



## Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi

*Development of the Satisfaction of Basic Psychological Needs in Romantic Relationships Scale*

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı Glasser'in seçim teorisi temelli temel psikolojik ihtiyaçların romantik ilişkilerdeki doyumuna yönelik ölçek geliştirilmesidir. Ölçeğin hazırlanırken genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşadıkları romantik ilişkilerdeki temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumları ve romantik ilişkilerini temel psikolojik ihtiyaçlar temelinde ele almaları konusunda farkındalık kazanmaları hedeflenmiştir. Bu amaç doğrultusunda 61 maddelik bir soru havuzu hazırlanmıştır. Uzman görüşlerinin ardından bu madde sayısı 50'ye düşmüştür. Açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi, uyum geçerliği ve test tekrar test olmak üzere toplamda beş uygulama yapılmıştır. Araştırmanın tüm bu aşamaları için toplamda 904 genç yetişkine ulaşılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 21.44 (SD=.065) olarak bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi sonrasında dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu dört faktörün toplam varyansın %65.35'ini açıkladığı ortaya konulmuştur. Araştırma kapsamında doğrulayıcı faktör analizi iki düzey şeklinde yapılmıştır. Uygulanan doğrulayıcı faktör analizleri sonrasında ölçeğin geçerli olduğu görülmüştür. Uyum geçerliği çalışmaları İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ile yapılmıştır. Yapılan analizler sonrasında İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve araştırma kapsamında geliştirilen ölçeğin korelasyon katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Yapılan diğer analizlerde ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .94, test tekrar test katsayısı .81 olarak ve madde toplam korelasyon değerleri .49 ile .84 arasında hesaplanmıştır. Uygulanan geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının ardından Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Ölçek Geliştirme, Genç Yetişkinlik, Romantik İlişkiler

### ABSTRACT

The aim of this study is to develop a scale for the satisfaction of basic psychological needs in romantic relationships based on Glasser's choice theory. While preparing the scale, it was aimed to raise awareness about the satisfaction of the basic psychological needs of individuals in young adulthood in their romantic relationships and to address their romantic relationships on the basis of basic psychological needs. For this purpose, a question pool of 61 items was prepared. After expert opinions, this number of items was reduced to 50. A total of five applications including exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, convergent validity and test-retest were conducted. A total of 904 young adults were reached for all these stages of the study. The mean age of the participants was 21.44 (SD=.065). After exploratory factor analysis, a four-factor structure was obtained. These four factors explained 65.35% of the total variance. Within the scope of the research, confirmatory factor analysis was conducted at two levels. After the confirmatory factor analysis, the scale was found to be valid. Convergent validity studies were conducted with the Basic Psychological Needs in Relationships Scale. After the analyses, the correlation coefficient of the Basic Psychological Needs in Relationships scale and the scale developed within the scope of the research was found to be .75. In other analyses, the Cronbach Alpha coefficient of the scale was .94, the test-retest coefficient was .81, and the item-total correlation values were calculated between .49 and .84. Following the validity and reliability studies, the Satisfaction of Basic Psychological Needs in Romantic Relationships Scale was found to be a valid and reliable scale.

**Keywords:** Basic Psychological Needs, Scale Development, Young Adulthood, Romantic Relationships

### GİRİŞ

Glasser seçim teorisinde dış kontrol psikolojisi yani davranışlarımızın dışarıdan kontrol edilebileceği düşüncesinin aksine, insanın hayatında yaptığı her şeyin kendi seçimi olduğunu vurgulamıştır. Bu seçim yaşadığımız mutsuzluklarda bile vardır. Dışarıdan bireye verilenin sadece bilgi olduğunu belirtmiştir (Glasser, 1998). Seçim teorisine göre davranış seçilen bir şey; zihinsel ve duygusal rahatsızlıklar ise mutsuzluk olarak tanımlanmıştır. Seçim teorisine göre zihinsel sağlık etkili seçimler yapabilmeyken, zihinsel rahatsızlıklar tam

**Hüseyin Buğra Karaman<sup>1</sup>**



**Coşkun Arslan<sup>2</sup>**



### How to Cite This Article

Karaman, H. B. & Arslan, C. (2023). "Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 9(70): 3348-3356. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/smryj.69189>

Arrival: 01 March 2023

Published: 30 April 2023

Social Mentality And Researcher Thinkers is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

<sup>1</sup> Doktora Öğrencisi., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Konya, Türkiye

<sup>2</sup> Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Konya, Türkiye



tersi olarak betimlenmiştir (Wubbolding, 2015). Seçim teorisinin öğretilmesinin bireylerin zihinsel sağlıkları için önemli olabileceği vurgulanmıştır. Glasser'e göre bunu yapmanın en iyi yolu yakın ilişkide olunan kişilere nasıl yaklaşım içinde bulunduğunu incelemektir. Bu yaklaşım içerisinde dış kontrol psikolojisine ait olan baskı, misilleme, güç kullanımı gibi öğelerin ne kadarının var olduğunu incelemek, bunlar yerine ilgi, destekleme, müzakare, cesaret verme gibi tutumları yerleştirebilmek bizleri dış kontrol psikolojisinden ayırarak seçim teorisini öğrenmeye götüren süreçler olarak ele alınmıştır (Glasser, 1998).

Bireylerin zihinsel rahatsızlık yönündeki seçimlerinde etkili olan durumlar, geçmiş yaşantılar, aile içindeki ilişkiler olarak belirtilirken, diğer önemli bir husus da temel ihtiyaçlar olarak belirtilmiştir. Bireylerin bu ihtiyaçların farkında olmaları önemlidir, ortaya çıkan sorunların bu ihtiyaçları daha önce öğrenmemelerinden kaynaklanabilmektedir. Seçim teorisini öğrenmek gibi bu ihtiyaçların farkında olmak evlilik ya da romantik ilişkiler gibi yakın ilişkilerde bu ihtiyaçların konuşulmasına ve çiftlerin birbirleri ile geçinme yollarını bulmalarına destek olabilecektir. Çünkü bu ihtiyaçların karşılanması bireylerin ilişkilerinde mutlu olmalarına, çatışma yaşasalar bile bu çatışmalardan daha sağlıklı bir şekilde çıkmalarına destek olabilecektir (Glasser, 1965).

Glasser'e göre doğumumuzdan ölümümüze kadar seçtiğimiz her davranış temel ihtiyaçlarımız tarafından motive edilir. Bir ihtiyacı karşıladığımızda haz, karşılayamadığımız zaman acı hissederiz. Bireyler ilk başta bu ihtiyaçları ağılayarak karşılamaya çalışır, daha sonrasında da diğer ihtiyaçlarını nasıl karşılayacağını öğrenmeye başlar (Glasser & Glasser, 2007). Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmamasının bireylerin psikiyatrik bir problem yaşamasına neden olduğu, gösterilen semptom ne olursa olsun bu ihtiyaçlar karşılandığında ortadan kalktığı belirtilmiştir. Temel ihtiyaçları karşılamada ise bireylerin hayatlarında olan, onları önemseyen ve bireylerin de değer verdiği en az bir kişinin olmasının önemi vurgulanmıştır (Glasser, 1965). Temel ihtiyaçların karşılanmaması durumunda ortaya çıkabilecek olumsuzluklardan biri de alkol, madde, kumar bağımlılığı gibi negatif bağımlılıklar olarak ele alınmıştır (Glasser, 1976).

Temel ihtiyaçlar ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde bir çalışmada temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile öğrencilerdeki fiziksel şiddet ve sözel şiddet davranışlarının ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Movehedirad, Ebrahimi & Sahabi, 2021). Diğer çalışmalar incelendiğinde iyi oluş (Cihangir-Çankaya, 2009), öznel iyi oluş (Türkdoğan & Duru, 2012), zorbalık (Eşici, 2013), sosyal medya bağımlılığı (Bozkurt & Bozkurt, 2022), internet bağımlılığı (Eyyüpoğlu & Özbay, 2018; Sever, 2021), kaygı (Erden, 2021) ve evlilik doyumu (Moblian, Dayarian & Usefi, 2021) ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur.

Glasser'in seçim teorisinde bir adet fizyolojik dört adet psikolojik ihtiyaç yer almaktadır. Tüm bunların geneli ise temel ihtiyaçlar olarak tanımlanmıştır (Türkdoğan & Duru, 2012). Bu temel ihtiyaçlar hayatta kalma, sevmeye/ait olma, güç, özgürlük ve eğlence olarak tanımlanmıştır. Hayatta kalma: Tüm canlılarda olduğu gibi insanda hayatta kalmak için mücadele eder. Bu mücadele içerisinde sıkı çalışma, pes etmeme, güvenliğini sağlama, üreme gibi konular girebilir. Diğer bir yönü ve insanları hayvanlardan ayıran noktası ise bireylerin yaşamlarını kendilerini geleceğe taşıyacak şekilde yaşamalarıdır (Glasser, 1998). Wubbolding (2015) ise hayatta kalmanın diğer ihtiyaçlar olan güç, ait olma, özgürlük ve eğlence ile ilişkili olduğunu ve onların giderilmesi ile anlamlı kılınacağını belirtmiştir. İnsanlarla etkileşim halinde olmanın ve etkili seçimlerin hayatta kalma ihtiyacını destekleyici olabileceği vurgulanmıştır.

Sevme, Sevilme ve Ait Olma: Glasser ilk olarak sevme ve sevilme ihtiyacına vurgu yapmıştır. Doğumumuzdan itibaren tüm yaşamımız boyunca aile, arkadaşlık, romantik ilişkilerimizde bu ihtiyacımızın önemli olduğunu belirtmiştir. Bu ihtiyacın karşılanmasının bireylerin kendilerini değerli hissetmelerinde etkili olduğunu söylemiştir. Bu yüzden bir kişi ya da bir grup içerisinde bireyin bu ihtiyacını karşılayabilmesi onun için önemli bir konudur (Glasser, 1965). Bireyler ait olma ihtiyacı için insanlarla bağlantıda olmalı, paylaşmalı, iş birliği yapmalıdır (Frey & Wilhite, 2005). Sevgi ve ait olmada romantik ilişkilerin diğer ilişkiler içerisinde bireyleri en çok zorlayanlarından olduğu belirtilmiştir. İlişki içinde olunan kişi ile bu ihtiyaç karşılanabilir ancak diğer ihtiyaçların da göz önünde bulundurulması gereklidir (Glasser, 1998). Gerçeklik terapisi sürecinde de ilk ilgilenilmesi gereken ihtiyacın sevgi ve ait olma ihtiyacı olduğu vurgulanmıştır (Wubbolding, 2015). Çünkü uzun süreli psikolojik problemlerin bu ihtiyacın karşılanmaması ile ilgili olduğu belirtilmiştir (Wubbolding, 2017).

Güç İhtiyacı: Güç ihtiyacı insana özgü bir ihtiyaç olarak tanımlanmıştır. Sahip oldukları ile yetinmeyip daha fazlasını isteme insana özgü bir davranış olarak tanımlanmıştır. Hayvanların yeterli yiyecekleri olduğunda saldırgan olmadıkları ancak insanların diğerlerinin elinde daha azının kalacağını bilseler bile elindekilerle yetinmeyip daha fazlasını istedikleri belirtilmiştir (Glasser, 1998). Özellikle kişilerarası ilişkilerde baskının yani daha önce vurgulandığı gibi dış kontrol psikolojisine ait olan davranışların güçlüler tarafından yapıldığı

belirtilmiştir. Bu bakış açısına ek olarak bu ihtiyacın tatmin edilmesi için diğerlerini kontrol ya da baskı altına almanın gerekli olmadığı vurgulanmıştır. Başarılı olma, beceriklilik, özsaygı, tanınma, bir şeyleri yapabilme, konumunun yükselmesi gibi isteklerde bireyler başarılı olduğunda bu ihtiyacı karşılamalarına destek olabilecektir. Ancak yine de bu ihtiyaç karşılanmadığında bireylerin diğer insanlar ile ilişkilerinden olumsuz olan davranışları seçmelerine neden olabilecektir (Wubbolding, 2015).

**Özgürlük:** Dışarıdan kontrol edildiğimizi hissettiğimizde ilk endişelendiğimiz ihtiyacımızın özgürlük ihtiyacı olduğu vurgulanmıştır. Özgürlük ihtiyacına zarar veren durumların başında dış kontrol psikolojisi gelmektedir. Bu ihtiyaç kaybedildiğinde bireyler kendilerini ifade etmede, kararlar almada, seçimler yapabilmeye zorlanabilir (Glasser, 1998). Diğer ihtiyaçlarda da olduğu gibi bu ihtiyacın karşılanmasında da bireyler farklı yolları tercih edebilir. Bu ihtiyaç bireylerin hayatlarında seçeneklerin tek olmadığını ve uygun seçenekler arasından seçimler yapabileceklerini fark etmelerinde önemlidir (Wubbolding, 2015).

**Eğlence:** Öğrenmenin bir ürünü olarak ele alınmıştır. İnsanlar yaşamları boyunca eğlenen canlılardır. Davranışsal açıdan bakıldığında gülme eylemi eğlenmeyi en iyi yansıtan davranış olarak belirtilmiştir. Bireyler için tatmin edilmesi en kolay ihtiyaçtır (Glasser, 1998). İnsanlar doğumlarından ölümlerine kadar eğlenmek için bir yol bulmuştur. Karşılması en kolay ihtiyaçlardan olsa da ihmal edilmemesi gereken bir ihtiyaç olduğu da vurgulanmıştır (Wubbolding, 2015).

Tüm bu ihtiyaçlar ele alındığında çiftlerin temel ihtiyaçlarında uyum olduğunda daha mutlu olabilirler. Çiftler arasında sevgi ihtiyacı fazla güç ihtiyacının az olduğu durumlarda daha mutlu olabilecekleri belirtilmiştir (Glasser & Glasser, 2007). Ancak yine de güç ihtiyacımızı doyumak için elde ettiğimiz başarıları birileri ile paylaşmazsak da bir anlamı olmayacaktır (Glasser, 1998). Alanyazın incelendiğinde temel psikolojik ihtiyaçlar ya da temel ihtiyaçlara yönelik ölçek geliştirme, uyarlama çalışmalarının olduğu görülmüştür (Burns, Vance, Szadokierksi & Stockwell, 2006; Eşici, 2021; Özbay, Alçabozan-Kayabol & Tomar 2018; Türkdoğan, 2010). Temel ihtiyaçlar genogramının gerçeklik terapisi temelli aile danışmanlığında nasıl kullanılacağına yönelik bir çalışma da mevcuttur (Duba, Graham, Britzman & Minatrea, 2009). Bunlara ek olarak çiftlerle yapılan çalışmalarda temel ihtiyaçların ölçüldüğü araçlarla yapılan çalışmalar mevcuttur (Ebadi, Pasha, Hafezi & Eftekhari, 2018; Eşici & Özbay, 2020). Ancak romantik ilişkilerdeki temel psikolojik ihtiyaçları ölçmede bir ölçek eksikliği olduğu görülmüştür. Tüm bu bilgilerden yola çıkarak bu araştırmada romantik ilişkilerde temel ihtiyaçların ölçülmesine yönelik bir ölçeğin geliştirilmesi hedeflenmiştir. Bu hedef doğrultusunda Glasser'in ilk olarak vurguladığı sevmek ve sevilme ihtiyacından (Glasser, 1965) yola çıkılarak genç yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerde temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ölçeğinin geliştirilmesi çalışması yapılmıştır. Ölçekte temel ihtiyaçlardan sevmek/ait olma, güç, özgürlük ve eğlence boyutları ele alınmıştır.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Araştırmanın katılımcılarını 18-29 yaş aralığındaki genç yetişkinler oluşturmaktadır. Uygulamalarda veriler ilgili kurumlardan araştırma izinleri alınarak yüz yüze toplanmıştır. Araştırmaya toplamda 675'i (%74.6) kadın ve 229'u (%25.4) erkek olmak üzere toplamda 904 katılımcı dâhil edilmiştir. Katılımcılar 18-29 yaş aralığında olup yaş ortalamaları 21.44 (SD=.065)'dür. Katılımcıların seçiminde uygun örneklem yöntemi kullanılmıştır (Büyükoztürk, vd. 2016; Fraenkel, Wallen & Hyun, 2012).

### Kullanılan Ölçekler

#### İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin kişiler arası ilişkiler versiyonu La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci (2000) tarafından Öz Belirleme Kuramı kapsamında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Güleç (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek temel psikolojik ihtiyaçlar özerklik, yeterlik ve ilişkili olma şeklinde 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Uyarlama çalışmasında yapılan DFA sonuçlarına göre uyum değerleri  $\chi^2 /sd=2.45$ , GFI=.97, CFI=.90, RMSEA=.07 olarak bulunmuş yapı geçerliğinin sağlandığı belirtilmiştir. Ölçek 7'li likert tipte olup alınabilecek en düşük puan 9 en yüksek puan 63'tür. Ölçekte 1= Hiç doğru değil 7= Çok doğruyu ifade etmektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayısı .65, Cronbach Alfa katsayısı ise .71 olarak hesaplanmıştır.

#### Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği

Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği bu araştırma kapsamında geliştirilmiştir. Ölçekte yer alacak olan temel psikolojik ihtiyaçlar Glasser'in modeline göre belirlenmiştir. Glasser'in modelinde yer alan özgürlük, eğlence, ait olma ve güç ihtiyaçları romantik ilişkiler bağlamında ele alınmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına ait bilgiler bundan sonraki bölümlerde ele alınmıştır.

## Madde Havuzunun Hazırlanması

Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği Glasser (1965)'in seçim teorisinde yer alan temel psikolojik ihtiyaçların ilişkiler üzerinden değerlendirilmesine yönelik olarak hazırlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda kuramsal temele bağlı kalınarak 61 adet sorudan oluşan bir madde havuzu hazırlanmıştır. Bu maddeler ölçme ve değerlendirme alanında uzman olan bir kişi ile değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme sonrasında madde sayısı 59'a düşmüştür. Sonrasında ölçek geliştirme ve uyarlama deneyimi olan, psikolojik danışma ve rehberlik alanında uzman olan kişilerden maddeler hakkındaki görüşleri alınmıştır. Bu değerlendirmelerin ardından madde sayısı 50'ye düşmüş ve uzmanların önerdiği tüm düzenlemeler maddeler üzerinde yapılmıştır. Dört alt boyut için madde sayısı dağılımının sevgi/ait olma için 15, güç ihtiyacı için 13, özgürlük ihtiyacı için 12 ve eğlence ihtiyacı için 10 madde belirlenmiştir. Ölçek altılı likert olarak tasarlanmıştır. Likert ölçeklerde katılımcılar kendilerine mantıksal bir düzen içerisinde verilen derecelerden kendilerine en uygununu işaretlerler (Büyüköztürk, vd. 2016). Bu ölçekte yer alan likertte 1= Bana hiç uygun değil 6= Bana tamamen uygunu ifade etmektedir.

## Yapı Geçerliği Çalışmaları

Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği için yapılan ölçümlerin geçerliğini belirlemek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi ve Doğrulamalı Faktör Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Açıklayıcı Faktör Analizi için 464 üniversite öğrencisinden veriler toplanmıştır. Verilerin toplanmasının ardından üç katılımcının cevaplarını yarıda bıraktıkları görüldüğü için bu veriler veri setine alınmamıştır. Ardından yapılan kayı veri analizi sonrasında EM Korelasyonları tablosunda kayıp verilerin birbiri ile ilişkili olduğu görülmüştür ( $p < 0.05$ ). Bu sonuç elde edildiğinde kayıp verilerin setten çıkarılması önerilmektedir (Tabachnick & Fidell, 2015). Bu nedenle 11 veri setten çıkarılmış ve 451 veri kalmıştır. Uç değerlerin analizinde toplam puanlar Z puanına dönüştürülmüştür. Field (2018) normal dağılımda %5'lik kısmı oluşturan veriler için 1.96'dan yüksek değere sahip verilerin çıkarılmasını önermiştir. İşlem tamamlandığında 22 veri setten çıkarılmıştır. Toplamda 36 veri setten çıkarılmış ve 429 veri ile analizler yapılmıştır. Dağılım normalliği sınanmış, çarpıklık ve basıklık değeri -2 +2 arasında olduğu görülmüştür (George & Mallery, 2010).

Açıklayıcı faktör analizi için çalışmaya 334 (%77.9) kadın ve 95 (%22.1) erkek olmak üzere toplamda 429 üniversite öğrencisi katılmıştır. Comrey ve Lee (1992) 300 örneklemin iyi, 500 örneklemin çok iyi olduğunu belirtmiştir. Tabachnick ve Fidell (2015) düşük ortak varyans, az sayıdaki faktör ve faktörlerin üç ya da dört göstergesi olduğu durumlarda örneklemin en az 300 olması gerektiğini belirtmişlerdir. Ho (2006) ise örneklem sayısının 100 üzerinde olmasını önermiştir. Bu nedenle açıklayıcı faktör analizi için bu örneklemin yeterli olduğu düşünülmüştür. Kayser-Meyer-Olkin örneklem yeterliği testi sonucu da örneklemin yapılan çalışma için yeterliğini ölçen bir diğer ölçüttür (Can, 2017).

Faktör analizi için veri setinin uygunluğunu belirlemek amacıyla KMO-MSA ve Barlett Testi sonuçlarına bakılmıştır. KMO-MSA değerinin .941 olduğu görülmüştür. Bu değer 1'e yaklaştıkça veri setinin yeterli düzeyde olduğu bilgisini vermektedir (Tabachnick & Fidell, 2015). Barlett Testi sonucu incelendiğinde anlamlı olduğu görülmüştür ( $X^2=13942.7$ ,  $p < 0.001$ ).

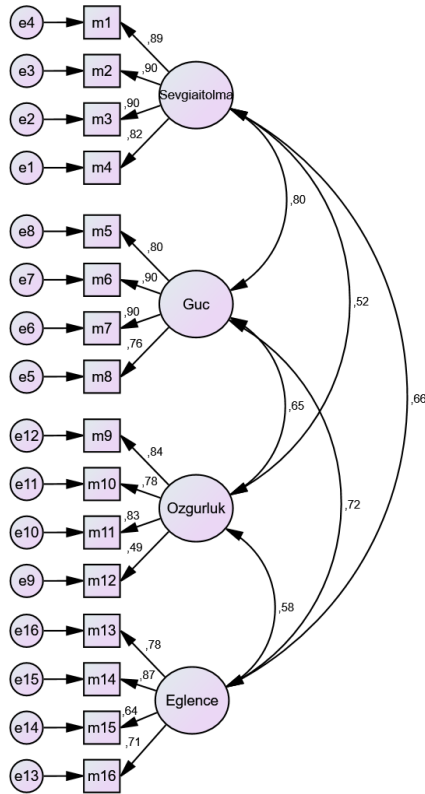
Yapılan analizler sonrasında ilk etapta binişik olan maddeler veri setinden çıkartılmıştır. Çıkarılan maddelerin ardından kalan 42 madde ile analiz tekrarlanmıştır. Toplam yedi faktör elde edilmiştir. Faktörler altındaki maddelerin kuramsal olarak aynı faktör altında toplanmayanları tekrar analizden çıkarılmıştır. Kalan 24 madde ile tekrar analiz yapılmış ve bu sefer dört faktörlü bir yapı ortaya konulmuştur. Dört alt boyut için yapılan analizler sonucunda kuramsal temele bağlı kalınarak ilgili faktörlerde toplanmayan maddeler, binişik olan maddeler ve düşük yük veren maddeler analizden çıkarılmıştır. Açıklanan varyansın oranı ilgili yapının ne derece iyi ölçüldüğü ile ilgilidir. Bunu arttırmak için faktör sayısının artırılması ya da yüksek yük veren maddelerin seçimi önerilmiştir (Büyüköztürk, 2011). Glasser'in belirttiği temel psikolojik ihtiyaçlar için faktör sayısı arttırılamayacağı için düşük yük veren maddeler çıkarılmıştır. Yapılan işlemlerin ardından kalan 16 madde dört faktör ile sınırlandırılarak yeniden analiz edilmiştir. Yapılan analizde KMO-MSA değerinin .891 olduğu, Barlett Testi sonucunun ise anlamlı olduğu görülmüştür ( $X^2=3040.60$ ,  $p < 0.001$ ). Bu 16 maddelik ve dört faktörlü yapı için uygulanan analizler sonucunda faktörlerin toplam varyansın %65.35'ini açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin faktör yapısı ve yüklerine ait bilgilere Tablo-1'de yer verilmiştir.

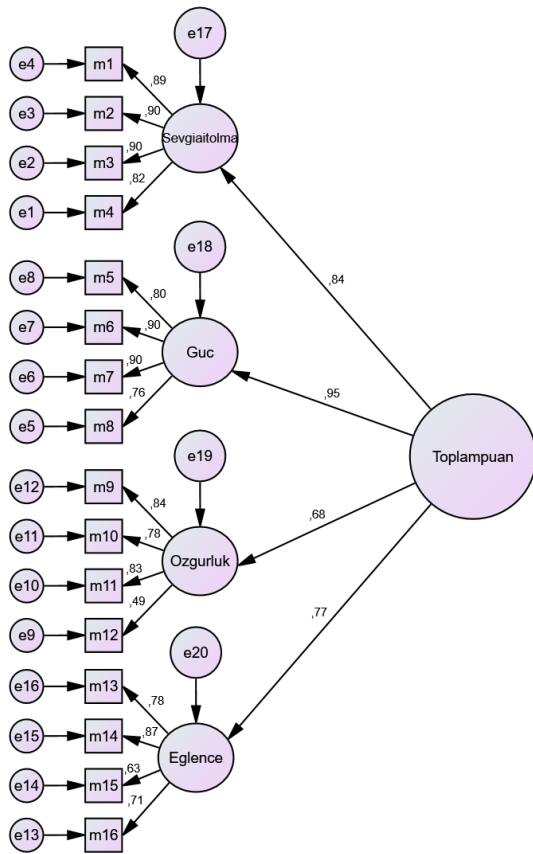


**Tablo-1.** Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Faktör Yapısı ve Faktör Yükleri

Madde Numarası	Sevgi/Ait Olma	Güç	Özgürlük	Eğlence
4	.844			
1	.832			
11	.771			
3	.725			
17	.	.770		
23		.710		
18		.672		
27		.568		
37			.811	
39			.704	
14			.690	
34			.673	
45				.814
46				.779
43				.768
49				.587
Açıklanan Varyans	%18.70	%15.11	%15.50	%16.04

Doğrulamalı Faktör Analizi çalışmaları için Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesinde eğitim öğretim hayatlarına devam eden 263 katılımcı araştırmaya dahil edilmiştir. Doğrulamalı Faktör Analizi iki düzey şeklinde gerçekleştirilmiştir. Birinci düzey DFA sonuçlarında uyum indeksleri  $\chi^2/sd= 2.32$ , GFI= 0.91, CFI= 0.96, PGFI= 0.65, AGFI= 0.87, RMSEA= 0.07, SRMR= 0.05 ve PNFI= 0.76 olarak hesaplanmıştır. Uyum indeksleri incelendiğinde modelin iyi ve mükemmel uyum gösterdiği görülmüştür. Birinci düzey DFA sonuçları şekil-1 de gösterilmiştir. İkinci Düzey DFA sonuçları incelendiğinde uyum indeksleri  $\chi^2/sd= 2.33$ , GFI= 0.90, CFI= 0.95, PGFI= 0.66, AGFI= 0.87, RMSEA= 0.07, SRMR= 0.05 ve PNFI= 0.77 olarak hesaplanmıştır. İkinci düzey analiz için de modelin iyi ve mükemmel uyum gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. DFA analize ait model ve standardize regresyon katsayılarına ait bilgiler şekil-1 ve şekil-2’de gösterilmiştir (Bentler & Bonet, 1980; Byrne & Campbell, 1999; Collier, 2020; Grimm, Ram & Estabrook, 2017; Kline, 2016; Marsh, vd. 2006; Özdamar, 2017; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003; Tabachnick & Fidell, 2015).

**Şekil 1:** Birinci Düzey DFA Sonuçları



Şekil 2: İkinci Düzey DFA Sonuçları

### Uyum Geçerliği

Ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek için Öz belirleme kuramı temelli İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Güleç, 2020) ile korelasyonlarına bakılmıştır. Uyum geçerliği çalışmaları için 141 katılımcı araştırmaya dahil edilmiştir. Geliştirilen Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği ile İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0.75$ ,  $p<0.01$ ). Bu sonuç ele alındığında Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin geçerli bir ölçek olduğu söylenebilir.

### Güvenirlğe İlişkin Bulgular

Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin güvenirlik çalışmalarında test tekrar test, Cronbach Alfa ve madde toplam korelasyon puanlarına bakılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri 141 katılımcıdan alınan sonuçlara göre incelenmiştir. Ölçekten ve alt boyutlardan elde edilen Cronbach Alfa puanları incelendiğinde; ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa değeri .94, sevgi/ait olma alt boyutu için .93, güç alt boyutu için .89, özgürlük alt boyutu için .82 ve eğlence ihtiyacı için .86 olarak hesaplanmıştır. Madde toplam korelasyon değerleri incelendiğinde değerlerin .49 ile .84 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Test tekrar test çalışmaları için toplamda 71 katılımcıya Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği 3 hafta arayla uygulanmıştır. Uygulamalarda katılımcılardan rumuz yazmaları istenmiştir. Test tekrar test güvenirlik katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlik çalışmalarından alınan değerler incelendiğinde ölçeğin güvenirliğinin yeterli olduğu görülmüştür (Büyüköztürk, 2011).

### Ölçekten Alınan Puanların Değerlendirilmesi

Geliştirilen Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinde toplam 16 madde yer almaktadır. Ölçek 6'lı likert tipte olup 1= bana hiç uygun değil, 6= bana tamamen uygun şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 16, maksimum puan ise 96'dır. Ölçek Glasser'in temel ihtiyaçlarından dört psikolojik ihtiyacı ifade eden sevgi/ait olma, güç, özgürlük ve eğlence alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin genelinden ve alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe temel psikolojik ihtiyaçların doyumu yükselmektedir. Ölçek geliştirme sürecinde araştırmaya dahil olan toplam 904

katılımcıdan alınan puanlar sonucunda, toplam puandan alınan ortalama 81.63 (SD=.44), sevgi/ait olma alt boyutu için 20 (SD=0.15), güç alt boyutu için 20.58 (SD=.12), özgürlük alt boyutu için 21 (SD=.12) ve eğlence alt boyutu için 20.05 (SD=.14) olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin uygulaması yaklaşık olarak 4-5 dakika arasında sürmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeğinin geliştirilmesinde Glasser (1965)'in temel ihtiyaçlarından yola çıkılmıştır. Temel ihtiyaçlardan sevmeye/ait olma, güç, özgürlük ve eğlence ihtiyaçlarına yönelik olarak madde havuzu hazırlanmıştır. Madde havuzu önce ölçme değerlendirme alanından bir uzman ile değerlendirilmiştir. Sonrasında alan uzmanlarına madde havuzu gönderilmiştir. Tüm bu değerlendirmeler ve analizler sonucunda 16 maddelik, dört alt boyutlu bir ölçek elde edilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliği çalışmalarında açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yöntemleri kullanılmıştır. AFA için araştırmaya 429, DFA için araştırmaya 263 katılımcı dahil olmuştur. Yapılan AFA sonuçlarına göre 16 maddelik ve dört alt boyutlu, toplam varyansın %65.35'ini açıklayan bir yapı elde edilmiştir. Sonrasında doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA iki düzey şeklinde yapılmıştır. Birinci düzey DFA sonuçları incelendiğinde uyum indeksleri Birinci düzey DFA sonuçlarında uyum indeksleri  $\chi^2/sd= 2.32$ , GFI= 0.91, CFI= 0.96, PGFI= 0.65, AGFI= 0.87, RMSEA= 0.07, SRMR= 0.05 ve PNFI= 0.76 bulunmuştur. İkinci düzey DFA sonuçlarına göre uyum indeksleri  $\chi^2/sd= 2.33$ , GFI= 0.90, CFI= 0.95, PGFI= 0.66, AGFI= 0.87, RMSEA= 0.07, SRMR= 0.05 ve PNFI= 0.77 olarak bulunmuştur. Uyum indeksleri incelendiğinde dört faktörlü yapının geçerli olduğu görülmüştür.

Uyum geçerliği çalışmaları için İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar (Güleç, 2020) ölçeği ile araştırma kapsamında geliştirilen ölçek arasındaki korelasyon değeri hesaplanmıştır. Araştırmaya 141 katılımcı dahil edilmiştir. Korelasyon değeri .75 olarak hesaplanmıştır.

Güvenirlilik çalışmaları için Cronbach Alfa değeri, test tekrar test yöntemi ve madde toplam korelasyonları incelenmiştir. Cronbach Alfa değeri .94, test tekrar test güvenirlik katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır. Madde toplam korelasyon değerleri ise .49 ile .84 arasında bulunmuştur.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları için yapılan AFA, DFA, uyum geçerliği, Cronbach Alfa Katsayısı, madde toplam korelasyonu katsayısı ve test tekrar test yöntemleri sonucunda ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür. Ancak katılımcıların sadece üniversite öğrencisi olmasından dolayı farklı sosyo kültürel, sosyo ekonomik ve yaş gruplarında yapılacak olan çalışmalarda doğrulayıcı faktör analizinin yapılması önerilmektedir. Araştırmanın güçlü yönlerinden biri birden fazla geçerlik ve güvenirlik yönteminin uygulanmasıdır. Romantik İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ölçeği özellikle evlilik öncesinde bireylerin ilişkilerini değerlendirmede kullanılabilecek bir ölçme aracıdır. Bunun yanında evlilik öncesi danışmanlığında da çiftler hakkında bilgi alırken uygulanması temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması konusunda psikolojik danışmanlara, psikologlara ve aile/çift danışmanlarına bireylerin romantik ilişkilerinde temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumu konusunda fikir verecektir.

## KAYNAKÇA

- Bentler, P. M. & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588-606.
- Bozkurt, İ. & Bozkurt, Ö. (2022). Covid-19 kısıtlamaları sürecinde üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*. 23(2). 181-190.
- Burns, M. K., Vance, D., Szadokierski, I. & Stockwell, C. (2006). Student needs survey: A psychometrically sound measure of the five basic needs. *International Journal of Reality Therapy*. Spring, 25(2), 4-8.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı* (15. Baskı). Pegem Akademi: Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (20. Baskı). Pegem Akademi: Ankara.
- Byrne, B. M. & Campbell, T. L. (1999). Cross-cultural comparisons and the presumption of equivalent measurement and theoretical structure: A look beneath the surface. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 30(5), 555-574.
- Can, A. (2017). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi* (5. Baskı). Pegem Akademi: Ankara.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 7(3), 691-711.

- Collier, J. E. (2020). *Applied Structural Equation Modeling Using AMOS*. Routledge: New York.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *A First Course in Factor Analysis* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Duba, J. D., Graham, M. A., Britzman, M. & Minatrea, N. (2009). Introducing the “Basic Needs Genogram” in reality therapy-based marriage and family counseling. *International Journal of Reality Therapy*. 28(2). 15-19.
- Ebadi, Z., Pasha, R., Hafezi, F. & Eftekhari, Z. (2018). The effectiveness of cognitive behavioral therapy on marital intimacy and identification of the basic psychological needs among couples referring to counseling centers. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*. 5(4):189-196.
- Erden, Z.Ş. (2021) Covid-19 pandemi döneminde lise öğrencilerinin kaygı ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Gaziantep.
- Eşici, H. & Özbay, Y. (2020). Beliren yetişkinlikte romantik ilişki kalitesi ile bağlanma ilişkisinde psikolojik ihtiyaçlar ve zedelenmiş otonominin aracı etkisi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*. 9(26), 267-288.
- Eşici, H. (2013). Zorba davranışlar ile seçim teorisine dayalı temel ihtiyaçların karşılanması arasındaki ilişki. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 11(2). 151-168.
- Eşici, H. (2021). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler için Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 25(2), 443-454.
- Eyyüpoğlu, E. & Özbay, Y. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirtilerinin psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi. *Education Sciences*. 13(4). 121-131.
- Field, A. P. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th Edition). London: SAGE Publications.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. & Hyun, H. H. (2012) *How to Design and Evaluate Research in Education* (8th Edition). New York: McGraw-Hill.
- Frey, L. M. & Wilhite, K. (2005). Our five basic needs: Application for understanding the function of behavior. *Intervention in School and Clinic*. 40(3). 156-160.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update*. Boston: Pearson.
- Glasser, W. & Glasser, C. (2007). *Eight Lessons for a Happier Marriage*. HarperCollins e-books.
- Glasser, W. (1965). *Reality Therapy A New Approach to Psychiatry*. New York: Harper & Row, Publisher.
- Glasser, W. (1976). *Positive Addiction*. New York: Harper & Row, Publishers.
- Glasser, W. (1998). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi* (Çev. M. İzmirli). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Grimm, K. J., Ram, N. & Estabrook, R. (2017). *Growth Modelling Structural Equation and Multilevel Modeling Approaches*. The Guilford Press: New York.
- Güleç, S. (2020). Romantik ilişkilerde doyum modeli: Temel psikolojik ihtiyaçlar, bilinçli farkındalık, ilişki niteliği, yükleme tarzları. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.
- Ho, R. (2006). *Handbook of Univariate and Multivariate Data Analysis and Interpretation with SPSS*. London & New York: Chapman & Hall/CRC Taylor and Francis Group.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4th Ed.). The Guilford Press: New York.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Basic psychological needs scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384.
- Marsh, H. W., Hau, K. T., Artelt, C., Baumert, J., & Peschar, J. L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360.



- Moblian, A., Dayarian, M. & Usefi, Z. (2021). The role of self-acceptance in relation personality factors and glasser's needs regulation with marital satisfaction. *Department of Human Sciences*. 20(98). 305-316.
- Movehedirad, M., Ebrahimi, M. L. & Sahebi, A. (2021). The effect of teaching choice theory on the basic needs satisfaction and level of aggression among high school girls. *Rooyesh-e-Ravanshenasi journal*. 10(9). 137-148.
- Özbay, Y., Alçabozan-Kayabol, N. B. & Tomar, İ. H. (2018). Temel Psikolojik İhtiyaçlara Dayalı Evlilik Uyum Ölçeği'nin geliştirilmesi. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. Samsun.
- Özdamar, K. (2017). *Eğitim, Sağlık ve Davranış Bilimlerinde Ölçek ve Test Geliştirme Yapısal Eşitlik Modellemesi*. Nisan Kitapevi: Eskişehir.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Sever, G. (2021). Ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamalarda Sosyal Bilimler Dergisi*. 5(1). 40-52.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı* (Çev. Ed. M. Baloğlu). Ankara: Nobel Akademi.
- Türkdoğan, T. & Duru, E. (2012). The role of basic needs fulfillment in prediction of subjective well-being among university students. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(4). 2440-2446.
- Türkdoğan, T. & Duru, E. (2012). Üniversite Öğrencileri Temel İhtiyaçlar Ölçeği'nin (ÜÖTİÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 31. 81-91.
- Wubbolding, R. E. (2015). *Gerçeklik Terapisi* (Çev. E. E. Öksüz). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Wubbolding, R. E. (2017). *Reality Therapy and Self- Evaluation: The Key to Client Change*. ACA: Alexandria.