıran sevgili arkadaşlarım ve dostlarıma, ismini zikredemediğim hayatımdaki özel insanlara sonsuz şükranlarımı sunarım.

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ROMANTİK KISKANÇLIK VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

AKÇA, Mehmet Şirin

Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

Aralık, 2014. xiii+103 Sayfa.

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca öğrencilerin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemi; 2012-2013 öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Siirt Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi ve Karadeniz Teknik Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde lisans eğitimi alan 357 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada öğrencilerin; cinsiyeti ve kendisini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama değişkenleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Öğrencilerin romantik kıskançlık düzeylerini belirlemek amacıyla, Pines ve Aronson (1983) tarafından geliştirilen, Demirtaş (2004) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Romantik Kıskançlık Ölçeği; öğrencilerin empatik eğilim düzeylerini belirlemek amacıyla da Dökmen (1988) tarafından geliştirilen Empatik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Veriler; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ve Bağımsız Grup t- testi ile analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları ile romantik kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik nedeni ve yıkıcı baş etme alt boyutları puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, tetikleyiciler, olumsuz

etkiler, kaybetme korkusu ve yapıcı baş etme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. Yani empatik eğilim puanları artarken kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik nedeni ve yıkıcı baş etme alt boyut puanlarında azalma olmaktadır. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre Romantik Kıskançlık Ölçeğinin sadece Yapıcı Baş Etme alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre Romantik Kıskançlık Ölçeğinin Tetikleyiciler, Olumlu Etkiler, Olumsuz Etkiler, Yıkıcı Baş Etme ve Yapıcı Baş Etme alt boyutu puanları arasında anlamlı farklılık bulunurken, diğer alt boyut puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık gösterdiği, kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkeni açısından ise anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında araştırmadan elde edilen sonuçlar tartışılmış ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Romantik Kıskançlık, Empatik Eğilim, Üniversite Öğrencileri

ABSTRACT

THE OBSERVATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ROMANTIC JEALOUSY AND EMPATHIC TENDENCY IN UNIVERSITY STUDENTS IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

AKÇA, Mehmet Şirin

Master's Thesis, Institute of Educational Sciences,

Department of Educational Sciences,

Subfield of Psychological Services in Education

Supervisor: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

December, 2014. xiii+103 Pages.

The aim of this study is to investigate the relationship between romantic jealousy and empathic tendency of university students and examine the differences between these two concepts in terms of the variables of gender and think of himself as one jealousy. The research sample was composed of 357 undergraduate students from various departments of the Marmara University, Mersin University, Anadolu University, Yıldız Teknik University, Siirt University, Sütçü İmam University and Karadeniz Teknik University in the 2012-2013 academic year. A Personal Data Form developed by the researcher was employed as the instrument to gather students' perception of the variables such as gender and think of himself as one jealousy.

Additionally, Romantic Jealousy Scale developed by Pines and Aronson (1983) and adapted into Turkish by Demirtaş (2004) to measure the romantic jealousy levels; Empathic Tendency Scale developed by Dökmen (1988) to measure the empathic tendency levels were used in the current research. The data was analyzed via Pearson Product Moment Correlation, T-Test in Independent Groups.

In consequence of this research, there is a negative correlation between the empathic tendency scores and romantic jealousy (subscale of the positive effects, feelings of inadequacy and destructive coping); there isn't correlation between the empathic tendency scores and romantic jealousy (subscale of the triggers, negative effects, fear of losing and constructive coping) of university students. The students who have high level of empathic tendency had low level of (the positive effects, feelings of

inadequacy and destructive coping) romantic jealousy. The university students' level of romantic jealousy (just subscale of constructive coping) shows significant differences concerning with gender; level of romantic jealousy (subscales of triggers, positive effects, destructive coping and constructive coping) shows significant differences concerning with think of himself as one jealousy. But level of romantic jealousy shows no significant differences concerning with others subscales. The university students' level of empathic tendency shows significant differences concerning with gender. However the university students' level of empathic tendency shows no significant differences concerning with think of himself as one jealousy. Under the lights of the research findings, discussion upon the results was performed and some suggestions were offered for future research.

Keywords: Romantic Jealousy, Empathic Tendency, University Students

İÇİNDEKİLER

Bildirim	ii
Jüri Üyelerinin İmza Sayfası	iii
Önsöz	iv
Türkçe Özet	v
İngilizce Özet	vii
İçindekiler	ix
Tablolar Listesi	xii
Şekiller Listesi	xiii
1. Bölüm, Giriş	1
1.1 Problem Cümlesi	3
1.2 Alt Problemler	3
1.3 Araştırmanın Önemi	3
1.4 Araştırmanın Varsayımları	4
1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları	5
1.6 Tanımlar	5
1.7 Simgeler ve Kısaltmalar	6
2 Bölüm, Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar	7
2.1 Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi	7
2.1.1 Romantik Kıskançlık	7
2.1.1.1 Psikodinamik Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık	8
2.1.1.2 Evrimsel Yaklaşımına Göre Romantik Kıskançlık	10
2.1.1.3 Bilişsel-Olgusal Kurama Göre Romantik Kıskançlık	12
2.1.1.3.1 Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramı	12
2.1.1.3.2 Kıskançlık ve Bilişsel-Olgusal Kuram	13
2.1.1.4 Sosyal Mübadele Kuramına Göre Romantik Kıskançlık	13
2.1.1.5 Transaksiyonel Yaklaşımına Göre Kıskançlık	16
2.1.1.6 Yatırım Kuramına Göre Kıskançlık	19
2.1.1.7 Sosyal Karşılaştırma Teorisine Göre Kıskançlık	21
2.1.2 Empati	23
2.1.2.1 Empati Kavramı	23
2.1.2.2 Empati Kavramı ile İlgili Kuramsal Görüşler	26

2.1.2.3	Empatinin Bileşenleri	27
2.1.2.4	Aşamalı Empati Sınıflaması	29
2.1.2.5	Empati ile Ana-Baba, Çocuk ve Yetişkin Benlik Durumlarının İlişkisi	31
2.1.2.6	Empati ile Karıştırılan Kavramlar	33
2.1.2.7	Empatinin Gelişimi	36
2.1.2.8	Empatik Eğilim	38
2.2	Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim ile İlgili Araştırmalar	40
2.2.1	Romantik Kıskançlık ile İlgili Araştırmalar	40
2.2.2	Empatik Eğilim ile İlgili Araştırmalar	46
2.3	Alanyazın Taramasının Sonucu	53
3	Bölüm, Yöntem	55
3.1	Araştırmanın Modeli	55
3.2	Çalışma Grubu	55
3.3	Veri Toplama Araçları	56
3.3.1	Kişisel Bilgi Formu	56
3.3.2	Romantik Kıskançlık Ölçeği	57
3.3.3	Empatik Eğilim Ölçeği	58
3.4	Veri Analiz Teknikleri	59
4	Bölüm, Bulgular ve Yorum	60
4.1	Örneklem Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Çeşitli Demografik Özellikler Açısından Frekans ve Yüzde Dağılımlarına İlişkin Bulgular	60
4.2	Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı İlişkiler Olup Olmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum	62
4.3	Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum	63
4.4	Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Düzeyleri Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamadıklarına Göre Anlamlı Bir Biçimde Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum	65
5	Bölüm, Sonuç, Tartışma ve Öneriler	69

5.1 Sonuç ve Tartışma	69
5.1.1 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Olup Olmadığı ile İlgili Sonuçlar ve Tartışma	69
5.1.2 Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığı ile İlgili Sonuçlar ve Tartışma	72
5.1.3 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Düzeyleri Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamadıklarına Göre Anlamlı Bir Biçimde Farklılaşıp Farklılaşmadığı ile İlgili Sonuçlar ve Tartışma.....	76
5.2 Öneriler	78
5.2.1 Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler	78
5.2.2 İleride Yapılabilecek Araştırmalar İçin Öneriler	79
Kaynakça	80
Ekler	97
Özgeçmiş ve İletişim Bilgileri	103

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. İlişkisel Problemlerle Baş Etme Yöntemlerinin Sınıflandırılması	15
Tablo 2. Çalışma Grubu	56
Tablo 3. Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ) Alt Boyutları Maddeleri	57
Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri	60
Tablo 5. Kıskanç mısınız? Değişkeni için Frekans ve Yüzde Değerleri	61
Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Alt Testlerine Ait Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Standart Hata Değerleri	61
Tablo 7. Empatik Eğilim ile Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiler	62
Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları	64
Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Ölçeğinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları	65
Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Kendisini Kıskanç Algılayıp Algılamama Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları	66
Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Ölçeğinden Aldıkları Puanların Kendisini Kıskanç Algılayıp Algılamama Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları	68

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramının Kıskançlığa Uyarlanması	13
Şekil 2. Rusbult's EVLN Modeli	20
Şekil 3. Aşamalı Empati Sınıflaması	29

BÖLÜM I

GİRİŞ

“Kıskançlık, cennetteki ejderhadır; Cennetin cehennemi; Duyguların en acısıdır, çünkü en tatlısı ile ilişkilidir.”

A.R. Orage,

Yakın ilişkiler, pek çok duyguyu içinde barındıran, eşlerin kimi zaman bireysel, kimi zaman da karşılıklı olarak pek çok duygusal yaşantıyı paylaştığı ilişkilere dir. Yakın ilişkilerde en güçlü, yaygın ve yıpratıcı duygulardan biri olarak değerlendirilen kıskançlık da bunlardan bir tanesidir (Aune ve Comstock 1991). Milton’un “yaralı aşğın cehennemi”, Dryden’in “ruhun sarılığı” (Blevis, 2010, Akt: Houser, 2009) ve Shakepeare’in “yeşil gözlü canavar” olarak betimlediği kıskançlık insanoğlunun yaşamı boyunca sık sık karşılaştığı karmaşık bir duygudur (Silva, 1997, Akt: Houser, 2009). Kavramın daha net anlaşılması için kıskançlığı hasetten ayırmak gerekiyor. Kıskançlık, yakın ilişkiyi tehditlere karşı korumak amacıyla verilen bir tepki, haset ise, diğerlerinin sahip olduklarına sahip olmak istemeyi, diğerlerinin sahip oldukları nitelik, başarı ve maddi olanakları kendininkilerle karşılaştırmayı ve sonuçta da çekememe boyutuna varan bir durumu anlatır (Anderson, 2002).

Felsefe, edebiyat, sosyoloji, psikoloji ve özellikle sosyal psikoloji alanlarına baktığımızda kıskançlık ile ilgili çalışmalara sıklıkla rastlamaktayız (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Evlilik araştırmalarında üzerinde durulan problemlerden bir tanesi de kıskançlıktır (Guerrero ve Eloy 1992). Kıskançlık, bireylerin ilişkilerinden aldıkları doyum üzerinde rol sahibi olan, kıskançlığın bireylerin ilişkilerinde duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını etkileyen faktörlerden birisi olduğu düşünülmektedir (Silva, 1997, Akt: Houser, 2009). Kıskançlık kavramına baktığımızda, kıskançlığın yalın bir kavram ya da duygu olmadığı, bir duygular ve tepkiler karmaşası olduğu, bu nedenle kıskançlığı çok boyutlu ve çok değişkenli bir

olgu olarak ele almanın daha mantıklı olduğu görölmektedir (Pines, 1992a; White, 1981a).

Romantik kıskançlık kavramı özellikle 1980'li yıllardan itibaren psikoloji araştırmalarında sıklıkla ele alınmaya başlayan psikolojik değişkenlerden birisi olmuştur (Guerrero ve Eloy 1992). Türkiye'de de son dönemlerde kıskançlığı ele alan, kıskançlığın bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenlerle ilişkisini inceleyen araştırmalar yapılmaya başlanmıştır (Alpay, 2009; İnce 2009; Demirtaş 2004; Demirtaş ve Dönmez 2006; Houser, 2009; Karakurt, 2001; Öner 2001). Empati kavramı da psikolojinin vazgeçilmez kavramlarından biri olmasının yanında (Dökmen, 1987), özellikle psikoterapinin temel kavramlarından biridir (Tarhan, 2010).

Dökmen (1988) empatiyi empatik beceri ve empatik eğilim olarak iki boyutta değerlendirmiştir. Empatik beceri, kişinin empati kurabilme becerisi; empatik eğilim ise kişilerin günlük yaşamda empati kurabilme eğilimleri/potansiyelleridir (Dökmen, 1988). Empatik eğilim daha çok empatinin duygusal boyutunda yer almakta, bireylerin duygusal sorunlarını anlayabilme ve yardım etme isteğini içermektedir. (Akkoyun, 1987; Dökmen, 1988). Empatik eğilim, bireyin partnerinin belirli bir duygusunu derecelendirmesiyle, aynı duygunun eşi tarafından derecelendirilmesi arasındaki benzerliği yansıtmaktadır. Bireyin partnerinin duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlayabilme becerisi olan empatik eğilim, eşler arasındaki duygusal bağlılığın temel göstergesidir (Papp, Kouros, ve Cummings, 2010).

Yakın ilişkilerde sıkça yaşanan ve ilişki için çok önemli olan romantik kıskançlık çok boyutlu (kıskançlığı tetikleyen durumlar, kıskançlığın olumlu ve olumsuz etkileri, kıskançlıkla baş etme yolları, kıskançlığın bilişsel, duygusal ve fiziksel tepkileri, kıskançlığın nedenleri) bir kavramdır. Empatik eğilim de empati kurma potansiyeli olarak ifade edilir. Empatik becerisi yüksek bireylerin sosyal ilişkilerinde daha az çatışma yaşaması, karşısındakini daha kolay anlaması ve karşıdan gelen mesajları daha kolay algılaması beklenmektedir. Dolayısıyla bireylerin empatik eğilimi ile romantik kıskançlığının bazı boyutlarının ilişkili olması öngörülmektedir.

Genel olarak bu çalışmada, romantik kıskançlığın empatik eğilim ile ilişkisi araştırılarak, romantik kıskançlık ve empatik eğilim kavramları kuramsal bir çerçevede ele alınacaktır. Araştırmada romantik kıskançlık ve empatik eğilimin

cinsiyet ve kendisini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi değişkenler göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenecektir.

1.1 PROBLEM CÜMLESİ

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin cinsiyet ve kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2 ALT PROBLEMLER

- 1.2.1. Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 1.2.2. Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?
- 1.2.3. Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamadıklarına göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

1.3 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Kıskançlık, insan varoluşu için önemli olarak kabul edilen (Anderson, 2002) insanın sahip olduğunu kaybetmekten çekinmesi ya da korkması olarak tanımlanan (Bhugra, 2000), kişinin benlik saygısına karşı oluşan bilinçaltı tehdite karşı bir tepkidir (Cobb ve Marrs, 1979). Kıskançlığın algılanması, bireyin yetiştiği kültürdeki değerlerle, çocuk yetiştirme yöntemleri ve aile bağları ile ilişkili olduğu için kültürden kültüre değişmekle birlikte, kıskançlık duygusunun neredeyse bütün toplumlarda var olduğunu görürüz. Her birey yaşamında az ya da çok kıskançlık yaşamaktadır. Hill ve Davis (2000) de kıskançlığın kültürel tutumlar ve alışkanlıklar tarafından belirlenen öğrenilmiş bir tepki olduğundan bahsetmektedir.

Kıskançlık, uzun süredir psikoloji araştırmalarına konu olan bir kavram olmasına rağmen romantik kıskançlık, 1980’li yıllardan sonra ele alınmaya başlanmıştır (Guerrero ve Eloy, 1992). Bu alanda ölkemizde 2000’li yıllardan sonra araştırmalara başlandığı ve yapılan çalışmaların çok az olduğu görölmektedir. Bu konuda yapılacak çalışmalar evlilik danışmanlığı ve çift terapileri alanlarına bir katkı sağlayacaktır. Evlilik danışmanlığı ve çift terapilerinde ilişkisel tüm faktörler gibi çok önemli kavramlardan bir tanesi de romantik kıskançlıktır. Çiftlerin romantik kıskançlık kavramını nasıl algıladıkları ve nasıl anlamlandırdıkları, nasıl yaşadıklarını ve kıskançlıkla nasıl baş ettiklerini etkilemektedir. Dolayısıyla romantik kıskançlığı etkileyen tetikleyiciler, kıskançlıkla baş etme yöntemleri, kıskançlığın olumlu ve olumsuz etkileri ile kıskançlığın nedenleri gibi faktörlerin anlaşılması çift terapisi açısından faydalı olacaktır. Ayrıca empatik eğilim, sosyal ilişkilerde kişilerin birbirlerinin duygularını doğru anlaması, karşıdakini anladığını ona iletmesi ve ona yardım etmesini gerektirmektedir. Çiftler arasında empatik eğilimin düzeyi çiftlerin birbirlerinin duygularını doğru anlamasında ve çiftler arasındaki duygusal yoğunluğun ağıklanmasında etkilidir. Bu yüzden romantik kıskançlık ve empatik eğilim kavramlarının çift ilişkilerinde anlaşılması, çalışılması evlilik ve çift terapileri için önemli bir katkı olacaktır.

Yapılan literatür taramalarında Türkiye’de romantik kıskançlık ve empatik eğilim ilişkisini inceleyen herhangi bir bilimsel çalışmaya rastlanmamış olması, araştırmanın önemini gözler önüne sermektedir. Yapılan yurtdışı literatür taramalarında yakın ilişkiler ile empatik beceri, empati ilişkisinin incelendiği görölmekle birlikte romantik kıskançlık ve empatik eğilim ilişkisinin incelenmesine ilişkin çalışmaların olmaması bu konuya ışık tutacak çalışmalara dikkat çekmektedir.

1.4 ARAşTIRMANIN VARSAYIMLARI

Bu araştırmanın temel aldığı bazı varsayımlar şunlardır:

1. Kullanılan veri toplama araçlarının istenilen bilgiyi elde etmede geçerli ve güvenilir oldukları varsayılmaktadır.

2. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kullanılan veri toplama araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.
3. Araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden oluşturulan çalışma grubunun evreni yeterli düzeyde temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.5 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerine yönelik bulgular; Romantik Kıskançlık Ölçeği ve Empatik Eğilim Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma 2012-2013 eğitim öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi, Siirt Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi ve Bilgi Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılmıştır.
3. Araştırma, amaçlardaki sorular ile sınırlıdır.

1.6 TANIMLAR

Romantik Kıskançlık: White (1981b) kıskançlığı; bireyin partneriyle, gerçek ya da hayal edilen bir rakip arasındaki gerçek ya da potansiyel bir ilişki nedeniyle algılanan, ilişkinin varlığına dair bir tehditle karşılaştığındaki karmaşık duygu, düşünce ve davranışlar olarak tanımlamaktadır. Bu tehdit, bireyin benlik saygısına ya da ilişkinin geleceğine ve kalitesine olan tehdit algısı olarak düşünülmektedir. Pines'a (1998) göre "kıskançlık, önemsenen bir ilişkinin yitirilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek bir tehlikenin varlığına ilişkin bir algı sonucunda verilen karmaşık bir tepkidir".

Empatik Eğilim: Sorunu olan bireylerin duygularını anlayabilme ve bu bireylerin duygusal yaşantılarından etkilenme yeteneğini, yani duygusal boyutta o bireyin

vekâleten yerini alabilme yatkınlığını ve bireye yardım etme arasındaki ilişki, bireysel farklılıklardaki duyarlılık, yani empatik eğilim ile değerlendirilebilmektedir (Akkoyun, 1987). Kısacası empatik eğilim kişilerin günlük yaşamda empati kurabilme eğilimleri/potansiyelleridir (Dökmen, 1988).

1.7 SİMGELER VE KISALTMALAR

RKÖ : Romantik Kıskançlık Ölçeği

EEÖ : Empatik Eğilim Ölçeği

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sırasıyla romantik kıskançlık ve empatik eğilim ile ilgili kuramsal bilgilere ve bunlarla ilgili alanyazında yer alan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1.1 Romantik Kıskançlık

Yakın ilişkilerde, ilişkinin başlaması, sürdürülmesi ve sonlandırılmasında, ilişki doyumu ve mutluluğunda birçok önemli faktör bulunmaktadır. Bu önemli kavramlardan bir tanesi de romantik kıskançlıktır. Kıskançlık, yakın ilişkilerde sıklıkla yaşanan, ilişkileri bazen parçalayan, bazen yıpratıcı, bazen de güçlendiren karmaşık ve çok boyutlu bir kavramdır. İnsanlık tarihi boyunca çoğu insan kıskançlık yaşamıştır (Bringle ve Evenbeck 1979, Akt: Pandilla, 2007). Kıskançlık ilişkilere heyecan kattığı (Pines, 1992b) gibi bazen de ilişkilerin karanlık tarafı olabilmektedir (Buss, 2000).

Kıskançlık kavramı uzun süredir psikoloji araştırmalarında ele alınan bir kavramdır. Romantik kıskançlık kavramı, özellikle 1980'li yıllardan sonra klinik psikoloji, sosyal psikoloji ve psikiyatri alanlarında sıklıkla üzerinde çalışılan psikolojik değişkenlerden birisidir (Guerrero ve Eloy 1992). Türkiye'de de son yıllarda kıskançlığı ele alan, kıskançlığın bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenlerle ilişkisini inceleyen araştırmalar yapılmaktadır (Alpay, 2009; İnce 2009; Demirtaş 2004; Demirtaş ve Dönmez 2006; Houser, 2009; Karakurt, 2001; Öner 2001).

White (1981b) kıskançlığı; bireyin partneriyle gerçek ya da hayal edilen bir rakip arasındaki gerçek ya da potansiyel bir ilişki nedeniyle algılanan, ilişkinin varlığına dair bir tehditle karşılaştığındaki karmaşık duygu, düşünce ve davranışlar olarak

tanımlamaktadır. Kıskançlık şiddetlendiğinde kötü ve şiddetli davranışlara sebep olabilen (Laner, 1990; Sugarman ve Hotaling, 1991), romantik ilişkilerde yaşanan en güçlü duygulardan birisidir. Edalati ve Tedzuan (2010)'a göre kıskançlık, bir kişinin ilişkisinin tehdit edildiğini algıladığında oluşan güçlü olumsuz duygular olarak tanımlanır. Sayar (2006) kıskançlığı içsel ve dışsal öğeleri olan karmaşık bir tepki olarak belirtmekte, içsel öğelerin genellikle dışarıdan görünmeyen çeşitli duygu, düşünce ve fiziksel belirtiler olduğunu; bu duyguların acı, kızgınlık, hiddet, kıskanma, üzüntü, korku, keder ve aşağılanma duyguları olduğunu ifade etmektedir (Akt: Alpay, 2009). Guerrero, Spitsberg ve Yoshimura (2004)'e göre ise romantik kıskançlık, ilişkiye yönelik bir tehdite karşı verilen bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerdir (Akt: Alpay, 2009). Bütün bu tanımların yanı sıra kuramsal teorilerin hepsi kıskançlığı kendi perspektifinden anlamaya ve açıklamaya çalışmıştır. Farklı kuramsal perspektiflere göre aşağıda kıskançlık açıklanmaya çalışılmıştır.

2.1.1.1 Psikodinamik yaklaşıma göre kıskançlık

Psikodinamik yaklaşım, kıskançlığın bilinçdışı süreçler tarafından yönetildiğini belirtmektedir (Pines, 1998). Freud, kıskançlığın evrensel olduğunu, kıskançlığın köklerinin herkesin geçirdiği çocukluk yaşantılarında gizli olduğunu, dolayısıyla kimsenin kıskançlıktan kurtulamayacağını belirtmekte ve yetişkinlikte yaşanan kıskançlıkları çocukluk dönemi travmalarının yeniden canlanması olarak değerlendirmektedir (Pines, 1992a). Terapinin amacı da çocukluk yaşantılarını ve bilinçaltında olanları bilinç düzeyine çıkarabilmektir. Terapist, kıskançlıktan rahatsız olan birisine geçmiş yaşantıları ile bugünkü sorunları arasındaki bağlantıyı görmesini ve böylece kıskançlığının gerçek nedenlerini keşfetmesini sağlamaya çalışır. Bireyler, kıskançlıklarının kökünde yatan nedenleri keşfettikten sonra bununla baş etme konusunda en önemli adımı atmış olmaktadır (Pines, 1998).

Mathes (1992), kıskançlıkla ilgili çocukluk deneyimlerinin yetişkin kıskançlığı ile ilgili ipuçları verdiğini, yetişkinlikte döneminde çocukluk dönemine benzer durumlar olduğunda tekrardan kıskançlık duygularının canlandığını belirtmektedir (Akt: Demirtaş, 2004). Aileleri ile zamanlarının çoğunu geçiren çocuklar için en yakın aşk ve özdeşleşme nesnesi aile üyeleri olur ve ilk cinsel duygularını aile üyelerinden birine yöneltirler. Zaman içinde bu cinsel duyguları rakip gördüğü kişilere karşı

kıskançlık duygusu izler. Bu rekabet kızlarda Elektra, erkeklerde ise Oedipüs kompleksinin temeli sayılmaktadır (Bigler, 1995).

Freud üç tür kıskançlıktan bahsetmektedir (Mathes, 1992, Akt: Demirtaş, 2004): yarışmacı ya da normal kıskançlık, yansıtılmış kıskançlık ve sanrısız kıskançlık.

1. *Yarışmacı ya da normal kıskançlık*, bireyin sevdiği bir şeyi bir rakibe kaptırdığı ya da kaptıracağı düşüncesinin verdiği acıdır (White ve Mullen 1989). Bu tür kıskançlıkta sevilen kişiyi kaybetme, öz saygıyı yitirme, rakibe karşı haset ve sevilen kişiyi kaybetme nedeniyle kendini eleştirme ve suçlama duyguları söz konusudur.
2. *Yansıtılmış kıskançlık*, bastırılan aldatma dürtülerinden ya da gerçek bir aldatmadan kaynaklanır. Aldatan ya da başka bir kişiyi arzulayan ancak bu durumu eyleme geçiremeyen bir kişi, bunu partnerine yansıtır, onu kendi yapmak istediği ya da yaptığı şeyleri yapmakla suçlar ve kıskançlık davranışları gösterir.
3. *Sanrısız kıskançlık* ise bir tür paranoyadır. Kökeninde aldatmaya ilişkin bastırılmış dürtüler yatmakla beraber burada kıskançlık nesnesi kıskanç bireyin hemcinsi olmaktadır. Freud, bebeklerin ve küçük çocukların cinsellik açısından iki yönlü (biseksüel) olduğuna inanır (Basow, 1992). Ancak olgunlaşma ve toplumsallaşma süreci sonunda çocukların cinsel davranışları çoğunlukla heteroseksüellik yönünde belirlenir. Oedipal evreye ulaştığında ise iki ebeveyninden de etkilenir. Bu duygular zaman içinde bastırılır ve yetişkin kıskançlığında bireyin rakibine yönelttiği bilinçli ya da bilinçsiz ilgide tekrar canlanabilir. Bu homoseksüel ilgi, sanrısız kıskançlığın temel nedenidir ve bu eğilime karşı kendini korumaya çalışan birey, eşini hemcinsi olan rakipten hoşlanmakla suçlar. (Sommers, 1988, Akt: Houser, 2009).

Freud kıskançlığın kaynaklarını, aşık olduğumuz birini kaybetme düşüncesinin verdiği *üzüntü*, istediğimiz her şeye sahip olamayacağımız gerçeğine ilişkin *acı farkındalık*, başarılı rakiplere duyulan *haset duyguları* ve kaybımızdan kendimizi sorumlu tutmamıza neden olan *özeleştirici* olarak özetlemektedir (Pines, 1998). Freud, herkeste aldatma eğiliminin bulunduğu, bu eğilimin ya da aldatma davranışının üstesinden gelmenin en iyi yönteminin “yansıtma” olduğuna işaret etmektedir. Bireyler hatayı karşı tarafa yansıtarak karşıdaki kişinin kendilerinden daha iyi ve günahsız olmadığını düşünerek kendi kendilerini aklamaya çalışırlar (Pines, 1998).

Kıskançlık üzerinde çalışan birçok araştırmacı, Freud'un kıskançlığın patolojik açıdan, normalden sanrısala uzanan bir boyutta düşünülebileceği yönündeki görüşüne katılmaktadır (Salovey, 1991).

Psikodinamik yaklaşımın kıskançlık kavramına ilişkin görüşüne yöneltilen *ilk eleştiri*, kıskançlığın altında yatan gerçek nedenlere çok az yer verdiği ve tüm kıskançlıkların az da olsa sanrısala olduğu görüşüdedir. *İkinci eleştiri noktası* da bireyin kıskançlığı pekiştirecek koşulları aradığı ya da yaratmaya çalıştığı yönündeki suçlama eğilimidir. Ayrıca, erken çocukluk dönemi yaşantılarının yetişkin kıskançlığı üzerindeki etkilerinin çok fazla vurgulandığı, yetişkinlik yaşantılarının öneminin göz ardı edildiği, özellikle de ilişki dinamiklerinin dikkate alınmadığı da eleştiriler arasında bulunmaktadır (Demirtaş, 2004).

2.1.1.2 Evrimsel yaklaşıma göre kıskançlık

Evrimsel yaklaşım kıskançlığa biyolojik temelde yaklaşır. Kıskançlığın partneri kaybetmeye yönelik verilen bir tepki olarak oluştuğunu, kıskançlığın ilişkiyi koruma amaçlı bir içgüdü olduğunu, bu yönüyle kökeninde evrimsel nedenler yattığını belirtmekle beraber kıskançlıkla ilgili görüşlerini daha çok cinsel farklılıklara ilişkin görüşleri çerçevesinde açıklamıştır (Kenrick ve Trost, 1997). Evrimsel bakış açısına göre, kıskançlık ilişkiyi koruma amacına hizmet etmektedir (Kenrick ve Trost, 1997). Kurama göre, kıskançlıkla ilgili duygu ve davranışlar, çiftlerin ilişkilerini devam ettirmelerini, üremelerini, çocuklarını büyütmelerini ve dolayısıyla da soylarını sürdürmelerini sağlamaktadır. Diğer bir deyişle üçüncü bir kişinin var olan bir ilişkiyi sabote ederek üremede başarısız olma sonucuna yol açmasını engellemektedir (Lucas, 2007).

Buss ve arkadaşlarının (1992) aldatılma türlerine (cinsel ve duygusal aldatılma) verilen tepkilerdeki cinsiyet farklılıklarını araştırdıkları bir çalışmanın yayımlanmasından sonra özellikle evrimsel yaklaşım kıskançlıkla ilgili çalışmalara açıklamalar getirmiştir. Söz konusu çalışmada, katılımcılara iki aldatılma durumu sunularak (duygusal/cinsel), hangisinin kendilerini daha çok rahatsız edeceğini belirtmeleri istenmiştir. Ve sonuçlar duygusal sadakatsizliğin kadınlarda, cinsel sadakatsizliğin ise erkeklerde daha güçlü bir tepkiye ve kıskançlığa yol açtığı

görülmüştür. Çin, Almanya, Japonya, Kore, Hollanda, İsveç ve Amerika’da yapılan çalışmalarda da aynı bulgulara ulaşılmıştır (Cramer ve ark., 2001).

Doğurganlık kadına özgü bir özellik olduğundan erkekler, cinsel bir aldatılma durumunda çocuklarının gerçek babası olup olmadıkları yönünde bir kuşkuya düşmektedirler. Bu belirsizlik ve kuşku insanlık tarihi boyunca süregelen bir gerçektir (Pietrzak ve ark., 2002). Cinsel aldatılmada erkek kıskançlığının yüksek olmasının temelinde çocuğun babasının olup olmadığı kuşkusu yatmaktadır (Daly, Wilson ve Weghorst, 1982). Duygusal açıdan aldatılmanın, kadın için ilişkisini yitirme tehlikesi anlamına geldiği ve bu nedenle de kadınların böyle bir durumla karşı karşıya gelmekten daha çok rahatsızlık duydukları ve daha çok kıskançlık yaşadıkları görülmektedir (Buunk ve ark., 1996). Ancak bu yaklaşım, özellikle de kullanılan yöntem açısından ciddi eleştirilere konu olmuştur. DeSteno ve Salovey (1996) yalnızca “cinsiyet” in bağımsız değişken olarak ele alındığı bu çalışmalarda, ulaşılan sonuçları etkileyebilecek bazı karıştırıcı değişkenlerin de olabileceğini, bu durumun göz ardı edilmiş olmasının büyük bir eksiklik olduğunu belirtmektedirler. Kültürün ve öğrenmelerin de bu durum üzerinde etkileri yadsınamaz. Hatta bazı toplumlarda, kadınların sadece duygusal aldatılma karşısında, erkeklerin ise hem cinsel hem de duygusal aldatılma karşısında şiddetli kıskançlık tepkileri verdikleri görülmüştür (Nannini ve Meyers, 2000). Evlilik dışı ilişkiye daha ılımlı yaklaşan kültürlerde ise farklı bulgulara ulaşıldığı, hem erkek hem de kadın için duygusal aldatılmanın daha fazla kıskançlığa yol açtığı görülmektedir (Buunk, Angleitner, Oubaid ve Buss, 1996).

Kıskançlık, daha kapsamlı ölçekler kullanılarak ölçüldüğü zaman hem kadınların hem de erkeklerin, hem duygusal hem de cinsel aldatılma durumunda da kıskançlık yaşayacakları ileri sürülmektedir. Yaygın olarak kabul görülen yaklaşım, kıskançlığın türe özgü bir davranış olmadığı, insanların değer verdikleri bir şeyi kaybetme korkularının sonucu olduğu yönündedir. Evrimsel yaklaşım, temel olarak yönteme ilişkin eleştirilere hedef olmuşsa da, aldatılma ve kıskançlık ile ilgili görüşü yaygın olarak kabul görmüş ve farklı boyutlarda ilgili araştırmalara katkı getirmiştir (Demirtaş, 2004).

2.1.1.3 Bilişsel-olgusal kurama göre kıskançlık

Bilişsel değerlendirme kuramı, kıskançlık deneyimine eşlik eden davranış, duygu ve düşünceleri açıklamak için kullanılmaktadır. Bu kuramsal yaklaşım, duyguların, ortamdaki uyarıcıya verilen bilişsel tepkilerin sonucunda oluştuğu varsayımına dayanmaktadır (Lazarus, 1991; Lazarus ve Lazarus, 1994; Akt: Houser, 2009).

Kıskançlığa ilişkin görüşlerini belirten Hupka (1981), Salovey ve Rodin (1986) ve Mathes (1991, 1992) kıskançlık ile ilgili yaklaşımlarını oluştururken Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramı'nı (Cognitive-Phenomenological Theory) kullandıkları görülmektedir.

2.1.1.3.1 Lazarus'un bilişsel-olgusal kuramı

Lazarus (1966), insanlar bir olay ile karşılaştıkları zaman olayı birincil, ikincil ve yeniden değerlendirme olmak üzere üç aşamada değerlendirdiklerini ileri sürmektedir (Akt: Demirtaş, 2004).

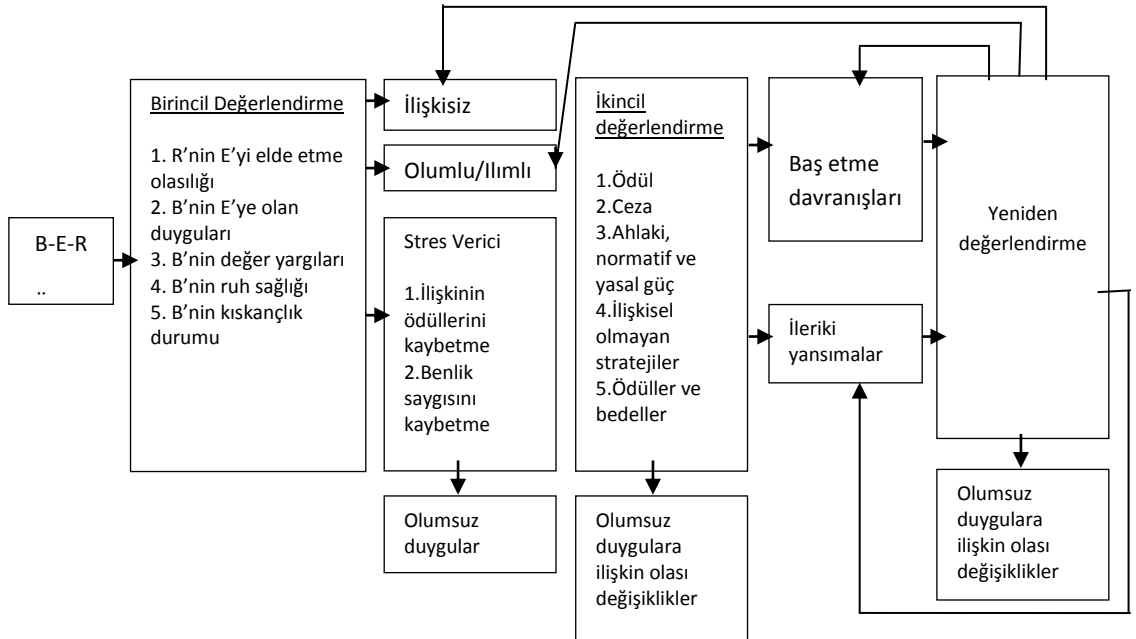
Birincil değerlendirmede, bireyin içinde bulunduğu durum iyilik hali açısından ilişkisiz, olumlu/ılımlı ya da stres verici olabilir. İlişkisiz durumların bireyin iyilik hali üzerinde herhangi bir etkisi olmamakta; olumlu/ılımlı durumlar bireyin iyilik halini arttırırken; stres verici durumlar zarar, kayıp, korku gibi duygulara yol açabilir (Lazarus, 1980). Bireyin içinde bulunduğu durum stres verici ise ikincil değerlendirmeye geçilir. *İkincil değerlendirmede*, stres verici durumla baş etmede kullanılacak olası alternatifler gözden geçirilir. Baş etme davranışları, dışsal (dış koşulları değiştirmeyi hedefleyen) ya da içsel (bireyin içsel değişimini hedefleyen) olabilir. *Yeniden değerlendirmede* ise stres verici durumla başa çıkma davranış veya davranışlarından sonra durum yeniden gözden geçirilir. Yapılan değerlendirmede olayın artık stres verici olmaktan çıktığı, önemsiz ya da olumlu/ılımlı olduğu sonucuna varılıyorsa, birey artık başka sorunlara ve çözüm yollarına geçilir. Aksine *yeniden değerlendirmede* olayın hala stres verici olduğu görünüyorsa ise yeni bir çözüm yolu seçilerek başa çıkma aşamasına geçilir. Bu süreç, olay stres verici olmaktan çıkana kadar devam eder (Demirtaş, 2004).

Kısaca birincil değerlendirmede durum stres verici olarak algılanırsa ikinci değerlendirmeye geçilir. İkinci değerlendirmede olumsuz duyguları ortadan

kaldırarak bir çözüm yolu bulunmazsa eğer yeniden değerlendirme basamağına geçilir. Bu süreç olumsuz duygular ortadan kaldırılıncaya kadar devam eder.

2.1.1.3.2 Kıskançlık ve bilişsel-olgusal kuram

Kıskançlığa ilişkin açıklamalarında Bilişsel-Olgusal Kuramı temel alan ilk araştırmacı olan White (1981a, c), kıskançlığı tetikleyen temel etkenin bireyin eşini bir rakibe kaptırması ya da öyle olacağına inanması olduğunu ileri sürmektedir. Bilişsel-Olgusal Kuram kıskançlığa uyarlandığında bireyin (B), eşinin (E) ve rakibinin (R) ile gösterildiği bir üçgen (B-E-R üçgeni) ortaya çıkmaktadır. B-E-R üçgeninde, bireyin eşini elinden almaya çalışan bir rakiple karşı karşıya olması söz konusudur.



Şekil 1. Lazarus'un Bilişsel-Olgusal Kuramının Kıskançlığa Uyarlanması

E. W. Mathes (1991), s.54'ten uyarlanmıştır (Akt: Demirtaş, 2004).

2.1.1.4 Sosyal mübadele kuramına göre kıskançlık

Sosyal Mübadele Kuramları insan davranışlarına çok kapsamlı bir şekilde yaklaşmaktadır. Rusbult (1983) yakın ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesi aşamalarında ilişkiden elde edilen ödüllerin önemli bir rol oynadığını ileri sürmektedir. Sosyal Mübadele Kuramları içinde en çok dikkat çeken kuramlardan

biri Thibaut ve Kelley'nin *Karşılıklı Bağımlılık Kuramı*'dir (1959). Bu kuram, karşılıklı bağımlılığın yapısını ve bağımlılık ile ilgili süreçleri açıklamak için geliştirilmiş kapsamlı bir modeldir. Kuramcılar, karşılıklı bağımlılığı çözümleyen bu modeli "*Grupların Sosyal Psikolojisi*" adlı kitaplarında açıklamışlar ve bu kuramsal çerçeveyi 1978'de "*Kişilerarası İlişkiler: Bir Karşılıklı Bağımlılık Kuramı*" adlı kitaplarında genişletmişlerdir (Buunk, 1991).

Thibaut ve Kelley, ikili ilişkilerdeki karşılıklı bağımlılık üzerinde durmuşlar ve onlara göre bireyler ilişkilerinde yüksek *ödül* (ilişkidен alınan haz ve ilişki doyumu), düşük bedel (bireyin performansına olumsuz etki eden etmenler) ararlar. Ayrıca kuram yakın ilişkide ödül ve bedellerin yanında ödül ile bedel arasındaki fark, yani *sonuç* üzerinde de durmaktadır (Hovardaoğlu, 1996). Buunk (1991), Thibaut ve Kelley'nin kuramı çerçevesinde kıskançlık üzerine yaptığı araştırmalardan elde ettiği sonuçları örgütleyerek çalışmalara yeni bir açılım getirmiştir. Sosyal Mübadele Kuramlarına göre, en yüksek doyum, her iki tarafın da ilişki dışı etkinliklerini belirleyebilme özgürlüğüne sahip olduğu beraberliklerde yaşanmaktadır (örneğin, bir partide bir başkasıyla dans edebilme ya da karşı cinsten bir arkadaş edinebilme) (Buunk, 1997).

Karşılıklı Bağımlılık Kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalarda, kıskançlığın daha çok ilişkinin özellikleri ile ilişkilendirilerek incelendiği görülmektedir. İlişkinin sonuçlarını dikkate aldığımızda, kıskançlık ile ilişkinin ödüllendiriciliği ve dolayısıyla da doyuruculuğu arasında olumlu bir ilişkinin bulunması beklenmektedir. İlişkinin doyuruculuğu ve ilgili diğer olumlu özellikleri ile kıskançlık arasındaki ilişkiye yönelik bulgular çelişkilidir (Hansen, 1983). Karşılıklı Bağımlılık Kuramı'na göre, kıskançlığın düzeyi ilişkideki bağımlılık derecesi ile yakından ilişkilidir. İlişkiye daha fazla bağımlı olan tarafın, kaybedecek daha çok şeyi olduğundan daha kıskanç olması beklenmektedir (Buunk ve Bringle, 1987). Bağımlılıkla kıskançlık arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla çok sayıda araştırma yapılmıştır (Örneğin, Mathes ve Severa (1981) fazla bağımlı olmayan ve ayrı etkinliklere katılabilen çiftlerin daha az kıskançlık duyduklarını ortaya koymuşlardır).

Yakın ilişkilerde en çok kabul edilen sorun çözme yöntemleri sınıflandırması Fitzpatrick'in (1984) yaptığı sınıflandırmadır: *kaçınma*, *kavga etme* ve *işbirliği* adını almaktadır. Buunk (1997), bireylerin hem kendi hem eşinin çıkarlarını ne kadar gözettiği son derece önemli bulmakla birlikte ilişki sorularla baş etme

yöntemlerini de büyük ölçüde buna bağlamaktadır. Bu yöntemlerin beşe ayrılarak incelenebileceğini belirtmektedir:

1. *Saldırganlık*: Kendi istek ve çıkarlarını eşinin istek ve çıkarlarından tamamen farklı olduğuna inanan ve eşinin duygularına saygı duymayan kişilerin başvurduğu yöntem,
2. *Kaçınma*: Ortamdan bir an önce uzaklaşmayı tercih etme, konuyu tartışmaktan sakınma,
3. *Yatıştırma*: Sorunların üstünü örterek, olumsuz duyguları yok sayma,
4. *Uzlaşma*: Bir çözüm arayışı içinde olma, anlaşma yoluna gitme,
5. *Sorun çözme*: Doğrudan, açıkça konuşarak sorunun nedenlerini sorgulama, yanlış anlamaları ortadan kaldırmaya çabalama.

Bu iki sınıflandırmanın karşılaştırılması aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 1. İlişkisel Problemlerle Baş Etme Yöntemlerinin Sınıflandırılması	
Buunk'a (1997) Göre	Fitzpatrick'e (1984) Göre
Saldırganlık	Kavga etme
Kaçınma	Kaçınma
Yatıştırma	
Uzlaşma	İşbirliği
Sorun çözme	

Doyurucu bir ilişkide her iki tarafın da birbirlerinin istek ve çıkarlarını gözetmesi bekleneneğinden, sorun yaşandığında işbirliğine gidilmesi, yani sorun çözme ve uzlaşma yöntemlerinin tercih edilmesi beklenmektedir. Ancak, aldatma ya da kıskançlığı tetikleyici bir durum söz konusu olduğunda, beklenenin aksine işbirliği sona ermekte, öfke kendini göstermekte ve saldırganlık en çok görülen baş etme yolu olmaktadır (Buunk, 1986). Diğer yandan, ilişkinin özelliklerinden bağımsız olarak, diğerlerine göre en az tercih edilen baş etme yolu *işbirliği* olmakta, kıskançlıkla işbirliği arasında olumsuz, kıskançlık ile *saldırganlık* arasında ise olumlu bir ilişki gözlenmektedir (Buunk, 1997).

2.1.1.5 Transaksiyonel yaklaşıma göre kıskançlık

Transaksiyonel Yaklaşımın temel varsayımı, algıların çevreyle olan etkileşimler sonucunda öğrenildiği yönündedir (Chaplain, 1975; Akt: Houser, 2009). Transaksiyonel Yaklaşım, kıskançlıkla ilgili çalışmalara farklı bir bakış açısı kazandırmış, kıskançlığı tetikleyen yalnızca bir tek koşulun olmadığını, kıskançlığın kültürel bağlamdan bağımsız olarak değerlendirilemeyeceğini belirtmiştir. Bireylerin ilişkileriyle ilgili düşüncelerini ve kararlarını sosyal çevrelerini temel alarak yapılandırıldığını, olayları değerlendirirken ve anlamlandırırken içinde yaşamakta oldukları sosyal çevrenin norm ve değerlerini referans noktası olarak kullandıklarını belirtmektedir. Benzer bir şekilde, kıskançlık durumu söz konusu olduğunda da bireyin sahip olduğu düşünce, beklenti, değer sistemleri, geçmiş yaşantıları ve sahip olduğu kişilik özellikleri, içinde yaşamakta olduğu toplum tarafından büyük ölçüde şekillenmekte ve kıskançlığa vereceği tepkileri belirlemektedir (Bringle, 1991; Akt: Demirtaş, 2004).

Bringle ve Buunk (1985) kıskançlığı, bireyin süregelen ya da daha önceden var olan ilişkisindeki eşiyile üçüncü bir kişinin ilişkisinden (bu ilişki gerçek, düşlenen ya da varsayılan bir ilişki olabilir) kaynaklanan bir tepki olarak tanımlamaktadırlar. Kıskançlığa yol açan bu “üçüncü kişi” alternatif bir hemcinsin yanında (örneğin, bir kadın için eşinin birlikte olduğu bir başka kadın) aile üyelerinden biri ya da bir arkadaş da olabilir (Bringle ve Buunk, 1985). Transaksiyonel Yaklaşıma göre üçüncü bir kişi ile kurulan ilişki, bireyin ilişkisel ödülleri azaltma ya da kaybetme riskini gündeme getiriyorsa, kıskançlık görünmeye başlar. İlişkiye yönelik tehditler, sadece eşin ve ilişkinin kaybı değil, zaman kaybı, ilişki kaybı, statü kaybı, yetersizlik algısı, özel alana müdahale, olumsuz duygu durumu, eşe yönelik nefret duyguları gibi birçok kayıpla ilgili olabilmektedir (Bringle, 1995).

Transaksiyonel yaklaşım kıskançlığın *bağlanma*, *güvensizlik duygusu* ve *uyarılabilirlik* olmak üzere üç temel bileşene sahip olduğunu vurgulamaktadır. Bunlardan hiçbiri tek başına kıskançlığın ortaya çıkması için yeterli değildir, üçünün de bir arada olması gerekmektedir (Demirtaş, 2004; Houser, 2009). Kıskançlığın önkoşullarından biri olarak ele alınan *bağlanma*, Transaksiyonel Yaklaşım’da karşılıklı bağımlılık (interdependence) anlamında kullanılmaktadır (Bringle ve Buunk, 1985). Modele göre kıskançlık duygusunun oluşmasından önce birey yatırımında bulunması gereken bir ilişki içindedir ve bu ilişkiyle ilgili olarak gelecekte

ulaşmayı beklediği bir takım hedefleri vardır. Bu sebeple, her hangi bir nedenle ilişkisinin sonlanması ya da kesintiye uğraması durumunda bireyin bir takım kayıplarla yüz yüze gelmesi söz konusudur (Houser, 2009).

Güvensizlik duygusu, eşin ilişkiye bağlılığına yönelik algısıyla ilgilidir. Bağlılığı sağlayan ilişkisel sonuçların sürekliliği ile ilgili bir belirsizlik gündeme geldiğinde kıskançlık yaşanmaya başlar. Bağlanma güvensizlik duygusu olmaksızın tek başına kıskançlığa yol açmaz, diğer yandan güvensizlik her ilişkide az ya da çok mutlaka vardır. Eşin ilişkiye bağlanma düzeyi ve yatırımları düştükçe güvensizlik artmaktadır (Erber ve Erber, 2001). Güvensizliği oluşturan durumları üç ana başlıkta toplamak mümkündür (Houser, 2009):

- *Birincisi*, bireyin partnerinin niyetiyle ilgili olarak yaşadığı güvensizliğin arkasındaki faktörlerdir. Kişiyi ait değişkenler (düşük kendilik değeri, düşük çekicilik düzeyi), ilişkiye ait değişkenler (partnerin düşük yatırımı, partnerin çekicilik düzeyi) ve ortamsal değişkenler (partnerin çekici insanların arasında çalışıyor olması gibi) bireyin partneriyle ilgili olarak incinebilirlik ile belirsizlik duygusunu tetikleyebilmekte ve kıskançlığa yol açabilmektedir.
- *İkincisi*, partnerin bağımlılığındaki değişimdir. Buna göre çift olarak elde edilen ödüllerin ortak değerlendirilmesini temel alan bir yaklaşımdan diğer partnerin düşüncelerinden, endişelerinden bağımsız olarak bireyin kişisel ödülleri değerlendirilmeye başlamaya doğru giden değişiminin bir fonksiyonu olarak kıskançlık duygusunu oluşturabilmektedir.
- *Üçüncüsü*, kıskançlığı tetikleyici olaylar (bir başkasıyla yemeğe gitme vb.), partnerin bağımlılığı ile ilgili soru işaretlerine yol açtığından bireyin ilişkisine yönelik olarak sahip olduğu istikrarlılık duygusunun azalmasına neden olabilmektedir. Bu tür olaylar partnerin değişmeye başladığı ile ilgili bir işaret olarak algılanabilmekte ve kıskançlığın oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir.

Uyarılabilirlik, Transaksiyonel Yaklaşım'da kıskançlığı tetikleyen durumlar karşısında verilen duygusal tepkilerin şiddetini artıran, uyarılmaya yatkınlık anlamında kullanılmaktadır. Bu yatkınlık durumu, tetikleyicilere verilen tepkilere ek olarak ileriye dönük bilişsel değişikliklere de neden olmaktadır (Bringle, 1995). Çeşitli duygusal tepkilerin verilmesine yol açan kıskançlığı tetikleyen tüm

değişkenler yoğunluk ve sıklıklarına bağlı olarak değişik düzeylerde korku ve öfke duygularını ortaya çıkarmaktadır (Plutchik, 1980; Akt: Houser, 2009).

Transaksiyonel Yaklaşım çok boyutlu bakış açısı ile kıskançlık üzerindeki çalışmalara büyük katkı sağlamıştır. Bu yaklaşıma göre kıskançlık, içsel (endogenous) ve dışsal (exogenous) değişkenler arasındaki etkileşimin bir sonucudur (Bringle, 1991; Akt: Demirtaş, 2004). Ancak, bu içsel ve dışsal değişkenler kıskançlığa verilen tepkileri belirlemede her zaman eşit derecede etkili değildir. İkisinin de önemi bireyden bireye değişmektedir. Bu nedenle Transaksiyonel Yaklaşım'da kıskançlık ikiye ayrılarak incelenmektedir; *kuşkucu kıskançlık* ve *tepkisel kıskançlık* (Pfeiffer ve Wong, 1989).

Kuşkucu kıskançlıkta tepkileri daha çok içsel değişkenler belirlemektedir. Kaygı, öfke, kuşku ve üzüntü daha belirgindir. Partnere yönelik takıntılı bir şüphencilik söz konusudur ve sanki birey kıskançlığı tetikleyen koşul arayışı içindedir; eşin davranışları sürekli denetlenir, açığı aranır. Temel olarak kişilik değişkenleri tarafından kontrol edilen güvensizliğin yüksek ve istikrarlı düzeyleri ile kıskançlığa yol açabilecek önemli olaylar olmadığı halde bir takım küçük tetikleyici durumlara verilen yüksek düzeyde duygusal tepkilerle karakterize edilmektedir. En ufak bir tetikleyici, ortada anlamlı kanıtlar olmasa bile aşırı tepkilere yol açar (Bringle, 1991; Akt: Demirtaş, 2004). *Tepkisel kıskançlıkta* ise tepkileri daha çok dışsal değişkenler belirler. İlişkiden elde edilen ödüllerin azalması ya da tehdit edilmesi sonucu oluşmaktadır. Bu tür kıskançlık, ilişkinin gerçek anlamda zarar gördüğü ve çıktılarının gözle görülür bir şekilde azaldığı sıra dışı durumlarda sergilenen kıskançlıktır (Demirtaş, 2004). Partner tarafından istenerek yapılan ilişkisel davranışlar (başkasıyla flört etmek vb.), cinsel ilişki yaşaması, dikkatini tek ve farklı bir kişiye yöneltmesi, kalabalık ortamlarda ve başkalarının görebileceği şekilde başkasıyla ilgilenmesi, kıskanan kişinin kıskançlığa yol açan durumlar karşısında kontrolünü kaybetmesi, bu tür olayların oluşmasında kendini sorumlu görme derecesi, tepkisel kıskançlık durumunda kişilerin gösterecekleri duygusal tepki düzeylerini etkilemektedir (Houser, 2009).

Genel olarak değerlendirildiğinde, tepkisel kıskançlık ilişkinin sürmesini tehdit eden cinsel aldatma gibi somut bir durumun varlığında ortaya çıkarken; kuşkucu kıskançlık ise kıskançlığı tetikleyen büyük ya da küçük ipuçlarının varlığına verilen yüksek düzeyde duygusal tepkilere işaret etmektedir (Rydell ve Bringle, 2007).

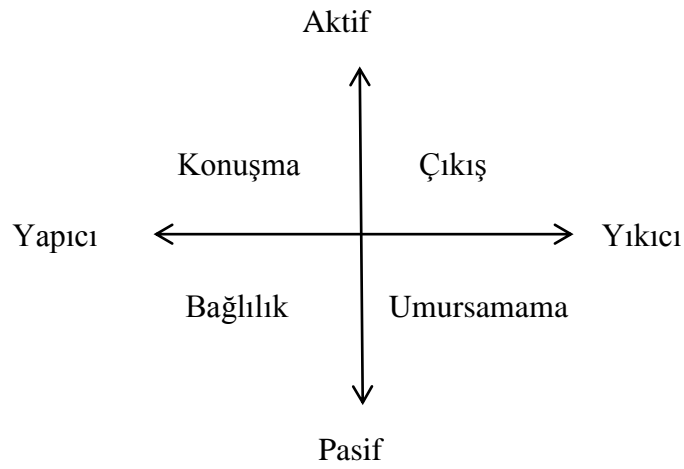
Tepkisel kıskançlık, bağlılık, ilişkiye güven, sosyal ortam gibi dışsal faktörlerle; kuşkucu kıskançlık ise güvensizlik, düşük kendilik değeri gibi içsel faktörlerle ilgilidir. Tepkisel kıskançlık öfke, korku ve üzüntü ile kuşkucu kıskançlık ise kaygının yüksek düzeyleri, şüphe, kuşku, ilişkiye ve kendine karşı güvensiz olma ile karakterize edilmektedir (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997).

2.1.1.6 Yatırım kuramına göre kıskançlık

Thibaut ve Kelly (1959) tarafından ortaya atılmış olan karşılıklı bağımlılık kuramına ait iki kavramın (KD: Karşılaştırma Düzeyi ve KDseç: Seçenekler için Karşılaştırma Düzeyi) üzerine inşa edilen ve Rusbult (1983) tarafından önerilen yatırım modeli, ilişkilerin kurulması, devam etmesi ve sonlanması üzerine yoğunlaşmaktadır. Kurama göre bireyler ilişkilerinin doyumlu olup olmadığı konusunda karara varırken *karşılaştırma düzeyi (KD)*; ilişkilerini devam ettirip ettirmemeye karar verirken de *seçenekler için karşılaştırma düzeyi (KDseç)* ölçütlerini kullanmaktadır (Houser, 2009).

Karşılaştırma düzeyinde, ödül ve kazançları bireylerin beklentileri, değerleri ve standartları belirlemektedir. Kuram, kişisel olan karşılaştırma düzeyinin, bireyin şu an devam etmekte olan ve geçmişte yaşadığı ilişkilerden elde etmiş olduğu kazançları değerlendirmesi ile etrafındaki diğer ilişkileri gözlemlemesi sonucu oluştuğundan bahsetmektedir. Yatırım kuramına göre ilişkiden elde edilen ödüller kişinin karşılaştırma düzeyini aştığında birey o ilişkiden doyum almaktadır. Ters bir durumun varlığında, yani kişinin ilişkisinden elde ettiği kazançların, karşılaştırma düzeyini karşılamaması durumunda ya da bu seviyenin altına düştüğü anlarda doyumsuzluk yaşanmaktadır. Modelde önemi vurgulanan bir diğer ölçüt de seçenekler için *karşılaştırma düzeyidir (KDseç)*. KDseç, kişinin devam etmekte olan ilişkisinin haricinde ulaşabileceği diğer potansiyel ilişkilerden elde edebileceği kazançlara vurgu yapmaktadır. Diğer bir deyişle, kişiler, potansiyel ilişki yaşama alternatiflerinden herhangi birisini, mevcut olan ilişkilerine kıyasla daha fazla ödül sağlayıcı olarak değerlendirirse, ilişkilerini sonlandırıp bu seçeneğe yönelecekler; ancak olumsuz değerlendirirlerse mevcut ilişkilerine devam edeceklerdir (Houser, 2009).

Rusbult'ın psikolojiye kazandırdığı Yatırım modelinde ilişkiye son verme ve ilişkiyi devam ettirme kararı, ilişkiden sağlanan doyum düzeyi, seçeneklerin nitelikleri (alternatif ilişkilerin değerlendirilmesi) ve ilişkiye yapılan yatırımların boyutları gibi bileşenlere bağlı olarak verilmektedir (Rusbult, 1983). Rusbult'a göre istikrarı belirleyen bu üç bileşenin tamamına bağlanım (commitment) adı verilmektedir (Johnson ve Rusbult, 1989). Rusbult'a (1983, 1987) göre, romantik ilişkilerde kıskançlık ya da başka bir problemle karşılaşıldığında kişiler iki boyutta (aktif ve pasif ile yapıcı ve yıkıcı) dört farklı davranış tarzı göstermektedir.



Şekil 2. Rusbult'un EVLN Modeli (Kaynak: Rusbult, 1987; Akt: Demirtaş, 2004)

İlki olan “çıkış” davranışı ilişkide yıkıcı ve aktif bir tepki olarak kendini gösterir. Kişi ilişkiyi değil kendi benlik saygısını korumayı hedef almakta ve ilişkiyi sonlandırmaktadır. İkinci davranış biçimi olan “konuşma” aktif ve yapıcı bir tepki olarak görülmektedir. Birey sorunu çözmek amacıyla partneriyle iletişim kurmayı seçmektedir. Burada amaç kişinin hem benlik saygısını hem de sahip olduğu ilişkisini korumaktır ve geliştirmektir. Bir diğer davranış biçimi olan “bağlılık” pasif ve yapıcı bir şekilde görülür. Birey ilişkisinin düzeleceği inancıyla herhangi bir eyleme girmeden beklemektedir. Kişi kendi benlik saygısını korumayı değil ilişkiyi sürdürmeyi düşünmektedir. Son davranış tarzı olan “umursamama” yıkıcı ve pasif bir şekilde görülür. Birey yaşadığı sorunu görmezden gelmekte problemi çözmek için herhangi bir çaba göstermemektedir. Burada ne benlik saygısı ne de ilişkinin sürdürülmesi önemlidir (Houser, 2009). Yapıcı tepkiler (konuşma ve bağlılık) ilişki

yatırımı ve doyumunun artmasıyla, aktif tepkiler (konuşma ve çıkış) nitelikli alternatiflerin olmasıyla ilişkili iken pasif tepkiler (bağlılık ve umursamama) daha az nitelikli alternatifler ile ilişkilidir (Rusbult et al, 1986).

Literatürde yatırım modeli ile ilgili yapılan çalışmalara baktığımızda, yatırım modeli değişkenlerinin etnik gruplara (Davis ve Strube, 1993), farklı kültürlere (Lin ve Rusbult, 1995), yaş ve gelir düzeyine (Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986), ilişki türüne (Hovardaoğlu, 1996), cinsel yönelimlere (Lehmiller ve Agnew, 2006), aile yapısı ve özelliklerine (Weigel, Bennett ve Reisch, 2003) göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin araştırmaların yapıldığını görmekteyiz. Ancak yapılan çalışmaların çoğunluğunun cinsiyet ve ilişki türü üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Fitzpatrick ve Sollie (1999) yaptıkları araştırmada kadınlarla erkekler arasında farklılıklar olduğunu, kadınların ilişkilerine daha fazla yatırım yaptıklarını ve seçeneklerin niteliğini daha olumsuz olarak değerlendirdiklerini bulmuştur (Akt: Houser, 2009). Türkiye’de yapılan çeşitli çalışmalarda da kadın ve erkekler arasında sadece seçeneklerin niteliğini değerlendirme yönünde bir farklılık görülmüştür. Yani başka birisiyle beraber olma seçeneğini erkekler kadınlara göre daha olumlu olarak değerlendirmişlerdir (Hasta ve Büyükşahin, 2006; Akt: Houser, 2009). Panayiotou’nun (2005) Güney Kıbrıs’taki flört eden çiftler üzerine yaptığı çalışmada erkeklerde bağlanımın doyum ve alternatiflerle; kadınlarda ise doyum, alternatiflerin çekiciliği ve yatırım miktarı ile yordanabileceği görülmüştür. Rusbult ve Duffy’nin (1986) homoseksüel ve heteroseksüel ilişkilerde doyum ve bağlanım üzerine yaptıkları çalışmada heteroseksüel ve lezbiyen kadınların erkeklere oranla ilişkilerine daha fazla yatırım yaptıklarını ve bağlanım düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirttikleri ortaya konmuştur. Ayrıca heteroseksüel erkek ve kadınlar daha fazla bedel ödediklerini ve ilişkilerine daha fazla yatırım yaptıklarını belirtmişlerdir.

2.1.1.7 Sosyal karşılaştırma teorisine göre kıskançlık

Sosyal karşılaştırma teorisi ilk kez Leon Festinger tarafından ileri sürüldü. Festinger’s (1954) sosyal karşılaştırma teorisi insanların kendi yetenek ve davranışlarını diğer insanların yetenek ve davranışları ile karşılaştırdığında öğrendiğini açıklamaktadır. Gilbert, Giesler ve Morris (1995) Festinger’in teorisini

desteklemekte ve insanların diğerlerinin duygu, davranış ve yetenekleri hakkında bilgi sahibi olduğunda karşılaştırmanın oluştuğunu belirtmektedirler.

Festinger insanların öyle her kişi ile karşılaştırma yapmadığını konuyla en ilgili kişi kimse onunla karşılaştırma yapıldığını belirtir (Broemer & Diehl, 2004). Gilbert ve diğerleri (1995) bunun yanlış olduğunu ve aslında doğru karşılaştırma yapılmadığında, yanlış sosyal karşılaştırma yapıldığını belirtirler.

Sosyal karşılaştırmanın ilk tartışmaları kendini değerlendirme modelinin büyük bir bileşeni gibi görüldüğü ile ilgilidir. Tesser'a (1988) göre insanların kendini tanımlaması diğer insanların davranışları ile ilgilidir. Diğer insanların davranışları ya da bir kısım özellikleri konu ile çok ilgiliyse, sosyal karşılaştırma süreci aşırı önemli olur (romantik bir kıskançlık durumunda rakibin üstün bir performansında başarısızlığın söz konusu olduğu gibi) (Tesser, 1988).

Sosyal karşılaştırmaya baktığımızda bir alt boyutu da ilişkideki sosyal karşılaştırmadır. İlişkideki sosyal karşılaştırma, bireylerin partnerleri ile rakipleri arasında karşılaştırma yaptığında oluşur (Mroz, 2010). Bu rakip gerçek ya da algılanan bir ilişki ya da şimdi var olan ya da geçmişteki bir ilişkideki rakip olabilir. Sosyal karşılaştırmalı kıskançlık, bir kişinin mal varlığı, özellikleri ve başarıları başka bir kişinininkiyle karşılaştırıldığı zaman kendini olumsuz değerlendirmesi sonucunda oluşan kıskançlıktır (Salovey Rodin, 1984).

Destone ve Salovey (1996) yaptıkları çalışmada rakibin özelliklerine göre bireylerin kıskançlık düzeyinin arttığını ve azaldığını, rakibin önemli özelliklere sahip olmasının özellikle kıskançlığın yükselmesine neden olduğunu bulmuşlardır. Aslında kıskançlık, bir kişinin, rakibin önemli bir özelliği ile kendisini özelliğini karşılaştırması sonucunda kendini değerlendirirken bir tehlike görmesi sonucu oluşur (DeStone ve Salovey, 1996). Bu çalışmalar, kıskançlığın çevresel durumlar ve kişiler arası ilişkilerin bir fonksiyonu olduğunu; kıskançlık düzeyinin ilk romantik ilişki, çevresel durum ve daha önemlisi bir üçüncü taraf olan rakibin özelliklerine göre değiştiğini belirtir (Mroz, 2010).

2.1.2 Empati

2.1.2.1 Empati kavramı

Literatür incelendiğinde, empatinin psikolojinin vazgeçilmez kavramlarından biri olmanın yanında (Dökmen, 1987), özellikle psikoterapinin temel kavramlarından biri olmakla beraber (Tarhan, 2010), uzun süredir tanımlanmaya çalışılan bir kavram olan empatinin (Gibbons, 2011) araştırmacılar tarafından birçok değişik tanımları yapıldığı görülmektedir (Snow, 2000). İlk olarak 1897 yılında Theodor Lipps tarafından Almanca “Einfühlung” sözcüğünün karşılığı olarak kullanılan empati kavramı şöyle tanımlanmıştır: “Bir insanın kendisini karşısındaki bir nesneye yansıtması, kendini onun içinde hissetmesi ve bu yolla o nesneyi içine alarak/özümseyerek anlaması sürecidir”. Bu kavram, 1909’da Edward B. Titchener tarafından, diğer bir kişinin duygusal deneyimini aktif bir şekilde anlamak olan Yunanca “empathia” kelimesinden İngilizce’ye “Empathy” olarak çevrilmiştir (Dökmen, 2004). Empathia, “başkalarının dünyalarına girip onları anlamak”tır (Rouhani, 2008). 1950’li yıllara kadar empatinin bilişsel yönü göz önüne alınarak tanımlar yapılmıştır. 1960’lara gelindiğinde empatinin bilişsel yönüne duyuşsal boyut da eklenmiştir. Empatinin duyuşsal boyutuna göre karşındaki kişiyi anlamak ve karşındakinin duygularını fark etmek ve duygularını analiz etmek gerekmektedir. 1970’lerde ise üçüncü aşamaya gelinmiştir. Bu yıllarda empatiye bir bireyin, bir kişinin duygusunu anlaması ve ona iletmesi süreci anlamı yüklenmiştir (Ural, 2010).

Literatür incelendiğinde empati kavramının farklı yazarlar ve kuramcılar tarafından farklı şekillerde tanımlandığı, hatta aynı kuramcıların bu kavrama yükledikleri anlamın da zamanla değişikliğe uğradığı görülmektedir (Pişkin, 1989). Freud (1921), empatiyi açıklarken çıkarsama ve taklit kavramını kullanmıştır. Ona göre empati, bireyin benliğine yabancı olan şeyleri anlamada rol oynayan bir faaliyettir. Birey için heyecansal değeri olan kişiler özdeşleşme ile anlaşılır (Akt: Ataşalar 1996). Rogers’ın 1970’li yıllarda ulaştığı, bugün de üzerinde uzlaşılan tanıma göre, bir insanın kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun düşüncelerini doğru olarak anlama, duygularını hissetme ve bu durumu ona anlatma süreci olan empati, kişinin kendisine değil, karşı tarafa odaklı olduğu bir eğilimdir (akt. Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002). Rogers’a göre terapötik süreç içinde empati; bir kişinin özel algısal dünyasına girme ve onunla tümüyle beraber olmak demektir. Bu, o kimsenin kaynağında hissettiği anlamlar değişikçe ve onun o anda yaşadığı duygu; korku,

kızgınlık ya da hangi duygu ise her an buna duyarlı olmak demektir (Rogers, 1975; Akt., Okvuran, 1993). Sullivan, empati yerine katılımcı gözlem terimini kullanmıştır. Yani, bir insanı anlamak, onu karşıdan gözleyerek sezgi yoluyla yaşamakta olduğu durumu “kendi içimizde” canlandırmaya çalışmakla gerçekleşebilir. Varoluşçu tedavi ilişkisinde terapist, yalnızca danışanın ne anlattıklarına, nasıl anlattığına değil o anı nasıl yaşadığına dikkat etmelidir. Buna göre empati sürecinde derinlemesine bir ilişki vardır (Corey, 1982; akt. Alper, 2007). Mead, empatiyi, rol alma ve sosyal zekanın öz varlığını oluşturma olarak görmüş, rol alma yeteneğinin aile ve diğerleriyle olan alışveriş sonucu edinildiğini ifade etmiştir (Akt; Ay, 1999). Adler, empati terimini doğrudan kullanmamıştır. Adlerin empatiyi başkasının gözleri ile görmek, başkalarının kulağı ile duymak, başkasının kalbi ile hissetmek şeklinde açıklaması empatinin anlamının gelişmesine etki etmiştir (Bozkurt,1997). Yalom (2008) empatinin diğer insanlarla bağlantı kurma çabamızda sahip olduğumuz en güçlü araç olduğunu, İnsan bağlılığının tutkalı ve başka birinin ne hissettiğini derinden anlamamızı sağladığından bahsetmektedir (Yalom, 2008). Empati, bir bireyin karşısındaki kişinin ruhsal durumunu, ihtiyaçlarını, yaşantılarını, duygularını, duygularının yoğunluğunu ve anlamını onun açısından görebilme, duyabilme ve algılayabilme yeteneğidir (Voltan-Acar, 2008). Sıklıkla kullanılan tanımlarından bir diğerine göre empati, karşısındaki kişinin hissettiklerine yakın duygular hissetmektir (Snow, 2000). Terim olarak empati, başkalarının düşünce ve duygularının ve bunların muhtemel anlamlarının objektif bir şekilde farkında olma; karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerini temsili olarak yaşama anlamına gelmektedir (Budak, 2005).

Empati, dış dünyayı karşısındaki bireyin penceresinden görmeye çalışmak (Dökmen, 2008), bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun bakış açısı ile bakması; o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır (Dökmen, 2003). Empati kişinin kendisini duygu, düşünce ve davranış olarak karşısındaki kişinin yerine koyarak o kişinin bakış açısını görebilmesi, onun bakış açısına saygı duymakla birlikte kendi bakış açısıyla olaylara bakması ve ortak hareket etmesidir (Tarhan, 2010). Empati kurmanın ön şartı ben-merkezcilikten kurtulmaktır. Ben-merkezcilik ve empati birbirleriyle bağdaşmayan kavramlardır. Ben-merkezci davranan bir bireyin, karşısındakinin rolüne girmesi ve olaylara onun bakış açısından bakması, yani empati kurması olanaksızdır. Empati kurma ve yardım etme davranışı

arasındaki ilişki incelendiğinde, empati kurmanın yardım davranışına dönüşmesi ile ilgili iki kuramsal açıklamanın olduğu görülmektedir. Bunlardan birincisine göre, empati kuran kişi, sıkıntılı olan bireyin durumunu anladığı için sıkıntı duymakta ve bu bireysel üzüntüsünü gidermek için yani kendisini rahatlatmak için o bireye yardımda bulunmaktadır. İkincisine göre ise, sıkıntıda olan birey ile empati kurarak onun durumundan haberdar olan birey, diğergam (altruistic) bir davranışta bulunarak sıkıntıda olan bireyi rahatlatmak amacıyla ona yardım etmektir (Dökmen 2008).

Başka bir kaynakta empati, birisinin hislerini sezme, düşüncelerini, güdülerini isteyerek anlamaktır. (Cotton, 2001). Diğer kişinin rahatlamasını beraberinde getiren, diğer kişi odaklı duygusal cevap olarak tanımlanmıştır. (Schultz, 2001; Akt: Kurbet, 2010). Bir başka deyişle, bireyin karşısındaki kişinin duygusal durumuna verdiği duygusal tepkidir (Eisenberg ve Strayer, 1987). Kişilerarası ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesinde yer alan unsurlardan biri olan empati, birinin diğerini anlamaya yönelik çabası olarak tanımlanır (Acun-Kapıkıran, 2010). Empati, kişilerarası ilişkilerde insanın kendisini bir dış varlıkta yaşamaya çalışması olarak da tanımlanmaktadır (Açıköz, 2005). Tüm bu tanımlar ışığında, empati, bir kişinin diğerinin fenomenolojik dünyasına odaklanması, onun algısal, düşünsel ve duygusal dünyasına girerek rol alması, hayali olarak katılması, kişiyi içsel olarak doğru anlamaya çalışması ve kişinin diğer kişinin durumunu anladığını yansıtmaya süreci olarak tanımlanabilir (Acun-Kapıkıran, 2010). Empati kavramının tanımlanmasında belirleyici faktörler; hayal edilerek kurulan deneyim, diğer kişi tarafından hissedilen duyguların yankılanması, diğer kişinin iç dünyasının objektif olarak deneyimlenmesi, anlayış oluşturma yeteneğine sahip olma, diğer kişinin bakış açısını anlayabilme yeteneği, karşılıklı işbirliği, iletişim süreci, diğer kişinin deneyimlerini ifade edebilme ve diğer kişinin deneyimlerine ilişkin anlayış geliştirme olarak ifade edilebilir (Escalas ve Stern, 2003).

Empatik iletişimin gerçekleşmesi için aşağıdaki üç aşamanın gerçekleşmesi gerekmektedir (Kurbet, 2010):

- Empati kuracak kişi, kendisini karşısındakinin yerine koymalı, olaylara onun bakış açısıyla bakmalıdır. Başka bir ifadeyle, empati kurmak isteyen kişi karşısındakinin algılanıp anlam verilen alanına girmesi gerekir. Her insan gerek kendisini gerekse çevresini, kendine özgü bir biçimde algılar. Bu algısal yaşantı öznedir, kişiye özgüdür. Yani her insan dünyaya kendine özgü

bir bakış tarzıyla bakar. Bir insanı anlamak için, dünyaya onun bakış tarzıyla bakmak, olayları onun gibi algılamak ve yaşayabilmek gerekmektedir. Karşıdaki kişinin rolüne girerek empati kurulduğunda, o kişinin rolünde kısa bir süre kalınmalı, daha sonra bu rolden çıkarak kendi yerine geçilebilmelidir. Aksi halde başarılı empati kurulmuş sayılmaz.

- Empati kurabilmek için, karşıdaki kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamak gereklidir. Karşıdaki kişinin yalnızca duygularını ya da düşüncelerini anlamak yeterli değildir.
- Empatik iletişimde son öge ise, empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın, karşıdaki kişiye iletilmesidir. Karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini tam olarak anlaşılabile, eğer anladığını ona ifade etmezse empati kurma sürecini tamamlamış sayılmaz (Dökmen 2008, Cüceloğlu 2002).

2.1.2.2 Empati kavramı ile ilgili kuramsal görüşler

Ünal (1972), “insanları anlama kabiliyeti” deyiminin yerine empati terimini kullanmıştır. Empatiyi açıklamada başlıca üç görüş olduğunu belirtmiştir. Bunlar; Çıkarsama (inference) Kuramı, Rol Oynama Kuramı, Heyecan Yayılması Olarak Empati’dir.

Çıkarsama (inference) Kuramı: Bu görüş, bir insanı anlamanın, onun ortaya koyduğu fiziki ifade tarzlarının yorumlanmasıyla mümkün olacağını açıklar. Bireyler kendi iç yaşantılarındaki duygu, düşünce ve heyecanlarına, beden yapısının duruş, şekil ve hareketlerinin, kaslarının gerginlik veya gevşekliğinin de eşlik ettiğini fark ederler. Böylece fiziki ifadeler, iç yaşantıların bir işareti olarak yorumlanır. Bireyler, başka bir insanda aynı fiziki ifadeleri gördükleri zaman, kendi yaşantılarından hareketle, o bireyde de aynı içsel yaşantıların olduğunu düşünürler. Kısaca, bireyler dış görüntüleri ile iç yaşantıları arasında kurduğu bağı, başkalarına da atfetmekte ve genelleştirmektedir. Çıkarsama yaklaşımında, empati “bir kimsenin kendi motiflerini, duygularını ve davranışlarını başkalarına atfetmesi” biçiminde açıklanmakta, bu kavram bir çeşit başkalarına yüklenen yansıtma olarak ele alınmaktadır. Bu nedenle, bazı yazarlar, başkalarının fiziki ifadelerini yorumlamada, taklidin önemine işaret etmişlerdir (Ünal, 1972).

Rol Oynama Kuramı: Empatinin açıklanmasına yardım eden ikinci kuram da, George H. Mead tarafından geliştirilen “rol alma” kuramıdır. Rol alma veya rol oynama

kuramı, çevremizdeki insanları taklit etmek veya kendimizi onların yerine koymak suretiyle başkalarının görüş açılarını kavramak, onların davranışları ile ilgili beklentiler geliştirmek olanağını savunur. Bir başka deyimle, rol oynamanın, empatiyi nasıl mümkün kıldığını açıklar (Ünal, 1972). Çocuk, taklit kabiliyetine sahip olup, çevredeki insanların davranışlarını taklit eder. Çocuk, doğduktan sonra bir benlik kavramı henüz oluşmamıştır. Çocuk ilk önce annesinin ve çevresindekilerin davranışlarını taklit eder; daha sonra, kendisini başkalarının yerine koyarak, kendisini başkalarının gözüyle değerlendirir. Çocuğun bu rol almaları fiziki olup, çocuk olgunlaştıkça zihni rol oynamaya baslar. Rol davranışları karmaşıklaşınca, genelleştirmeler yaparak, başkalarının kendisini nasıl gördüğünü, kendisine nasıl davrandığına ilişkin kavramlar oluşturur (Alver, 1998).

Heyecan Yayılması Olarak Empati: Bu yaklaşımı ortaya atan Harry Stack Sullivan, çocuk ile annesi arasında bulunan heyecansal bağın empati olduğunu ileri sürmüştür. Empati, anne ile çocuk arasında bir bildirişim sağlamaktadır. Sullivan'a göre, empatinin en çok önem taşıdığı devre, muhtemelen çocuğun ilk 6. ayı ile 27. ayı arasındaki devresidir. Bu yaklaşıma göre, başka birisinin heyecanını yakalayıp, bu heyecanı kendimizde yaşadığımız zaman empati kurulur. Örneğin gülen bir çocuk bizi de güldürür. Korkan bir insanın durumu, bizde de korku yaratır. Bu etkileşim sonucunda yani bir başkasının heyecanını yakalayıp da kendimizde ifade ettiğimizde karşımızdaki kişiyle empati kurmuş oluruz (Erken, 2009). Freud (1921), empatiyi açıklarken çıkarsama ve taklit kavramını kullanmıştır. Ona göre empati, bireyin benliğine yabancı olan şeyleri anlamada rol oynayan bir faaliyettir. Birey için heyecansal değeri olan kişiler özdeşleşme ile anlaşılır (Ataşalar, 1996). Empati, derhal kavranamayan faaliyetleri, taklit ve çıkarsama yoluyla anlamak için zihni bir gayrettir; oysa özdeşleşme heyecansaldır, bilinçsizdir ve kendine özgü hiçbir taklitçiliği gerektirmez (Ünal, 1972).

2.1.2.3 Empatinin bileşenleri

Literatürde empatinin farklı şekillerde tanımlanmasının yanı sıra, araştırmacılar tarafından empatinin bileşenleri konusunda da farklı görüşler bulunmaktadır. 1950'lerin sonlarına kadar empati, bilişsel nitelikli bir kavram olarak ele alınırken; 1960'lı yıllarda empatinin duygusal yönü bulunduğu vurgulanmıştır. 1970'lerde ise

empati, dar anlamda kullanılmaya başlanmış, birinin belli bir duygusunu anlamaya ve bu duyguya uygun bir karşılık vermeye “empati” denilmiştir. (Dökmen, 1988). Bazı araştırmacılar empatinin duygu ve düşünce boyutu olmak üzere iki temel bileşeni olduğunu söylemelerine rağmen (Aristu ve diğerleri, 2008), aslında empatinin dört bileşeni bulunmaktadır. Bunlar; empatinin bilişsel (cognitive), duygusal (affective), bildirişimsel (communicative), algısal (perceptive) bileşenidir (Akçalı, 1991). Bunun yanında Kurdek ve Rodgon (1975) empatinin bileşenlerini, algısal perspektif alma, bilişsel perspektif alma ve duygusal perspektif alma şeklinde üçe ayırmışlarken, Hoffman (1979) empatinin bilişsel, duygusal ve güdüsel olmak üzere üç bileşeni olduğundan söz etmektedir (akt. Eroğlu, 1995).

Bilişsel bileşenler, empatinin bilişsel bileşeni iletişimde bulunan kişinin düşüncelerini, niyetlerini ve ihtiyaçlarını tam olarak anlayabilme sürecidir (Ceyhan, 1994). Duygusal bileşenleri; iletişimde bulunulan kişinin duygularını, iç dünyasını anlayabilme, karşıdaki kişi ile paylaşımda bulunabilme süreci olarak tanımlanmıştır. Empatinin duygusal yönü göz önüne alınmadığında empati, sadece diğer insanın yaşantısını tanımlama ve etiketleme becerisi olur. Duygusal yön, empatik yaşantının çok önemli bir parçası olarak görülmüştür (Yılmaz, 2003). Bildirişimsel bileşenler, bilişsel ve duygusal bileşenlerin gerçekleştirilmesi sürecindeki yaşantıların karşıdaki kişiye aktarılması, karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini tam olarak anlaşıldığının ona bildirilmesidir (Akçalı, 1991). Algısal bileşenler ise karşıdaki kişinin duygularını anlama yolunda atılan ilk adımdır. Empati kuracak kişi dikkat etmeli ve hedef kişinin ifade ettiği hareketlere, yüze, sözlere, ses tonuna, içeriğe, zamanlamaya ait tüm imaları içine almalıdır. Ancak bunları algıladıktan sonra empatiyi yapan kişinin duygusal ve bilişsel süreçleri bu imaj üzerinde çalışabilirler, daha sonra da yaşantıların bildirim aşamasına geçilir (Öner, 2001).

Bugün empatiyi, “karsısındakinin duygu ve düşüncelerini anlamaktır” diye tanımlayanların yanı sıra, “karsısındakinin hissettiklerini hissetmektir” diyenler de bulunmaktadır. Bu tanımlar birbirlerine benziyorlarsa da, aslında aralarında birtakım temel farklılıklar vardır. En azından, “empati, onu anlamaktır” dediğimizde, empatinin bilişsel yönünü, “empati, onun gibi hissetmektir” dediğimizde ise empatinin duygusal yönünü vurguluyoruz demektir (Dökmen, 1988). Rogers’a göre empatinin, karsımızdakinin rolüne girerek onun ne düşündüğünü anlamamız bilişsel nitelikli bir etkinliktir (bilişsel rol alma/ bilişsel bakış açısı alma). Karsımızdakinin

hissettiklerinin aynısını hissetmemiz ise duygusal nitelikli bir etkinliktir (duygusal rol alma/ duygusal bakış açısı alma). Bilişsel rol almanın, duygusal rol almanın ön şartı olduğu söylenebilir (Dökmen, 2004). Dökmen' e (2003) göre, empatinin bilişsel yönü karşımızdakinin rolüne girerek onun ne hissettiğini anlamadır. Empati kurmak isteyen insan karşısındaki kişinin öznel alanına girmeli, yani kişilere özgü algısal alana girmeli. Olayları karşımızdaki gibi algılamaya ve yaşamaya başladığımızda, empati kurmak istediğimiz kişinin yerine geçerek, adeta olaylara onun gözlüklerinin gerisinden bakarız. Rogers'ın empatik anlayışı ile Rogers öncesi empatik anlayış arasındaki başlıca farklılık, Rogers'ın kendisinden önce sadece bilişsel düzeyde ele alınan empatiye duygusal boyutu eklemesidir (Dökmen 1987).

2.1.2.4 Aşamalı empati sınıflaması

Dökmen (2008) aşamalı empatiyi sınıflandırırken onlar basamağı, ben basamağı ve sen basamağı olmak üzere üç temel basamaktan bahsetmektedir (Akt: Çiftçi, 2010). *Onlar basamağında* tepki veren kişi, karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerine dikkatini yoğunlaştırırken kendisinin duygu ve düşüncelerini değil, toplumun o konuyla ilgili genel duygu ve düşüncelerini içeren bir geri bildirimde bulunur (Çiftçi, 2010). *Ben Basamağı*, empati diğerini anlamaya odaklanarak gerçekleştirilen ve “diğer kişiye verilen tepki”dir. İletişimde kişinin odak noktası karşısındaki kişinin paylaşımları değil de kendi yaşantı ve deneyimleri oluyorsa kişinin verdiği tepki empatik tepki olmaz (Bryant, 2003; Akt: İkiz, 2006). *Ben basamağında* empatik tepki veren kişi karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerine eğilip onları anlamak yerine onu eleştirir, ona neler yapması, nasıl davranması gerektiğini söyler. Bazen de onu problemi ilgilenmeyerek kendi problemlerinden bahsederek benmerkezci davranır (Dökmen, 2003). *Sen basamağında* empati kuran kişi karşısındaki kişinin paylaştığı probleme eğilir, kendisini onun yerine koyar, onun rolüne tam olarak girer ve onun düşüncelerini anlamayı ve duygularını hissetmeyi başarır. Olaylara ve durumlara karşısındaki kişinin bakış açısıyla bakar (Dökmen, 1988).

Şekil 3. Aşamalı Empati Sınıflaması

Onlar Basamağı Sorunların karşısında onlar (toplum) ne düşünüyor ve ne hissediyor?

Ben Basamağı Sorunların karşısında ben ne düşünüyor ve ne hissediyorum?

Sen Basamağı Sorunların karşısında sen ne düşünüyor ve ne hissediyorsun?

(Dökmen, 2008)

Dökmen (2003), yukarıda sayılan üç ana empati basamağını kapsayacak şekilde on alt basamak daha oluşturmuş ve söz konusu on alt basamak, en kalitesiz tepkiden en kaliteliye doğru olmak üzere aşağıda görüldüğü şekilde sıralanmıştır:

1. *Senin problemin karşısında başkaları ne düşünür, ne hisseder:* Bu basamakta empati kurmaya çalışan kişi, birtakım genellemeler yapar, felsefi görüşler, atasözlerine başvurabilir; dinlediği soruna ilişkin olarak genelde toplumun neler hissedebileceğini dile getirir; sorununu anlatan kişiyi toplumun değer yargıları açısından eleştirir.

2. *Eleştiri:* Dinleyen kişi, sorununu anlatan kişiyi kendi görüşleri açısından eleştirir, yargılar.

3. *Akıl verme:* Karşısındakine akıl verir, ona ne yapması gerektiğini söyler.

4. *Teşhis:* Kendisine anlatılan soruna ya da sorunu anlatan kişiye teşhis koyar; örneğin “bu durumun sebebi toplumsal baskılardır” ya da “sen bunu kendine fazla dert ediyorsun” der.

5. *Bende de var:* Kendisine anlatılan sorunun benzerinin kendisinde de bulunduğunu söyler; “aynı dert benim de başımda” diye söze başlar ve kendi sorununu anlatmaya başlar.

6. *Benim duygularım:* Dinlediği sorun karşısında kendi duygularını sözle ya davranışla ifade eder; örneğin “üzüldüm” ya da “sevindim der.

7. *Destekleme:* Karşısındaki kişinin sözlerini tekrarlamadan, onu anladığını, onu desteklediğini belirtir.

8. *Soruna eğilme:* Kendisine anlatılan soruna eğilir, sorunu irdeler, konuya ilişkin sorular sorar.

9. *Tekrarlama*: Kendisine iletilen mesajı, gerektiğinde mesaj sahibinin kullandığı bazı kelimelere de yer vererek özetler; yani dinlediği mesajı kaynağına yansıtmış olur; bu arada dinlediği kişinin yüzeysel duygularını da yakalayarak yansıttığı bu mesaja ekler.

10. *Derin duyguları anlama*: Bu basamakta empati kuran kişi, kendisini empati kurduğu kişinin yerine koyarak, onun açıkça ifade ettiği ya da etmediği tüm duygularını ve onlara eşlik eden düşüncelerini fark eder ve bu durumu ona ifade eder.

Yukarıdaki basamaklardan 1. basamak, Onlar Basamağı'na; 2., 3., 4., 5. ve 6. basamaklar Ben Basamağı'na; 7., 8., 9. ve 10. basamaklar ise Sen Basamağı'na ilişkindir. Söz konusu on basamaktan birincisinin kalitesi en düşük empatik tepki, sonuncusunun kalitesi ise en yüksek empatik tepkidir. Ancak gerçek anlamda empati yalnızca son dört basamakta, yani Sen Basamağı'na ilişkin olarak ortaya çıkmaktadır. İlk altı basamakta tepki veren kişiler, çatışmasız bir iletişim sürdürebilecekleri gibi, iletişim çatışmasına da yol açabilirler (Dökmen, 2003).

2.1.2.5 Empati ile ana-baba, çocuk ve yetişkin benlik durumlarının ilişkisi

Empatik iletişim sürecinde kişiler çeşitli benlik durumları içerisinde bulunmaktadır. Bu benlik durumları empatinin kurulmasında ve sürdürülmesinde son derece önem taşımaktadır. Benlik (ego) durumu, kişilerin içinde buldukları durumu ifade eden, diğer bir deyişle duruma uygun, değişmez bir duygu ve yaşantı biçimini açıklamaktadır (Gürüz ve Temel Eğinli, 2008). Berne (1964)'e göre, her insanın kişiliği üç ben durumundan oluşmaktadır. Bunlar, Ana baba, Yetişkin ve Çocuk ben durumlarıdır. Kişiler belli durumlarda, bu ben durumlarından birisine uygun olarak davranımda bulunurlar. Örneğin, bir kişi bazen ana-babalar gibi düşünerek ve davranarak, bazen de yetişkin rolünde kalarak ya da çocuk rolüne girerek karşısındaki kişiler ile iletişimde bulunur (Alisinanoğlu ve Köksal, 2000). Bir insanın diğer insanlarla empati kurma gücüne sahip olması ve gerektiğinde empati kurmayı istemesi için, Ana-Baba, Yetişkin ve Çocuk benlik durumlarını (kişisel rollerini), Yetişkinin denetiminde dengeli şekilde kullanabiliyor olması gereklidir (Dökmen, 2003).

Çocuk Ego Durumu, kişiliğimizde yaşamın başlangıcından itibaren, yaşanan duygu, düşünce ve davranışları içeren parçadır. Tipik bir çocuğun spontan davranışları ya da ebeveyn figürlerine verilen tepkilerde ortaya çıkar. Yetişkin ego davranışları ise şu anda ve buradaki gerçeklere ilişkin duygu, düşünce ve davranışları içerir. Aynen bir bilgisayar gibi çalışır. Ebeveyn ego durumu ise belli ebeveyn figürleri tarafından öğütlenen duygu, düşünce ve davranışları içerir (Akkoyun, 1995).

Ana-baba benlik durumu anne-babadan alınmış tutum ve davranışlardan oluşur. Yetişkin benlik durumunun kişinin takvim yaşı ile ilgisi yoktur. Gerçeklerin ve bilginin toplanmasından kaynaklanır. Çocuk benlik durumu, çocukta görülen tüm doğal dürtüleri içerir. Kişi anne-babasından gördüğü gibi davranıyorsa ya da düşünüyorsa ana-baba benlik durumuna göre davranmaktadır. Gerçekleri arıyor, akılcı ve nesnel bir değerlendirme yaparak davranıyorsa yetişkin benlik durumuna göre davranmaktadır. Çocukluğunda yaptığı davranışları sergiliyorsa, çocuk benlik durumuna göre davranıyordur. Eleştirici ve koruyucu davranışlar çoğunlukla ana-baba benlik durumundan, sağduyulu düşünüş ve soruna çözüm bulmaya yönelik davranışlar yetişkin benlik durumundan, sevinç, kahkaha ve başkaldırıcı davranışlar çocuk benlik durumundan kaynaklanır (Jongeward ve James, 1993; Akt: Çelik, 2008).

Yetişkin Benlik Durumu ve Empati: Empati kurabilmek için ben-merkezci olmaktan uzaklaşıp karşıdaki kişinin rolünü almak gerekir. Karşıdakinin rolünü alabilmek için, özellikle algısal ve bilişsel rol almalar için sahip olunması gerekli özelliklerden birisi, yetişkin rolüdür. Bu rol sayesinde fiziksel gerçek karşısında akılcı davranmamız ve ben-merkezcilikten uzaklaşmamız mümkün olur. Piaget'ye göre fiziksel ve sosyal çevreleriyle kendileri arasında ayırım yapamayan çocuklar ben-merkezci davranırlar (Akbulut, 2010). Yetişkin rolü sayesinde fiziksel gerçek karşısında akılcı davranma ve benmerkezci düşünce yapısından uzaklaşmak mümkün olmaktadır. Yetişkin benlik durumunu yardımıyla fiziksel gerçeklerle ilgili objektif bilgililere ulaşılabilir (Dökmen, 2003). Algısal ve bilişsel rol almada ise, nesnelere ve karsımızdaki insanlara ait fiziksel gerçeklerin kavranması esastır. Bu yüzden, algısal ve bilişsel rol almanın gerçekleşebilmesi için Yetişkin benlik-durumuna sahip olmak bir ön şart sayılmalıdır (Dökmen, 2008).

Çocuk Benlik Durumu ve Empati: Empati kurabilmek için yetişkin benlik-durumu gereklidir fakat yeterli değildir. Empati için gerekli bir başka koşul ise Çocuk benlik-

durumuna sahip olmaktır. Çocuk benlik durumu, merak, spontanlık, yaratıcılık gibi bazı doğal çocuk eğilimlerini kapsar. Empati kurabilmek için özellikle merak ve yaratıcılığa ihtiyaç vardır. Bir insan ancak karşısındaki insanların iç dünyalarına/fenomenolojik alanlarına ilgi duyuyorsa, o insanların rolüne girerek empati kurmaya çalışacaktır. Bu yüzden empati kuracak kişinin Çocuk-benlik durumuna sahip olması, en çok da “doğal çocuk” unu bastırmamış olması gerekir (Dökmen, 2008).

Ana-Baba Benlik Durumu ve Empati: Bireyin yaşamında karşılaştığı ebeveyn figürlerinin duygu, düşünce ve davranış örüntüleri takımıdır. Kişinin başta ebeveynleri olmak üzere dış çevreden aldığı tutum, algılama şeklindeki davranışları içermektedir. Genellikle kişinin yaşamında bir yere ve anlama sahip olan önemli olarak atfettiği kişileri algılaması ile ilgili kayıtlardır. Ana-Baba benlik durumu empatinin kurulabilmesi için oldukça önemlidir. Empati kuran kişi, karşısındaki kişinin içinde bulunduğu durumu ve olayı doğru olarak anlamak ve değerlendirmek için koruyucu bir ana-baba tutumu içinde olmalı ve aynı zamanda da koruma, kollama ve yardım etme güduları ile hareket edebilmelidir. Empati kuran kişi, bu benlik durumunda kendi içinde oluşan duygu ve düşünceleri karşısındakine yararlı olabilecek şekilde aktarabilecektir (Gürüz ve Temel Eğinli, 2008). Ana-baba benlik durumu kişiliğin diğer insanlara nerede nasıl davranmaları gerektiği konusunda onlara öğütler ve emirler veren, yol gösteren kısmıdır. Özellikle koruyucu ana-baba benliğine sahip kişilerin empatik tepki vermeleri ve birtakım empatik uyarıların etkisiyle sıkıntıda olanlara yardım etme ihtimalleri artacaktır (Dökmen, 2003).

2.1.2.6 Empatiyle karıştırılan kavramlar

Çok sık kullanılan empatinin değişik tanımları yapılmasına rağmen bazı kavram ve tutumlarla karıştırılabilmektedir. Empati kavramının sıklıkla karıştırıldığı kavramlar olan sempati, özdeşleşme, içtenlik ve sezgisel tanı kavramları aşağıda empati kavramları ile karşılaştırılarak açıklanmıştır (Çelik, 2008).

Empati ve Sempati: Birbirinden oldukça farklı yaşantılar olan empati ve sempati yaşantıları çoğu zaman birbiriyle karıştırılmaktadır (Rehber, 2007). Eski Yunancadaki “sympatheia” teriminden türeyen sempati teriminin anlamı “birisiyle birlikte acı çekmek” anlamındadır (Karabağ, 2003). Empati ve sempati kavramının

birbiriyle karıştırılmasının nedeni ikisinin de başkalarının duygusal yaşantıları karşısında gösterilen tepki biçimleri olmasından kaynaklanmaktadır. Ancak empati ile sempati arasında bazı önemli farklılıklar vardır: sempati, acı çeken bir kimse karşısında onun duygularıyla ilgili yüksek bir farkındalığı ve onu teskin etme çabasını içerir. Sempati duyan kişi karşısında acı çeken kişiyi bir an önce teskin etme çabası içindedir ve bunu yapmadığı zaman suçluluk duyabilir (Öner, 2001). Empatinin duygusal unsurları içermesi nedeniyle sempatiyle karıştırıldığı görülmektedir (Escalas ve Stern, 2003). Empati kurulan kişi ile aynı duyguları paylaşmak yani sempati duymak gerekli değildir, önemli olan onun duygularını anlamaya çalışmaktır (Dönmezer, 2003). Empati kuran kişi karşısındaki kişinin duygularını anlar, paylaşır ancak o duyguların kendisine ait olmadığını farkındadır. Örneğin: hastanede yatan bebeklerden bir tanesi ağladığında diğer bebeklerin ağlamaya başlamasının nedeni daha kendileri ile başkalarının ayrımını yapamamalarından kaynaklanmaktadır (Vignemont ve Singer, 2006).

Sempati kurulduğu zaman kişi kendi duyguları ile karşısındaki kişinin duyguları arasındaki sınırı koruyamamış olmakta, bir bakıma duygusal okuryazarlığını kaybetmektedir (Tarhan, 2010). Empatinin sempatiyle karışmaması için de, empati kurarken mesajı verenin korku, kaygı, incinme, neşe, öfke vb. duygularıyla bunalmamak, yani nesneliliği yitirmemek gerekir. Bir başka deyişle, mesajı veren kişinin duygularının farkında olunup, bu hissedilen duygusunun empatik tepkiyle yansıtılması gereklidir (Voltan-Acar, 2008). Yukarıda yazılanlara baktığımızda empatinin sempatiye göre çok daha geniş bir kavram olduğunu görmekteyiz (Akkoyun, 1982).

Dökmen (2008) empati ve sempati kavram farklılıklarının şu şekilde ifade edilebileceğini belirtmektedir: (1) empatide karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini anlamak, sempatide duygu ve düşüncelerin aynısına sahip olmak vardır, (2) empatide duygu ve düşüncelerin anlaşılması esas alınırken, sempatide yandaş olmak ve hak vermek esastır ve (3) empatide özdeşim kurulmazken (özdeşim kurmak, doğru bir şekilde empati kurulmasına engel olur), sempatide ise diğer kişi ile özdeşim kurularak aynı hisleri paylaşma vardır. Adler (2001)'e göre sempati, özdeşleşmenin bir parça ifadesidir ve böyle olunca da toplumsal ilginin bir yanıdır. Ona göre, biz ancak özdeşleştiğimiz zaman anlayabiliriz, bu nedenle de akıl, toplumsal bir yetenek olarak gözükür. Bir resimle özdeşleşmek ona bakmakla olur, diğer cansız nesnelere

de özdeşleşiriz. Örneğin bilardo gibi oyunları oynarken oyuncu topu gözleriyle izler, topun yapmasını umduğu hareketi kendi kafasıyla yapar. Tiyatroda her seyirci empati gösterir ve katılır. Bizim açımızdan bu bir özdeşlemedir. Empati, rüyalarda ve grup düşüncelerinde büyük yer tutar (Adler, 2001).

Empati ve Özdeşleşme: Özdeşleşmede, karşıdaki kişi gibi olma, onun gibi hissetme, onun gibi düşünme ve onun gibi davranma vardır (Akkoyun, 1982). Burada kişi, kendi benliği yerine başka bir kişinin benliğini yerleştirmektedir. Kısaca özdeşleşmede iki kişi aynı benliği paylaşırken, empatide iki ayrı benlik birlikte var olmakta, kişi geçici bir süreliğine karşıdaki kişinin rolüne bürünmektedir (Uğur, 2007). Özdeşleşmede kişi kendisini karşıdaki kişinin yerine koymaktan çok onu kendisiyle bir tutmaktadır (Rehber, 2007). Bireyin kendi kimliğinden uzaklaşıp başka bir kimliğe bürünmesi empatiyi ortadan kaldırmaktadır (Ataşalar, 1996). Özdeşim, bilinç dışı çalışan ve kişinin kendisini başka birine göre biçimlediği zihni bir mekanizmadır. Bu anlamda özdeşim empati değil diğer kişi ile kuvvetli bir duygusal bağ oluşturmak için diğeri gibi olma isteğidir. Ayrıca bu iki süreç arasında yoğunluk, derinlik ve kalıcılık temellerine dayanan farklılıklar bulunmaktadır (Goldstein ve Michaels, 1985; akt. Gültaş, 2007). Karşımızdaki kişi ile kendimizi özdeşleştirerek, onu model alır, onun duygu ve davranışlarını kendimize yansıtırız. Böylece, karşımızdaki kişinin bakış açısını kaybederek özdeşimlerimiz çerçevesinde değerlendirmeler yaparız ki, bu da yanlış bir yaklaşım tarzıdır. Böyle bir durumda özdeşim kurmak empatiyi zedeleyebilir (Dökmen, 1997).

Empati ve İçtenlik: İçtenlik, samimi, saydam ve açık olmaktır. Danışanın kendi içsel yaşantılarını algılayabilmesini ve bunları danışma ilişkisi içinde yaşayabilmesini içerir (Köseoğlu, 1994). Empati ile içtenlik kavramları birbirini dışlamamakta, hatta birbiri ile iç içe olmakla birbirlerini tamamlamaktadır. Empatik anlayış kişinin karşıdakinin iç dünyasına girerek bunu kendi içinde yaşaması; içtenlik ise bunu yaparken aynı zamanda kendi yaşantısını da algılayabilmesi için çaba içerisinde olmasıdır. Kişi sahip olduğu çeşitli toplumsal ya da mesleki rollerden sıyrılıp savunma ve engellemeler olmaksızın içten bir şekilde karşısındaki kişiyle iletişim kurması empati kurmasını kolaylaştırır (Akkoyun, 1982).

Empati ve Sezgisel Tanı: Empati ve sezgisel tanı birbirinin zıttı iki kavramdır. Sezgisel tanı, bir kimsenin ihtiyaç ve yönelimlerini ortaya çıkarma, çözümleme ve formüle etme yeteneği ile ilgilidir. Burada bir diğer kimsenin yaşantısına bilinçli

olarak katılma yer almamaktadır. Bir yaşantıyı gözleme ve gözleneni yorumlama söz konusudur. Empatide ise her türlü değerlendirmeden kaçınılmaktadır (Akkoyun, 1982). Kişilerin duygu ve düşüncelerini anlayabilmek için gözlemde bulunmak ve gözlem neticesinde elde ettiği verileri yorumlamak yeterli değildir. Sezgisel tanıda kişiyi etiketleme söz konusu olduğu için empati kurmaya yarar sağlamadığı gibi ilişkiyi engelleyici bir rol oynamaktadır (Ataşalar, 1996).

2.1.2.7 Empatinin gelişimi

Araştırma sonuçları, empatinin kökeninin bebeklik dönemine kadar uzanabildiğini göstermiştir (Goleman 2002). Empatinin ilk belirtileri bebeklik dönemine kadar uzanmakla birlikte diğer gelişim alanlarında olduğu gibi süreç içinde gelişmektedir. Altı yaşından itibaren çocuk kendisini karşısındaki kişinin yerine koyabilmektedir (Köksal, 2005). Empati, çocukluktan itibaren başlayan gelişim sürecinde başkasının rolünü alabilme becerileriyle gelişir. Yani empatik anlayış, başkasının rolünü alabilme becerisinin gelişimi ile doğru orantılıdır. Bir başkasının rolüne girerek empati kuran kişi, yaşadığı bu deneyim sayesinde kendisini de tanımış ve farkındalığını artırmış olmaktadır. Kendisini tanıyan ve farkındalığı artan birey, mevcut durumu sezgi yoluyla kolayca kavrayarak anlar ve uyum yapması kolaylaşır (Özbek ve Leutz 1987; Akt., Öz, 1992). Çocukların gösterdikleri ilk empatik tepkinin öğrenilmiş olduğu ileri sürülmektedir. Empati düzeyleri yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının da empati düzeyleri düşük olan ebeveynlerin çocuklarına oranla empati düzeylerinin daha yüksek olduğu yapılan çalışmalarla ortaya konulmuştur (Köksal, 1997).

Empatinin gelişimi konusu ile ilgili Bryant, Üç Faktör Teorisi'ni ortaya koymaktadır. Bu teoriye göre, duyguların doğuştan gelmesi, duyguların uyarılma ile meydana gelmesi ve duyguların deneyimle oluşması mümkündür. Duyguların doğuştan gelmesi faktöründe, duygular doğum yolu ile kişinin kazandığı özellikler olduğundan, empati de uyaranlara otomatik olarak verilen tepkidir. Duyguların uyarılma ile meydana gelmesi faktöründe, duygular fiziksel uyarılar ile ortaya çıkan ve kişiyi farklı duygulanımlar içerisine sokan otomatik tepkiler olduğundan, empati de hem otomatik hem koşullanarak ortaya çıkabilir. Duyguların deneyimle oluşması faktöründe ise duygular kişilerin duygusal durumları tanımlama, düzenleme ve

yönlendirme yeteneğine bağlı olduğundan, empati de kişinin duygusal durumunu yönlendirme yeteneği ile ilgilidir (Akt. Gürüz ve Eğinli, 2008).

Empatiyle ilgili temel noktalardan biri, karşıdaki kişinin duygusal durumunu tanımlamanın gerekliliğidir. Bu tanımlama bilişsel ve duyuşsal unsurları içermektedir (Snow, 2000). Hoffman (2000)'a göre de empati, bilişsel ve duyuşsal olmak üzere iki farklı yolla açıklanmaktadır. Bilişsel empati, bir başka kişinin duygu, düşünce, algı ve niyetlerini içeren içsel cümlelerinin farkında olmaktır. Bilişsel empati kuran kişi, diğer kişinin deneyimlerini çıkarsamalı ve bakış açısını ortaya koyabilmelidir. Duyuşsal empati, karşıdaki kişinin hissettiklerini hissetmek ve çeşitli duygusal tepkiler vermektir. Duyuşsal empatiye göre, empati kuran kişi diğer kişinin içsel deneyimlerini paylaşmalı ve hislerini anlamalıdır (Hoffman, 2000). Karşıdaki kişinin yaşadığı duyguya inanılmadığında ya da duyuşsal durumu önemsenmediğinde empati kurmanın mümkün olmadığı belirtilmektedir (Snow, 2000).

Pitchers'a (1999) göre empati bilişsel ve duyuşsal öğeleri içermekte ve davranışsal tepki ile ifade edilmektedir. Empati, 'bilişsel olarak diğerinin bakış açısını algılayıp, içindeki duyuşsal uyarılmayı tanımak ve bu algılarla artan güdülenme üzerine merhametli davranışsal tepkileri oluşturmaktır' şeklinde özetlenmiştir (akt. Gürüz ve Eğinli, 2008). Chambers (2000), empatinin duygu, bilgi ve birleştirilmiş anlayış ile açıklanabilecek üç aşamasının olduğunu belirtmektedir. Duygu anlayışı, empati kuran kişi ile empati kurduğu kişi arasında duygusal bir deneyimin ortaya çıkmasını ifade etmektedir. Bilgi anlayışı, empati kuran kişinin diğer kişinin duygu ve düşüncelerini tam olarak anlaması ve ortaya çıkan anlamın paylaşılmasını içerir. Birleştirilmiş anlayış ise diğer kişinin duygu ve düşüncelerini anlaması sonucunda kendi duygu ve düşünceleri ile değerlendirerek objektif bir biçimde ifade etmesidir (Akt. Gürüz ve Eğinli, 2008).

Dökmen (2008, 2003), bir kişinin karşıdaki ile empati kurabilmesi için gerekli olan öğeleri kısaca şöyle sıralamıştır; a) empati kuracak kişi, kendisini karşıdakinin yerine koymalı, olaylara onun bakış açısı ile bakmalıdır, b) empati kurmuş sayılmak için karşıdaki kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru anlamak gereklidir. Karşıdakinin yalnızca duygularını ya da yalnızca düşüncelerini anlamak yeterli değildir, c) empati tanımındaki en son öge ise, empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın, karşıdaki kişiye iletilmesi davranışı yani empatik tepki vermedir.

Başka bir ifadeyle, bir kişinin karşısındaki ile empati kurabilmesi için gerekli olan öğelerden biri, mesajı veren kişinin söylediklerini anlam bakımından anlamak, diğeri ise mesajı veren kişinin duygularını anlamak ve bunu ona iletmektir (Acar, 2008). Empatik tepki olarak adlandırılabilir bu öğe, bireyin karşısındaki kişinin duygularını kapsmalıdır (Escalas ve Stern, 2003). Empatide, sadece mesajı verenin sözel tepkilerine değil, ses tonuna, konuşma temposuna, jest ve mimiklerine, duruşuna ve duygunun şiddetine dikkat etmek ve buna uygun tepki vermek gerekmektedir (Voltan-Acar, 2008). Karşıdaki insanlara empatik tepki vermenin iki yolu vardır. Yüzü ve bedeni kullanarak onu anladığını ifade etmek ve sözlü olarak onu anladığını ifade etmektir. Bununla beraber empatik tepki vermenin en etkili yolu ise ikisini birlikte kullanmaktır (Snow, 2000).

2.1.2.8 Empatik eğilim

Empatik eğilim, bireyin günlük yaşamda empati kurma potansiyelidir. Empatik duyarlılık, günlük yaşamda empati kurma eğiliminde bulunmadır ve empatik iletişim kurabilmek için gerekli bir temel beceridir. Empatik beceri, bilişsel ve duygusal alanları içermekle birlikte, empatik eğilimlerin daha çok duygusal öğeleri içerdiği görülmektedir. Empatik eğilim, sorunu olan bireylerin duygularını anlayabilme ve bu bireylerin duygusal yaşantılarından etkilenme yeteneğini, yani duygusal boyutta o bireyin yerini alabilme yatkınlığını ve bireye yardım etme arasındaki ilişki, bireysel farklılıklardaki duyarlılık, yani empatik eğilim ile değerlendirilebilmektedir (Akkoyun, 1987).

Rogers (1983), empatik iletişim becerilerinin temelini oluşturan “empatik eğilimi” sosyal duyarlılık olarak tanımlamıştır. Bir kişilik özelliği olan sosyal duyarlılığın her insanda bulunmadığını, sosyal duyarlılığa sahip bireylerin daha fazla empatik olabileceklerini ve empatiyi kolayca öğrenebileceklerini belirtmiştir. Duygusal sıkıntısı olan kişinin yardım şekli, empatik eğilimi doğrultusunda duygularını anlamasını sağlamakta, bu doğrultuda danışana rol modeli olabilmekte, ona ilerideki yaşamında da oluşabilecek sorunlara çözüm gücü kazandırmasına ya da bu sorunlarla baş etmesine kısaca daha güçlü bir kişilik geliştirmesine yardım edebilmektir (Öz, 1992). Dökmen (1988) empatiyi, empatik beceri ve empatik eğilim olarak iki boyutta değerlendirmiştir. Empatik beceri kişinin empati kurabilme becerisidir. Empatik

eğilim ise kişilerin günlük yaşamda empati kurabilme eğilimleri/potansiyelleridir (Dökmen, 1988). Bununla birlikte empati kurabilme potansiyeline sahip kişiler, bu potansiyeli her zaman davranışa dönüştüremeyebilirler. Ayrıca empatik eğilim ile toplumsallaşma, sosyal duyarlılık, kaygı, depresyon, saldırganlık gibi çeşitli değişkenler arasında ilişkiler olmakla birlikte empatik eğilimin her zaman sebep, diğer değişkenlerin ise sonuç olduğunu söylemek, bir takım genellemelere gitmek doğru değildir (Dökmen, 2003).

Empatide karşıdaki kişiye yardım etme düşüncesi hakimdir. Empati ile yardım etme arasındaki ilişki empatik eğilim ile değerlendirilmektedir. Empatik eğilim, bireylerin günlük yaşamda empati kurabilme potansiyeli olarak tanımlanmaktadır (Dökmen, 1988; Akkoyun,1987; Terakye, 1998). Empatik eğilim daha çok empatinin duygusal boyutunda yer almakta, bireylerin duygusal sorunlarını anlayabilme ve yardım etme isteğini içermektedir. (Dökmen, 1988; Akkoyun, 1987). Duyguları anlama, duygusal yaşantıdan etkilenme dolayısı ile yardım etme isteği empatik eğilimi yüksek olan kişilerde söz konusudur (Terakye, 1998). Bireyin eşinin duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlayabilme becerisi olan empatik eğilim, eşler arasındaki duygusal bağlılığın temel göstergesidir. Empatik eğilim, bireyin eşinin belirli bir duygusunu derecelendirmesiyle, aynı duygunun eşi tarafından derecelendirilmesi arasındaki benzerliği yansıtmaktadır (Papp ve diğ., 2010). Evlilikte, empatik eğilim karşılıklı güvenin temeli olduğundan, taraflar eşinin kişiliği, duyguları ve davranışına karşı empatik bir anlayış ve kavrayış geliştirmek zorundadır. Empati, karşıdaki kişinin duygularını gerçek boyutları ile anlamak ve paylaşmak olduğundan, eşler arasındaki empatik eğilimin artması, evlilik ilişkilerini sağlamlaştırır ve olgunlaştırır (Özgüven, 2000).

Empati doğuştan getirilen bir tür sosyal beceri olmakla birlikte empati öğretilebilir bir beceri sürecidir. Kişilerin empatik eğilim düzeyleri ve empati becerileri yükseltilebilir (Ataşalar, 1996). Yapılan araştırmalar bu durumu doğrular niteliktedir (Dökmen, 1988).

2.2 ROMANTİK KISKANÇLIK VE EMPATİK EĞİLİM İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.2.1 Romantik Kıskançlık ile İlgili Araştırmalar

Shakespeare'in "yeşil gözlü canavar" olarak betimlediği, insanoğlunun hayatı boyunca sık sık karşılaştığı karmaşık bir duygu (Silva, 1997; Houser, 2009) olan kıskançlık kavramının oldukça karmaşık bir yapısı vardır (Wilford, 2004; Houser, 2009). Romantik kıskançlığı, White (1981b) bireyin partneriyle gerçek ya da hayal edilen bir rakip arasındaki gerçek ya da potansiyel bir ilişki nedeniyle algılanan, ilişkinin varlığına dair bir tehditle karşılaştığındaki karmaşık duygu, düşünce ve davranışlar; White ve Mullen (1989) bir kişinin ilişkisinin üçüncü bir kişi tarafından tehdit edildiğini algılaması sonucu ortaya çıkan duygusal, davranışsal ve bilişsel tepkilerdir; Bringle ve Boebinger (1990) romantik bir ilişkiye yönelik algılanan bir tehdide gösterilen tepki; Guerrero, Spitsberg ve Yoshimura (2004; Akt: Alpay, 2009) ilişkiye yönelik bir tehdite karşı verilen bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler olarak betimlemiştir.

Bazı araştırmacılar da romantik kıskançlığı cinsel ve duygusal olarak ikiye ayırırlar (Buss, Larsen, Westen ve Semmelroth, 1992). Cinsel kıskançlık kişinin partnerinin bir başka kişiyle cinsel ilişki yaşamış olması ya da yaşaması ihtimali sonucunda oluşmaktadır. Duygusal kıskançlık ise bireyler partnerlerinin bir üçüncü kişiye duygusal olarak bağlandıkları ya da aşık olduklarını düşündüklerinde veya bundan kuşkulandıklarında oluşmaktadır. Her ne kadar genellikle ikisi bir arada tecrübe ediliyor gibi görünmekteyse de, özellikle uzun süreli ilişkilerde bir tanesi diğerinden baskın olabilmektedir. Örneğin tek gecelik bir ilişki yüksek bir cinsel kıskançlığa sebebiyet verirken, partnerinin sık sık görüştüğü karşı cinsiyetten bir kişi duygusal kıskançlığı yol açabilmektedir (Houser, 2009).

Kıskançlıkla ilgili görüş belirten kuramsal yaklaşımlara baktığımızda hepsinin kıskançlık için cinsiyet farklılıklarını ayrıntılı olarak ele aldıklarını ve kıskançlıkla ilgili yapılan araştırmalarda değişken olarak cinsiyetin ele alındığı görülmektedir. Bugüne dek yapılan çalışmalara baktığımızda, kıskançlıkla ilişkisi en çok sorgulanan değişkenlerden birisinin cinsiyet olduğu göze çarpmaktadır (Mathes ve Severa 1981, White 1981c, Hansen 1982, Pines ve Aronson 1983, Peretti ve Pudowski 1997). Bu araştırmalardan elde edilen bulgulara dair veriler çelişkili ve tutarsızdır. Uzun

yıllardır kıskançlıkla “cinsiyet” arasındaki ilişkinin sonuçlarının tutarsız ve çelişkili olduğu görülmektedir (Akt: Madran, 2008).

White ve Mullen’a göre (1989), araştırmaların çoğu belirtilen kıskançlık düzeyinde cinsiyet farklılığı olmadığını ortaya koymuş, fark olduğunu belirten araştırmalar da, kadınların erkeklerden ya da erkeklerin kadınlardan daha kıskanç olduğunu kanıtlayamamıştır. Bazı araştırmacılar da kıskançlıkta herhangi bir cinsiyet farkı bulamamıştır (Bringle ve arkadaşları 1979; Hupka, 1981; White, 1981a; Pines ve Aronson, 1983; Pines ve Friedman 1998; Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez 2006; Houser, 2009). Bazı araştırmalar erkeklerin (Mathes ve Severa, 1981); bazı araştırmalar da kadınların daha kıskanç olduğunu belirtmiştir (Buunk, 1981). Bu konuda bir genellemeye varabilmek için daha fazla araştırmanın yapılması gereği ortadadır (Demirtaş, 2006).

Araştırmaların farklı bulguları, araştırmacıları kıskançlıkla cinsiyet arasındaki ilişkinin “çok boyutlu” olarak ele alınması gerektiği sonucuna götürmüş ve “farklı tetikleyicilere verilen tepkiler”, “kıskançlığın nedenlerine ilişkin inançlar”, “kıskançlık durumunda verilen tepkiler” ve “kıskançlıkla baş etme yöntemleri” açısından cinsiyet açısından farklılıkların bulunup bulunmadığı üzerinde araştırmalara yönlendirmiştir. Demirtaş (2004)’ e göre Tüm kıskançlık tetikleyicileri karşısında erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde kıskançlık belirttikleri; kıskançlık durumunda, kadınların erkeklerden daha yüksek düzeylerde fiziksel, duygusal ve bilişsel tepkiler verdikleri; kıskançlığın olumsuz etkilerine ilişkin görüşlere kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde katıldıkları; kıskançlıkla baş etmede kadınların erkeklerden daha sık yapıcı yöntemlere, erkeklerin kadınlardan daha sık yıkıcı yöntemlere başvurdukları görülmektedir. Ayrıca evlilerin kıskançlıkla baş etmede evli olmayanlara kıyasla yapıcı yöntemlere; evli olmayanların kıskançlıkla baş etmede evlilere kıyasla yıkıcı yöntemlere daha sık başvurduklarını görülmektedir (Demirtaş, 2004).

Bunların yanında yanında, kıskançlığın kadın ve erkekler için aynı anlama gelip gelmediği araştırılmaya başlanmış ve birçok çalışmada, kadınların evlilik ilişkileri zarar gördüğünde daha kıskanç hale geldikleri, erkeklerinse daha çok benlik saygılarına yönelik bir tehdide tepki olarak kıskançlık gösterdiği saptanmıştır (White, 1981d). Bryson, (1977) kıskançlık durumunda erkeklerin benlik saygılarını koruma eğiliminde olduklarını, kadınların ise daha çok ilişkilerini koruma eğiliminde

olduklarını belirtmiştir (Çimen, 2007). Kadınların ilişkilerini korumaya yönelik tepkileri evrimsel yaklaşımla örtüşür görünmektedir (Archer, 1996): Kadın ve çocuğu yaşamsal olarak ilişkiye bağımlı oldukları için, kadınlar ilişkilerinin tehdit altında olduğunu algıladıklarında daha fazla kıskançlık sergilemektedir. Rusbult'ın (1987) kıskançlıkla baş etme yollarında cinsiyet farklılıkları olduğunu ortaya koyduğu çıkış/konuşma/bağlılık/umursamama (ÇKBU) Modeli de bu bulguyu desteklemektedir. Rusbult (1987) kadınların ilişkilerini korumaya yönelik eğilimleri sebebiyle, yapıcı yöntemlere (bağlılık ve konuşma), erkeklerin ise benlik saygılarını koruma eğilimlerinden dolayı, yıkıcı yöntemlere (örn., bağırma, fiziksel şiddet uygulama, ilişkiyi bitirme) başvurdukları sonucunu elde etmiştir (Çimen, 2007) ancak bu görüşü, gerçekleştirdiği araştırma sonuçlarıyla desteklenememiştir (Demirtaş, 2006).

Yapılan çalışmalar kıskançlık durumunda kadınların başkalarından daha fazla destek aradıklarını, ilişkiyi iyileştirmeye çalıştıklarını, partnerlerinden bağlılık talebinde bulduklarını, negatif duygularını ifade ettiklerini ve uzlaştırıcı iletişim kullandıklarını göstermektedir (Buss Veshackelford, 1997; Akt: Houser, 2009). Bu cinsiyet farklılıkları White ve Mullen'in (1989) kadınların ilişkideki problemleri çözmeye daha meyilli oldukları ve duygularını ifade ettikleri düşüncesiyle örtüşmektedir. Ancak, kadınların duygularını ifade etmeleri konusunda kültürel farklılıklar olduğu da düşünülmektedir (Houser, 2009).

Pines ve Aronson (1983) kadın ve erkeklerin kıskançlıkla baş etmede en çok "kaybedeceği şeyin önemini düşünme fırsatı olarak değerlendirme" ve "akılcı tartışma" seçeneklerini tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Bunun yanında diğer araştırma bulguları ile tutarlı olarak, kadınların yapıcı, erkeklerin ise yıkıcı yöntemlerden daha fazla puan aldıkları görülmüştür. Ayrıca kadınların genel olarak duygusal açıdan kendilerini daha rahat ifade edebildiklerine ve kıskançlık oluşturabilecek durumlara daha fazla duygusal tepki verdiklerine değinilmiştir (Grossman ve Wood, 1993).

Kıskançlıkta cinsiyet farklılıkları söz konusu olduğunda araştırmacıların en çok üzerinde durduğu alanlardan biri "baş etme yöntemleri" olmuştur. Cinsiyet değişkenine göre kıskançlıkla baş etme yöntemleri karşılaştırıldığında, genel olarak kadınların erkeklerden daha "yapıcı" stratejiler izledikleri söylenebilir (Mathes 1992; Carson ve Cupach, 2000). İlişisine ve eşine güvenen kadınlar, bir rakibin varlığına

inandıklarında ilişkilerini iyileştirme çabası içine girerken, erkekler yapıcı davranmak yerine arkalarını dönüp gitmeyi ve yeni bir eş arayışına girmeyi tercih etmektedirler (Demirtaş, 2004). White (1981b) yürüttüğü araştırmalarda cinsiyete göre kıskançlığı tetikleyen durumlarla baş etme yollarına baktığımızda erkeklerin daha çok “yok sayma/kaçınma” yolunu, kadınlarinsa “ilişkiyi kurtarmaya çalışma”, “kendini değerlendirme”, “sosyal destek arama” ve “ilişkiye daha fazla bağlanma” yollarını tercih ettikleri sonucuna varmıştır. Rusbult’a göre (1987), kadınlar ilişkiyi koruma yönündeki eğilimleri nedeniyle yapıcı yöntemleri, yani bağlılığı ve konuşmayı; erkeklerse kendine saygıyı koruma güdülerini nedeniyle yıkıcı yöntemleri, yani çıkışı ve umursamamayı seçmelidirler. Ancak, Bryson’unkine oldukça benzer olan bu kestirim de araştırma sonuçlarıyla yeterince desteklenememiştir. Pines ve Aronson’un (1983) ise yaptıkları araştırma sonucunda kadınların da erkeklerin de baş etme yöntemleri arasından en çok “bu durumu, olaydaki rolümün ve kaybetmekten korktuğum şeyin ne olduğunu düşünme fırsatı olarak değerlendirerek” ve “akılcı tartışma yoluyla” seçeneklerini tercih ettiklerini bulmuştur. Araştırmacılar, erkeklerin de en az kadınlar kadar bu yapıcı yönetime başvurduklarını belirtmelerini şaşırtıcı olarak değerlendirmişlerdir (Demirtaş, 2004). Kıskançlıkla baş etme ile ilgili araştırma bulguları genelde kadınların kıskançlıkla baş etmede erkeklere kıyasla daha sık yapıcı yöntemlere, erkeklerinse kadınlara oranla daha sık yıkıcı yöntemlere başvurduklarını göstermektedir. Özellikle de Bryson (1991; Akt: Demirtaş, 2006) ve Rusbult (1987) bu doğrultuda önemli açıklamalar getirmiş, bu farklılıklara neden olarak da kadınların ilişki, erkeklerinse başarı yönelimli olmalarını göstermişlerdir.

Yakın ilişkiler, pek çok duyguyu içinde barındıran, eşlerin kimi zaman bireysel, kimi zaman da karşılıklı olarak pek çok duygusal yaşantıyı paylaştığı ilişkilere sahiptir. Her bireyin farklı olduğu düşünüldüğünde, her duygunun farklı örüntülerde yaşanabileceğini düşünmek olasıdır. Kimi zaman yoğun olarak yaşanan kıskançlık duygusu bağışlamayı kolaylaştırabilmekte kimi zaman da bireyin daha fazla esinden uzaklaşmasına yol açarak bağışlamayı engelleyebilmektedir (Alpay, 2009). Çimen (2007), evli bireylerin eslerini cinsel olarak bir başkasından yoğun olarak kıskandıklarında, kaçınmanın tam tersi olan ödünleyici iyileştirme / onarım stratejisi olarak da ele alınan, ilişki düzeltmeye yönelik girişimlerde bulunabilir, kaçınma yerine yaklaşma çabasına yönelebileceğini belirtmektedir (Alpay, 2009). Sidelinger

ve Boot-Butterfield (2007)'e göre de kıskançlık hissi, bireyin ilişkisini korumak güdüsüyle bireyin yakın ilişki yaşadığı eşini bağışlamasına yol açabilmektedir.

İnce (2009), yaptığı araştırmada erken dönem kardeş kıskançlığı ile ileriki yaslardaki romantik kıskançlık arasında bir ilişki bulunmadığını, romantik ilişkilerdeki kıskançlığı erken dönemdeki kardeş ilişkileri bağlamında anne kıskançlığı ya da karsı cins ebeveyn kıskançlığı ile ilişkilendiren önermelerin doğrulanmadığı sonucuna varmıştır. Beklenenin aksine, romantik ilişkilerdeki kıskançlık ile ebeveynlerin ayrımcı davranışları arasında bir ilişki bulunamazken, romantik ilişkiyi tek öngören etkenin kaygılı bağlanma olduğu bulunmuştur. Ayrıca ilk çocukların ikinci çocuklara kıyasla romantik ilişkilerinde daha fazla kıskançlık hissettikleri yönündeki hipotez de doğrulanmamıştır. Canary ve Hause (1993), 1200 araştırmayı kapsayan bir meta-analiz sonucunda, ilişkideki davranışsal farklılıkları açıklamada biyolojik cinsiyetin yetersiz kaldığını ve toplumsal cinsiyetin daha iyi bir yordayıcı olduğunu görmüşlerdir. Aylor ve Dainton (2001), ilişkisel sorunlar karşısında verilen tepkilerle toplumsal cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir çalışmalarında, kadınsılıkla yapıcı yaklaşımlar arasında olumlu, yıkıcı, saldırgan yaklaşımlar ve umursamazlık arasında olumsuz bir ilişkinin; erkeksilikle yıkıcı, saldırgan ve umursamaz yaklaşım arasında olumlu, yapıcı yaklaşımlar arasında ise olumsuz bir ilişkinin bulunduğu sonucuna varmışlardır. White (1980), kıskançlıktaki cinsiyet farklılıklarını “güç” kavramını temel alarak yorumlamış ve ilişkide güçlü olan tarafın kıskançlığa öfkeyle, güçsüz olan tarafınsa üzüntü ve depresyonla tepki vereceğini savunmaktadır. Geleneksel olarak kadınların ilişki içinde daha az güç sahibi oldukları düşünülürse (Basow, 1992) onların erkeklerden daha fazla üzüntü ve depresyon yaşamaları doğaldır.

White (1991)'a göre kıskançlık, yaygın olarak, düşük kendine saygı ve yetersizlik duygularının bir sonucu olarak ele alındığını belirtmesine rağmen bazı araştırma sonuçları bu varsayımı desteklerken bazıları da kendine saygıyla kıskançlık arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını göstermektedir. Mathes ve Severa (1981), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile Kişilerarası Kıskançlık Ölçeği'nden elde edilen puanlar arasında, White (1981a), kıskançlığı ölçmek için geliştirdiği üç ölçekten elde edilen puanlarla kendine saygı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna varmıştır. Buunk (1982a), kendine saygısı düşük olanların yüksek olanlardan daha kıskanç olduklarını göstermiştir. Bu sonucu da, kendine saygısı

düşük olanların kıskançlık yaratan durumlar karşısında daha yaralanabilir olmalarına bağlanmaktadır. White (1981a), kıskançlığın kendine saygının düşüklüğünden daha çok, ilişki içindeki yetersizlik duygusundan kaynaklandığını öne sürmektedir. Ona göre, birey, yaşamın birçok alanında başarılı biri olabilir, ancak yaşadığı yakın ilişkide bir yetersizlik hissediyorsa, bu ilişki içinde kıskançlık gösterme olasılığı yüksektir. Benlik saygısıyla yapıcı yöntemlere başvurma sıklığı arasında olumlu, yıkıcı yöntemlere başvurma sıklığı arasında ise olumsuz bir ilişki bulunmuştur. Bu değişkenler arasındaki ilişki konusunda daha önce yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak, özellikle Mead (1977), Sullivan (1953; Akt: Demirtaş, 2006), White (1981a), Bryson (1991) ve Rusbult (1987) gibi önemli bilim adamlarının açıklamaları ışığında, benlik saygısı düşük olanların yıkıcı, yüksek olanların da yapıcı baş etme yöntemlerini seçmelerini beklemek mantıklı görünmektedir.

Birçok araştırmada bağlanma stilleri ve kıskançlık arasındaki ilişki incelenmiştir (Buunk, 1997; Karakurt, 2001; Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997). Karakurt (2001), bağlanma stillerinin kıskançlığa verilen davranışsal tepkiler açısından belirleyici olduğu, ancak duygusal ve bilişsel açıdan etkili olmadığı sonucuna varmıştır. Buunk (1997), kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlanan bireylerden anlamlı olarak daha çok kıskanç olduklarını ortaya koymuştur. Sharpsteen ve Kirkpatrick (1997), kaygılı-kararsız bağlanan bireylerin güvenli bağlanana göre daha çok kıskançlık sergilediklerine işaret etmiştir. Başka birçok araştırmada da yinelenen bu sonuç, kaygılı kararsız bağlananların, ilişki içinde yetersizlik duyguları yaşama, kendisine ve eşine güvenmeme eğiliminde olmaları (Büyükşahin, 2001) dikkate alındığında beklenen bir sonuçtur.

Bireyin kişisel özellikleri (kronik şüphencilik, düşük kendilik değeri, yetersizlik hissi), davranışı, ortam, ilişkinin doğası kıskançlığın gösterilmesinde önemli rol oynar görünmektedir (Lazarus 1994; Akt: Houser, 2009). Bireyin yaşamakta olduğu stres ve kendilik değeri, güvenlik hissini tehdit eden olaylar da kıskançlık mekanizmasının daha kolay tetiklenmesine neden olabilmektedir (Mark ve Silva, 1991; Akt: Houser, 2009). İrrasyonel düşünme (Lester, Deluca, 1985), depresyon (Radecki-Bush, Farrell, 1993), boşanma ve şiddet (Buss, 2000; McClennen, Summers ve Vaughan, 2002) ile kıskançlık arasında da ilişki olduğu saptanmıştır (Akt: Houser, 2009). Araştırmalar, sosyal kaygı, takıntılı olma, duygusal bağımlılık, nörotisim gibi kişilik özelliklerinin

kıskançlıkla pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir (Buunk, 1997). Kıskançlık deneyimi kişilerin sahip oldukları bağlanma ve aşk stillerinden de etkilenebilmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler daha az kıskançlık yaşar görünmektedir (Solomon ve Cruz, 2001). Lee'nin farklı aşk stillerini baz alarak gerçekleştirmiş olduğu çalışmasında mania, eros aşk stillerine sahip olan bireylerin daha yüksek düzeylerde romantik kıskançlık belirttikleri saptanmıştır (Houser, 2009).

Buss (2000) romantik ilişkilerde kıskançlık duygusunun yaşandığı durumlarda, ilişkiyi test etme, değerlendirme, öç alma ya da partneri cezalandırma yollarını arama, ilişkide kontrolü kazanmaya çalışma gibi çeşitli stratejilerin devreye konduğunu belirtmektedir. Aynı zamanda Fleischmann (2002) da bireylerin kıskançlık durumuyla baş etmek için, ilişkisel mesafe, sahte flört etme ve diğer ilişki alternatifleri olmak üzere üç temel strateji kullandıklarını saptamıştır. İlişkisel mesafe; arkadaşlarla yapılan plana diğer kişiyi dahil etmemek, arkadaşları uzak tutmak gibi stratejileri; sahte flört etme ise kendine başkasındanmış gibi çiçekler gönderme, sahte telefon numaraları bırakma gibi davranışları; ilişkisel alternatifler ise daha önceki duygusal ilişkilerden ya da olması muhtemel yeni romantik ilişkilerden bahsetmek gibi davranışları içermektedir (Akt: Houser, 2009).

2.2.2 Empatik Eğilim ile İlgili Araştırmalar

Empati ve empatik eğilim ile ilgili literatürü incelediğimizde yaş, cinsiyet, medeni durum gibi demografik özellikler başta olmak üzere benlik algısı, atılganlık düzeyi, algılanan gelir düzeyi, tükenmişlik, çatışma çözme, saldırganlık ve denetim odağı gibi değişkenler doğrultusunda araştırmalar yapıldığı ve yapılmaya devam ettiğini görmekteyiz. Empati ile yaş, cinsiyet, medeni hal ve benlik algısı gibi değişkenler arasında ilişki bulunmaktadır. Bazı araştırmalar kadınların, evlilerin, benlik saygısı yüksek kişilerin empati düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Atli, 2008; Ekinci ve Aybek, 2010; Sayar ve diğ. 1998). Bazı araştırmacılar ise cinsiyet değişkeninin kişilerin empati düzeylerini etkilemediğini belirtmektedir (Dinçyürek, 2004; Yılmaz ve Akyel, 2008).

Empati bir yetenek olarak kabul edildiğine göre, öğretilemez, ancak eğitim yoluyla bireylerde var olan empati kurma yeteneği geliştirilebilir (Tanrıdağ, 1992). Dökmen

(2003) empatik eğilim ve empatik becerileri yüksek olan insanların çevreleriyle daha az çatışma yaşadığını, daha çok sevildiğini ve daha çok aranan kişiler olduklarını belirtmektedir. Kişilerarası ilişkilerde empati kuran kişilerin başkalarıyla ilişkisi daha olumlu olduğundan, uyum sağlayıcı davranış empatiyle ilişkilidir. Evliliklerde de karşılıklı empatik eğilimin geliştirilmesiyle, etkileşim daha yoğun hale gelmekte ve çiftlerin birbirlerine bağlılıkları artmaktadır. Ayrıca, çeşitli konularda birbirlerine gönderdikleri mesajların daha iyi anlaşılması da sağlanmaktadır. (Goodman ve Ofshe, 1968). Empati hem kalıtsal hem sonradan öğrenilen bir kavram olduğundan, empati zaman içerisinde öğrenilerek empatik beceriler eğitimle artırılabilir (Acun-Kapıkıran, 2010). Çeşitli gruplar için empati eğitimi programları geliştirilmesine rağmen, yakın ilişkilerde empatiyi arttırmaya odaklanan yayınlanmış programlar bulunmamaktadır. Eşler arasındaki empatinin evlilik uyumunun önemli bir yordayıcısı olduğundan dolayı bazı evlilik terapistleri, yakın ilişkilerde çiftler için empati eğitiminin gerekli olduğunu savunmaktadırlar (Long, Angera, Carter, Nakamoto ve Kalso, 1999). Empati eğitim programlarında, empatinin ne olduğu, nasıl geliştirilebileceği, empatik algı ve yeteneğin geliştirilmesine yönelik bilgiler verilmekle beraber, kişinin kendini tanıması sağlanmakta, farklı durum ve koşullar içinde kişilerin verdiği tepkiler belirlenmektedir. Aynı zamanda kendileri ve diğer kişiler ile aralarındaki benzerliklere odaklanarak, duygusal ve bilişsel olarak diğer kişileri algılamayı sağlayacak uygulamalar gerçekleştirilmektedir (Gürüz ve Eğinli, 2008). Hodges empatik eğilimin bir kişilik özelliği olduğunu ve bunun eğitim yoluyla geliştirilebileceğini iddia etmesine rağmen (Akt. Tutuk ve ark., 2002), Yıldırım (1997) empatik eğilim ve empatik beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi ele aldığı bir çalışmada empatik eğilimin eğitimle değiştirilemediğini, ancak empatik becerilerin eğitimle kazanılabileceğini saptamıştır. Dökmen (1988) psikodrama uygulaması yaptığı çalışmasında Empatik Beceri Ölçeğinden alınan puanların arttığını; fakat Empatik Eğilim Ölçeğinden alınan puanlarda bir artış olmadığı sonucuna varmıştır. Bunun nedenini de Empatik Beceri Ölçeğinin, empati kurma becerisini ifade etmesi ve Empatik Eğilim Ölçeğinin günlük yaşamda empatik davranışta bulunma eğilimini ifade etmesidir.

Dinçyürek (2004)'e göre öğrencilerin empatik beceri düzeyleri cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında anlamlı bir fark olmadığı, ancak kızların ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından yüksek olduğu; Bozkurt (1997)

Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerini incelediği araştırmasında kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu; Solak (2011)'e göre Atılganlık ve empatik eğilim bakımından bayan öğrencilerin erkek öğrencilerden daha atılgan ve empatik eğilime sahip olduğu; Ekinci (2010)'nin yaptığı çalışmada, öğretmen adaylarının empatik eğilimlerinin cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadınlar lehine anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur.

Empati, uyumlu evliliklerde önemli bir özelliktir. Çiftler arasındaki ilişkide etkili özelliklerden biri olan empatik eğilim, çiftlerden birinin diğerinin duygularını ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlama becerisidir. Empatik eğilim, evliliklerde yaşanan çatışmalar sırasında, belirli bir duygu hakkında eşlerin bireysel değerlendirmelerindeki benzerliği göstermektedir. Eşlerin çatışma sırasında birbirlerinin duygularını anlayabilme yeteneği, iletişimin kalitesiyle de ilişkilidir (Papp, Kouros ve Cummings, 2010). Evlilikte, empatik eğilim karşılıklı güvenin temeli olduğundan, taraflar eşinin kişiliği, duyguları ve davranışına karşı empatik bir anlayış ve kavrayış geliştirmek zorundadır. Empati, karşıdaki kişinin duygularını gerçek boyutları ile anlamak ve paylaşmak olduğundan, eşler arasındaki empatik eğilimin artması, evlilik ilişkilerini sağlamlaştırır ve olgunlaştırır (Özgüven, 2000).

Kiraz (2011)'e göre empati puan ortalamalarında katılımcıların algıladıkları gelir düzeyine göre anlamlı bir farkın olmadığı, başka bir ifade ile kendilerini yüksek gelir düzeyinde algılayan öğrencilerle kendilerini düşük gelir düzeyinde algılayan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Ayrıca empati puanları, katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Yıldırım (1991)'in rehber öğretmenlerin empatik eğilim ve empatik beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından yaptığı çalışmasında da cinsiyetler arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Akt: Kiraz, 2011).

Lipsitt (1993), 76 anne ve bu annelerin 8-9 yaş grubundaki çocuklarının dahil edildiği, annelerin empatik becerisi ve iletişim biçimi ile çocuğun empatik becerisi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışması sonucunda, annelerin empatik becerisi çocukların empatik becerisini yordamazken, annelerin iletişim biçimi çocuğun empatik becerisini yordadığını ortaya konmuştur. Ayrıca çalışmada annenin çocuğu destekleyici tarzındaki iletişim biçiminin, kızların empatik becerisini olumlu yönde

etkilediği, annenin emredici tarzdaki iletişim biçiminin erkek çocukların empatik becerisini olumsuz yönde etkilediği görülmüştür (Akt. Rehber, 2007).

Köseoğlu (1994), psikolojik danışmanların empatik becerilerini incelediği araştırmasında cinsiyet değişkenine göre bir farklılık bulunmadığı ancak, 30 yaş ve daha genç psikolojik danışmanların puanlarının diğerlerine göre yüksek bulunduğu, okulda çalışan psikolojik danışmanların empati düzeylerinin klinikte çalışanlara göre daha yüksek bulunduğu sonucuna varmıştır (Köseoğlu, 1994). Seymen (2007)'ye göre 31-35 yaş arası hemşirelerin empatik eğilimlerinin, 41 yaş ve üzeri hemşirelerin empatik eğilimlerinden daha düşük olduğu sonucu yaş ve empatik eğilimin pozitif yönlü bir ilişkili olduğunu göstermesine rağmen yeni çalışmaların yapılması gerektiğini de vurgulamaktadır.

Altuk (2011)'e göre depresyon belirtileri ile empatik eğilim değişkeni arasındaki ilişkinin pozitif yönde anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre yaşlı bireylerin empatik eğilimleri arttıkça depresyon belirtileri de artmaktadır. Yaşlı bireylerde empatik eğilimin depresyon belirtilerini yordayıcı gücü de bu sonucu desteklemektedir. Literatüre bakıldığında da depresyon belirtileri olan bireylerin duygusal empatilerinin yüksek olduğu görülmektedir (Decety ve Jackson, 2004). Doğan (2000) gerçekteşirdiği çalışmada, genel olarak depresyon geçirmeye yatkın kişilerin kimseyi incitmemeye, herkesi hoşnut etmeye, iyiliksever olmaya eğilimli, aşırı duyarlı, titiz, sorumluluk duygusu güçlü ve yakınlarına aşırı bağlı ve bağımlı kişiler olduğu ifade edilmiştir. Sözü edilen kişilik özelliklerinin mevcut araştırmadaki empatik eğilime sahip bireylerin özellikleriyle örtüştüğu görülmektedir.

Rehber (2007), ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile çatışma çözme davranışlarını incelediği araştırması sonucunda empatik eğilim düzeyi düşük olan öğrencilerin empatik eğilim düzeyi yüksek olanlara göre saldırganlık davranışları daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca Dökmen (2003) empatik eğilim ve becerileri yüksek olan insanların çevreleriyle daha az çatışma yaşadığını, daha çok sevildiğini ve daha çok aranılan kişiler olduklarını belirtmektedir. Wied ve arkadaşları (2007), ergenlerin arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmaların çözümünde empatinin rolünü incelediği araştırmaları sonucunda, empatik eğilim düzeyi yüksek olan ergenlerin empatik eğilim düzeyi düşük olan ergenlere göre çatışma çözmede daha başarılı oldukları görülmüştür. Ayrıca Empatik eğilimin

problem çözüme ile pozitif, çatışma ile negatif ilişkili olduğu; pasif çatışma çözüme stratejilerinden geri çekilme ve boyun eğme ile anlamlı ilişkisi olmadığı; kız ergenlerin erkek ergenlere göre empatik eğilim düzeylerinin yüksek olduğu; kız ergenlerin problem çözüme, geri çekilme ve boyun eğme puanlarının erkek ergenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Filiz (2009), farklı orta öğretim kurumu öğrencilerinin, saldırganlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonucunda, empatik eğilim puanları bakımından kız öğrencilerin, saldırganlık puanları bakımından erkek öğrencilerin daha yüksek, ailede şiddet olmadığını belirten lise öğrencilerinin empatik eğilim puanları yüksek, çevreden şiddet görmediğini belirten öğrencilerin empatik eğilim puanları ise daha yüksek çıkmıştır. Lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri (sözlü saldırganlık dışında) arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yani ortaöğretim kurumu öğrencilerinin saldırganlık düzeyi yükseldikçe empatik eğilim puanları düşmektedir.

Çiftçi (2010)'ye göre, dokuzuncu sınıf öğrencilerinin sanal zorbalık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmasında; öğrencilerin empatik eğilimleri cinsiyet değişkeni açısından kız öğrencilerin lehine; okul türleri açısından meslek lisesi ile imam hatip ve Anadolu-öğretmen-fen lisesi öğrencileri arasında meslek lisesi aleyhine anlamlı bir farklılık bulunurken, kardeş sayıları açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çelik (2008), ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözüme davranışlarının incelenmesi adlı çalışmasında okul öncesi eğitim öğretmenlerinin cinsiyetleri ile empatik eğilim puan ortalamaları arasındaki ilişkiye bakıldığında, kadın öğretmenlerin empatik eğilim puan ortalamalarının erkek öğretmenlere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kızılyar (2010) yaptığı araştırmaya göre, empatik eğilim düzeyleri yüksek olan ilköğretim 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin, empatik eğilim düzeyi düşük olan öğrencilere oranla denetim odağı aile ilişkileri, başarı, akran ilişkileri ve kader alt boyutlarında daha içten denetimli oldukları; empatik eğilim düzeyi ile denetim odağı batıl inanç boyutunda anlamlı farklılıklar bulunmadığı; empatik eğilim düzeyleri düşük olan öğrencilerin başarı talebi ve rahatlık talebine ilişkin mantıkdışı inançlarının daha yüksek olduğu; empatik eğilim düzeyleri yüksek olan öğrencilerin ise saygı talebine ilişkin mantıkdışı inançlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Erkmen (2007) de Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerin empatik eğilimlerinin sporda tercih ettikleri liderlik davranışları ile karşılaştırılması isimli çalışmasında spor yapma süresi arttıkça empatik eğilimin de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Bozkurt (1997), cinsiyetleri, fakülteleri ve uyum düzeyleri farklı Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerini incelediği araştırması sonucunda, kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Karakoyun (2011) ilköğretim öğretmenlerinin kulüp faaliyetlerine ilişkin tutumları ile empatik eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında kadın öğretmenlerin empatik eğilim puanları erkek öğretmenlerin empatik eğilim puanlarından daha yüksek bulunmuştur.

Yalçın (2011) özel eğitim kurumlarında çalışan eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerinin empatik eğilim ve bazı değişkenler ile olan ilişkisinin incelendiği çalışmada empatik eğilimi düşük olan eğitimcilerin tükenmişlik düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Eğitimcilerin empatik eğilimi ile duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Eğitimcilerin empatik eğilimi azaldıkça duygusal tükenme, duyarsızlaşma düzeyleri artmaktadır. Kişisel başarı alt ölçeğinde de diğer alt ölçeklerde olduğu gibi alınan yüksek puan tükenmişliği göstermektedir. Eğitimcilerin empatik eğilimi azaldıkça kişisel başarı puanı artmakta dolayısıyla tükenmişlik de yükselmektedir.

Duru (2002) öğretmen adaylarında kişi-durum yaklaşımı bağlamında yardım etme davranışı eğilimi, empati ve düşünme stilleri ilişkisi ve bu değişkenlerin bazı psiko-sosyal değişkenler açısından incelenmesi isimli çalışması sonucunda empatik eğilim yükseldikçe tükenmişliğin de arttığını saptamıştır. Çelik (2008) okul öncesi eğitim öğretmenlerinin empatik eğilimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi adlı çalışmasında bayanların erkeklere, mesleği isteyerek seçenlerin mesleği istemeyerek seçenlere, mesleği sevenlerin mesleği sevmeyenlere göre empatik eğilim puan ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tekmen (2010) hekim ve hemşirelerin empatik eğilim düzeyleri ile iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi isimli çalışmasında empatik eğilim ve iş doyumları düzeyleri arasında sadece hemşirelerde zayıf pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yani hemşirelerin empatik eğilim düzeyleri arttıkça iş doyumlarının da arttığı söylenebilir. Kurbet (2010)'e göre Anaokuluna devam eden çocukların duygusal düzenleme

becerileri ile annelerinin empatik eğilim ve tutumlarının incelendiği çalışmada, destekleyici anne tutumu puanları ile empatik eğilim puanları arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0,846, p < .01$); destekleyici olmayan anne tutumu puanları ile empatik eğilim puanları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı olmayan bir ilişki olduğu ($r = -0,108, p > .05$) görülmektedir. Ceyhan (1994) da anne ve babaların empatik eğilim düzeyleri üzerinde bazı değişkenlerin etkisinin belirlenmesi amacı ile yaptığı araştırmasında, 384 ortaokul öğrencisinin anne ve babalarına “Empatik Eğilim Ölçeği” uygulamıştır. Araştırma sonucunda, tutumları demokratik olan anne ve babaların, tutumları ilgisiz ve otoriter olanlara göre empatik eğilim düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Akbulut (2010), sınıf öğretmenlerinin empatik eğilim düzeylerini incelediği araştırma sonucunda, sınıf öğretmenlerinin empatik eğilimleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadın sınıf öğretmenlerin empatik eğilim puan ortalaması, erkek sınıf öğretmenlerinin empatik eğilim puan ortalamasından yüksek olduğu görülmüştür. Medeni durum, eğitim düzeyi, mezun oldukları fakülte, mesleki kıdem, öğrenci sayısı, çalıştıkları yerleşim yeri, mesleği isteyerek seçip seçmeme, mesleklerinden memnun olup olmama durumu, okuttukları sınıf düzeyleri ile empatik eğilim puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bilen (2008) dokuz eylül üniversitesi müzik eğitimi ana bilim dalı 4. Sınıf öğrencileri ile yaptığı araştırmasında, yaratıcı dansın müzik öğretmeni adaylarının empatik eğilimleri üzerindeki etkisini incelemiş ve yaratıcı dansın müzik öğretmeni adaylarının empatik eğilimleri üzerinde anlamlı fark oluşturduğu sonucuna varmıştır. Ural (2010), ilköğretim öğrencilerinin demokratik tutum ve empatik eğilim düzeylerine sosyal bilgiler dersinin etkisini incelediği araştırması sonucunda; öğrencilerin demokratik tutumları ile empatik eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki; öğrencilerin hem empatik eğilimleri hem de demokratik tutumları açısından cinsiyete göre kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonuç kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre hem daha demokrat hem de empatik eğilim düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin okudukları sınıf ile empatik eğilimleri ve demokratik tutumlar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Öğrencilerin anne-baba eğitim durumları ile empatik eğilimleri arasındaki ilişki araştırılmış ve anne-baba eğitim durumu üniversite mezunu olan öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin, anne-baba eğitim durumu okur-yazar

olmayanlara göre daha yüksek olduğu; öğrencilerin anne-baba eğitim durumları ile demokratik tutumları arasındaki ilişki araştırılmış ve anne-baba eğitim durumu üniversite mezunu olan öğrencilerin demokratik tutum düzeylerinin, anne-baba eğitim durumu okur-yazar olmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca öğrencilerin anne ve baba iş durumu ile empatik eğilim ve demokratik tutum düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

2.3 ALANYAZIN TARAMASININ SONUCU

Kıskançlık, romantik ilişkilerde en güçlü, yaygın ve yıpratıcı duygulardan biri olmakla beraber insanoğlunun yaşamı boyunca sık sık karşılaştığı karmaşık bir duygudur. Felsefe, edebiyat, sosyoloji, psikoloji gibi birçok alanda kıskançlık kavramı ile karşılaşırız. Romantik ve çift ilişkilerini inceleyen çalışmalara baktığımızda romantik kıskançlığın önemli bir faktör olarak ele alındığını, literatürdeki kuramsal yaklaşımlara baktığımızda her birinin kıskançlığa farklı açılardan baktığını görmekteyiz. Dolayısıyla romantik kıskançlık bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenleri içeren çok boyutlu bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikodinamik yaklaşım kıskançlığın bilinçdışı süreçler tarafından yönetildiğini, evrensel olduğunu, köklerinin çocuk yaşantılarında gizli olduğunu ve yetişkinlikte yeniden canlandıklarını ifade etmektedir. Harry Stack Sullivan kıskançlığın hoş olmayan bir duygu olduğunu ve başkasına ait olan bir şeye göz koymak olarak tanımladığı haset gibi altında yetersizlik duygusunun yattığını belirtmektedir. Çoğu teorisyen gibi Mead de kıskançlığın evrensel olduğunu ancak kültürler göre farklılıklar gösterdiğini ve kıskançlığın en önemli belirleyicisinin kültür olduğunu, kıskançlığın öz saygıya yönelik tehditler nedeniyle doğduğuna inanmakta ve kıskançlığı talihsiz bir duygu olarak nitelendirmektedir. Evrimsel yaklaşım, kıskançlığa biyolojik temelde yaklaşarak, kıskançlığın partneri kaybetmeye yönelik verilen bir tepki olarak oluştuğunu, kıskançlığın ilişkiyi koruma amaçlı bir içgüdü olduğunu, bu yönüyle kökeninde evrimsel nedenler yattığını belirtmektedir. Bilişsel-Olgusal kuram ise duyguların, ortamdaki uyarıcıya verilen bilişsel tepkilerin sonucunda oluştuğu varsayımına dayanarak, birey, partneri ve rakip üçlüsü durumunda bireyin değerlendirmeleri sonucunda kıskançlığın oluşup

oluşmayacağını açıklamaktadır. Sosyal mübadele kuramlarından karşılıklı bağımlılık kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalarda, kıskançlığın daha çok ilişkinin özellikleri ile ilişkilendirilerek incelendiği görülmektedir. Yakın ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesi aşamalarında ilişkiden elde edilen ödüllerin önemli bir rol oynadığı, ve bireylerin ödül-bedel karşılaştırmasına girdiği görülmektedir. Transaksiyonel Yaklaşım baktığımızda kıskançlığı tetikleyen yalnızca bir tek koşulun olmadığını, kültürel etkenlerden bağımsız olarak değerlendirilemeyeceğini ve kıskançlığın içsel ve dışsal değişkenler arasındaki etkileşimin bir sonucu olduğunu belirtmektedir. Yatırım kuramında Rusbult (1983) tarafından önerilen yatırım modeli, ilişkilerin kurulması, devam etmesi ve sonlanması üzerine yoğunlaştığı, ilişkiye son verme ve ilişkiyi devam ettirme kararı, ilişkiden sağlanan doyum düzeyi, seçeneklerin nitelikleri (alternatif ilişkilerin değerlendirilmesi) ve ilişkiye yapılan yatırımların boyutları gibi bileşenlere bağlı olduğu belirtilmektedir. Sosyal karşılaştırma teorisine göre kıskançlık, bir kişinin, rakibin önemli bir özelliği ile kendisini özelliğini karşılaştırması sonucunda kendini değerlendirirken bir tehlike görmesi sonucu oluşur.

Kişilerarası ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesinde önemli unsurlardan biri olan empatiyi Dökmen empatik beceri ve empatik eğilim olarak ifade etmektedir. Empatik beceri, kişinin empati kurabilme becerisi; empatik eğilim ise kişilerin günlük yaşamda empati kurabilme eğilimleri/potansiyelleridir. Bir kişinin karşısındaki ile empati kurabilmesi için karşısındaki kişinin söylediklerini, duygularını anlamak ve bunu ona iletme gerekir. İlişkilerde de bireyin eşinin duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlaması ve anladığını ona iletmesi çiftler arasındaki duygusal bağlılığı artırır. Empati doğuştan getirilen bir tür sosyal beceri olmakla birlikte yapılan araştırmalar empatinin öğretilmediğini ve empatik beceri ve empatik eğilim düzeylerinin yükseltilebildiğini belirtmektedir.

Literatür gözden geçirildiğinde romantik kıskançlık ve empatinin ilişkilerde önemli kavramlar oldukları görülmektedir. Empatinin birbirini anlamayı ve ilişkilerde duygusal bağlılığı arttırdığı göz önüne alındığında romantik kıskançlık ile ilişkili olacağı beklenmekle beraber kıskançlığın çok boyutlu bir kavram olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Dolayısıyla araştırmada kullanılan değişkenlere göre kıskançlığın bazı boyutları ile empatik eğilimin ilişkili olacağı beklenmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu çalışmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca öğrencilerin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri incelenmiştir. Bu bölümde araştırmanın modeli, örnekleme, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve veri analiz teknikleri tanımlanacaktır.

3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışmada, romantik kıskançlık ile empatik eğilim arasındaki ilişkinin ve bu iki kavramın cinsiyet ve kendini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için “ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır.

İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan modeller olarak tanımlanır. İlişkisel tarama modelleri gerçek bir neden-sonuç ilişkisi vermeyen, ancak o yönde bazı ipuçları vererek, bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde diğerinin kestirilebilmesinde yararlı sonuçlar sağlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 1999).

3.2 ÇALIŞMA GRUBU

Bu araştırmanın çalışma grubu 2012-2013 öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Mersin Üniversitesi, Kemerburgaz Üniversitesi, Siirt Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi ve Karadeniz Teknik

Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde lisans eğitimi alan ve random olarak seçilen 357 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 2. Çalışma Grubu

Üniversite	Toplam
Marmara Üniversitesi	27
Yıldız Teknik Üniversitesi	62
Anadolu Üniversitesi	50
Mersin Üniversitesi	47
Kemerburgaz Üniversitesi	36
Siirt Üniversitesi	41
Sütçü İmam Üniversitesi	45
Karadeniz Teknik Üniversitesi	49
Toplam	357

Araştırmaya katılan öğrencilerin 196'sını (%54,9) kızlar, 161'ini (%45,1) erkeklerden; kıskanç biri olduğunuzu düşünür müsünüz sorusuna 286'sı (%80,1) evet ve 71'i (%19,9) hayır cevabını veren öğrencilerden oluşturmaktadır.

3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu, Romantik Kıskançlık Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda katılımcıların cinsiyet ve kendisini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi ilişkinin özellikleriyle ilgili sorular yer almaktadır (EK-1).

3.3.2 Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ) (Romantic Jealousy Scale)

Pines ve Aronson (1983), tarafından kıskançlığın çeşitli boyutlarını ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçekte (EK-2); “Kıskançlık Tetikleyicileri (22 madde: 1. 2. ve 3. tür tetikleyiciler)”, “Kıskançlık Durumunda Verilen Tepkiler (59 madde: fiziksel, duygusal ve bilişsel)”, “Kıskançlıkla Baş etme Yöntemleri (17 madde: çıkış, konuşma, bağlılık, umursamama)”, “Kıskançlığın Etkileri (15 madde: olumlu, olumsuz)” ve “Kıskançlığın Nedenleri (16 madde: yetersizlik ve kaybetme korkusu)” olmak üzere toplam 5 alt ölçek (129 madde) bulunmaktadır. Ölçek likert tipi olup (1) hiç katılmıyorum ve (7) tamamen katılıyorum arasında değerler almaktadır. Ölçekte ters puanlanan madde yoktur.

Araştırmada romantik kıskançlık ölçeğinin Kıskançlık Tetikleyicileri, Kıskançlıkla Baş etme Yöntemleri, Kıskançlığın Etkileri ve Kıskançlığın Nedenleri olmak üzere toplam 4 alt ölçek kullanılmıştır.

Tablo 3. Romantik Kıskançlık Ölçeği (RKÖ) Alt Ölçeklerin Maddeleri			
Alt Ölçekler	Maddeler	Toplam Madde Sayısı	
<i>Kıskançlık Tetikleyicileri</i>			
1. Tür Tetikleyiciler	1-8 arası	22	
2. Tür Tetikleyiciler	16-22 arası		
3. Tür Tetikleyiciler	9-15 arası		
<i>Kıskançlık Durumunda Verilen Tepkiler</i>			
Fiziksel	23-41 arası	59	
Duygusal	42-64 arası		
Bilişsel	65-81 arası		
<i>Kıskançlıkla Baş etme Yöntemleri</i>			
Yıkıcı Baş Etme	Çıkış	83, 85, 89, 92, 93, 95, 96	17
	Umursamama	87, 91, 94, 98	
Yapıcı Baş Etme	Bağlılık	84, 86, 88, 97	
	Konuşma	82, 90	
<i>Kıskançlığın Etkileri</i>			
Olumlu	99-106 arası	15	
Olumsuz	107-113 arası		
<i>Kıskançlığın Nedenleri</i>			
Yetersizlik Duygusu	114, 115, 116, 117, 123, 124, 125, 126, 127, 128	16	
Kaybetme Korkusu	118, 119, 120, 121, 122, 129		
Romantik Kıskançlık Ölçeği		129	

Orijinal ölçeğin psikometrik özellikleri hakkında ayrıntılı bilgi bulunmamakla birlikte, araştırmacılar gerçekleştirdikleri klinik görüşmeler ve yapılan atölye çalışmalarından yola çıkarak ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu belirtmektedirler (Pines ve Aronson, 1983). Ayrıca, belirtilen kıskançlık düzeyiyle (“Ne kadar kıskanç biri olduğunuzu düşünüyorsunuz?” sorusuna verilen yanıt) alt ölçeklerden elde edilen puanlar arasında belirlenen anlamlı ilişkinin ölçeğin geçerliğiyle ilgili bilgi verdiğini ifade etmektedirler (Pines ve Friedman, 1998).

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmalarını Demirtaş (2004) gerçekleştirmiştir. Ölçekte yer alan ifadeler iki sosyal psikolog ve bir yabancı dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrildikten sonra üç çeviride ortak olan ve olmayan maddeler bir araya getirilmiş ve üç bağımsız yargıcın testin orijinali ile yaptıkları karşılaştırmalar sonucunda getirilen öneriler doğrultusunda düzenlemeler yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için Hacettepe, Ankara ve Başkent Üniversitelerinin çeşitli bölümlerinde okumakta olan 414 öğrenciden alınan veriler kullanılmıştır. Ölçeğin ölçüt geçerliğini saptamak amacıyla, Lee'nin (1973) aşk sınıflaması temel alınarak Hendrick, Hendrick ve Dicke (1998) tarafından geliştirilmiş, Türkiyedeki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Büyükşahin ve Hovardaoğlu (2004) tarafından yapılmış olan Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Form'dan (Love Attitudes Scale:Short Form-LAS) yararlanılmıştır. İki yapı geçerliğini sınamak üzere faktör analizi yapılmış ve orijinal form ile tutarlı faktör yapısı elde edilmiştir. RKÖ'nün alt ölçekleri ile Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği alt ölçekleri arasındaki korelasyonların -.13 ile .47 arasında değiştiği saptanmıştır. Ölçeğin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için yapılan hesaplamalara göre iç tutarlılık katsayısı. 92, iki yarı güvenirliliği ise. 72 dir.

3.3.3 Empatik Eğilim Ölçeği (EEÖ)

Dökmen (1988) tarafından geliştirilen Empatik Eğilim Ölçeğinin amacı; kişilerin günlük yaşamında empati kurma potansiyellerini ölçmektir (Ek-3). Likert türü bir ölçek olarak hazırlanan ve 20 maddeden oluşan Empatik Eğilim Ölçeğinin maddelerinin yaklaşık yarısı, bireylerin evet deme eğilimlerini önlemek için negatif yazılmıştır. 3, 6, 7, 8, 11, 12, 13 ve 15. maddeler negatif; 1, 2, 4, 5, 9, 10, 14, 16, 17, 18, 19 ve 20. maddeler ise pozitifdir. Bireylerden her bir maddenin yanındaki 1'den

5'e kadar olan sayılardan birisini işaretleyerek, o maddedeki görüşe ne ölçüde katıldıklarını belirtmeleri istenmiştir. Bireylerin maddeleri okuduktan sonra işaretledikleri sayılar o maddeye ilişkin puanları oluşturmaktadır. Negatif yazılmış maddeler tersten puanlanmakta; bir madde için tamamen katılıyorum işaretlenmişse 1 puan, hiç katılmıyorum işaretlemiş ise 5 puan verilmektedir. EEÖ'de puanlama 100 üzerinden değerlendirilmekte, en düşük puan 20 ve en yüksek puan 100'dür. Puanın yüksek olması, empatik eğilimin yüksek olduğu, düşük olması ise empatik eğilimin düşük olduğu anlamına gelmektedir.

Empatik Eğilim Ölçeği, Dökmen (1988) tarafından 70 kişilik bir öğrenci grubuna üç hafta arayla iki defa uygulanmış, bu iki uygulamadan elde edilen testin tekrarı güvenirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Testi yarılama yöntemiyle öğrencilerin ölçeğin tek ve çift maddelerinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyon katsayısı ise .86'dır. Geçerlik çalışması için Empatik Eğilim Ölçeği ve Edwards Kişilik Tercih Envanteri'nin "Duyguları Anlama" bölümü arasındaki ilişkiye bakılmış ve .68 düzeyinde bir korelasyon bulunmuştur (Dökmen, 1988).

Rehber (2007) tarafından ölçeğin güvenirliği test tekrar test yöntemi ile incelenmiş, ölçek 100 kişilik bir öğrenci grubuna 15 gün ara ile uygulanmıştır. İki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki korelasyon .78; İkiz (2006) tarafından yapılan araştırmada da ölçeğin cronbach alfa güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

3.4 VERİ ANALİZ TEKNİKLERİ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendisini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri incelenmiştir. Öğrencilerin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır. Öğrencilerin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkeni açısından anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek için ise "t testi" kullanılmıştır. Veriler SPSS 15.00 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği ve Empatik Eğilim Ölçeği'ne verdikleri yanıtlara dayanarak yapılan analizlerin detaylı sonuçlarına yer verilmiştir. Öncelikle çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin çeşitli demografik özellikler açısından frekans ve yüzde dağılımlarına ilişkin bulgular incelenmiş daha sonra her bir araştırma sorusuna ilişkin elde edilen veriler sırasıyla ele alınmıştır.

4.1 Örneklem Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Çeşitli Demografik Özellikler Açısından Frekans ve Yüzde Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Araştırma sürecinde elde edilen demografik verilere göre çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin cinsiyet ve kıskanç biri olduğunu algılayıp algılayamamaya ait dağılımlar tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni İçin Frekans ve Yüzde Değerleri

Gruplar	N	%	% _{gec}	% _{yig}
Kız	196	54,9	54,9	54,9
Erkek	161	45,1	45,1	100,0
Toplam	357	100,0	100,0	

Tablo 4'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin 196'sı (%54,9) kızlardan ve 161'i (%45,1) erkeklerden oluşturmaktadır.

Tablo 5. Kıskaç mısınız? Değişkeni İçin Frekans ve Yüzde Değerleri

Gruplar	N	%	% _{gec}	% _{yig}
Evet	286	80,1	80,1	80,1
Hayır	71	19,9	19,9	100,0
Toplam	357	100,0	100,0	

Tablo 5’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin “Kıskaç biri olduğunuzu düşünür müsünüz?” sorusuna 286’sı (%80,1) evet ve 71’i (%19,9) hayır cevabını vermiştir.

Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Alt Testlerine Ait Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Standart Hata Değerleri

Boyutlar	\bar{X}	ss	Sh _{\bar{x}}
Tetikleyiciler	127,58	24,504	1,297
Olumlu Etkiler	31,17	11,567	,612
Olumsuz Etkiler	29,66	10,478	,555
Yetersizlik Nedeni	31,83	12,512	,662
Kaybetme Korkusu Nedeni	23,52	8,803	,466
Yıkıcı Baş Etme	30,66	12,674	,671
Yapıcı Baş Etme	18,58	7,633	,404
Empatik Eğilim	67,92	9,325	,494

N : 357

Tablo 6’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin Tetikleyiciler puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 127,58; standart sapma değeri (ss) 24,504 bulunmuştur. Olumlu Etkiler puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 31,17; standart sapma değeri (ss) 11,567 bulunmuştur. Olumsuz Etkiler puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 29,66; standart sapma değeri (ss) 10,478 bulunmuştur.

Yetersizlik Nedeni puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 31,83; standart sapma değeri (ss) 12,512 bulunmuştur. Kaybetme Korkusu Nedeni puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 23,52; standart sapma değeri (ss) 8,803 bulunmuştur. Yıkıcı Baş Etme puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 30,66; standart sapma değeri (ss) 12,674 bulunmuştur. Yapıcı Baş Etme puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 18,58; standart sapma değeri (ss) 7,633 bulunmuştur. Empatik Eğilim puanlarına ait aritmetik ortalama değeri(\bar{X}) 67,92; standart sapma değeri (ss) 9,325 bulunmuştur.

4.2 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı İlişkiler Olup Olmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum

Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinden elde edilen bulgular Tablo 7’de gösterilmektedir.

Tablo 7. Empatik Eğilim İle Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Empatik Eğilim	1							
2. Tetikleyiciler	.096	1						
3. Olumlu Etkiler	-.111*	.369**	1					
4. Olumsuz Etkiler	-.041	.137**	.272**	1				
5. Yetersizlik Duygusu	-.126*	-.067	.238**	.393**	1			
6. Kaybetme Korkusu	-.065	.076	.308**	.460**	.659**	1		
7. Yıkıcı Baş Etme	-.161**	.218**	.438**	.344**	.350**	.306**	1	
8. Yapıcı Baş Etme	-.031	.159**	.267**	.276**	.305**	.372**	.506**	1

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

Tablo 7’de görüldüğü üzere çalışma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları ile romantik kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler ($r=-0,11$; $p<.05$), yetersizlik nedeni ($r=-0,13$; $p<.05$) ve yıkıcı baş etme ($r=-0,16$; $p<.01$) alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Empatik eğilim puanları ile romantik kıskançlık ölçeğinin tetikleyiciler ($r=0,10$; $p>.05$), olumsuz etkiler ($r=-0,04$; $p>.05$), kaybetme korkusu ($r=-0,07$; $p>.05$), yapıcı baş etme ($r=-0,03$; $p>.05$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları artarken kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik duygusu ve yıkıcı baş etme alt boyutu puanlarında azalma olmaktadır. Empatik eğilim karşındaki kişinin duygularının anlaşılması, anlaşıldığının hissettirilmesi ve ona yardım etme sürecinin ifade etmekte, çift ilişkisinde duygusal bağlılığın artmasında etkili olmaktadır. Kıskançlık, çift ilişkilerinde ciddi problemlere neden olabilen, hatta ilişkinin sonlanmasına kadar devam eden bir sürü probleme neden olabilmektedir. Dolayısıyla empatik eğilimi yüksek olan bireyler ilişkilere zarar verdiği için kıskançlığı olumlu etkileri olan bir kavram olarak düşünmemektedir. Kıskançlığın nedenini kendisinden kaynaklanan yetersizlik duygusu olduğunu düşünen bireyler, kendilerini sosyal ve çift ilişkilerinde yetersiz algıladığı için empati kurma potansiyeli azalır. Kıskançlık ile yıkıcı baş etme davranışlarına baktığımızda, fiziksel şiddet kullanma, sorundan kaçınma, iğneleme, tavr alma gibi kişiler arası ilişkileri zayıflatan, zarar veren ve bozan davranışlarla karşılaşırız. Buna benzer davranışların empati kurma eğilimi ile zıt olduğu görülmektedir. Bu yüzden empatik eğilim ve yıkıcı baş etmenin birbiri ile negatif ilişkili olduğunu söyleyebiliriz.

4.3 Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum

Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan “Bağımsız Grup T- testi “ analizinden elde edilen bulgular Tablo 7 ve 8’de gösterilmektedir.

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları

Alt boyut	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	t	sd	p
Tetikleyiciler	Kız	196	126,56	26,18	-,873	355	,383
	Erkek	161	128,83	22,31			
Olumlu Etkiler	Kız	196	30,31	12,17	-1,557	355	,120
	Erkek	161	32,22	10,74			
Olumsuz Etkiler	Kız	196	30,04	11,10	,761	355	,447
	Erkek	161	29,19	9,68			
Yetersizlik Nedeni	Kız	196	31,81	13,22	-,025	355	,980
	Erkek	161	31,84	11,64			
Kaybetme Korkusu Nedeni	Kız	196	23,94	9,11	,995	355	,321
	Erkek	161	23,01	8,41			
Yıkıcı Baş Etme	Kız	196	30,97	12,65	,520	355	,604
	Erkek	161	30,27	12,73			
Yapıcı Baş Etme	Kız	196	19,40	7,53	2,255	355	,025
	Erkek	161	17,58	7,67			

Tablo 8’den anlaşılacağı gibi, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda; Yapıcı Baş Etme alt boyutu puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=2,255$; $p<.05$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kız öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Tetikleyiciler ($t=-,873$; $p>.05$), Olumlu Etkiler ($t=-1,557$; $p>.05$), Olumsuz Etkiler ($t=,761$; $p>.05$), Yetersizlik Nedeni ($t=-,025$; $p>.05$), Kaybetme Korkusu Nedeni ($t=,995$; $p>.05$), Yıkıcı Baş Etme ($t=,520$; $p>.05$), alt boyutu puanlarında cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Kız öğrencilerinin yapıcı baş etme becerilerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olmaları kadınların daha hassas, duygusal ve yapıcı olmaları, toplumda yetiştirilme biçimlerinden kaynaklanabilir. Kıskançlık durumunda kadınlar erkeklere göre daha çok ilişkilerini koruma eğiliminde olmaktadır (Rusbult, 1983). Evrimsel yaklaşım da kadın ve çocuğunun yaşamsal olarak ilişkiye bağımlı olmaları nedeniyle ilişkilerini koruma eğiliminde olduklarını belirtmektedir.

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Ölçeğinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları

Puan	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	P
Empatik Eğilim	Kız	196	69,28	9,51	3,074	355	,002
	Erkek	161	66,27	8,85			

Tablo 9’den anlaşılacağı gibi, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=3,074$; $p<.01$). Bu farklılık ortalaması yüksek olan kız öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Buna göre kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Kadınların duygusal bir yapıya sahip olmaları, duygularını daha çok dile getirmeleri, kendini ifade etmeleri gibi toplumun yetiştirme tutumu nedeniyle empatik eğilimleri erkeklere oranla daha yüksek çıkmasında etkili olabilir.

4.4 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Düzeyleri Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamadıklarına Göre Anlamlı Bir Biçimde Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular ve Yorum

Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamadıklarına göre anlamlı bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan “Bağımsız Grup T- Testi” sonucunda elde edilen bulgular Tablo 10 ve 11’de gösterilmektedir.

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Kendisini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T-Testi Sonuçları

Alt boyut	Kıskançlık	N	\bar{X}	ss	t	sd	p
Tetikleyiciler	Evet	286	133,94	18,54	11,516	355	,000
	Hayır	71	101,97	28,71			
Olumlu Etkiler	Evet	286	33,18	11,03	7,024	355	,000
	Hayır	71	23,07	10,10			
Olumsuz Etkiler	Evet	286	30,23	10,22	2,082	355	,038
	Hayır	71	27,35	11,25			
Yetersizlik Duygusu	Evet	286	31,49	12,45	-1,021	355	,308
	Hayır	71	33,18	12,77			
Kaybetme Korkusu	Evet	286	23,66	8,96	,605	355	,546
	Hayır	71	22,96	8,19			
Yıkıcı Baş Etme	Evet	286	32,31	12,66	5,118	355	,000
	Hayır	71	24,00	10,43			
Yapıcı Baş Etme	Evet	286	19,47	7,56	4,569	355	,000
	Hayır	71	14,97	6,87			

Tablo 10'dan anlaşılacağı gibi, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanların kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda;

Tetikleyiciler alt boyutu puanlarının algılanan kıskançlık değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=11,516$; $p<.001$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencileri, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı tetikleyen koşullar altında daha çok kıskançlık yaşadıkları söylenebilir. Olumlu Etkiler alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=7,024$; $p<.001$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı romantik ilişkiye olumlu etkileri olan bir faktör olarak değerlendirdikleri söylenebilir. Olumsuz Etkiler alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=2,082$;

$p < .05$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı romantik ilişkiye olumsuz etkileri olan bir faktör olarak değerlendirdikleri söylenebilir. Yıkıcı Baş Etme alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=5,118$; $p < .001$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Aynı zamanda Yapıcı Baş Etme alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t=4,569$; $p < .001$). Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlıkla baş etme yöntemi olarak hem daha çok yıkıcı baş etme hem de daha çok yapıcı baş etme yöntemlerini kullandıkları söylenebilir. Yetersizlik duygusu ($t=-1,021$; $p > .05$) ve Kaybetme korkusu ($t=-,605$; $p > .05$) alt boyutu puanlarında ise kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç biri olarak algılayıp algılamamaları bu konudaki farkındalıkları ile ilgili olabilir. Sonuçlara baktığımızda kıskançlığın tetikleyicileri, kıskançlığın olumlu ve olumsuz etkileri, kıskançlıkla baş etme durumlarında kendini kıskanç algılayan bireylerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüşken, kıskançlığın nedenlerine ilişkin kendilerini kıskanç algılayan ve algılamayan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunun nedeni, kıskançlığın nedenini yetersizlik duygusu veya kaybetme korkusu olarak düşünmek ile kişilerin kendini kıskanç algılayıp algılamaması ile ilgili olmayabilir. Kendisini kıskanç olarak görmeyen kişiler de kıskançlık nedenlerine ilişkin bir düşünceleri olabilir. Bu yüzden kıskançlık nedeninin yetersizlik duygusu veya kaybetme korkusu olduğunu düşünmek ile kıskanç olup olmamayı birbirinden ayırt edilmesi daha doğru olabilir.

Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Ölçeğinden Aldıkları Puanların Kendisini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamama Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup T- Testi Sonuçları

Puan	Kıskançlık	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	P
Empatik Eğilim	Evet	286	67,75	8,87	-,690	355	,491
	Hayır	71	68,61	11,02			

Tablo 11'den anlaşılacağı gibi, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim ölçeğinden aldıkları puanların kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($t=-,690$; $p>,05$). Böylece öğrencilerin kendilerini kıskanç algılayıp algılamaması ile empati kurma potansiyelleri ile ilgili olmadığı sonucuna varabilir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1 SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Aynı zamanda üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeylerinin cinsiyet ve kendisini kıskanç biri olarak algılayıp algılamama değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Bu bölümde, çalışmada kullanılan Romantik Kıskançlık Ölçeği ve Empatik Eğilim Ölçeğinden elde edilen bulgular, araştırmanın amaçları doğrultusunda tartışılmıştır.

5.1.1 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Olup Olmadığı ile İlgili Sonuçlar ve Tartışma

Araştırmanın ilk sorusunda üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğu incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları ile; romantik kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik duygusu ve yıkıcı baş etme alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları artarken kıskançlık ölçeğinin olumlu etkiler, yetersizlik nedeni ve yıkıcı baş etme alt boyut puanlarında azalma olmaktadır. Empatik eğilim puanları ile romantik kıskançlık ölçeğinin tetikleyiciler, olumsuz etkiler, kaybetme korkusu nedeni ve yapıcı baş etme alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Kıskançlığı olumlu etkileri olan bir kavram olarak düşünen üniversite öğrencileri kıskançlığın ilişkilerde bağlılığı arttırdığı, ilişkilere heyecan kattığı ve aşkın göstergelerinden biri olduğunu düşünmektedirler. Empatik eğilim karşındaki kişinin duygularının anlaşılması, anlaşıldığının hissettirilmesi ve ona yardım etme sürecinin ifade etmekte, çift ilişkisinde duygusal bağlılığın artmasında etkili olmaktadır. Dolayısıyla araştırma bulgumuzda romantik kıskançlık ölçeği olumlu etkiler alt boyutu puanları az olan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim puanları anlamlı farklılık göstermiştir.

Kıskançlığın nedenini yetersizlik duygusu olarak düşünen üniversite öğrencileri kıskançlığı genelde kendindeki yetersizlik, eksiklik olarak görür, terkedilmişlik ve dışlanmışlık hisleri duyar. İlişkide bir problem olduğu zaman kendisinden kaynaklandığını düşünür. Empatik eğilimi yüksek olan kişiler kendilerini ifade eder, karşındaki kişinin duygularını anlamaya ve onunla konuşmaya çalışır. Tam tersine kıskançlığı yetersizlik duygusu olarak gören kişiler suçluluk duyarak duygularını anlatmaz problemin kendisinden kaynaklandığını düşünür. White (1981b) kıskançlığın düşük benlik algısı ile yüksek düzeyde ilişkili olduğunu, Buunk (1997), kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin güvenli bağlanan bireylerden anlamlı olarak daha çok kıskanç olduklarını, Büyükşahin (2001), kaygılı kararsız bağlananların, ilişki içinde yetersizlik duyguları yaşama, kendisine ve eşine güvenmeme eğiliminde olduklarını belirtmektedir.

Kıskançlık ile baş etme durumuna baktığımızda yıkıcı baş etme yönteminde bağırma, iğneleme, fiziksel şiddet kullanma, görmezden gelme, öç almaya çalışma gibi saldırganca davranışların olduğu görülmektedir. Bu davranışlar çiftler arasındaki iletişimi, anlayışı azaltmakta, uyumsuzluğu arttırmakta ve problemleri daha da büyütmektedir. Empatik eğilimde ise birbirini anlama, duygularını ifade etme, birbirine yardım etme gibi davranışların olduğunu dikkate aldığımızda empatik eğilimin yıkıcı baş etme ile negatif ilişkili olduğunu görmekteyiz. Dökmen (2003) empatik eğilim ve empatik becerileri yüksek olan insanların çevreleriyle daha az çatışma yaşadığını, Rehber (2007) empatik eğilim düzeyi düşük olan ikinci kademe öğrencilerin empatik eğilim düzeyi yüksek olanlara göre saldırganlık davranışlarının daha yüksek bulunduğunu, Filiz (2009) lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri (sözlü saldırganlık dışında) arasında negatif yönde bir ilişki bulunduğunu belirtmiştir.

Alan yazın incelendiğinde romantik kıskançlık ve empatik eğilim ilişkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak aşağıda görüldüğü gibi hem romantik kıskançlık hem de empatik eğilimin benlik saygısı ile ilişkisi araştırılmıştır. Romantik kıskançlık ile ilgili alandaki çalışmalara baktığımızda çok boyutlu bir kavram olarak karşımıza çıkan kıskançlığın benlik saygısı (White, 1991; Buunk'un, 1982a), güvensizlik ve düşük kendilik değeri (White, 1981; Bevan, 2004), güven (Ellis ve Weinstein, 1986), duygusal bağımlılık (White ve Mullen, (1989), aldatma ve tehdit (Parker, 1997) yatırım, bağlılık, ilişkinin statüsü (Pines ve Friedman, 1998), ilişkinin süresi (Aune ve Comstock, 1997) evlilik türü ve alınan doyum (Guerrero ve Eloy, 1992), ilişki türleri (Melamed, 1993) ile ilişkili olduğu görülmektedir (Akt: Houser, 2009). Empati ve empatik eğilim ile ilgili yapılan çalışmaları incelendiğimizde yaş, cinsiyet, medeni durum gibi demografik özellikler başta olmak üzere benlik algısı, atılganlık düzeyi, algılanan gelir düzeyi, tükenmişlik, çatışma çözme, saldırganlık ve denetim odağı gibi değişkenler doğrultusunda araştırmalar yapıldığı ve yapılmaya devam ettiğini görmekteyiz.

Benlik saygısı ile ilgili araştırmaları incelediğimizde, benlik saygısı yüksek olan kişilerin empati düzeylerinin daha yüksek olduğu (Sayar ve diğ. 1998; Akgöz ve diğ. 2005; Atli, 2008; Ekinci ve Aybek, 2010), benlik saygısı düşük olan kişilerin, benlik saygısı yüksek olanlardan daha kıskanç oldukları (Stewart ve Beatty 1985, Akt: Demirtaş, 2004; Buunk'un 1982a) görülmektedir. Buna göre benlik saygısı ile empati düzeyi arasında pozitif; kıskançlık düzeyi arasında ise negatif bir ilişki olduğu araştırma bulgumuzu desteklemektedir. Benlik saygısı düşük olanların kıskançlık düzeyinin yüksek olması, kendine saygısı düşük olanların kıskançlık yaratan durumlar karşısında daha yaralanabilir olmalarına bağlanmaktadır (Demirtaş, 2004). Empatik eğilim ve empatik becerileri yüksek olan insanların çevreleriyle daha az çatışma yaşadığı, daha çok sevildiği ve daha çok aranan kişiler oldukları (Dökmen, 2003), hem partnerleri ile hem de diğer insanlarla ilişkilerinin daha olumlu olduğu ve daha iyi uyum sağlamaları nedeniyle (Goodman ve Ofshe, 1968) benlik saygılarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Dolayısıyla empatik becerisi ve eğilimi yüksek olan bireylerin benlik saygıları yüksek olacağından romantik ilişkilerinde daha az yetersizlik duygusu yaşayacakları için daha az kıskançlık yaşayacağı söylenebilir.

Bireyin yetersizlik gibi kişisel özellikleri kıskançlığın gösterilmesinde önemli rol oynadığı (Lazarus 1994; Akt: Houser, 2009), kaygılı kararsız bağlananların, ilişki

içinde yetersizlik duyguları yaşadığı (Büyükşahin, 2001) görülmekle beraber White (1991) kıskançlığın, yaygın olarak düşük kendine saygı ve yetersizlik duygularının bir sonucu olarak ele alındığını belirtmektedir. Ona göre, birey, yaşamın birçok alanında başarılı biri olabilir, ancak yaşadığı yakın ilişkide bir yetersizlik hissediyorsa, bu ilişki içinde kıskançlık gösterme olasılığı yüksektir. Bunların aksine empatik eğilimi yüksek olan kişiler, çevreleri ile iletişimlerini daha iyi düzenler (Güngör, 2007), duygusal sorunlarını anlayabilir (Dökmen, 1988), karşıdaki kişinin duygularını gerçek boyutları ile anlar ve paylaşır, evlilik ilişkilerini sağlamlaştırır ve olgunlaştırır (Özgüven, 2000), çevreleriyle daha az çatışma yaşar (Dökmen 2003).

Benlik saygısıyla empatik eğilim düzeyi arasında pozitif (Sayar ve diğ. 1998; Akgöz ve diğ. 2005; Atli, 2008; Ekinci ve Aybek, 2010), romantik kıskançlıkla negatif (Stewart ve Beatty 1985; Buunk'un 1982a) bir ilişki olduğu; benlik saygısıyla yapıcı yöntemlere başvurma sıklığı arasında olumlu, yıkıcı yöntemlere başvurma sıklığı arasında ise olumsuz bir ilişki bulunmuştur. Ancak, özellikle Mead (1977), Sullivan (1953), White (1981a), Bryson (1991) ve Rusbult (1987) gibi önemli bilim adamlarının açıklamaları ışığında, benlik saygısı düşük olanların yıkıcı, benlik saygısı yüksek olanların da yapıcı baş etme yöntemlerini tercih etmelerini beklemek mantıklı görünmektedir (Akt: Demirtaş, 2006). Bu nedenle daha önce yapılan çalışmaların, kıskançlıkla baş etme yöntemi olarak yıkıcı baş etme yöntemi ile empatik eğilim arasında negatif anlamlı bir ilişki olması bulgusunu desteklediğini söyleyebiliriz.

5.1.2 Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığı İle İlgili Sonuçlar ve Tartışma

Araştırmanın 2. sorusunda cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığı incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda; Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin sadece "Yapıcı Baş Etme" alt boyutu puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık

gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kız öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani kız öğrencilerin yapıcı baş etme becerileri erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin Tetikleyiciler, Olumlu Etkiler, Olumsuz Etkiler, Yetersizlik Nedeni, Kaybetme Korkusu Nedeni ve Yıkıcı Baş Etme alt boyutu puanlarında ise cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Alan yazın incelendiğinde kıskançlıkla ilgili cinsiyet farklılıkları ile ilgili bulguların çelişkili olduğu, çok boyutlu bir kavram olan kıskançlığın boyutlar bazında değerlendirildiğinde araştırma bulgularımızı destekler nitelikte kıskançlıkla baş etme yöntemi olarak kadınların erkeklerden daha çok yapıcı yöntemler kullandıkları görülmektedir. Kıskançlıkla ilgili görüş belirten kuramsal yaklaşımlara baktığımızda hepsinin kıskançlık için cinsiyet farklılıklarını ele aldıkları görülmektedir. Yapılan çalışmalara baktığımızda, kıskançlıkla ilişkisi en çok sorgulanan değişkenlerden birisinin cinsiyet olduğu göze çarpmaktadır (Pines ve Aronson 1983, Peretti ve Pudowski 1997). Uzun yıllardır kıskançlık ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkinin sonuçlarının tutarsız ve çelişkili olduğu görülmektedir (Demirtaş, 2006). White ve Mullen'a göre (1989), araştırmaların çoğu belirtilen kıskançlık düzeyinde cinsiyet farklılığı olmadığını, fark olduğunu belirten araştırmaların da, kadınların erkeklerden ya da erkeklerin kadınlardan daha kıskanç olduğunu kanıtlayamadığı görülmektedir. Bazı araştırmacılar da kıskançlıkta herhangi bir cinsiyet farkı bulamamıştır (Bringle ve arkadaşları 1979; Hupka, 1981; White, 1981; Pines ve Aronson, 1983; Pines ve Friedman 1998; Demirtaş, 2004; Demirtaş ve Dönmez 2006; Houser, 2009). Bazı araştırmalar erkeklerin (Mathes ve Severa, 1981); bazı araştırmalar da kadınların daha kıskanç olduğunu belirtmiştir (Buunk, 1981). Bu konuda bir genellemeye varabilmek için daha fazla araştırmanın yapılması gereği ortadadır (Demirtaş, 2006).

Kıskançlıkta cinsiyet farklılıkları söz konusu olduğunda araştırmacıların en çok üzerinde durduğu alanlardan biri "baş etme yöntemleri" alanı olmuştur. Cinsiyet değişkenine göre kıskançlıkla baş etme yöntemleri karşılaştırıldığında, genel olarak kadınların erkeklerden daha "yapıcı" stratejiler izledikleri söylenebilir (Mathes 1992; Carson ve Cupach, 2000; Demirtaş, 2004). Rusbult (1987) kıskançlıkla baş etme yollarında cinsiyet farklılıkları olduğunu ortaya koyduğu çıkış/konuşma/bağlılık/umursamama (ÇKBU) Modelinde kadınların ilişkilerini korumaya yönelik eğilimleri sebebiyle, yapıcı yöntemlere (bağlılık ve konuşma),

daha sık başvurdukları sonucunu elde etmiştir. Yapılan çalışmalar kıskançlık durumunda kadınların başkalarından daha fazla destek aradıklarını, ilişkiyi iyileştirmeye çalıştıklarını, partnerlerinden bağlılık talebinde bulduklarını, negatif duygularını ifade ettiklerini ve uzlaştırıcı iletişim kullandıklarını göstermektedir (White, 1981; Buss Veshackelford, 1997, Akt: Houser, 2009).

Araştırmanın 2. Sorusunda aynı zamanda üniversite öğrencilerinin empatik eğilim ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu farklılık ortalaması yüksek olan kız öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani, kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde bazı araştırmalar kadınların empati düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koyarken (Bozkurt, 1997; Sayar ve diğ. 1998; Akgöz ve diğ. 2005; Atli, 2008; Akbulut, 2010; Ekinci ve Aybek, 2010; Solak, 2011; Çiftçi, 2010; Akbulut, 2010; Ural, 2010; Çelik, 2008); bazı araştırmalar da cinsiyet değişkeninin kişilerin empati düzeylerini etkilemediğini belirtmektedir (Dinçyürek, 2004; Yılmaz ve Akyel, 2008; Kiraz, 2011; Yıldırım, 1991).

Bozkurt (1997) Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerini incelediği araştırmasında kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu; Solak (2011) atılganlık ve empatik eğilim bakımından bayan öğrencilerin erkek öğrencilerden daha atılgan ve empatik eğilime sahip olduğunu; Ekinci ve Aybek (2010)'nin yaptığı çalışmada, öğretmen adaylarının empatik eğilimlerinin cinsiyet değişkenine göre incelediği araştırmasında kadınlar lehine anlamlı bir fark olduğunu; Çiftçi (2010)'ye göre, dokuzuncu sınıf öğrencilerinin sanal zorbalık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada öğrencilerin empatik eğilimleri cinsiyet değişkeni açısından kız öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık bulunduğunu; Çelik (2008), ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözme davranışlarının incelenmesi adlı çalışmasında okul öncesi eğitim öğretmenlerinin cinsiyetleri ile empatik eğilim puan ortalamaları arasındaki ilişkiye bakıldığında, kadın öğretmenlerin empatik eğilim puan ortalamalarının erkek öğretmenlere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğunu; Akbulut

(2010) sınıf öğretmenlerinin empatik eğilim düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenen araştırması sonucunda, sınıf öğretmenlerinin empatik eğilimleri ile cinsiyetleri arasında bulunan anlamlı farklılığın kadınlar lehine gerçekleştiğini; Akbulut (2010) sınıf öğretmenlerinin empatik eğilim düzeylerini incelediği araştırma sonucunda, sınıf öğretmenlerinin empatik eğilimleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılığın kadınlar lehine bulunduğunu; Ural (2010) ilköğretim öğrencilerinin demokratik tutum ve empatik eğilim düzeylerine sosyal bilgiler dersinin etkisini incelediği araştırması sonucunda öğrencilerin empatik eğilimleri açısından cinsiyete göre kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık bulunduğunu; Ekinci (2009) Öğretmen adaylarının empatik ve eleştirel düşünme eğilimlerini incelediği araştırma sonucunda cinsiyetlerine göre öğretmen adaylarının empati eğilimlerinin kızlar lehine anlamlı bir farklılık bulunduğunu belirtmişlerdir. Kiraz (2011) eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik eğilimleri ile narsistik kişilik özelliklerini incelediği çalışması sonucunda empati puanlarının katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini; benzer şekilde Yıldırım (1991) rehber öğretmenlerin empatik eğilim ve empatik beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından yaptığı çalışmasında da cinsiyetler arası anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmektedir.

Empatik eğilim ve cinsiyet ilişkisi ile ilgili literatürü incelediğimizde araştırmaların büyük çoğunluğunun araştırma bulgumuzu destekleyecek şekilde kadınların empatik eğilim düzeylerinin erkeklerin empatik düzeylerinden anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Solak (2011)'a göre kızların erkeklere oranla daha fazla empatik eğilime sahip olmasını toplumumuzdaki yetiştirilme tarzıyla açıklanabileceğini ifade etmektedir. Bayanlardaki gelişmiş sosyalleşme, kendi haklarını korumaları kadar başkalarının haklarına da saygı göstermeleri onları daha atılgan ve empatik yapmaktadır. Bayanlar toplumumuzda erkeklere oranla duygusal tepkilerini açıkça gösterirken erkekler daha çekingen davranmaktadırlar ve çekingen bir yapıya sahiptirler. Bu da erkeklerde bayanlara oranla daha düşük bir empati düzeyine ve atılgan olmaya neden olmaktadır. Ekinci (2009), diğer araştırmalarda olduğu gibi empatik eğilimin cinsiyet değişkenine göre kızlar lehine farklı olması, kız öğrencilerin erkeklere oranla daha duygusal, daha hassas yapıya sahip olarak yetiştirilmelerinden kaynaklanabileceğini belirtmektedir.

Bunun yanında empatik eğilim ve cinsiyet ilişkisi ile ilgili bazı çalışmalarda cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirtilmektedir. Yıldırım (1991)

Bu sonucu son yıllarda erkek ve kadının sosyal yaşamda üstlendiği rollerin birbirine çok benzemesinin, başka bir ifade ile her iki cinsiyetin de hemen her görevde bulunmasının neden olduğu düşünülebileceğini belirtmektedir.

5.1.3 Üniversite Öğrencilerinin Romantik Kıskançlık ve Empatik Eğilim Düzeyleri Kendilerini Kıskanç Olarak Algılayıp Algılamadıklarına Göre Anlamlı Bir Biçimde Farklılaşp Farklılaşmadığı ile İlgili Sonuçlar ve Tartışma

Araştırmanın 3. sorusunda üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ve empatik eğilim düzeyleri, kendilerini kıskanç olarak algılayıp algılamadıklarına göre anlamlı bir biçimde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin romantik kıskançlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanların kendini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda;

“Tetikleyiciler” alt boyutu puanlarının algılanan kıskançlık değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencileri, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı tetikleyen koşullar altında daha çok kıskançlık yaşadıkları söylenebilir. “Olumlu Etkiler” alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı romantik ilişkiyi olumlu etkileri olan bir faktör olarak değerlendirdikleri söylenebilir. “Olumsuz Etkiler” alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlığı romantik ilişkiye olumsuz etkileri olan bir faktör olarak değerlendirdikleri söylenebilir. “Yıkıcı Baş Etme” alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Aynı zamanda “Yapıcı Baş

Etme” alt boyutu puanlarının kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu anlamlı farklılık ortalaması yüksek olan kendini kıskanç algılayan öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Yani kendilerini kıskanç algılayan üniversite öğrencilerinin, kendilerini kıskanç algılamayanlara göre kıskançlıkla baş etme yöntemi olarak hem daha çok yıkıcı baş etme hem de daha çok yapıcı baş etme yöntemlerini kullandıkları söylenebilir. “Yetersizlik Duygusu” ve “Kaybetme Korkusu” alt boyutu puanlarında ise kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yani kendilerini kıskanç algılayan ve kendisini kıskanç algılamayan üniversite öğrencilerinin kıskançlık nedenlerine ilişkin algılarının farklı olmadığı söylenebilir.

Araştırmanın üçüncü amacında çalışmaya katılanlara “Kıskanç biri olduğunuzu düşünür müsünüz?” sorusu sorulmuştur. Kıskanç olduklarını belirten kişiler ile kıskanç olmadıklarını belirten kişiler karşılaştırıldığında kıskançlığın tüm boyutlarında anlamlı bir farklılığın bulunması beklenebilir. Araştırma bulgularımıza baktığımızda, “Yetersizlik Duygusu” ve “Kaybetme Korkusu” alt boyutu puanlarında ise kendisini kıskanç algılayıp algılamama değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın bulunmadığı görülmektedir. Yani kendilerini kıskanç algılayan ve kendisini kıskanç algılamayan üniversite öğrencilerinin kıskançlık nedenlerine ilişkin düşüncelerinin farklı olmadığı söylenebilir. İnsanların kendisini kıskanç bir olarak görmesi ve kendisini kıskanç biri olarak görmemesi kıskançlığın nedenlerini sadece yetersizlik duygusu veya kaybetme korkusu olarak görmesini gerektirmez. Yani kendisini kıskanç biri olarak görmeyen bir kişi de kıskançlık nedenlerini hem yetersizlik duygusu hem de kaybetme korkusu olarak görebilir.

Alan yazın incelendiğinde, kendisini kıskanç biri olarak görme veya görmeme ile romantik kıskançlık arasındaki ilişkiyi inceleyen yurtiçi ya da yurtdışı herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim ölçeğinden aldıkları puanların kendini kıskanç algılama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Grup t Testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Yani üniversite öğrencilerinin kendilerini kıskanç biri olarak algılayanlar ile kendilerini kıskanç biri olarak algılamayanların empatik eğilim düzeylerinin birbirinden farklı olmadığı söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde, kendisini kıskanç biri olarak görme veya görmeme ile empatik eğilim arasındaki ilişkiyi inceleyen yurtiçi ya da yurtdışı herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

5.2 ÖNERİLER

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak bu çalışmada ulaşılan sonuçlara ve gelecekte yapılacak araştırmalara ilişkin çeşitli önerilerde bulunulabilir.

5.2.1 Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

Bu çalışmada romantik kıskançlık ile empatik eğilim arasında nasıl bir ilişki olduğu ve cinsiyet, algıladıkları ebeveyn tutumu, partnerlerini fiziksel olarak çekici bulma düzeyi ve kıskanç biri olduğunu algılayıp algılamama değişkenleri ile romantik kıskançlık ve empatik eğilim kavramları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

- ✓ Uzun süredir psikoloji araştırmalarında ele alınan kıskançlık, özellikle 1980’li yıllardan sonra işlenmeye başlanan psikolojik değişkenlerden birisi de romantik kıskançlık kavramıdır (Guerrero ve Eloy 1992). Türkiye’de de gittikçe daha çok çalışma yapılmakla beraber, yine de bu konudaki çalışmalar sınırlıdır. Çalışmamız, bu konudaki eksikliği gidermede bir katkı sağlamış ancak daha farklı değişkenler (kardeş sayısı, tekli-çoklu doğum, ebeveyn kaybı gibi) ile çalışılması gerekmektedir.
- ✓ Empatik eğilim ve romantik kıskançlığın bazı boyutlarının negatif ilişkili olduğu göz önünde bulundurulunca üniversite öğrencilerine empatik eğilim eğitiminin verilmesi romantik kıskançlıklarını azaltabileceği dolayısıyla romantik ilişkilerine katkı sağlayacağı beklenmektedir.
- ✓ Eşler arasındaki empatinin evlilik uyumunun önemli bir yordayıcısı olduğundan dolayı evlilik danışmanlığı ve çift terapilerinde yakın ilişkilerde çiftler için empati eğitim programlarının hazırlanması yararlı olacaktır.
- ✓ Araştırmada uzunluğu nedeniyle Romantik Kıskançlık Ölçeğinin sadece 4 alt boyutu kullanılması uygulamada kolaylık sağlamıştır.

5.2.2 İleride Yapılabilecek Araştırmalar İçin Öneriler

- ✓ Bu araştırmanın katılımcıları sadece üniversite öğrencileri ile sınırlı olduğu için bulguların yetişkinler için genellenmesi zordur. Bu nedenle üniversite dışında yetişkinlerde bu türden bir çalışma yapılması katkılar sağlayabilir.
- ✓ Romantik kıskançlık ve empatik eğilim kavramlarının deneysel olarak incelendiği araştırmaların yapılması farklı türden ve daha uygulamaya dönük sonuçların elde edilmesini sağlayabilir.
- ✓ Romantik Kıskançlık Ölçeği'nin uzunluğu nedeniyle daha sonraki araştırmalarda da ölçeğin kullanımını bazı alt ölçeklerin kullanımıyla sınırlandırmak pratik yarar sağlayabilir.
- ✓ Romantik kıskançlık kavramı çok boyutlu olduğu ve kültürel özellikler taşıdığı göz önüne alındığında kültürler arası karşılaştırmaya yönelik araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Acar, N. V. (2008). *İnsan İlişkileri* (İletişim). (1. Baskı) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Açıköz, H. M. (2005). *Etkili İletişim*. (1. Basım) Ankara: Elis Yayınları.
- Acun-Kapıkıran, N. (2010). *Kişilerarası İlişkiler ve İletişimde Empati*. A. Kaya (Ed.), *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim*. Ankara: Pegem Akademi.
- Adler, A. (2001). *Psikolojik Aktivite, Üstünlük Duygusu Ve Toplumsal İlgî*. (Çeviren: Belkıs Çorakçı). İstanbul: Say Yayınları.
- Akbulut, E. (2010). *Sınıf Öğretmenlerinin Empatik Eğilim Düzeyleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akçalı, F. Ö. (1991). *Kaygı Seviyesinin Empatik Beceri Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akkoyun, F. (1995). Transaksiyonel Analiz ve Yetişkin Olmak. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 28, (1), 1–11.
- Akkoyun, F. (1987). Empatik Eğilim ve Ahlaki Yargı. *Psikoloji Dergisi*, 6 (21): 91-92.
- Akkoyun, F. (1982). Empatik Anlayış Üzerine. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 15 (2): 63-69.
- Alisinanoğlu, F., Köksal, A. (2000). Gençlerin Ben Durumları (Ego State) Ve Empatik Becerilerinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 11-16.
- Alpay, A. (2009). *Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alper, D. (2007). *Psikolojik Danışmanlar Ve Sınıf Öğretmenlerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri-İletişim ve Empati Becerilerinin Karşılaştırılması*.

- Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Altuk, B. (2011). *Yaşlılıkta Bilişsel İşlevler, Empatik Eğilimler ve Depresyon Belirtileri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alver, B. (1998). *Bireylerin Uyum Düzeyleri ile Empatik Becerileri Arasındaki İlişkiler*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Anderson, R. E. (2002). Envy and jealousy. *American Journal of Psychotherapy*, 56, (4), 455-480.
- Archer, J. (1996). Sex Differences in Social Behavior: Are The Social Role and Evolutionary Explanations Compatible? *American Phschohist*, 51, 909-917.
- Aristu, L. A., Tello, F. P. H., Ortiz, M. A. C., Gandara, V. d. B. (2008). The Structure of Bryant's Empathy Index for Children: A Cross-Validation Study. *The Spanish journal of psychology*, 11 (2): 670-677.
- Ataşalar, J. (1996). *Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine, Cinsiyet ve Yaşlarına Göre Kendini Açma Davranışları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Atli, A. (2008). *Çocuk Yuvaları ve Yetiştirme Yurtlarında Çalışan Personelin Empatik Eğilim Düzeylerinin İncelenmesi*. Bilim uzmanlığı tezi. İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aune, K. S, Comstock, J. (1991) Experience and Expression of Jealousy: Comparison between Friends and Romantics. *Psychol Rep*, 69: 315-319.
- Ay, F. A. (1999). *Hemşirelerin Empati Becerilerinin Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aylor, B., Dainton, M. (2001). Antecedents in Romantic Jealousy Experience, Expression, and Goals. *Western Journal of Communication*, 65(4), 370-391.
- Basow, S. A. (1992). *Gender: Stereotypes and Roles*. (Üçüncü Baskı) Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Bhugra, D. (2000). Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures. *The British Journal of Clinical Psychology*, 39 (1), 105-107.

- Bigler, R. S. (1995). The Role of Classification Skill in Moderating Environmental Influences on Children's Gender Stereotyping: A Study of the Functional Use of Gender in the Classroom. *Child Development*, 66, 1072-1087.
- Bilen, S. (2006). *Özel Öğretim Yöntemleri*. Yayınlanmamış ders notları. Buca Eğitim Fakültesi, Müzik A.B.D.
- Bozkurt, A. (1997). *Cinsiyetleri, Fakülteleri ve Uyum Düzeyleri Farklı Hacettepe Üniversitesi Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeyleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bringle, R. G. (1995). Sexual Jealousy in the Relationships of Homosexual and Heterosexual Men: 1980 And 1992. *Personal Relationships*, 2, 313-325.
- Bringle, R. G., Buunk, B. (1985). *Jealousy and Social Behavior: A Review of Person, Relationship, and Situational Determinants*. In P. Shaver (Der.), *Self, Situations, And Social Behavior: Review Of Personality and Social Psychology*, 241-264. Beverly Hills, CA: Sage.
- Bringle, R. G., Roach, S., Andler, C., Evenbeck, S. (1979). Measuring the Intensity of Jealousy Reactions. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 9, 23-24.
- Bringle, R. G., Williams, L. J. (1979). Parental Off-Spring Similarity on Jealousy and Related Personality Dimensions. *Motivation and Emotion*, 3, 265-286.
- Broemer, P., Diehl, M. (2004). Romantic Jealousy and A Social Comparison Outcome: When Similarity Stings. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 393-400.
- Bryson, J. B. (1991). *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*. In P. Salovey (der.), *The Psychology of Jealousy and Envy* (s. 178-205). NY: Guilford Press.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buss, D. M. (2000). *The Dangerous Passion: Why Jealousy is as Necessary as Love and Sex*. New York: Pixel Press.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., Semmelroth, J. (1992). Sex Differences in Jealousy: Evolution, Physiology, and Psychology. *Psychological Science*, 3, 251-255.
- Buss, D. M., Barnes, M. (1986). Preferences in Human Mate Selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 559-570.

- Buunk, B. P. (1997). Personality, Birth Order, and Attachment Styles as Related to Various Types of Jealousy. *Personality and Individual Differences*, 23, 997-1006.
- Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., Buss, D. M. (1996). Sex Differences in Jealousy in Evolutionary and Cultural Perspective: Tests from the Netherlands, Germany, and the United States. *Psychological Science*, 7 (6), 359-379.
- Buunk, B. P. (1991). *Jealousy in Close Relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*. In P. Salovey (Der.), the Psychology of Jealousy and Envy (p. 148-178). NY: Guilford Pres.
- Buunk, B., Bringle, R. G. (1987). *Jealousy in Love Relationships*. In D. Perlman and S. Duck (Der.), Intimate Relationships: Development, Dynamics, and Deterioration P. 123-147. Beverly Hills, CA: Sage.
- Buunk, B. (1986). *Husband's jealousy*. In R. A. Lewis and R. E. Salt (der.), Men in Families (p. 97-114). Beverly Hills, CA: Sage.
- Buunk, B. (1982a). Anticipated Sexual Jealousy: It's Relationship to Self-Esteem, Dependency and Reciprocity. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 8, 310-316.
- Buunk, B. (1982b). Strategies of Jealousy: Styles of Coping with Extramarital Involvement of the Spouse. *Family Relations*, 31, 13-18.
- Buunk, B. (1981). Jealousy in Sexually Open Marriages. *Alternative Lifestyles*, 4, 357-372.
- Büyükşahin, A., Hovardaoğlu, S. (2004). Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 2004, 19 (54), 59-72.
- Büyükşahin, A. (2001). *Yakın İlişki Kuran ve Kurmayan Üniversite Öğrencilerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Canary, D. J., Hause, K. H. (1993). Is There Any Reason to Research Sex Differences In Communication? *Communication Quarterly*, 41, 129-144.
- Carson, C. L., Cupach, W. R. (2000). Feeling the Flames of the Gren-Eyed Monster: The Role of Ruminative Thought In Reaction to Perceived Relationship Threat. *Western Journal of Communication*, 64, 308-329.

- Çelik, E. (2008). *Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin Empatik Eğilimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ceyhan, A. A. (1994). *Ana-Babaların Empatik Eğilim Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cobb, J., Marrs, I. (1979). Morbid Jealousy Featuring as Obsessive-Compulsive Neurosis: Treatment by Behavioral Psychotherapy. *British Journal of Psychiatry*, 133, 679-683.
- Cotton, K. (2001). Developing Empathy: In Children and Youth. *School Improvement Research Series (SIRS) / Northwest Regional Education Laboratory, Feelings To Sarah And: in The End, All Go Home Retional Laboratory*, 13.78.
- Cramer, R. E., Abraham, W. T., Johnson, L. M., Mannig-Ryan, B. (2001). Gender Differences in Subjective Distress to Emotional and Sexual Infidelity: Evolutionary or Logical Inference Explanation? *Current Psychology*, 20 (4), 211-220.
- Cüceloğlu, D. (2002). *Keşkesiz Bir Yasam İçin İletişim Donanımları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (1996). *İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları*. (6. Baskı) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çiftçi, S. (2010). *Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Sanal Zorbalık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çimen, S. E. (2007). *Görücü Usulü Ve Anlaşarak Evlenen Bireylerin Çeşitli Sosyal Psikolojik Faktörler Yönünden Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Daly, M., Wilson, M., Weghorst, S. J. (1982). Male Sexual Jealousy. *Ethology and Sociobiology*, 3, 11-27.
- Davis, L . E., Strube, M . J. (1993). An Assessment of Romantic Commitment among Black and White Dating Couples. *Journal of Applied Social Psychology*, 23 (3), 212-225.
- Decety, J., Jackson, P. L. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3 (2), 71-100.

- Demirtaş, H. A., Dönmez, A. (2006). Yakın İlişkilerde Kıskançlık: Bireysel, İlişkisel Ve Durumsal Değişkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17 (3), 181-191.
- Demirtaş, H. A. (2004). *Yakın İlişkilerde Kıskançlık (Bireysel, İlişkisel Ve Durumsal Değişkenler)*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Desteno, D. A., Salovey, P. (1996). Evolutionary Origins of Sex Differences in Jealousy? Questioning the "Fitness" Of the Model. *Psychological Science*, 7, 367-372.
- Dinçyürek, S. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Empatik Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Marmara Coğrafya Dergisi*, 10: 95-116.
- Doğan, O. (2000). Depresyonun Epidemiyolojisi. *Duygudurum Dizisi*, 1, 29-38.
- Dökmen, Ü. (2008). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. (39.Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dökmen, Ü. (2004). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2003). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. (2. Baskı) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi ve Psikodrama ile Geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21 (1-2)155-190.
- Dökmen, Ü. (1987). Empati Kurma Becerisi ile Sosyometrik Statü Arasındaki İlişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 20 (1): 183-207.
- Dökmen, Ü. (1984). Grimm ve Türk Halk Masallarındaki Davranış Modellerinin Operant Şartlanma ve Denetim Odağı Açısından İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 17 (1-2) 185 – 207.
- Dökmen, Z. (1997). Çalışma, Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini İle Ev İşleri Ve Depresyon İlişkisi. *Türk Demokrasi Dergisi*, 12, 39-56.
- Dönmezer, İ. E. (2003). *Ailede İletişim ve Etkileşim: Sağlıklı İnsan Sağlıklı Aile*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Duru, E. (2002). *Öğretmen Adaylarında Kişi-Durum Yaklaşımı Bağlamında Yardım Etme Davranışı Eğilimi, Empati ve Düşünme Stilleri İlişkisi ve Bu Değişkenlerin Bazı Psikososyal Değişkenler Açısından İncelenmesi*.

- Yayımlanmamış doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Edalati, A., Redzuan, M. (2010). The Relationship between Jealousy and Aggression: A Review of Literatures Related To Wives' Aggression. *European Journal of Scientific Research*, 39, 498-504. Retrieved from EBSCOhost.
- Eisenberg, N., Strayer, J. (1987). *Empathy and Its Development*. NY: Cambridge University Press.
- Ekinci, Ö., Aybek, B. (2010). Öğretmen Adaylarının Empatik ve Eleştirel Düşünme Eğilimlerinin İncelenmesi. *İlköğretim Online Elektronik Dergi*, 9 (2): 816-827.
- Ekinci, Ö. (2009). *Öğretmen Adaylarının Empatik ve Eleştirel Düşünme Eğilimlerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erber, R., Erber, M. W. (2001). *Intimate Relationships: Issues, Theories and Research*. Boston: Allyn & Bacon.
- Erken, M. (2009). *Empati Becerisinin Ahlaki Davranışlar Üzerindeki Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erkmen, G. (2007). *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Empatik Eğilimlerinin Sporda Tercih Ettikleri Lider Davranışları ile Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Eroğlu, N. (1995). *Empatik Eğilim Düzeyleri Farklı Annelerin Çocuklarının Uyum ve Başarı Düzeyleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Escalas, J. E., Stern, B. B. (2003). Sympathy and Empathy: Emotional Responses to Advertising Dramas. *The Journal of Consumer Research*, 29 (4), 566-578.
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Filiz, A. (2009). *Farklı Lise Türlerindeki Öğrencilerin Empatik Eğilimleri ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi (Kartal İlçesi Örneği)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Fitzpatrick, M. A., (1984). *A Typological Approach to Marital Interaction: Recent Theory and Research*. In L. Berkowitz (Der.), *Advances In Experimental Social Psychology* (Vol. 18, S. 1-47). Orlando, FL: Academic Press.
- Gibbons, S. B. (2011). Understanding Empathy as a Complex Construct: A Review of the Literature. *Clinical Social Work Journal*, 39:243-252.
- Gilbert, D. T., Giesler, R. B., Morris, K. A. (1995). When Comparisons Arise. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 227-236.
- Goleman, D. (2002). *Duygusal Zeka*. (Çev., Banu Seçkin Yüksel). 22. Baskı, İstanbul: Varlık/Bilim Yayıncılık.
- Goodman, N., Ofshe, R. (1968). Empathy, Communication Efficiency, and Marital Status. *Journal of Marriage And Family*, 30 (4), 597-603.
- Grossman, M., Wood, W. (1993). Sex Differences in Intensity of Emotional Experience: A Social Role Interpretation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1010-1022.
- Guerrero, L. K. (1998). Attachment-Style Differences in the Experience and Expression of Romantic Jealousy. *Personal Relationships*, 5, 273-291.
- Guerrero, L. K., Afifi, W. A. (1998). Communicative Responses to Jealousy as a Function of Self-Esteem and Relationship Maintenance Goals: A Test of Bryson's Dual Motivation Model. *Communication Reports*, 11, 111-122.
- Guerrero, L., K., Eloy, S., V. (1992). Relationship Satisfaction and Jealousy across Marital Types. *Communication Reports*, 5: 23-41.
- Güldağ, S. (2007). *Düzce Çakırlar İlköğretim Okulunda Okuyan Öğrencilerin Ebeveynlerinin Empatik Düzeylerinin Ailelerin Sosyoekonomik Yapılarına Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gürüz, D., Eğinli, A.T. (2008). *İletişim Becerileri Anlamak, Anlatmak, Anlaşmak*. (1. Basım) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Hansen, G. L. (1983). Marital Satisfaction and Jealousy among Men. *Psychological Reports*, 52, 363-366.
- Hansen, G. L. (1982). Reactions to Hypothetical Jealousy Producing Events. *Fam Relat*, 31:513-518.
- Hill, R., Davis, P. (2000). Platonic Jealousy: A Conceptualization and Review of the Literature on Non-Romantic Pathological Jealousy. *British Journal of Medical Psychology*, 73 (4), 505-518.

- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice*. NY: Cambridge University Press.
- Houser, A., G. (2009). *Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık ve Duygusal Zeka Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal Mübadele: Evlilikle İlgili Değerlendirmelere Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11 (36), 12-24.
[Http://Www.Allacademic.Com/Meta/P92411_Index.Html](http://www.allacademic.com/meta/p92411_index.html).
- Hupka, R. B. (1981). Cultural Determinant of Jealousy. *Alternative Lifestyles*, 4, 310-356.
- İkiz, F. E. (2006). *Danışma Becerileri Eğitiminin Danışmanların Empatik Eğilim, Empatik Beceri ve Tükenmişlik Düzeyleri Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- İnce, M. (2009). *Erken Dönem Çocukluk Deneyimlerinin Hangi Yönleri Romantik Kıskançlığı Öngörür? Ebeveyn Davranışı, Kardeş Kıskançlığı ve Yetişkin Bağlanma Stillerinin Yetişkin Romantik Kıskançlığına Etkileri Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Johnson, D. J., Rusbult, C. E. (1989). Resisting Temptation: Devaluation of Alternative Partners as Means of Maintaining Commitment in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 967-980.
- Karabağ, S. G. (2003). *Öğretilebilir ve Bilişsel Bir Beceri Olarak Tarihsel Empati*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Karakoyun, Y. (2011). *İlköğretim Öğretmenlerinin Kulüp Faaliyetlerine İlişkin Tutumları ile Empatik Eğilimleri Arasındaki İlişki, (Bağcılar İlçesi Örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karakurt, G. (2001). *The Impact of Adult Attachment Styles on Romantic Jealousy*. Unpublished master thesis. M.E.T.U.
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

- Kenrick, D. T., Trost, M. R. (1997). *Evolutionary Approaches to Relationships*. S. Duck (Der.), Handbook of Personal Relationships: Theory, Research and Interventions. Chichester: John Wiley & Sons, 160-175.
- Kiraz, C. (2011). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri ile Narsistik Kişilik Özellikleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızılyar, L. (2010). *İlköğretim 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine Göre Denetim Odağı Boyutları ve Akılcı Olmayan İnançlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köksal, A. (2005). Erken Çocukluk Döneminde Empati Gelişimi. *Çocuk Çocuk Dergisi*, 51, 12-13.
- Köksal, A. (1997). *Müzik Eğitimi Alan ve Almayan Ergenlerin Empatik Becerilerinin ve Uyum Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Köseoğlu, A. (2013). *İlköğretim Dördüncü ve Besinci Sınıf Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Ret Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köseoğlu, S. (1994). *Psikolojik Danışmanların Empatik Becerilerinin ve Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kurbet, H. (2010). *Anaokuluna Devam Eden Çocukların Duygusal Düzenleme Becerileri ile Annelerinin Empatik Eğilim ve Tutumlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Laner, M. R. (1990). Violence or Its Precipitators: Which is more likely to be Identified as a Dating Problem? *Deviant Behavior*, 11, 319-329.
- Lazarus, R. S., Kanner, A. D., Folkman, S. (1980). Emotions: A Cognitive Phenomenological Analysis. R. Plutchick & H. Kellerman (Der.), Emotion: Theory, Research, and Experience (Vol. 1, S. 189-217). NY: Academic Press.

- Lehmiller, J. J., Agnew, C. R. (2006). Marginalized Relationships: The Impact of Social Disapproval on Romantic Relationship Commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32 (1), 40-51.
- Lin, Y-H, W., Rusbult, C. E. (1995). Commitment to Dating Relationships and Cross-Sex Friendships in America and China. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12 (1), 7-26.
- Long, E. C. J., Angera, J. J., Carter, S. J., Nakamoto, M., Kalso, M. (1999). Understanding the One You Love: A Longitudinal Assessment of an Empathy Training Program for Couples in Romantic Relationships. *Family Relations*, 48 (3), 235-242.
- Lucas, A. A. (2007). *Explicating Jealousy: Utilizing Four Theoretical Perspectives Provide Suggestions for Future Investigations in Communication research*. Paper presented at the annual meeting of the NCA 93rd Annual Convention, TBA, Chicago, IL Online <PDF>. 2013-12-15 from http://citation.allacademic.com/meta/p191278_index.html
- Maccoby, E.E., 1992. The Role of Parents in the Socialization of Children: An Historical Overview. *Developmental Psychology*, 28, 1006-1010.
- Madran, H. A. D. (2008). Duygusal ve Cinsel Kıskançlık Açısından Temel Cinsiyet Farklılıkları: Evrimsel Yaklaşım ve Süregelen Tartışmalar. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (3): 300-309.
- Mathes, E. W. (1992). *Jealousy: The Psychological Data*. Lanham: University Press of America.
- Mathes, E. W. (1991). *A Cognitive Theory of Jealousy*. In P. Salovey (Der.), the *Psychology Of Jealousy And Envy* (S. 52-77). NY: Guilford Pres.
- Mathes, E. W., Phillips, J. T., Showron, J., Dick, W. E. (1982). Behavioral Correlates of the Interpersonal Jealousy Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 42, 1227-1231.
- Mathes, E. W., Severa, N. (1981). Jealousy, Romantic Love, and Liking: Theoretical Considerations and Preliminary Scale Development. *Psychological Reports*, 49, 23-31.
- Mead, M. (1977). *Jealousy: Primitive and Civilized*. In G. Clanton & L. G. Smith (Ed), *Jealousy*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Mroz, K., L., (2010). *Romantic Jealousy as a Social Comparison Process*. Unpublished master thesis. Faculty of California State University.

- Nannini, D. K., Meyers, L. S. (2000). Jealousy in Sexual and Emotional Infidelity: An Alternative to the Evolutionary Explanation. *The Journal of Sex Research*, 37 (2), 117-122.
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Lewis, T., Mulherin, K., Crisostomo, S. (2007). *Empathy and Depression: The Moral System on Overdrive*. In T. Farrow. & P. Woodruff (Ed.), *Empathy in Mental Illness* (49-75). Cambridge University Pres.
- Okvuran, A. (1993). *Yaratıcı Drama Eğitiminin Empatik Beceri ve Empatik Eğilim Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Öner, B. (2001). Factors Predicting Future Time Orientation for Romantic Relationships, With the Opposite Sex. *Journal of Psychology*, 135 (4), 430-439.
- Öner, N. (2001). *Farklı Cinsiyet Rol Yönelimli Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Empatik Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öz, F. (1992). *Hemşirelerin Empatik İletişim Becerisi ve Eğilimine Eğitimin Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Öztürk, O. (1997). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. (7. Baskı) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Panayiotou, G. (2005). Love, Commitment and Response to Conflict among Cypriot Dating Couples: Two Models, One Relationship. *International Journal of Psychology*, 40 (2), 108-117.
- Pandilla, L. M. (2007). *Romantic Jealousy as a Function of Culture and Gender*. Unpublished master thesis. California State University.
- Papp, L. M., Kouros, C. D., Cummings, E. M. (2010). Emotions in marital conflict interactions: empathic accuracy, assumed similarity, and the moderating context of depressive symptoms. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 367-387.
- Peretti, P. O., Pudowski, B. C. (1997). Influence of Jealousy on Male and Female College Daters. *Soc Behav Pers*, 25: 155–160.

- Pfeiffer, S. M., Wong, P. T. (1989). Multidimensional Jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 181-196.
- Pietrzak, R. H., Laird, J. D., Stevens, D. A., Thompson, N. S. (2002). Sex Differences in Human Jealousy: A Coordinated Study Of Forced-Choice, Continuous Rating-Scale, And Physiological Responses on the Same Subjects. *Evolution and Human Behavior*, 23 (2), 83-94.
- Pines, A. M., Friedman, A. (1998). Gender Differences in Romantic Jealousy. *The Journal of Social Psychology*, 138, 54-71.
- Pines, A., M. (1992a). Romantic Jealousy: Five Perspectives and an Integrative Approach. *Psychotherapy*, 29: 675-683.
- Pines, A. M. (1992b). Romantic Jealousy: Understanding and Conquering the Shadow of Love. New York: St Martin's Press.
- Pines, A., Aronson, E. (1983). Antecedents, Correlates and Consequences of Sexual Jealousy. *J Pers*, 51: 108-136.
- Pişkin, M. (1989). Empati, Kaygı ve Çatışma Eğilimi Arasındaki İlişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 22(2), 775-784.
- Rehber, E. (2007). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine Göre Çatışma Çözme Davranışlarının İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Rogers, C. (1983). Empatik Olmak Değeri Anlaşılmamış Bir Var Oluş Seklidir. (Çev., Füsün Akkoyun), *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16, 103-124.
- Rouhani, A. (2008). An Investigation into Emotional Intelligence, Foreign Language Anxiety and Empathy through a Cognitive-Affective Course in an Efl Context. *Linguistic Online*, 34 (2): 41-57.
- Rusbult, C. E. (1987). *Responses to Dissatisfaction in Close Relationships: The Exit-Voice-Loyalty-Neglect Model*. In D. Perlman & S. W. Duck (Der.), *Intimate Relationships: Development, Dynamics, And Deterioration*, p. 209-237. Beverly Hills, CA: Sage.
- Rusbult, C. E., Duffy, S. M. (1986). Satisfaction and Commitment in Homosexual and Heterosexual Relationships. *Journal of Homosexuality*, 12 (2), 1-23.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., Morrow, G. D. (1986). Prediction Satisfaction and Commitment in Adult Romantic Involvements: An Assessment of the

- Generalizability of the Investment Model. *Social Psychology Quarterly*, 49 (1), 81-89.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., Morrow, G. D. (1986). Determinants and Consequences Of Exit, Voice, Loyalty, And Neglect: Responses To Dissatisfaction In Adult Romantic Involvements. *Human Relations*, 39, 45-63.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development (And Deterioration) of Satisfaction and Commitment in Heterosexual Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45 (1), 101-117.
- Rydell, R. J., Bringle, R. G. (2007). Differentiating Reactive and Suspicious Jealousy. *Social Behavior and Personality*, 35, 8, 1099-1114.
- Salovey, P. (der.) (1991). *The Psychology of Jealousy and Envy*. NY: Guilford Press.
- Salovey, P., Rodin, J. (1986). Differentiation of Social-Comparison Jealousy and Romantic Jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1100-1112.
- Salovey, P., Rodin, J. (1984). Some Antecedents and Consequences of Social-Comparison Jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 780-792.
- Sayar, K. (2002). Psikolojik Mekan Olarak Siberalan. *Yeni Symposium*, 40 (2): 60-67.
- Seymen, S. (2007). *K.K.T.C. Gazimağusa Devlet Hastanesinde Çalışan Yüksek Hemşire ve Hemşirelerin Empatik Eğilimleri ile Yatan Hastaların Hemşirelere Karşı Duydukları Memnuniyet Düzeyleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sharpsteen, D. J., Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic Jealousy and Adult Romantic Attachment. *Journal of Personality & Social Psychology*, 72 (3), 627-641.
- Shettel-Neuber, J., Bryson, J. B., Young, C. E. (1978). Physical Attractiveness of the "Other Person" and Jealousy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4, 612-615.
- Sidelinger, R. J., Booth-Butterfield, M. (2007). Mate Value Discrepancy as Predictor of Forgiveness and Jealousy in Romantic Relationships. *Communication Quarterly* 55 (2), 207–223.
- Snow, N. E. (2000). Empathy. *American Philosophical Quarterly*, 37(1), 65-78.

- Solak, N. (2011). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çorum İli Örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Solomon, C. (2003). Transactional Analysis Theory: Basics. *Transactional Analysis Journals*, 33, 1.
- Sugarman, J. E., Hotaling, G. T. (1991). *Dating Violence: Prevalence, Context, and Risk Markers*. In M. A. Pirog-Good & J. E. Stets (Eds.), *Violence In Dating Relationships: Emerging Social Issues* (pp. 3-32). New York: Praeger.
- Tanrıdağ, Ş. R. (1992). Ankara'daki Ruh Sağlığı Hizmetlerinde Çalışan Personelin Empatik Eğilim ve Empatik Beceri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tarhan, N. (2010). *Toplum Psikolojisi: Sosyal Şizofreniden Toplumsal Empatiye*. (1. Baskı) İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tekmen, Y. (2010). *Hekim ve Hemşirelerin Empatik Eğilim Düzeyleri ile İş Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Terakye, G. (1998). *Hasta Hemşire İlişkileri*. (5. Baskı) Ankara: Zirve Ofset.
- Tesser, A. (1988). Toward A Self-Evaluation Maintenance Model of Social Behavior. *Advances in Experimental Social Psychology*, 21, 181-227.
- Thibaut, J. W., Kelley, H.H. (1959). *Social Psychology of Groups*, New York: Wiley.
- Tutarel-Kışlak, Ş., Çabukça, F. (2002). Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu İle İlişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 2(5), 40-46.
- Tutuk, A., Al, D., Doğan, S. (2002). Hemşirelik Öğrencilerinin İletişim Becerisi ve Empati Düzeylerinin Belirlenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 6 (2), 36-41.
- Uğur, A. (2007). *Oluşturmacı Sosyal Bilgiler Öğretiminde Örnek Olay İncelemesi Tekniği Kullanımının Öğrencilerin Empatik Düşünme Becerilerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Ural, S. N. (2010). *İlköğretim Öğrencilerinin Demokratik Tutum ve Empatik Eğilim Düzeylerine Sosyal Bilgiler Dersinin Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ünal, C. (1972). İnsanları Anlama Kabiliyeti. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5 (3), 71–93.
- Vignemont, F., Singer, T. (2006). The Empathic Brain: How, When And Why? *Trends In Cognitive Sciences*, 10 (10): 435-441.
- Walter, G. S., Finley K. (1999). The Role of Empathy in Improving Intergroup Relations. *Journal of Social Issues*, 55 (4), 729-748.
- Weigel, D. J., Bennett, K. K., Reisch, D. S. B. (2003). Family Influences on Commitment: Examining the Family of Origin Correlates of Relationship Commitment Attitudes. *Personal Relationships*, 10, 453-474.
- White, G. L. (1991). *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*. In P. Salovey (Der.), *the Psychology of Jealousy and Envy* (p. 232-251). NY: Guilford Press.
- White, G. L., Mullen, P. E. (1989). *Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies*. New York: Guilford Press.
- White, G., L. (1981a). Relative Involvement, Inadequacy, and Jealousy: A Test of a Causal Model. *Alternative Lifestyles*, 4: 291-309.
- White, G. L. (1981b). Some Correlates of Romantic Jealousy. *Journal of Personality* (49) 22-33.
- White, G. L. (1981c). A Model of Romantic Jealousy. *Motivation and Emotion*, 5, 295-310.
- White, G.L. (1981d). Jealousy and Partner's Perceived Motives for Attraction to a Rival. *Social Psychology Quarterly*, 44, 24-30.
- White, G. L. (1980). Inducing Jealousy: A Power Perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6, 222-227.
- Minet de Wied, Susan J.T. Branje and Wim H.J. Meeus (2007). Empathy and Conflict Resolution In Friendship Relations among Adolescents. *Aggressive Behavior*, 33, 48–55.
- Yalçın, M. (2011). *Özel Eğitim Kurumlarında Çalışan Eğitimcilerin Tükenmişlik Düzeylerinin Empatik Eğilim ve Bazı Değişkenler ile Olan İlişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Yalom, I. D. (2008). *Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek*, (Çeviren: Zeliha İyidoğan Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yaprak, B. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinin Algıladıkları Anne-Baba Tutumunun Diskriminant Analiziyle Belirlenmesi ve Benlik Saygısı ile Olan İlişkisinin Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Yıldırım, G., Ergene, T. (1997). İlköğretim Müfettiş Adaylarının Empatik Eğilim Düzeylerine Göre İş Doyumları. *Çukurova Üniversitesi I. Eğitim Bilimleri Kongresi Kongre Kitabı*, Adana.
- Yılmaz, A. (2003). *Empati Eğitim Programının İlköğretim Öğrencilerinin Empatik Becerilerine Etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, İ., Akyel, Y. (2008). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Empatik Eğilim Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 9 (3): 27-33.

EKLER

EK-1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Katılmakta olduğunuz bu çalışma, **duygusal ilişkilere yönelik duygu ve düşünceleri ortaya koymak amacıyla yapılmaktadır**. Sonuçlar sadece araştırma için kullanılacak ve kimlik bilgilerinizi belirtmeniz istenmeyecektir. Değerlendirmelerinizi yaparken gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtacak şekilde dürüstçe yapmanız ve hiçbir maddeyi boş bırakmamanız son derece önemlidir. **Katılımınız için teşekkür ederim.**

Mehmet Şirin AKÇA
Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyet : K(.....) E(.....)
2. Yaş :
3. Kıskanç biri olduğunuzu düşünür müsünüz? Evet Hayır

EK-2: ROMANTİK KISKANÇLIK ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, romantik (duygusal) ilişkilerinize yönelik duygu ve düşüncelerinizi ortaya koymak amacıyla uygulanmaktadır. **Ölçekte yer alan sorular en çok önem verdiğiniz yakın ilişkinizle ilgilidir.**

Aşağıdaki koşullar altında ne kadar kıskançlık yaşarsınız?		Hiç Orta Düzeyde Çok						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Birlikte olduğunuz kişi bir partide bir başkasıyla flört ediyor ve uzunca bir süre onunla oldukça yakın dans edip kışkırtıcı bir biçimde davranıyor.	1	2	3	4	5	6	7
2	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre bir başkasıyla dans ediyor.	1	2	3	4	5	6	7
3	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre bir başkasıyla sohbet ediyor.	1	2	3	4	5	6	7
4	Birlikte olduğunuz kişi bir partide uzunca bir süre ortalıktan kayboluyor.	1	2	3	4	5	6	7
5	Birlikte olduğunuz kişi bir partide bir ara ortadan kayboluyor.	1	2	3	4	5	6	7
6	Telefonu çalıyor ve arayan kişi açar açmaz telefonu yüzünüze kapatıyor.	1	2	3	4	5	6	7
Birlikte olduğunuz kişinin aşağıda belirtilen kişiyle cinsel ilişki yaşadığını öğrenirseniz ne kadar kıskanırsınız?		Hiç Orta Düzeyde Çok						
		1	2	3	4	5	6	7
7	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında çok az bilgi sahibi olduğunuz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
8	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında hiçbir şey bilmediğiniz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
9	Ailenizden biri ile	1	2	3	4	5	6	7
10	Kişisel olarak tanımadığınız ve hakkında çok şey bildiğiniz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
11	Kişisel olarak tanıdığınız ve güvenmediğiniz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
12	Tanıdığınız ve size benzediğini düşündüğünüz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
13	Tanıdığınız, güvendiğiniz ve arkadaşınız olduğunı düşündüğünüz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
14	En iyi arkadaşınız, sırdaşınız ile	1	2	3	4	5	6	7
15	Tanıdığınız ve gıpta (imrendiğiniz) ettiğiniz biri ile	1	2	3	4	5	6	7
Birlikte olduğunuz kişi ile ilgili olarak, aşağıdaki durumlardan her birinde ne kadar kıskançlık duyardınız/duydunuz?		Hiç Orta Düzeyde Çok						
		1	2	3	4	5	6	7
16	Bir başka sevgili bulduğunda	1	2	3	4	5	6	7
17	Sizin cinsiyetinizden yalnız ve sevgili olabileceği biriyle yakın arkadaşlık kurduğunda	1	2	3	4	5	6	7
18	Sizin cinsiyetinizden biriyle yakın bir arkadaşlık kurduğunda	1	2	3	4	5	6	7
19	Yalnız ve sevgili olarak düşünebileceği kişilere arkadaşça yaklaştığında	1	2	3	4	5	6	7
20	Tesadüfen tanıştığı birine beğenisini gösterdiğinde	1	2	3	4	5	6	7
21	Çekici bir yabancıyı beğenisini göstererek süzdüğünde	1	2	3	4	5	6	7
22	Bir film ya da televizyon yıldızını beğendiğini belirttiğinde	1	2	3	4	5	6	7

Yaşadığınız en güçlü kıskançlığı anımsayarak, aşağıda yer alan tepkileri ne ölçüde verdiğinizi belirtiniz.		Hiç Orta Düzeyde Çok						
		1	2	3	4	5	6	7
23	Baş ağrısı	1	2	3	4	5	6	7
24	Titreme	1	2	3	4	5	6	7
25	Kusma	1	2	3	4	5	6	7
26	Solunum yetersizliği	1	2	3	4	5	6	7
27	Tansiyon yükselmesi	1	2	3	4	5	6	7
28	Enerji artışı	1	2	3	4	5	6	7
29	Üşüme	1	2	3	4	5	6	7
30	Baygınlık	1	2	3	4	5	6	7
31	Öğürme	1	2	3	4	5	6	7
32	Kramp	1	2	3	4	5	6	7
33	Kabus	1	2	3	4	5	6	7
34	Kendini sinir krizi geçirecekmiş gibi hissetme	1	2	3	4	5	6	7

35	Tükenmişlik	1	2	3	4	5	6	7
36	Uyuşukluk	1	2	3	4	5	6	7
37	Mide bulantısı	1	2	3	4	5	6	7
38	El ve bacakları titreme	1	2	3	4	5	6	7
39	Kalp atışında hızlanma	1	2	3	4	5	6	7
40	Uykusuzluk	1	2	3	4	5	6	7
41	Cinsel uyarılma	1	2	3	4	5	6	7
42	Öfke	1	2	3	4	5	6	7
43	Kendini küçük düşmüş hissetme	1	2	3	4	5	6	7
44	Kendine acıma	1	2	3	4	5	6	7
45	Kafa karışıklığı	1	2	3	4	5	6	7
46	Acı	1	2	3	4	5	6	7
47	Sahiplenme	1	2	3	4	5	6	7
48	Suçlama	1	2	3	4	5	6	7
49	Dışlanmışlık duygusu	1	2	3	4	5	6	7
50	Aşağılık duygusu	1	2	3	4	5	6	7
51	Engellenme	1	2	3	4	5	6	7
52	Kaybetme korkusu	1	2	3	4	5	6	7
53	Haset	1	2	3	4	5	6	7
54	Kızgınlık	1	2	3	4	5	6	7
55	Saldırganlık	1	2	3	4	5	6	7
56	Tutku	1	2	3	4	5	6	7
57	Hoşgörü	1	2	3	4	5	6	7
58	Kaygı	1	2	3	4	5	6	7
59	Depresyon	1	2	3	4	5	6	7
60	Suçluluk	1	2	3	4	5	6	7
61	Keder	1	2	3	4	5	6	7
62	Çaresizlik	1	2	3	4	5	6	7
63	Savunmazlık	1	2	3	4	5	6	7
64	Heyecan	1	2	3	4	5	6	7
65	Duygusal tükenmişlik	1	2	3	4	5	6	7
66	“Bunu bana nasıl yaparsın?”	1	2	3	4	5	6	7
67	“Herkes bana gülecek”	1	2	3	4	5	6	7
68	“Belki de beni hiç sevmedin ve şimdi de sevmiyorsun”	1	2	3	4	5	6	7
69	“Bana yalan söyledin”	1	2	3	4	5	6	7
70	“Nerede hata yaptım?”	1	2	3	4	5	6	7
71	“Bir şeyler döndüğünü biliyordum”	1	2	3	4	5	6	7
72	“Nasıl oldu da bir şeyler döndüğünü anlamadım?”	1	2	3	4	5	6	7
73	“Ben sana hiçbir zaman böyle korkunç bir şey yapmazdım”	1	2	3	4	5	6	7
74	“Bu iş burada biter”	1	2	3	4	5	6	7
75	“Bende eksik olup da onda aradığın şey nedir?”	1	2	3	4	5	6	7
76	“Keşke çekici, zeki ve seksi biri olsaydım”	1	2	3	4	5	6	7
77	“Beni terk edersen ölürüm”	1	2	3	4	5	6	7
78	“Bana böyle davranmaya nasıl cüret edersin?”	1	2	3	4	5	6	7
79	“Umarım ölürsün (ya da o ölür)”	1	2	3	4	5	6	7
80	“Böyle bir acıya dayanmam”	1	2	3	4	5	6	7
81	“Keşke ölseydim”	1	2	3	4	5	6	7

Kıskançlıkla nasıl baş ettiniz/baş edersiniz?		Hiç Orta Düzeyde Çok						
		1	2	3	4	5	6	7
82	Akılcı tartışma yoluyla	1	2	3	4	5	6	7
83	Bağırarak	1	2	3	4	5	6	7
84	Ağlayarak	1	2	3	4	5	6	7
85	Fiziksel şiddet yoluyla	1	2	3	4	5	6	7
86	Sessiz ve gizlice acı çekerek	1	2	3	4	5	6	7
87	Olayın komik yanlarını görmeye çalışarak	1	2	3	4	5	6	7
88	Kabullenerek	1	2	3	4	5	6	7
89	İğneleyerek	1	2	3	4	5	6	7
90	Bu durumu, olaydaki rolümün ne olduğunu ve kaybetmekten korktuğum şeyin ne olduğunu düşünme fırsatı olarak değerlendirerek	1	2	3	4	5	6	7
91	Sorundan kaçınarak	1	2	3	4	5	6	7
92	Soğuk savaşa girerek	1	2	3	4	5	6	7
93	Bir şeyler fırlatarak	1	2	3	4	5	6	7
94	Görmezden gelerek	1	2	3	4	5	6	7
95	Onu kıskandırıp öç alarak	1	2	3	4	5	6	7
96	Onu terk ederek	1	2	3	4	5	6	7
97	Sessiz ve görünür bir şekilde acı çekerek	1	2	3	4	5	6	7
98	İşi şakaya vurarak	1	2	3	4	5	6	7
Aşağıdaki ifadelere ne kadar katıldığınızı belirtiniz... Kıskançlık;		Kesinlikle Belirli bir				Kesinlikle		
		Hayır				Düzeyde Evet		
		1	2	3	4	5	6	7
99	Aşkın göstergelerinden biridir	1	2	3	4	5	6	7
100	Bağlılığı arttırmaya yarayan bir araçtır	1	2	3	4	5	6	7
101	Tekdüze ilişkilere heyecan katar	1	2	3	4	5	6	7
102	Her iki tarafa da diğerini garantide olarak algılamamayı öğretir	1	2	3	4	5	6	7
103	Karşı tarafın daha çekici olarak algılanmasını sağlar	1	2	3	4	5	6	7
104	Yaşamı daha ilginç kılar	1	2	3	4	5	6	7
105	İlişkiyi daha uzun kılar	1	2	3	4	5	6	7
106	Bireyin ilişkisini gözden geçirmesini sağlar	1	2	3	4	5	6	7
107	Terk edilmeye yol açar	1	2	3	4	5	6	7
108	Fiziksel ve duygusal sıkıntıya yol açar	1	2	3	4	5	6	7
109	Şiddetle sonuçlanabilir	1	2	3	4	5	6	7
110	İlişkide gerginlik yaşanmasına yol açar	1	2	3	4	5	6	7
111	Çok daha iyi bir şekilde geçirilebilecek olan zamanın boşa harcanmasıdır	1	2	3	4	5	6	7
112	Her iki tarafın özgürlüğünü kısıtlar	1	2	3	4	5	6	7
113	Düşünceleri tıkar ve duyguları çarpıtır	1	2	3	4	5	6	7

Aşağıda kıskançlığın nedenlerine ilişkin görüşler belirtilmiştir, bunlara ne kadar katıldığınızı belirtiniz... Kıskançlık;		Kesinlikle Belirli bir				Kesinlikle		
		Hayır				Düzeyde Evet		
		1	2	3	4	5	6	7
114	Aşka eşlik eden normal bir tepkidir.	1	2	3	4	5	6	7
115	Kişisel güvensizliğin bir sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
116	Dışlanmışlık ve terk edilmişlik duygularının sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
117	İlişki içindeki güçsüzlüğün sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
118	Kaybetme korkusunun sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
119	Kaybeden taraf olmaktan korkmanın sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
120	Kontrolü kaybetme korkusunun sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
121	Onun sevgisini kaybetmenin verdiği keder ve acıya verilen bir tepkidir.	1	2	3	4	5	6	7
122	Bir aşk ilişkisine yönelik tehdide verilen dürtüsel bir tepkidir.	1	2	3	4	5	6	7
123	Bireyin aldatmaya yönelik kendi isteklerinin bir sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7

124	Bir kadın ya da erkek olarak kendini yetersiz hissetmenin bir sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
125	Çocuklukta yaşanan bir yoksunluğun ya da terk edilmişliğin bir sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
126	Başkaları tarafından yetersiz olarak değerlendirilme korkusunun bir sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
127	Birlikte olduğunuz kişi bir başkasından hoşlandığında ya da bir ilişkisi olduğunda hissettiğiniz suçluluk duygusunun sonucudur, büyük olasılıkla onu savunursunuz, çünkü bu sorunun sizden kaynaklandığını, bunu hak ettiğinizi düşünürsünüz.	1	2	3	4	5	6	7
128	Bir başkasının başarısını ya da üstünlüğünü çekememenin sonucudur.	1	2	3	4	5	6	7
129	Yakın ilişkinizin özeline yönelik bir tehlikenin varlığını hissetmenin sonucudur (cinsellik, sırlar ve diğerleri).	1	2	3	4	5	6	7

EK-3: EMPATİK EĞİLİM ÖLÇEĞİ

AÇIKLAMA: Aşağıda 20 cümle bulunmaktadır. Bir cümledeki ifadeyi kendinize **tamamen uygun** bulacağınızı düşünürseniz **5'e**; **oldukça uygun** bulacağınızı düşünürseniz **4'e**; **oldukça aykırı** bulacağınızı düşünürseniz **2'ye**; **tamamen aykırı** bulacağınızı düşünürseniz **1'e**; eğer bir cümleye ilişkin olarak **kararsızlık belirtecekseniz 3'e çarpı işareti** koyunuz.

1	Çok sayıda dostum var	1	2	3	4	5
2	Film seyrederken bazen gözlerim yaşarır	1	2	3	4	5
3	Sıklıkla kendimi yalnız hissedirim	1	2	3	4	5
4	Bana dertlerini anlatanlar yanımdan rahatlamış olarak ayrılırlar	1	2	3	4	5
5	Başkalarının problemleri, beni kendi problemlerim kadar ilgilendirir	1	2	3	4	5
6	Duygularımı başkalarına iletmede güçlük çekerim	1	2	3	4	5
7	İnsanların film seyrederken ağlamaları tuhafıma gider	1	2	3	4	5
8	Birisiyle tartışırken bazen dikkatim, onun söylediklerinden çok vereceğim cevap üzerine yoğunlaşır	1	2	3	4	5
9	Çevremde çok sevilen bir insanım	1	2	3	4	5
10	Televizyondaki filmler mutlu sona ulaşınca rahatlarım	1	2	3	4	5
11	Düşüncelerimi başkalarına iletmede güçlük çektiğim olur	1	2	3	4	5
12	İnsanların çoğu bencildir	1	2	3	4	5
13	Sinirli bir insanım	1	2	3	4	5
14	Genellikle insanlara güvenirim	1	2	3	4	5
15	İnsanlar beni tam olarak anlayamıyorlar	1	2	3	4	5
16	Girişken bir insanım	1	2	3	4	5
17	Bir yakınıma derdimi anlatmak beni rahatlatır	1	2	3	4	5
18	Genellikle hayatımdan memnunum	1	2	3	4	5
19	Yakınlarım bana sık sık dertlerini anlatırlar	1	2	3	4	5
20	Genellikle keyfim yerindedir	1	2	3	4	5

ÖZGEÇMİŞ

Mehmet Şirin AKÇA, 1986 yılında Mardin’de doğdu. Cumhuriyet İlköğretim okulunda İlköğretimi, Salihli Lisesinde ortaöğretimi tamamladı. 2004 yılında Salihli Lisesi’nden mezun olarak, aynı yıl Marmara Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünü kazandı ve 2008 yılında lisans eğitimini tamamladı. Mezun olduğu yıl İstanbul Esenyalı Turgut Reis İlköğretim Okulu’nda göreve başladı. 2011-2012 eğitim öğretim yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı’nda yüksek lisans programına başladı. 2013 Ocak ayında atandığı Türk Kızılayı Kartal Anadolu Lisesi’nden 2014 Temmuz ayında ayrılarak Mardin Dargeçit Yunus Emre İlkokulu’nda görevine başladı. Halen Mardin Dargeçit Yunus Emre İlkokulu’nda Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen olarak görevini sürdürmektedir.

E-posta adresi: mhmt_47@hotmail.com