

# ***YAKIN İLİŞKİLER***

## ***Çekicilik Ve İlişki GeliŐimi (Kuramlar)***

***DR. ÖĞR. Üyesi ÖZGÜR GÜLDÜ***

KAYNAK: Dönmez, A. (2009). Yakın İlişkiler Psikolojisi. Ankara:Nobel Yayın Dağıtım.

- ✦ İnsanla diğer insanlara gereksinim duyarlar.
- ✦ Diğer insanlarla ilişki kurmanın pek çok yolu vardır.
- ✦ Bunların en derin biçimlerinden biri de *bir ortakla romantik bir ilişkidir.*
- ✦ Örneğin; *evlilik ...*
- ✦ Evlilik ya da diğer uzun süreli ilişkiler kendiliğinden olmaz.
- ✦ Bu ilişkiler başlanıştaki çekimden doğan *karmaşık bir duygu ve davranışlar* karmaşasının sonucunda gelişir.

## ÇEKİCİLİK KURAMLARI

*Çekicilikle ilgili bir çok kuram vardır. Dersimizde romantik ilişkilerin gelişimiyle ilgili kuramsal yaklaşımlar üzerinde duracağız.*

### © **BİR TUTUM OLARAK ÇEKİM**

(Çekimin bir tutum olarak kavramlaştırılması)

*Düşünce* + *Duygu* + *Davranış* = **ÇEKİM**

***Tutum***; belirli bir nesneye **yaklaşma** ya da ondan **uzaklaşma** doğrultusunda **bir yönelim** olarak düşünülebilir.

Bir tutum olarak kavramlaştırıldığında;

***Çekim***; *bir kişiye yaklaşma ya da ondan uzaklaşma yönündeki bir eğilimdir.*

Dönmez, A. (2009). Yakın İlişkiler Psikolojisi. Ankara:Nobel Yayın Dağıtım.

© *DENGE KURAMLARI (Hieder, 1958 ve Newcomb, 1961)*  
*A – B – X MODELİ*

*Uyumu vurgulayan kuramsal yaklaşımdır.*

**Kuramın temel varsayımına göre;**

*İnsanlar çevrelerindeki insanlarda, eşyalarda ve ilişkilerde uyum sağlama yönünde genel bir isteğe sahiptirler.*

**Kuram;**

*İnsanlar için ilişki oldukları insanlar ve nesnelere uyum içinde olduğunda, yaşamın daha kolay ve çekimin daha büyük olduğunu ileri sürer.*

*DR.ÖĞR.Üyesi ÖZGÜR GÜLDÜ*

## Denge Kuramına göre;

*Bireyler tutumlarının, yakın ilişki ortaklarının tutumlarıyla uyumsuz olduğunun farkına vardıklarında, **bundan rahatsız olurlar** ve ortaklarınıninkiyle uyumlu hale getirebilmek için **kendi tutumlarını değiştirmeye güdülenirler.***

**--- TUTUM UYUMLULAŞTIRILMASI ---**

## Ⓢ PEKİŞTİRME / ÖDÜL KURAMLARI

*Temel öğrenme süreçleri üzerine yapılandırılmış kuramlardır.*

- ***Klasik Koşullama*** - bir uyaranı bir tepki izler
- ***Edimsel Koşullama*** - bir tepkiyi/davranışı bir pekiştireç izler

**Hem pekiştirme hem de denge kuramları için önemli bir özellik:**

**“BENZERLİK”**

*(aynı türden kuşlar bir sürüde toplanır)*

***Benzerlikler attığı ölçüde, iki kişi birbirini daha fazla çekeceklerdir.***

***Yani, insanlar sahip oldukları özelliklerin benzerliği oranında (az ya da çok) karşısındaki insanı az ya da fazla çekici bulacaklardır.***



Ancak, benzerliğin çekiciliği etkilediği ölçüde, çekiciliğinde benzerliği etkilemesi olasıdır.

*Denge Kuramları açısından benzerlik;*

uyumluluk ve denge istediğimiz ilişki ortakları arasında tutum ve davranışlar açısından gereklidir.

*Tutumların uyumlu hale getirilebilmesi için benzerlik şarttır.*

## © *UYARILMA KURAMLARI*

### *(Psikolojik Uyarılma ve Duygusal Durumlarda Oynadığı Rol)*

Schachter'e (1964), fizyolojik uyarılma ve ona eşlik eden ilişkili ve anlaşılabilir duygusal ipuçları duygusal deneyimi oluşturur.

## **“ÖLÜMCÜL ÇEKİMLER”**

*Benzerlik çekimi arttırıyorsa, benzemezlik ya da farklılık ne yaratır?*

Araştırmalar, *romantik ilişki ortakları* birbirlerinden **çok farklı olduklarında**, ilişkinin yürümesi olasılığının **düşük olduğunu** göstermektedir.

Örneğin; oldukça utangaç bir kişi aşırı derecede dışa dönük bir kişiyi çekici buluyorsa, daha sonra dışa dönüklük **“ölümcül çekim”** olabilir.

- ✓ **Ancak, eğer iki kişi ilişkilerini geliştirirken aralarındaki farklılıkların zamanla farkına varırlarsa, bu daha az sorun yaratmakta ve hatta yakın ilişkilerin doğal yönü olarak görülmektedir.**
- ✓ **Bir ortağın özelliklerinin eşsizlik ve aşırılığı arttıkça, yaşanan düş kırıklığı da artar.**
- ✓ **Cinsiyet rollerine uygun olmayan biçimlerde davranma da, ilişkinin bitmesiyle bağlantılıdır.**