

YAKIN İLİŞKİLER

Çekicilik ve İlişki Gelişimini Etkileyen Etmenler

DR. ÖĞR. Üyesi ÖZGÜR GÜLDÜ

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

Çekicilik Üzerindeki Çevresel Etkiler

Yakınlık

- Birbirlerine yakın olan insanlar daha sık etkileşim içinde olma fırsatı yakalarlar.
- Birbirlerinden daha fazla hoşlanırlar, daha fazla severler dolayısıyla da birbirlerini **daha çekici** bulurlar.
- Ancak aralarında olumsuz etkileşim varsa yakınlık **çekiciliği azaltır**.
- Bir şeyi ya da kişiyi tekrar tekrar görme ona olan **sevgimizi arttırır**.

Beden Dili

- Çekicilik beden dilinden etkilenir.
- Beden dili, yüz ifadeleri, duruş, vücudun eğimi, giyim tarzı, takı makyaj gibi fiziksel özelliklerle ilgilidir.

Çekicilik Üzerindeki Kişisel Etkiler

Fiziksel Çekicilik

➤ Bir kişinin diğer kişiyi çekici bulup bulmadığında en güçlü etmenlerden biri dış görünüm ve fiziksel çekiciliktir.

Eşleşme Denencesi

➤ Eğer 1 ile 10 arasında değişen bir ölçekte 10 düzeyinde olduğumuza inanıyorsak , 0 zaman yine 10 düzeyinde; eğer 6 düzeyinde olduğumuza inanıyorsak 6 düzeyinde bir başkasını ararız.

➤ Bu ***EŞLEŞME DENENCESİ*** olarak tanımlanır.

Çekicilik Üzerindeki Kişisel Etkiler

“Güzellik Eşittir İyidir” Denencesi

➤ Fiziksel çekicilikle ilgili ***“güzel olan iyidir”*** kalıpyargısı vardır.

➤ Ancak tam tersi de doğrudur.
Yani

“çirkin olan kötüdür”.

İstendik Diğer Özellikler

Çekiciliği etkileyen pek çok özellik vardır:

➤ Fiziksel çekicilik

➤ Neşeli olma

➤ Dışadönükler

➤ Orta derecede seçici insanlar

➤ Üstün ancak kusursuz olmayan insanlar

Eş Seçimi ve Evrimsel Psikoloji

*“Doğa
gerçekten
karmaşıktır”*

Evrimsel bakış açısı *çekiciliğe*,
insan türünün yaşaması ve üremesi açısından
merkezi bir rol oynayan *eş seçimi* nedeniyle
önem vermektedir.

Evrimsel Psikoloji’ye göre,
kadın ve erkek farklı üreme stratejilerine
sahiptirler.

Evrimsel bakış açısı çerçevesinde yapılmış bir çok araştırma vardır.

Bunların sonuçlarına göre,

► Her iki cins de nazik, anlayışlı, zeki ve heyecan verici bir ilişki ortağı ister. Dolayısıyla uzun süreli, bağlanmış bir ilişkiye katkıda bulunacak ve temel ait olma gereksinimini doyuracak özellikler ararlar (Baumeister ve Leary, 1995)

► ***Kadınlar*** daha fazla gelir getirme kapasitesine sahip ve üniversite mezunu bir ilişki ortağı ararlar.

► ***Erkekler*** ise fiziksel çekicilik düzeyi yüksek ilişki ortağı ararlar (Kenrick ve Trost, 1089).

İlişki Gelişimi ve Süreçleri

*İlişkiler nasıl
ilerler ve gelişir?*

*İlişkinin gelişimi
neye benzer?*

Toplumsal Giriş Kuramı Altman ve Taylor, 1973

Toplumsal giriş;

- *toplumsal etkileşimde geçen açık kişiler arası davranışlar,*
- *açık değişim öncesindeki, esnasındaki ve sonrasındaki öznel süreçleri içermektedir.*

Toplumsal girişin önemli bir yönü ***AÇILMA'dır.***
(kişinin duygu ve düşüncelerini bir diğerine açıklaması süreci)

Açılmanın iki boyutu vardır:

Genişlik (konuların çeşitliliği)

Derinlik (konuların yakınlığı)

İlişki sürdükçe her iki boyutta da yükselmeler görülür.

Romantik İnançlar

*İlişki Gelişimini
Etkileyen Diğer
Etmeler*

“Aşk tüm engelleri aşar”

“Herkes için gerçek tek bir aşk vardır”

Romantik İnançlar

gibi söylemler ilişkinin niteliği ile ilişkilendirilmektedir. **Ancak gerçekte ilişkinin nitelik ya da kararlılığını yordamamaktadır.**

*Olumlu
Yanılsamalar*

Güven

Bağlanma

Elde Etme Kuramları

Elde etme ilişkinin bir türü olarak tanımlanabilir.

Uyumluluk modelleri

(ilişki ortaklarının birbirleriyle ne kadar iyi geçindikleri ya da benzerlik ve farklılıklarıyla ilişkilidir)

Ardışık süzme modelleri

(*uyumluluk* farklı evrelerde, farklı biçimlerde başarılır)

Kişiler arası süreç modelleri

(ilişki süreci ya da ortak özellikleri ve çevresel değişikliklerin zaman içerisinde nasıl etkileştikleri ve değiştikleriyle ilgilenir. *Örneğin evliliğe giden yolda çiftlerin karşılaştıkları olaylara odaklanılır*)