

ROMANTİK İLİŞKİSİ BULUNAN BİREYLERİN FACEBOOK KISKANÇLIĞI VE GÜVEN ALGISI ÜZERİNE BİR DERLEME

AN INVESTIGATION ON FACEBOOK JEALOUSY AND TRUST PERCEPTIONS OF
INDIVIDUAL IN ROMANTIC RELATIONSHIPS

Türkan GÜNER

Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı
ORCID: 0000-0002-6996-8963

Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ

Yakın Doğu Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü
ORCID: 0000-0002-0085-612X

ÖZET

Bu makalede psikoloji literatüründe yer alan Facebook kıskançlığı ve romantik ilişkilerde güven duygularına ilişkin tanımlamalar ve Facebook kıskançlığının romantik ilişkilerdeki güven sorunları üzerindeki rolü ele alınmıştır. Daha sonra romantik ilişkilerde Facebook kıskançlığı ve güven algısı arasındaki ilişkiye dair görgül araştırmalar sunulmuştur.

Facebook kullanımının birey üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri son zamanlarda araştırmacılar tarafından da sıkça ele alınmaktadır. Ancak Facebook kullanımının yaygınlaşmasıyla hayatımıza giren Facebook kıskançlığı terimini ve Facebook kıskançlığının romantik ilişkilerde güven kavramı ile olan ilişkisine değinen çok az çalışmaya rastlanmaktadır. Günümüzde Facebook kıskançlığının romantik ilişkiler üzerindeki olumsuz etkileri yadsınamayacak boyuta ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde romantik ilişkilerde yaşanan sorunlar ve stres genel olarak ekonomik sıkıntılar üzerinden değerlendirilmiştir. Ancak günümüzde ilişki denklemlerinin değişmesi, Facebook'un aktif bir şekilde kullanılması ilişkideki stres ve problemlerin nedenlerini ve içeriklerini de değiştirmiştir. Araştırmalar Türkiye'de de çok yaygın bir şekilde kullanılan Facebook'un; kullanıcılarına sunduğu istediğini paylaşabilme, bağlantı kurmak istenilen kişiye kolay bir şekilde ulaşabilme gibi özellikleri nedeniyle çiftlerin yeni biri ile ya da eski sevgilisi ile tekrar bağlantı kurma riski yaratmasının eşler arasında kıskançlığa ve bunun sonucunda güven problemlerine, aldatmalara ve hatta ayrılıklara neden olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Facebook kıskançlığı, Romantik ilişkilerde güven, Facebook, Romantik ilişki

Abstract

This article discusses the definitions of Facebook jealousy and trust in romantic relationship and the role of Facebook jealousy on trust issues in romantic relationships. Then, are presented empirical studies on the relationship between Facebook jealousy and the perception of trust in romantic relationships.

The positive and negative effects of Facebook use on individuals have been frequently discussed by researchers recently. However, there are very few studies that refer to the term Facebook jealousy that came into our lives with the widespread use of Facebook jealousy and the concept of trust in romantic relationships. Today, the negative effects of Facebook jealousy on romantic relationships have reached an undeniable extent. When the literature is examined, the problems and stress in romantic relationships are generally evaluated on the basis of economic problems.

However, today, the change in relationship equations and the active use of Facebook have also changed the causes and contents of stress and problems in the relationship. Researches Facebook, which is widely used in Turkey; it has been revealed that the risk of couples to reconnect with a new person or ex-lover, due to their features such as sharing what they offer to their users and easily reaching the person they want to connect with, causes jealousy between spouses and as a result, trust problems, cheating an even separation.

Keywords: Facebook Jealousy, trust in romantic relationships, Facebook, romantic relationship

Giriş

Romantik ilişkilerde güven, taraflardan birinin diğerinde gözlemediği farklı niyet ve davranışlar ile ilgili pozitif beklentiler üzerine kurulu, karşıdan gelecek her türlü etkiye açık olmaya hazır olma durumudur (Rousseau vd,1998:393). Çiftler arasındaki güven duygusu birbirlerine karşı olumlu, tutarlı ve karşılıklı mutluluk verici etkileşimler sağlar. Güven kişinin daha önce yaşayarak deneyimlediği ve mevcut ilişkilerinde partneriyle olan karşılıklı etkileşimleri sonucu oluşan ilişkiye has bir duygudur. Dolayısıyla bu duygunun varlığı ya da yokluğu ilişkinin devamlılığını doğrudan etkilemektedir. Çoğu ilişki her ne kadar güven duygusuna dayanarak başlasa da tarafların biri ya da her ikisi aldatmayla ilişkilendirdikleri farklı nedenlerle ilişkiye olan güvenlerini yitirmektedirler. Bu durum çiftler arasında güvene dayalı bir ilişki kurulmasını imkansızlaştırmaktadır (Kara-Yüksel Şahin,2018:379). Nitekim günümüzde bu durumu tetikleyen nedenlerin başında Facebook sosyal medya ağı gelmektedir. Facebook, bireylerin kendilerine özel bir profil oluşturabildikleri, zaman ve mekan kısıtlaması olmaksızın istedikleri kişilerle bağlantı kurup karşılıklı paylaşımında bulunabildikleri çevrimiçi uygulamalardır. Bu özellikleriyle Facebook sosyal medya ağı zamanla toplumsal yaşamımızın vazgeçilmez bir parçası olmuş ve yaşamımızın her alanına nüfuz etmiştir. İnsanlar gerçek sosyallikten uzaklaşarak başta Facebook olmak üzere sosyal medya ağlarına yönelmiş, heyecanlarını, sevinçlerini ve üzüntülerini bu ağlar aracılığıyla yaşamaya başlamıştır (İspir vd.,2013:2). Durum böyleyken bireyselliği ön plana çıkartan Facebook sosyal medya ağı, çiftlerin birbirlerinin hesaplarını merak etmesine ve bu hesaplara erişmeye çalışmasına yol açmaktadır. Facebook yapısı gereği kullanıcının istediği kişinin kendi paylaşım ve fotoğraflarını görmesini engelleyebilmesi, istediğine ulaşip iletişime geçebilmesi ve bunların tamamen ilişkide taraflara özel olması, ilişkide taraflardan birinin diğerine göre Facebook sosyal medya ağını daha aktif kullanması ilişkide Facebook kıskançlığına neden olmakta ve çiftler arasında güven sorunlarına yol açmaktadır (Tiryaki - Karakuş,2018:422).

Aşağıda önce literatürde Facebook kıskançlığı ve romantik ilişkilerde güven duygularına ilişkin tanımlamalar ve Facebook kıskançlığının romantik ilişkilerdeki güven sorunları üzerindeki rolü ele alınmıştır. Daha sonra romantik ilişkilerde Facebook kıskançlığı ve güven algısı arasındaki ilişkiye dair görgül araştırmalar sunulmuştur.

Romantik İlişkilerde Güven

Romantik ilişkilerin gelişiminin geç ergenlik ve geç yetişkinlik dönemleri üzerindeki etkisi düşünüldüğünde büyük önem teşkil etmektedir. Nitekim gençler kendi kimliğini bulma, ilişkiye dair beceriler edinme ve cinsel olarak kendilerini kontrol etme gibi üç önemli gelişim dönemini ancak romantik ilişkilerinin gelişmesi ile sağlıklı bir şekilde yerine getirebilir. Romantik ilişkiler hayatımızda bu denli önemli olması nedeniyle bugüne kadar birçok araştırmacının üzerinde hassasiyetle durduğu ve açıklamaya çalıştığı konulardan olmuştur. Romantik ilişkilerin en geniş tanımı Collins'e aittir. Collins'e göre romantik ilişki; çiftlerin karşılıklı olarak gönüllülük esasına dayanan ve her iki tarafında kabullendiği ilişki şeklindedir.

Collins romantik ilişkinin kalıtım, eş seçimi, ilişki içeriği, ilişki kalitesi ve ilişkinin bilişsel ve duygusal süreçleri olmak üzere beş ayırt edici özelliğini tanımlamıştır. Bu özelliklerden ilki olan kalıtım flörtün hangi yaş aralığındaki gençlerde var olduğunu ve sıklığını, ikincisi olan eş seçimi; gençlerin hangi fiziksel ve karakterdeki kişileri tercih ettiğini, üçüncüsü olan ilişki içeriği; çiftlerin ilişki esnasındaki paylaşımlarını, dördüncüsü olan ilişki kalitesi; çiftlerin paylaşımlarından edindikleri faydalı deneyimlerini ve son olarak beşincisi olan ilişkinin bilişsel ve duygusal süreçleri ise romantik ilişkinin diğer ilişki türlerinden farkını ifade eder(Saraç vd., 2015:69).

Literatür incelendiğinde Hatfield Kuramı (tutkulu ve arkadaşça aşk), Rubin Kuramı (hoşlanma ve aşk) ve Stenberg Kuramı (üçgen aşk) olmak üzere üç önemli romantik ilişki ve kuramı karşımıza çıkmaktadır. Hatfield Kuramı tutkulu ve arkadaşça olmak üzere iki çeşit aşk tanımlar. Tutkulu aşk ilişkide bir tarafın diğeriyle bir bütün olmak adına karşı koyamadığı istek, arkadaşça aşkta ise tutkulu aşkın aksine ilişkide bir taraf diğeriyle bir bütün olmak için yoğun bir istek beslemez. Zira arkadaşça aşkta zaten yakınlık elde edilmiştir (Atak -Taştan,2012:25). Rubin Kuramına göre aşk yakınlık, gözetme, bağlanmanın birleşimidir. Burada yakınlık ilişkide karşı tarafa yoğun hisler besleme ve bağlanmayı, gözetme kendi mutluluğundan çok sevdiğinin mutluluğunu düşünmeyi ve bağlanma ise ilişkide karşıdakinin duygusal desteğini hissetme ve onunla birlikte olmaya duyulan yoğun isteği içerir (Ercan,2016:25). Stenberg Kuramına göre ise aşk yakınlık, tutku ve bağlılığın oluşturduğu bir üçgene benzer ve bu duygular üçgenin köşeleri gibi birbirinin tamamlayıcısıdır. Romantik ilişkilerle ilgili literatür incelendiğinde çalışmaların büyük bir kısmı ihtiyaçların karşılanması, stres durumu, depresyon ve ilişkide ulaşılan doyum ile ilişkinin değerlendirilmesi konularında yoğunlaşmıştır. Prager ve Buhremester'in yakın ilişkilerde kendini açmayı ele aldıkları çalışmada kişilerin kendilerini açtıkları taktirde birbirlerinin farkına varma hissi ve karşılıklı duyguların söylemi ile paylaşım gibi gereksinimlerin karşılandığı sonucuna ulaşılmıştır. Hojjot'un romantik ilişkiler de çatışmayı ele aldığı çalışmaya göre kadın ile erkek arasında çatışma durumuyla ilgili anlamlı bir farklılık vardır ve kadınlar erkeklere göre daha çok çatışma çıkarmaktadır. Bregdon ve arkadaşları yaptıkları çalışmada bireyin ergenliğin ilk dönemlerinde karşı cinsle olan arkadaşlık, romantik ilişki tutumları ile öz saygı ve asosyal davranışları ile akademik başarı durumlarını araştırmış ve bunun sonucunda karşı cins tarafından popüler görülen ergenlerin romantik ilişki ile öz saygıları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulurken ergenlerin akademik başarı durumları ile romantik ilişki arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir(Atak - Taştan,2012:25). Cramer (2002)'in çatışma çözme davranışı ile ilişkideki doyum arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında ilişkide ortaya çıkan çatışmaların sorunların çözümüne yönelik her davranışın ilişkiyi güçlendirdiğini ve ilişkideki doyumu maksimum düzeye çıkardığını ortaya koydu. Gottman ve Krokoff (1989) ise yaptıkları çalışma sonucunda ilişkide tarafların birbiriyle olan iletişim şekillerinin ve çıkan çatışmaların çözümüne yönelik tutumlarının ilişkideki sorunları arttırdığını öne sürmüştür. Helvacı (2012) da yine üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı bir çalışmada cinsiyetin ilişkideki duygusal ve fiziksel istismar üzerinde etkili olduğunu bulmuştur. Son olarak Kalkan Türkiye de romantik ilişkilerde sorun çözme davranışına yönelik 'Ergenler İçin Romantik İlişkilerde Sorun Çözme Ölçeğinin Geliştirilmesi' adlı geniş çaplı araştırmayı yapmıştır. Kalkan (2008) araştırmasında sorunu çözenin yolunun fiziksel ve duygusal ile soruna yönelme olduğunu ileri sürdü (Kaya,2018:62).

Romantik ilişkilerde güven, ilişki içerisinde partnerlerin birbirlerine gösterdiği dürüstlük ve yardımseverlik miktarını, partnerinin ihtiyaçlarını anlayıp karşılamaya çalışmayı ve her iki tarafında da ilişkilerine olan bağlılıklarını ifade etmektedir. Bunların yanı sıra romantik ilişkilerde güven kavramı aynı zamanda partnerlerin bağlılık, adanmışlık, dürüstlük ve yardımseverlik ile ilgili inançlarını da kapsamaktadır.

Romantik ilişkilerde güven; ilişkide her iki tarafın karşılıklı olarak birbirlerine koşulsuz açık olmaları, yeterli oranda birbirlerine yardımcı olmaları, birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri ve birbirlerine koşulsuz bağlı olmayı içerir. Romantik ilişki problemlerine bakıldığında ilişkideki güven problemleri en yaygın ve önemli problemlerdendir. Güven problemlerinin kaynağı bireysel veya ilişki etmenler olabilir. İlişkide tarafların farklı beklentiler içinde olması, birbirleriyle olan etkileşim ve iletişimden memnun olmamaya dayanan güven problemleri aldatma, kıskançlık, yalancılık, ilişki kalitesinin düşmesi, stres ve anksiyete gibi durumların gelişmesiyle hat safhaya çıkmakta ve ilişkileri bitirme noktasına getirebilmektedir (Şensoy vd.,2019:230). Romantik ilişkilerde güven konusuyla ilgili literatür incelendiğinde çok az çalışmaya rastlanmaktadır. Türk literatüründe çiftlere yönelik yapılan araştırmalar genellikle çiftler arasındaki iletişim problemlerinin neden olduğu anlaşmazlıkların çözümlenememesinden dolayı sürdüğü ve bu nedenle çiftlerin %96'sının sürekli tartıştıklarını göstermektedir. Yardım alma amacıyla psikiyatri kliniklerine gelen insanların yaşadığı sorunların içeriklerine bakıldığında evlilik ya da eşle yaşanan güven problemleri karşımıza çıkmaktadır. Bu problemler sebebiyle yaşadıkları ayrılma, boşanma oranları incelendiğinde Türk popülasyonunda çiftlerin ilişki sürecinde destek almaya ihtiyaç duydukları açıktır (Duran-Hamamcı,2010:87). Solmuş'un yaptığı bir diğer çalışmada romantik ilişkilerdeki güven oluşumunun erken yaşta anneyle kurulan ilişkinin niteliğine göre oluştuğu ve çocuğun bu dönemde güven oluşturabilmesi durumunda bunun yetişkinlikte kurulan romantik ilişkileri pozitif yönde etkileyeceği vurgulanmıştır (Kara-Yüksel Şahin,2018:379).

Romantik İlişkilerde Facebook Kıskançlığı

Facebook sosyal medya ağı Mark Zuckerberg ve oda arkadaşlarının 2004 yılında eğitim gördükleri Harvard Üniversitesinde geliştirdikleri ve sadece akademik çevrenin kullanımına sundukları sosyal medya ağıdır. Facebook ilk kurulduğunda akademik çevrelerle sınırlandırılmış olsa da 2006 yılında geliştirilerek şu an da kullandığımız halini almış ve geniş kitlelerce kullanılmaya başlanmıştır (Güleç,2018:105). Facebook kullanıcılarına istedikleri insanlarla arkadaşlık kurma, mevcut arkadaşlarla iletişim kurup etkileşimde bulunma ve karşılıklı duygu, düşünce ve bilgi aktarımını mümkün kılan sosyal ortamlardır (Uluç-Yarcı,2017:88). Sosyal medyanın zaman içinde gelişmesi ve yaygınlaşması insanlarla kolayca iletişim kurma, gündemi takip etme, online alışveriş vs. gibi gündelik ve sosyal hayatımızı kolaylaştıran faydalar sağlasa da bizi sevgi, ilgi ve güven gibi hayati önem taşıyan konulardan uzaklaştırmaktadır (Aktaş-Çopur,2018:142). İnsanlar hayatlarını sosyal medya üzerinden yaşamakta ve artık sevinçlerini, mutsuzluklarını, hayal kırıklıklarını, arkadaşlıklarını ve aşklarını sosyal medya aracılığıyla dile getirmektedirler (Uluç-Yarcı,2017:88). Bu durum insanları realiteden uzaklaştırmakta, yalnızlaştırmakta, mutsuzlaştırmakta ve belki de en yakınana bile güvenemez hale getirmektedir (Aktaş -Çopur,2018:142). Sosyal medya kullanımıyla ilgili istatistiklerde bu durumu doğrular niteliktedir. Nitekim 2015 yılı verilerine göre dünya üzerinde yaşayan insanların 3 milyarı aktif olarak internet kullanırken bu insanların 2.1 milyarı en az bir tane sosyal medya ağına üyedir. Dünya genelinde en fazla kullanıcı sayısına sahip sosyal medya ağı 1.4 milyar aktif üye ile Facebook'tur. Bu sayı 2016 yılında internet kullanımında 3.3 milyar iken Facebook kullanımında 1.6 milyarı bulmuştur (Uluç-Yarcı,2017:88). Facebook kullanımına yönelik literatür tarandığında yapılan araştırmaların daha çok Facebook ve internet bağımlılığına yönelik olduğu aşikardır. Bu araştırmalardan Ho ve diğerlerinin 2017'de Singapur'da bin yetişkin ve 920 genç ile yaptıkları çalışmaya göre gençler yetişkinlere kıyasla sosyal medyaya daha fazla bağımlılık geliştirmekte ve kişilerin aşırı sosyal medya kullanımı öz benlik yaklaşımlarını etkilemektedir. ABD'de üniversite de okuyan 251 öğrenci ile yapılan bir araştırmaya göre ise bireylerde artan sosyal medya bağımlılığına ters orantılı olarak yaşam tatminleri azalmaktadır.

Yine Elhai ve diğerlerinin 2018’de yaptıkları çalışmada bireylerin akıllı telefon veya sosyal medya kullanımlarının kısıtlandığı ya da tamamen elinden alındığı durumların bireyde anksiyete, depresyon ve stresi arttırdığı ortaya konmuştur (Aktan,2018:402). Hollandalı psikolog Poul Kirschner ise öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada acebook kullanan öğrencilerin ders çalışırken aynı zamanda Facebookda aktif olmalarının akademik performanslarını negatif yönde etkilediğini ortaya koymuştur.Bu verilerden de anlaşacağı gibi günümüzde sosyal medya ve dolayısıyla Facebook kullanımı hayatımızın her alanına nüfuz ederek hat safhaya ulaşmıştır. İnsanlar artık gözlerini açar açmaz sosyal medyaya yönelmekte ve elinde olmayarak dakikalarını ve hatta saatlerini burada geçirmektedir. Aileler bir araya geldiklerinde sohbet etmek, paylaşımında bulunmak yerine sosyal medya hesaplarında vakit geçirmeyi tercih etmekte ve bu da aile üyeleri arasında iletişim problemlerine ve çatışmaya yol açmaktadır (Güleç,2018:105).

Kıskançlık romantik ilişkilerde en çok görülen, oldukça kuvvetli ve aynı zamanda çiftler üzerinde ciddi yıpratıcı etkileri olan bir duygudur. 20. yüzyılda kıskançlık üzerine ilk kuramsal çalışma 1948 yılında Kurt Lewin tarafından yapılmıştır. Daha sonra diğer araştırmacıların da ele aldığı ve üzerinde çalıştığı kıskançlık kavramı farklı şekillerde tanımlanmıştır. Pines’e göre kıskançlık değer verdiğimiz bir insanla olan ilişkimizi kaybetmemize veya zedelenmesine neden olacak tehlikeli bir durumun hissedilmesi sonucu verilen anlaşılması zor tepkilerdir (Demirtaş-Dönmez,2006:181). Romantik kıskançlık ise ilişki sürecinde taraflardan birinin partnerinin üçüncü bir şahıs tarafından elinden alınacağına yönelik korkuları olarak tanımlanmaktadır (Hoşoğlu-Sevim,2019:149). Romantik kıskançlığın bir diğer tanımını yapan Severa ve Mathes’ e göre kıskançlık romantik ilişkilerimizde ilişkinin varlığını tehdit eden, kendimize rakip olarak gördüğümüz üçüncü bir şahsın etkisiyle ortaya çıkan, ilişkinin bitmesi ya da zarar görmesi riskine karşı oluşan negatif duygulardır. Romantik ilişkilerimizde zaman zaman ortaya çıkan kıskançlık duygusu bazen olumlu bazen de olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Yapılan kıskançlığın ilgiyi, aşkı, sevgiyi hissettirdiği ve pekiştirdiği durumlarda olumlu sonuçlar ancak yapılan kıskançlığın değersizlik hissi, güvensizlik, depresyon, intihar ve şiddeti pekiştirdiği durumlarda olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Kadın ve erkeklerin kıskançlıkla başa çıkma stratejileri birbirinden oldukça farklıdır. Örneğin kadınlar kıskançlıkla tek başlarına ağlayarak, partnerine daha güzel görünmeye çabalayarak, partnerini kendisinden başka kimsenin onu beğenmeyeceğine ikna etmeye çalışarak ve genellikle yapıcı davranımlarda bulunarak başa çıkmaya çalışır. Erkekler ise kıskançlıkla başa çıkmak için kendi içinde kıskançlığı bastırmak suretiyle inkar ederek, rakibine ulaşip saldırgan davranışlarda bulunarak ya da ekonomik yönden güç gösterisi yaparak kendini göstermeye çalışır. Türk literatüründe romantik kıskançlık üzerine yapılan çalışmalar yurt dışındakilere kıyasla oldukça azdır. Örneğin yurt dışında genç yetişkinlerle yapılan çalışmalara göre kadınlar erkeklere oranla partnerlerini kıskandıkları üçüncü şahıslara karşı saldırganlığı daha fazla desteklemektedir. Başka bir çalışma evli bireylerin evli olmayan bireylere oranla çatışma, partnerine karşı ilgisizlik ve kıskançlığı inkar etme gibi negatif davranımlarda daha fazla bulduklarını ortaya koydu. Bir başka araştırma ise üniversite öğrencilerinde davranışla sonuçlanan kıskançlığın artması durumunda bunu paralel olarak saldırganlık davranışının da arttığını ortaya koymuştur. Türkiye popülasyonuna baktığımızda ise örneğin kıskançlık üzerine yapılan bir araştırmada kadınların erkeklere oranla partnerlerini kıskandıkları durumlarla başa çıkmak için daha yapıcı davranışlarda bulduklarını ortaya koymuştur. Bir başka çalışmada ise romantik ilişki içerisinde kişinin partnerinin başka biri ile cinsel ilişkiye girerek aldattığına yönelik kıskançlığının arttığı durumlarda bununla doğru orantılı olarak ilişkisini kurtarmaya yönelik davranımlarının da arttığını ortaya koymuştur.

Bu araştırmanın bir diğer önemli sonucuna göre ise flört ederek evlenen kadınlar görücü usulü evlenen kadınlara kıyasla daha fazla kıskançlık davranışında bulunurken, flört ederek evlenen erkekler görücü usulü evlenen erkeklere kıyasla daha az kıskançlık davranışında bulunmaktadır (Hoşoğlu- Sevim,2019:149).

Facebook kıskançlığı son dönemlerde özellikle romantik ilişkisi bulunan bireyler üzerindeki olumsuz etkisi nedeniyle çoğu araştırmacının dikkatini çekmiştir (Aktaş-Çopur,2018:142) Partnerinin sosyal medya hesaplarına erişememe paranoyak düşüncelere, kıskançlığa, çatışmalara ve güven problemlerine yol açmaktadır (Tiryaki-Karakuş,2018:422). Öyle ki çoğu zaman bireyler Facebook da partnerlerini takip etmekten çok onların eski sevgililerini takip etmektedir. Sosyal medyanın ilişkiler üzerindeki bu olumsuz etkileri ne yazık ki çoğu birlikteliğin ayrılıkla sonuçlanmasına yol açmaktadır (Güleç,2018:105).

Facebook Kıskançlığı ve Romantik İlişkilerde Güven Üzerine Görgül Çalışmalar

Günümüzde bireylerin Facebook sosyal medya ağı kullanım sıklığının artması beraberinde özellikle çiftler arasında kendini gösteren Facebook kıskançlığı kavramını da getirmiştir. Facebook sosyal medya ağının çiftler üzerindeki etkisine yönelik literatür incelendiğinde eşler arasındaki anlaşmazlıkların genelde ekonomik nedenlerle ilişkili olarak ele alındığı görülmektedir. Literatürde çiftler arasındaki stresi farklı değişkenler üzerinden inceleyen çok fazla çalışmaya rastlanırken Facebook kullanımının çiftler arasındaki strese etkisini araştıran çok az sayıda çalışma vardır (Aktaş -Çopur,2018:142).

Tiryaki ve Karakuş (2018)'un yaptıkları araştırmada evli bireylerin Facebook kullanım sıklığı ile partnerlerine olan güven duyguları arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bu araştırma bulgularına göre evli bireylerin partnerlerine olan güvenleri azaldıkça Facebook kıskançlıkları artmaktadır. Aynı çalışmanın diğer bulgularına göre ise evli bireylerin yaşam doyumları ve mutluluk hisleri azaldıkça daha çok Facebook kıskançlığı yaptıklarını bunula birlikte bireylerin yalnızlık hisleri artıkça daha çok Facebook kıskançlığı yaptıklarını ortaya koymuştur.

Aktaş ve Çopur (2018)'un yaptığı benzer bir araştırmada ise bireyin partnerinin sosyal medya kullanımına ilişkin olumsuz bir tutumunun bulunmadığını ancak partnerinin sosyal medya da geçirdiği süre artıkça bireyde stresin de arttığı bulgusu Facebook kullanımının çiftleri kıskançlık ve güven açısından olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur.

Demirtaş Madran (2016)'da Facebook kıskançlığına yönelik yaptığı çalışmada Facebook kıskançlığının cinsiyetlere göre farklılık göstermediği, kadın ve erkeklerin birbirlerine göre daha çok Facebook kıskançlığı yapmadığını ortaya koymuştur (Demirtaş,2016:93). Ancak Demirtaş ve Dönmez (2006)'in çalışmalarında kadınların erkeklere göre daha fazla kıskançlık reaksiyonu gösterdiğine yönelik elde ettiği aksi yönde bulgularda vardır. Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerle yaptıkları çalışmada güven duygusunun cinsiyetlere göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini bulmuştur. Ancak aynı araştırmada kadınların erkeklere göre partnerlerine daha çok güvendiği ortaya konulmuştur ancak bu durum Kara ve Yüksel Şahin'in bu araştırmayı sadece evli bireylerle yürütmesiyle ilişkili olabileceği düşünülebilir.

Sonuç ve Öneriler

Facebook kıskançlığı ile romantik ilişkilerde güven duygusu arasında anlamlı bir ilişki olduğu batılı ve Türkiye örneklemelerinden elde edilen bulgular ile ortaya konmuştur. Bu bağlamda yapılan çalışmalar Facebook kıskançlığının bireylerin partnerlerine olan güvenlerini zedelediği ve partnerine karşı güvensizliği arttırdığına ilişkin görüşleri desteklemiştir. Diğer yandan Facebook kıskançlığı ile romantik ilişkilerde güven duygusu arasındaki ilişkide başka faktörlerinde etkili olabileceği açıktır. Facebook kullanım sıklığı, romantik ilişkinin süresi, çiftlerin medeni durumları, partnerlerin kültürleri ve eğitim seviyeleri gibi değişkenlerde çiftlerin Facebook kıskançlığını ve ilişkideki güven algılarını etkileyebilir.

Bu alandaki açıklık düşünüldüğünde bu değişkenler baz alınarak yeni çalışmaların yapılması alandaki hem kuramsal hem de uygulamaya dönük boşluğun doldurulmasına katkı sağlayabilir. Bireylerin sosyal medya hesaplarına sığınmaları yalnızlıktan ya da mutsuzluktan bir kaçış olarak yorumlanabilir. İlişkide partnerlerin mutsuz oluşu, ilişki doyumunun eksikliği, iletişim sorunları, anlaşmazlıklar vs. gibi değişkenler partnerleri yalnızlığa ve bu yalnızlık da Facebook sosyal medya ağında daha çok vakit geçirmeye itmektedir. Partnerlerin Facebook da harcadıkları zaman arttıkça bununla ters orantılı olarak aralarındaki güven duygusu azalmaktadır. Türk örneklerinin bazılarında Facebook kıskançlığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasına karşın bazı örneklerde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Dolayısıyla Türk örneklerinde bu konuyla ilgili yapılacak daha çok çalışmaya ihtiyaç vardır. Yapılan çalışmalarda kullanılan ölçüm araçlarının kıskançlık, eşine karşı güven ve evlilik doyumunu gibi özel konuları ölçmede katılımcıların doğru yanıt vermede tereddüt etmesi, utanması yönüyle yetersiz ve yanıltıcı olabilmektedir. Bu bağlamda gelecek çalışmalarda bu kavramlar üzerine çalışacak araştırmacıların katılımcılara öz bildirimine dayalı ölçeklerin uygulanmasına ek olarak bireysel görüşmeler yaparak daha geniş kapsamlı bilgilere ulaşabilir.

Romantik ilişkilerin sağlıklı bir şekilde devam etmesi, evliliklerin bozulmaması ve en önemlisi toplumun en temel kurumu olan aile kurumunun korunması için bireylerin Facebook kullanımı konusunda bilinçlenmesi çok önemlidir.

KAYNAKÇA

Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyeş İletişim Dergisi*, 5(4), 402-421.

Aktaş, M., & Çopur, Z. (2018). Sosyal medya kullanımının eşler arasındaki strese etkisi. *Education Technology and Scientific Researches*(6), 142-153.

Atak , H., & Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 25-37.

Demirtaş Madran, H. A. (2016). Facebook kıskançlığı ölçeğinin türkçe formu: Üniversite öğrencileri üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 93-99.

Demirtaş, H. A., & Dönmez, A. (2006). Yakın ilişkilerde kıskançlık: Bireysel ilişkiler vedurumsal değişkenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(3), 181-191.

Duran, Ş., & Hamamcı, Z. (2010). Evliliik öncesi ilişki geliştirme programlarının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. *Aile ve Toplum Yılı*, 11(6), 87-99.

Ercan, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin aşk stillerinin demografik değişkenler ve anne babaya bağlanma ile ilişkisi. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(11), 25-37.

Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medya ile çöküşü. *e-Journal of Media*, 2(1), 105-120.

Hoşoğlu, R., & Sevim, S. (2019). Üniversiteli öğrencilerinin romantik ilişkilerde kıskançlıkla başa çıkma biçimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 149-179.

İspir , B., Birsen, H., Binark, F. M., Özata, F. Z., Bayraktutan, G., Öztürk, M. C., Ayman, M. (2013). Dijital iletişim ve yeni medya. *Anadolu Üniversitesi Yayını*, 2-193.

Kara , E., & Yüksel Şahin, F. (2018). Evli bireylerde kişisel yılmazlık, evlilik yakınlığı ve ikili ilişkilerde güvenin demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*(86), 379-398.

Kaya, Ö. S. (2018). Romantik ilişkilerde problem çözme becerilerinin empati ve iyi oluş açısından incelenmesi. *Yüksek Öğretim ve Bilim Dergisi*, 8(1), 62-72.

Rousseau, D. M., Sitkin, S. B., Burt, R. S., & Camerer, C. (1998). Not different after all: A crossdiscipline view of trust. *Academy of Management Review*, 23(3), 393-404.

Saraç, A., Hamamcı, Z., & Gökçay, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin ilişkinin yordanması. *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 69-81.

Şensoy, G., Asıcı, E., & İkiz, F. E. (2019). İlişki doyumunun mükemmelliyetçilik ve güven aracılığıyla yordanması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(46), 230-246.

Tiryaki, S., & Karakuş, M. (2018). Evli bireylerin sosyal medya kullanımları üzerine bir saha araştırması. *Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Uluslararası Hakemli Dergisi*, 26(3), 422-443.

Uluç, G., & Yarcı, A. (2017). Sosyal medya kültürü. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 55(52), 88-102.