Close relationship belief and self-change as predictors of romantic relationship quality in university students

Meliha TUZGÖL DOST *, Serpil ARAS **

* Hacettepe University, Faculty of Education, Ankara /Turkey,
** Ministry of Education, Hallı Akgün Imam Hatip Ortaokulu, Mersin Turkey

Abstract

The aim of this study was to determine the predictive power of university students’ relationship beliefs and self-change on the relationship quality of their romantic relationships. The sample was composed of 361 university students, 212 women (58%) and 149 men (41%), enrolled at different state universities in three metropolises and currently involved in a romantic relationship. The Relationship Beliefs Questionnaire, The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale, Relationship Quality Scale, and Personal Information Form were used in the study. Data were analyzed by multiple linear regression analysis. SPSS 23.0 packet programs were utilized in data analysis. According to the findings, of the factors of close relationship beliefs, “We must be completely open and honest with each other,” “We must do everything together,” “We must meet all needs of each other,” and “Romantic idealism” significantly predicted the social support subscale of relationship quality; “We must meet all needs of each other” significantly predicted the conflict subscale, and “We must do everything together,” “We must be able to change each other,” and “Romantic idealism” significantly predicted the depth subscale. Of the factors of self-change, self-expansion and self-contracting significantly predicted the social support subscale of romantic relationship quality while self-expansion, self-contracting and self-adulteration significantly predicted the conflict and the depth subscales.

Keywords:
Relationship beliefs, Self-change, Relationship quality, Romantic relationship, University students.

Article Info

DOI: 10.14527/pegegog.2021.004

Article History:
Received 22 June 2020
Revised 29 December 2020
Accepted 08 January 2021
Online 28 January 2021

Keywords:
Relationship beliefs, Self-change, Relationship quality, Romantic relationship, University students.

Article Type:
Research paper

Abstract

The aim of this study was to determine the predictive power of university students’ relationship beliefs and self-change on the relationship quality of their romantic relationships. The sample was composed of 361 university students, 212 women (58%) and 149 men (41%), enrolled at different state universities in three metropolises and currently involved in a romantic relationship. The Relationship Beliefs Questionnaire, The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale, Relationship Quality Scale, and Personal Information Form were used in the study. Data were analyzed by multiple linear regression analysis. SPSS 23.0 packet programs were utilized in data analysis. According to the findings, of the factors of close relationship beliefs, “We must be completely open and honest with each other,” “We must do everything together,” “We must meet all needs of each other,” and “Romantic idealism” significantly predicted the social support subscale of relationship quality; “We must meet all needs of each other” significantly predicted the conflict subscale, and “We must do everything together,” “We must be able to change each other,” and “Romantic idealism” significantly predicted the depth subscale. Of the factors of self-change, self-expansion and self-contracting significantly predicted the social support subscale of romantic relationship quality while self-expansion, self-contracting and self-adulteration significantly predicted the conflict and the depth subscales.

Keywords:
Relationship beliefs, Self-change, Relationship quality, Romantic relationship, University students.

Article Info

DOI: 10.14527/pegegog.2021.004

Article History:
Received 22 June 2020
Revised 29 December 2020
Accepted 08 January 2021
Online 28 January 2021

Keywords:
Relationship beliefs, Self-change, Relationship quality, Romantic relationship, University students.

Article Type:
Research paper
Introduction

Forming relationships is one of the fundamental human needs, it is central to and significant for humans as they are social beings. Among different types of close relationships, romantic relationships are especially important in young adults’ lives. Considering in a developmental context, romantic relationships that begin in adolescence undergo some quality changes in young adulthood. Romantic relationships in young adulthood become more supportive, more intimate, and deeper and longer-lasting than those experienced in adolescence (Collibee & Furman, 2015). Young adults develop intimacy skills in their romantic relationships. Romantic relationship contributes to the process of creating a unique identity and learning to cope with these feelings in a healthy way by accepting their sexual desires and drives (Feldman & Gowan, 1998). There are research findings indicating that romantic relationships play an important role in the development of self-concepts of adolescents and young adults (Connoly & Konarski, 1994; Furman & Shaffer, 2003), contribute to their social development and increase their social adaptation (Hamamcı & Esen Çoban, 2010), and have positive effects on coping with stress (Büyükşahin, 2001).

Furman and Shaffer (2003) revealed that romantic relationship experiences directly affect the self-perception of individuals, adolescents with positive romantic relationship experiences perceive themselves as attractive partners, and those who have negative romantic relationship experiences are less confident in being attractive partners or building successful relationships. Their study also indicated that individuals’ romantic experiences and their self-concepts in sense of romance influence their self-respect (Furman & Shaffer, 2003). As can be seen, having a romantic relationship and experiences in this relationship influence young adults’ perceptions of themselves. In other words, romantic relationships have the potential to influence the self-concepts of individuals in both positive and negative ways. There are several studies on how romantic relationships influence the content, variety, dimension, and clarity of individuals’ self-concepts. The results of these studies show that there is an expansion and diversity in the self-concepts of romantic partners (Aron, Paris & Aron, 1995), the end of the relationship causes the clarity of self-concept to decrease (Slotter, Gardner & Finkel, 2010), and that individuals can incorporate the positive or negative characteristics of their desired partners into their own selves (Slotter & Gardner, 2012).

Therefore, individuals who are in close relationships may experience some changes in their own self-concept as a result of being with their partners in romantic relationships. Individuals who are in a satisfactory romantic relationship express that they have observed positive changes in their self-concepts because of their partners. Such expressions as “My partner makes me a better person,” or “I like the person that I am when I am with him/her,” for instance, indicate the positive emotions they experience or positive changes in their self-concepts due to being with their partners. The opposite is also possible. In other words, individuals can acquire negative or undesired qualities from their romantic relationships, they may even lose some of their positive ones. These people frequently state that they are not the person they used to be or that they are not happy with the person they have become in their relationship (Mattingly, Lewandowski & McIntyre, 2014; McIntyre, Mattingly & Lewandowski, 2015).

These all point at the concept “self-change.” Mattingly et al. (2014) propose that changes to individuals’ self-concepts resulted from romantic relationships occur along two dimensions: Direction and valence. Direction of self-concept change refers to increase or decrease in self-concept content, while valence refers to subjective positivity or negativity of content. For example, it is possible to say that an individual who is a better painter because of being with their romantic partner or who enjoys ballet together experiences an increase or expansion of their self-concept. On the other hand, there is a decrease in the self-concept content of an individual who make a compromise on this activity because their partner does not like skiing or who becomes a less assertive person because their partner is more introverted (Mattingly et al., 2014). The “valence” dimension refers to the evaluation of the change in self-concept as positive or negative. For example, individuals may begin to bring home less work at their partner’s request and try to reduce their ‘workaholic’ traits. This situation can be interpreted
subjectively by different individuals. While individuals who think bringing work home is boring evaluate this situation positively, some individuals may perceive this situation negatively because it does not fit their view of "diligence" (Mattingly et al., 2014).

Four different processes as a combination of these dimensions come out of this relationship-stimulated self-concept change: self-expansion (increasing positive content), self-contraction (decreasing positive content), self-pruning (decreasing negative content), and self-adulteration (increasing negative content). These changes experienced by individuals also impact, in a relational and non-relational manner, certain psychological qualities such as their self-efficacy, self-respect, and levels of emotional stress (Aron et al., 1995; Lewandowski & Mattingly, 2013; Mattingly & Lewandowski, 2013; Slotter et al., 2010).

On the other hand, individuals tend to have certain ideas and beliefs about their romantic relationships (Sprecher & Metts, 1999). The cognitive side of romantic relationships and the role of such cognitive variables as belief, expectation, and attribution on romantic relationships and married couples are topics of the researches that have increased interest recently (Epstein & Eidelson, 1981; Küçükaşlan & Gizir, 2014; Romans & DeBord, 1995; Stackert & Bursik, 2003). Close relationship beliefs, which is one of the cognitions related to relationships, are defined as perceptions and expectations one has concerning their close relationships (Epstein & Eidelson, 1981). Beliefs about relationships include "assumptions" about how relationships work and the roles of partners in the working of the relationship, "attributions" about certain events taking place, "expectations" about what happens in a relationship, "perceptions about events and situations in a relationship, and "standards" on how individuals should behave in a relationship and how the relationship should work (Sullivan & Schwebel, 1995). Some of these beliefs are healthy, realistic, and functional while some of them are non-functional, illogical, and harmful to the relationship. Beliefs about the self, others, and the nature of the relationship which are unrealistic, exaggerated and resistant-to-change are unrealistic relationship beliefs (Ellis, 1986). Rational relationship beliefs are accepted to improve health as they improve self-development and increase relationship satisfaction and relationship harmony (Sullivan & Schwebel, 1995), and unrealistic relationship beliefs cause problems in the relationship (Epstein, Baucom & Rankin, 1993). Non-functional relationship beliefs and unrealistic assumptions and expectations about relationship are negatively correlated with relationship outcomes such as quality of relationship (Goodwin & Gaines, 2004) and relationship satisfaction (Kurdek, 1992; Metts & Cupach, 1990; Stackert & Bursik, 2003).

Individuals, on the other hand, make some evaluations about their romantic relationships. Concerning these evaluations, concepts such as relationship satisfaction and relationship quality are used in the literature. One of these concepts is relationship quality. Relationship quality was defined in three dimensions by Pierce, Sarason, Sarason, Solky-Butzel and Nagle (1997): conflict, support, and relationship depth. Social support in close relationships denotes individuals receiving social and psychological support from their environment (and from their romantic partner, who is one of the sources of social support, in close relationships in particular) (Yıldırım, 1997), conflict refers to situations characterized by anger and indecision that accompanies disagreements (Pierce et al. 1997), and depth refers to the feeling of being positive, important and safe in a relationship (Özabacı, 2011). Collins (2003, p. 10) defines quality of relationship as “the degree to which a relationship provides generally useful experiences.” There are research findings showing that the quality of romantic relationships is related to other important subjects such as the well-being of partners (Eryılmaz & Doğan, 2013), the quality of life, the quality of their romantic relationships in the future and the quality of their other relationships (Connoly & Johnson, 1996; Madsen & Collins, 2011).

**Purpose of the Study**

Although romantic relationships begin in adolescence, romantic relationships in young adulthood have a different quality in terms of being related to the need for intimacy (Erikson, 1982; Montgomery, 2005). Romantic relationships in young adulthood also contribute to identity development (McNamara
Barry, Madsen, Nelson, & Badger, 2009). In this period of life, romantic relationships are thought to be an important developmental task (Shulman & Connolly, 2013) and also form the basis for later relationships (Fincham & Cui, 2011). In romantic relationships, which is an important aspect of the lives of young adults, it is thought that the quality of the relationship is related to close relationship beliefs and self-changes. Irrational beliefs about romantic relationships are related to relationship satisfaction and perceived abuse in relationships (Kaygusuz, 2013; Saraç, Hamamcı, & Güçray, 2015; Stackert & Bursik, 2003). On the other hand, young adults experience positive or negative self-changes in their romantic relationships (Mattingly & Lewandowski, 2013); however, they may not be aware of what they actually experienced during this process. Again, irrational relationship beliefs may also be related to self-change. For example, a woman who has a relationship belief that “the woman should be more altruistic in the relationship” may experience a negative self-change, but may not see it negatively due to her irrational belief about relationships. Being aware of how their irrational relationship beliefs and qualities as well as the direction of changes in their self-concepts affect the quality of their relationships can help young people to establish healthier relationships. In this respect, it is considered important to draw attention to the relationship between relationship quality and irrational beliefs and self-change in romantic relationships. This awareness will form the basis of young people's future romantic relationships, marriages and even parenting (Fincham & Cui, 2011). In this study, it was expected that as irrational close relationship beliefs increase, the quality of romantic relationship will decrease and positive self-changes will have a positive relationship with relationship quality, and negative changes will have a negative relationship. In this context, the problem sentence of the research was determined as “Does the close relationship beliefs and self-change of university students in romantic relationships significantly predict the relationship qualities?”

Method

Research Design

In this study, it has been investigated whether university students in romantic relationships predict the relationship qualities of dysfunctional relationship beliefs and relational self-change. The study is a descriptive research designed as a correlational survey model. “Correlational survey models are research models that aim to determine the presence and / or degree of co-variation between two and more variables” (Karasar, 2012, p. 81)

Participants

The sample was composed of students enrolled at different state universities in three metropolises and currently involved in a romantic relationship during the 2017-2018 Academic Year Spring semester and 2018-2019 Academic Year Fall and Spring semesters. The sample consisted of a total of 361 university students, 212 women (58.00%) and 149 men (41.00%). The age of the participants varies between 18-34, and the average age is 21.27 (Sd: 1.93).

Data Collection Tools

In the study, The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale was used to determine self-change processes experienced by university students in their romantic relationships. The Relationships Beliefs Questionnaire was used to measure their non-functional beliefs related to their romantic relationships, and The Relationship Quality Scale was used to measure the conflict, social support, and depth in their relationships. In addition to these, a Personal Information Form was used to determine participants’ demographics such as gender, age, and department.

The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale. The scale was developed by Dinçer, Ekö, and Aron (2017) to measure self-change in romantic relationships. It is composed of four sub-scales: self-expansion, self-contraction, self-pruning, and self-adulteration. The theoretical basis of the scale is based on Mattingly et al.’s “Two-Dimensional Relational Self-Change Model” and Aron’s “Self-Expansion Model.” The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale is a 7-likert scale with a total of 16 items
-5 items in the self-expansion sub-scale, 5 items in the self-contraction sub-scale, 3 items in the self-pruning sub-scale, and 3 items in the self-adulteration sub-scale (Dinçer, 2017).

In order to assess the reliability and validity of Turkish Version of Relational Self-Change Scale, the study was conducted with two independent samples. The first one is consisted of 426 participants and the second one 348. Cronbach alpha values in the first application were .80 for self-expansion, .85 for self-contraction, .76 for self-pruning, and .63 for self-adulteration. As a result of the exploratory factor analysis, four factors (self-expansion, self-contraction, self-pruning, and self-adulteration) with a self-value higher than 1 were determined. Total variance these four factors accounted for the scale is 50.45%. According to this, the first factor (self-expansion) accounted for 20.12% of the total variance, the second one (self-contraction) 19.11%, the third one (self-pruning) 6.02%, and the forth one (self-adulteration) accounted for 5.21% of the total variance. Common variance of these four factors varied between .24 and .66. These values can be said to be within an acceptable range since they are higher than .10. It was seen that all factor loadings were .43 and higher (Dinçer, 2017).

The Relationship Beliefs Questionnaire. Designed originally by Romans and DeBord (1995), the questionnaire was adapted into Turkish by Gizir (2012). The original questionnaire has been in use to measure basic non-functional relationship beliefs in romantic relationships. It is composed of 71 items and 9 subscales. Subscale names, number of items, and obtained Cronbach alpha values of the questionnaire are as follows: “We must be completely open and honest with each other” (14 items, .91), “We must be able to read each other’s minds” (7 items, .83), “We must do everything together” (8 items, .85), “We must meet all needs of each other” (9 items, .88), “We must be able to change each other and be willing to do so” (9 items, .77), “Everything must be perfect between us” (7 items .75), “It must be easy to maintain good relationships” (6 items, .68), “We are not complete without being in a romantic relationship” (5 items, .61), and “Romantic idealism” (6 items, .76) (Romans & DeBord, 1995, p. 1249). Cronbach alpha value obtained from the total score of the original questionnaire is .95 and Cronbach alpha reliability coefficient for the 9 factors varies between .68 and .91.

As a result of adaptation studies into Turkish of the questionnaire and the analyses done on it, a 6-factor structure with 37 items was obtained. These factors are “We must be completely open and honest with each other”, “We must be able to read each other’s minds”, “We must do everything together”, “We must meet all needs of each other”, “We must be able to change each other”, and “Romantic idealism”. Moreover, it was seen that these factors weigh in a single upper factor called “Non-Functional Relationship Beliefs” and that the questionnaire can form a single-dimension structure. Although the original questionnaire had a 6-likert rating system, Turkish adaptation is a 5-likert one. Cronbach alpha value was calculated to be .89 for factor 1, .85 for factor 2, .84 for factor .85 for factor 4, .78 for factor 5, and .79 for factor 6. Cronbach alpha value for the questionnaire in general and for all the subscales was found to be .95 (Gizir, 2012).

Quality of Relationships Inventory. The original Quality of Relationships Inventory (QRI) was designed by Pierce, Sarason and Sarason (1991). Internal consistency values in the studies done on the original scale varied between .60 and .90. Cronbach Alpha values varied between .81 (social support) and .93 (depth). Re-test reliability varied between .48 and .79 (Pierce et al. 1997). The Turkish adaptation study of the inventory was done by Özabacı (2011). In the original inventory, there were 25 items and 3 factors: “conflict,” “social support,” and “depth in the relationship.” After the adaptation, 9 items were taken out of the inventory, however, the 3-factor structure was maintained. As a result, the inventory is a 4-likert rating one with 16 items and 3 subscales. Its internal consistency was 0.85. Test-retest reliability of the inventory was 0.72.

Özabacı (2011) conducted the adaptation study on married couples. Since the sample of present study is composed of university students, reliability-validity studies were done on university students. The inventory was applied to a total of 217 university students -154 women and 63 men – to be able to do a confirmatory factor analysis. Confirmatory factor analysis consists various fit indexes. The first fit index to be examined is the Chi-square (X²), and the ratio to degree of freedom below 3 means perfect
fit while the ratio to degree of freedom below 5 denotes good fit (Kline, 2005). This ratio (261.58/101) was found to be 2.59. Such statistics as Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), Comparative Fit Index (CFI), Goodness of Fit Index (GFI), Normed Fit Index (NFI) were used for model fit. Consequently, the model shows a good fit to the structure according to the obtained goodness of fit indexes (RMSEA=.09, CFI=.90, NFI=.85, and GFI=.87). The 3-factor structure for relationship quality was confirmed.

Nunnally and Bernstein (1994) stated that a scale’s reliability coefficient should be at least 0.70. Reliability of the inventory’s social support factor was found to be .73, that of the depth factor was .70, and that of the conflict factor was .73. Reliability of the Quality of Relationships Inventory was also calculated by test re-test method. To this end, the inventory was applied to 36 university students in two-week intervals. As a result of this application, Pearson correlation coefficient was found to be .86.

Data Collection

Necessary permits were taken from the researchers who adapted into Turkish the scales – Relationship Beliefs Questionnaire, The Turkish Version of the Relational Self-Change Scale, and Quality of Relationships Inventory – used in the first part of the data gathering process of this study. Then, permits were received from Hacettepe University Senate Ethics Commission to conduct this study and collect data (Hacettepe University Senate Ethics Commission, April 16, 2018 and issue number 433-1712).

Application plan was designed collaboratively with the related faculty members in the universities where the study would be applied. At the designated day and time, scales were applied in classes to those university students in a romantic relationship who volunteered to participate. Application of scales was realized by the second author. Before the application, participants were briefed about the aim of the study as well as the measuring tools. Participants signed a “voluntary participation consent form.”

Data Analysis

SPSS 23.00 was used in data analysis to do multiple linear regression analyses. “Multiple regression analysis” was done because the dependent variable (relationship quality) of the study was predicted by multiple independent variables (close relationship beliefs, self-change). Before moving onto regression analysis, data were examined in terms of one-way and two-way outliers. Whether scores for each sub-factor show a normal distribution was examined by looking at the coefficients of skewness and kurtosis. Since coefficients of skewness and kurtosis for all scores were between -2 and +2, it can be said that it was a normal distribution. In addition to normalcy, outliers for each sub factor were also examined. To this end, z standard transformation of all scores was done, and scores outside of the -3.29 and +3.29 interval were checked. There were 3 people whose standard score was below -3.29 only in the social support sub factor. However, social support score distribution was normal and these 3 people having scores below -3.29 did not affect the distribution. Since outliers were few and did not affect normality, in order not to lose data, they were not taken out of the data set by the researchers.

Another requirement for regression analysis is to have no multiple connection problems among variables. Pallant (2007) indicated that there can be multiple connection problem and that there is a high relationship between variables when tolerance value is lower than .10 and VIF value is higher than 10. Moreover, one can talk about a multi-collinearity problem when the relationship between variables is higher than .90. When tolerance and VIF values were examined, it was seen that tolerance and VIF values concerning all independent variables were within the expected range. In other words, there was no multi-collinearity problem. Relationships between the dependent and independent variables of the study were presented. These relationships were calculated by the Pearson correlation coefficient. According to this, correlation coefficients between dependent and independent variables varied between .68 and -.27. It was seen that all relationship between variables were at a low or medium level. Consequently, it was seen that the data set met all assumptions necessary to run a regression analysis.
Factors of close relationship beliefs – “We must be completely open and honest with each other (WMCOH),” “We must be able to read each other’s minds (WMAR),” “We must do everything together (WMDET),” “We must meet all needs of each other (WMMAN),” “We must be able to change each other (WMAC),” and “Romantic idealism (RI)” – were examined to see whether they significantly predict the social support, conflict, and depth sub factors of relationship quality. Results of multiple linear regression analysis which test the power of close relationship beliefs to predict social support factors of relationship quality are presented in Table 1.

Factors of relationship beliefs significantly predict the social support factor of university students’ relationship qualities (F(6,354)=8.19, p=.000, p<.05). According to R^2 value, 12% of the social support factor of students’ relationship quality accounted for the factors of relationship beliefs. The factors “We must be completely open and honest to each other” (t=3.22, p<.05), “We must do everything together” (t=-2.71, p<.05), “We must meet all needs of each other” (t=-3.22, p<.05), and “Romantic idealism” (t=3.55, p<.05) significantly predict the social support factor of university students’ romantic relationship qualities. The factor “We must be able to read each other’s minds” and “We must be able to change each other” do not significantly predict the social support factor of university students’ romantic relationship qualities (p>.05). The factor with the highest prediction power is “We must meet all needs of each other” (β=.27). Results of multiple linear regression analysis which test the prediction power of relationship beliefs to predict conflict factor of relationship quality are presented in Table 2.

As can be seen in Table 2, factors of relationship beliefs significantly predict the conflict factor of university students’ relationship qualities (F(6,354)=7.06, p=.000, p<.05). Looking at R^2 value, it is evident that the factors of relationship beliefs accounted for 11% of the conflict factor of relationship quality. Of the close relationship beliefs, only “We must meet all needs of each other” (t=2.07, p<.05) factor powerful predictor in the conflict factor is the “We must meet all needs of each other” (β=.18). Results of multiple linear regression analysis which test the prediction power of relationship quality factor of relationship beliefs to predict depth factor are presented in Table 3.

Factors of relationship beliefs significantly predict depth factor of university students’ romantic relationship qualities (F(6,354)=12.12, p=.000, p<.05). R^2 value indicates that depth factor of relationship quality accounted for 17% of the factor of romantic beliefs. Of the relationship beliefs, “We must be completely open and honest with each other” (t=3.02, p<.05), “We must do everything together” (t=3.09, p<.05), “We must be able to change one another” (t=-2.85, p<.05), and “Romantic idealism” (t=5.48, p<.05) factors significantly predict the depth factor of students’ relationship qualities. The
The highest β coefficient belongs to “Romantic idealism” factor (β=.40). The predictor that affects the depth factor of university students’ relationship qualities the most is “romantic idealism” factor.

### Table 2.
**Multiple Linear Regression Analysis of Relationship Beliefs – One of The Predictors of Conflict Dimension.**

| Variables       | B    | Standard Error | β   | t    | p    | Paired r | Partial r |
|-----------------|------|----------------|-----|------|------|----------|-----------|
| Constant (Conflict) | 17.74 | .88            | 20.27 | 0    |      |          |           |
| WMCOH           | -.02 | .04            | -.04 | -.54 | .59  | -.03     | -.03      |
| WMAR            | .01  | .06            | .01  | .18  | .86  | .01      | .01       |
| WMDDET          | .01  | .05            | .13  | 1.80 | .07  | .01      | .09       |
| WMMAN           | .11  | .05            | .18  | 2.07 | .04  | .11      | .10       |
| WMAC            | .05  | .06            | .06  | .78  | .44  | .04      | .04       |
| RI              | .02  | .05            | .03  | .42  | .68  | .02      | .02       |

R = .33
R² = .11
Adjusted R² = .10

F(6,354) = 7.06
p = .000

### Table 3.
**Multiple Linear Regression Analysis of Relationship Beliefs – One of The Predictors of Depth Dimension.**

| Variables       | B    | Standard Error | β   | t    | p    | Paired r | Partial r |
|-----------------|------|----------------|-----|------|------|----------|-----------|
| Constant (Depth) | 12.37 | .45            | 27.55 | 0    |      |          |           |
| WMCOH           | .06  | .02            | .21  | 3.02 | .00  | .16      | .15       |
| WMAR            | .01  | .09            | .02  | .31  | .76  | .02      | .02       |
| WMDDET          | -.09 | .03            | -.21 | -3.09| .00  | -.16     | -.15      |
| WMMAN           | -.02 | .03            | -.05 | -6.4 | .52  | -.03     | -.03      |
| WMAC            | -.09 | .03            | -.20 | -2.85| .01  | -.15     | -.14      |
| RI              | .14  | .03            | .40  | 5.48 | .00  | .28      | .27       |

R = .41
R² = .17
Adjusted R² = .16

F(6,354) = 12.12
p = .000

To test the prediction powers of factors of self-change in relationships, namely, self-expansion, self-contraction, self-pruning, and self-adulteration, multiple linear regression analysis was performed, and the results are presented in Table 4.

### Table 4.
**Multiple Linear Regression Analysis of Self-Change – One of The Predictors of Social Support Sub Factor.**

| Variables       | B    | Standard Error | β   | t    | p    | Paired r | Partial r |
|-----------------|------|----------------|-----|------|------|----------|-----------|
| Constant (Social Support) | 13.34 | .45            | 29.51 | 0    |      |          |           |
| Self-expansion   | .12  | .02            | .33  | 6.07 | .00  | .31      | .29       |
| Self-contraction | -.08 | .02            | -.24 | -4.52| .00  | -.23     | -.22      |
| Self-pruning     | -.04 | .03            | -.08 | -1.32| .19  | -.07     | -.06      |
| Self-adulteration| -.01 | .03            | -.01 | -.22 | .83  | -.01     | -.01      |

R = .40
R² = .016
Adjusted R² = .15

F(6,354) = 17.39
p = .000

Factors of self-change in relationships significantly predict social support factor of university students’ relationship qualities (F(6,354) = 17.39, p = .000, p < .05). According to this, the social support factor of students’ relationship quality accounted for 16% of factors of self-change in relationships. Of the factors of self-change in relationships, “self-expansion” (t = 6.07, p < .05) and “self-contraction” (t = -4.52, p < .05) significantly predict social support factor of the relationship qualities of university students who
are in a romantic relationship. The highest β coefficient belongs to “self-expansion” (β=.33) factor. The predictor that most affects the social support factor of relationship qualities of university students is the self-expansion factor. Results of multiple linear regression analysis which tests the prediction power of self-change factors to predict conflict factor of relationship quality are presented in Table 5.

**Table 5.**

*Multiple Linear Regression Analysis of Self-Change – One of The Predictors of Conflict Dimension.*

| Variables               | B     | Standard Error | β     | t     | p     | Paired r | Partial r |
|-------------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|-----------|
| Constant (Conflict)     | 18.54 | .81            | 22.96 | 0     |       | 0        |           |
| Self-expansion           | -.12  | .03            | -.19  | -3.59 | .00   | -.19     | -.17      |
| Self-contraction         | .16   | .03            | .26   | 5.03  | .00   | .26      | .24       |
| Self-pruning             | .01   | .05            | .10   | 1.83  | .07   | .01      | .09       |
| Self-adulteration        | .21   | .05            | .25   | 4.69  | .00   | .24      | .22       |

As can be seen in Table 5, factor of self-change significantly predict the conflict component of university students’ relationship qualities ($F_{(4,356)}=24.648$, $p=.000$, $p<.05$). Self-change in relationships accounted for 21% of the conflict factor of students’ relationship quality. Of the factors of self-change in relationships, “self-expansion” ($t=-3.59$, $p<.05$), “self-contraction” ($t=5.03$, $p<.05$), and “self-adulteration” ($t=4.69$, $p<.05$) significantly predict the conflict factor of university students’ relationship qualities. The highest β coefficient belongs to “self-contraction” sub factor (β=.26). The predictor with the highest prediction power for the conflict sub factor of university students’ relationship quality is the self-contraction factor. Results of multiple linear regression analysis which tests the prediction power of the factor of self-change in relationship to predict depth factor of relationship quality is presented in Table 6.

**Table 6.**

*Multiple Linear Regression Analysis of Self-Change – One of The Predictors of Depth Sub Factor.*

| Variables               | B     | Standard Error | β     | t     | p     | Paired r | Partial r |
|-------------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|-----------|
| Constant (Depth)        | 12.24 | .44            | 27.64 | .00   |       |          |           |
| Self-expansion           | .12   | .02            | .35   | 6.35  | .00   | .32      | .31       |
| Self-contraction         | -.07  | .02            | -.20  | -3.7  | .00   | -.19     | -.18      |
| Self-pruning             | -.05  | .03            | -.20  | -1.7  | .09   | -.09     | -.08      |
| Self-adulteration        | .08   | .03            | .17   | 3.08  | .00   | .16      | .15       |

Factors of self-change in relationships significantly predict depth factor of university students’ relationship quality ($F_{(4,356)}=18.16$, $p=.000$, $p<.05$). Factors of self-change in relationships accounted for 17% of the depth factor of students’ relationship quality. Of the factors of self-change in relationships, “self-expansion” ($t=6.35$, $p<.05$), “self-contraction” ($t=-3.7$, $p<.05$), and “self-adulteration” ($t=3.08$, $p<.05$) significantly predict the depth factor of relationship quality of university students who are in a romantic relationship. The highest β coefficient belongs to the “self-expansion” factor (β=.35). The predictor that most affects the depth factor of relationship quality of university students is the self-expansion factor.

**Discussion**

In this study, it was aimed to determine the predictive power of university students’ relationship beliefs and self-change on the relationship quality of their romantic relationships. According to the findings, significant relationships were found between relationship beliefs, self-change and romantic relationship quality of university students. The beliefs “We must do everything together” and “We must
meet all needs of each other” predict social support negatively, while “We must be completely open and honest with each other” and “Romantic idealism” predict social support positively. The belief “We must meet all needs of each other” positively predicts the conflict factor of the romantic relationship quality of university students. In other words, it is possible to say that the more partners believe that they must meet all needs of each other, the higher their perceived conflict level in their relationships is. Finally, of the beliefs “We must do everything together,” “We must be completely open and honest with each other,” and “Romantic idealism” positively predict depth.

When literature is examined, it is seen that relationship beliefs are usually associated with certain relationship processes such as marriage conflict, partner/marriage adjustment, relationship quality, and marriage satisfaction (DeBord, Romans & Krieshok, 1996; Eidelson & Epstein, 1982; Esmaeilpour, Khajeh ve Mahdavi, 2013; Goodwin ve Gaines, 2004; Hamamci, 2005; Metts & Cupach, 1990; Möller & van Zyl, 1999; Stackert & Bursik, 2003; Sullivan & Schwebel, 1995). There is no study in literature that examines relationship beliefs directly with social support and relationship depth. There are studies that have reached similar findings, that is, non-functional beliefs about marriage negatively affect marital adjustment (Eidelson & Epstein, 1982; Hamamci, 2005; Möller & van Zyl, 1991) and burnout (Koolaee, Adibrad & Sedgh poor, 2010; Kemer, Çetinkaya Yildiz & Bulgan, 2016). Studies which explored the role of close relationship beliefs in romantic relationships other than marriage also examined the effect of these beliefs on relationship quality and relationship satisfaction (Stackert & Bursik, 2003; Goodwin & Gaines, 2004). Findings of the study are consistent with one another as well as with findings in literature, and they revealed that non-functional relationship beliefs decrease satisfaction and quality of romantic relationships.

In this study, it is seen that “We must be completely open and honest with each other” and “Romantic idealism” positively predict social support and depth. As mentioned before, social support in close relationships denotes an individual’s receiving social and psychological support from his or her environment (and from his or her romantic partner, who is one of the sources of social support, in close relationships in particular) (Yıldırım, 1997) and depth refers to the feeling of being positive, important and safe in a relationship (Özabacı, 2011). Young people in the sample may have perceived the belief “We must be completely open and honest with each other” as expressing one’s feelings, thoughts, and needs to each other openly, and may have answered the questions accordingly. Thus, the belief that one must be completely open and honest with each other may therefore have increased the perception of social support and depth in a relationship. Similarly Saraç, Hamamcı and Güçray (2015) found out that the more the “over expectations” irrational belief increase in university students’ romantic relationships the more their relationship satisfaction increases. Similarly, although the “Romantic idealism” belief – that love is permanent and lasts forever, that the partners are the right person for one another and they could never be happy with other people – is one of the non-functional beliefs, it may have made people feel special and valued in their romantic relationships and thus feel a higher degree of commitment to each other. Indeed, relating the belief/perception of a unique, special relationship that would last forever to the depth of a relationship can also be regarded as another irrational belief.

In the findings, it stands out that the beliefs “We must do everything together,” “We must be able to change each other,” and “We must meet all needs of each other” negatively predict social support and depth which are positive perceptions about relationships. To lay bare the effects of cognitive processes on marriage, Epstein (1986) defines three cognitive categories that decrease marital satisfaction and cause non-functional interactions in relationships. These categories are “automatic thoughts,” “expectations,” and “irrational or non-functional beliefs.” Thus, it can be thought that partners’ beliefs that they must do everything together, that they should be able to change each other and meet all needs of each other include unrealistic relationship beliefs, and this may create clash of ideas in a relationship and may negatively affect social support and depth. In another finding, the belief “We must meet all needs of each other” positively predicted conflict and negatively predicted social support. This belief is an unrealistic and non-functional belief that is about partners’ having to make each other happy
in all areas of life. When partners have such unrealistic expectations, perception of social support inevitably decreases while conflict increases.

In the study, whether university students’ self-change processes (self-expansion, self-contraction, self-pruning, and self-adulteration) predict social support, conflict, and depth, which are the factors of romantic relationship quality was examined. Consequently, it was determined that self-expansion and self-contraction significantly predicted social support factor, self-expansion, self-contraction, and self-adulteration significantly predicted both conflict and depth factors.

When the relationship between variables was examined, it was seen that self-expansion positively predicts social support while self-contraction negatively predicts it. Self-expansion negatively predicts conflict, self-contraction and self-adulteration positively predicts it. Finally, self-contraction negatively predicts depth factor, self-expansion and self-adulteration positively predict it. Only self-pruning is seen to not predict quality of romantic relationships.

In literature, there are studies which examine the relationship between self-change and relationship satisfaction and different relationship outcome the results of which show parallel to the present one (Aron, Aron, Norman, McKenna & Heyman, 2000; Mattingly et al., 2014; McIntyre et al., 2015; Overall, Fletcher & Simpson, 2010). As has been previously emphasised, literature in Turkish on self-change is quite limited. In her study that explored the factors predicting relationship satisfaction and satisfaction with life, Dinçer (2017), who did the first study on self-change in Turkey, concluded that self-expansion and self-pruning positively predict relationship satisfaction while self-contraction and self-adulteration negatively predict it. As such, increase in a person's positive qualities (self-expansion) and decrease in their negative qualities (self-pruning) positively affect relationship satisfaction, on the other hand, decrease in a person's positive qualities (self-contraction) and increase in their negative qualities (self-adulteration) – in other words, processes that result in negative self-change–negatively affect relationship satisfaction. Likewise, in this study, it was seen that self-expansion, which is a process related to self-development, positively predicts social support and depth, which are positive relationship qualities, it was also seen that self-expansion negatively predict conflict, which is considered a negative and unwanted thing in a relationship. In a romantic relationship, partners who think their positive self traits have increased and that they have acquired positive habits and hobbies are expected to have an increase in their perceived social support and depth. As discussed by McIntyre et al (2015), individuals who have acquired new traits as a result of their relationships (for instance, someone who realizes that they enjoy opera after going to an opera with their partner) or people who have hone an already existing trait (for instance, someone feeling more altruistic after spending some time as a volunteer at a shelter for homeless people) may experience increase in the content of their self, and this increase is expected to have a positive effect on the relationship quality. On the other hand, it is an expected result to have a high level of conflict when partners who feel like their positive traits have decreased and who feel they have even acquired some negative traits or habits.

Self-contraction, which denotes a decrease in positive traits, was determined to positively predict conflict and negatively predict social support and depth, and these are expected results. As Mattingly et al. (2014) indicate, self-contraction is at hand for the person who gives up on skiing because their partner does not like it or the person who becomes less sociable because their partner is more introverted. People can give up their positive habits due to their partner’s influence. When partners in a relationship affect each other’s self-perception negatively, it is possible that their relationship quality also suffers. Constructions in the positive aspects of self as such would cause people to perceive social support and depth in the relationship as low and conflict as high.

According to the findings of this study, it is seen that self-adulteration significantly and positively predict conflict and depth in the relationship. Self-adulteration denotes an increase in the negative traits of self during a relationship (Mattingly et al., 2014). Thus, while an increase in conflict is expected, increase in depth is certainly unexpected. This may have stemmed from the way the participants interpreted the relevant items. It might be helpful to re-examine in other studies the relationship
between self-adulteration and depth in a relationship. In Mattingly et al (2014), self-pruning (decrease in negative traits) also positively predicted relationship satisfaction. However, according to the findings of the present study, self-pruning does not significantly predict any of the sub factors of relationship quality.

**Limitations and Future Directions**

During the data collection phase of this study, application of scales was done in class environment. Thus, participants had to declare to be in a romantic relationship in class. The researchers reckoned that there could be people who did not want to share their relationship status in class, and sometimes this was the case. Taking this into consideration for further studies, alternatives such as online forms can be sought to collect data. On the other hand, self-change in romantic relationships is a process in which partners reciprocally affect one another. This study interviewed only one of the partners for self-change, and this can be considered as a limitation. In further studies, both partners can be included and their perception of self-change in the relationship, the differences and similarities in their perception can be examined. This is a quantitative study. Self-change as a concept can be examined using mixed or qualitative research patterns. What affects the factors of self-change can be examined in more detail by using different research patterns. Moreover, the relationship between relationship beliefs and self-change can also be examined. Beliefs about relationships may affect the quality and direction of self-change. Examining this relationship in other studies may contribute to literature.

It is believed that the findings of this study will be useful while working on romantic relationships and relationship problems for field experts, especially for psychological counsellors working at universities. Findings indicate that non-functional relationship beliefs and perceived self-change in the relationship significantly predict relationship quality in people’s romantic relationships. In this respect, practitioners may help university students to assess their relationships in terms of self-change, to realize what their non-functional beliefs in the relationship are, and to understand how these affect their relationship quality. Therefore, they may help increase people’s self-awareness about their relationships.

When designing programs for people who are romantically involved in a relationship, self-change in romantic relationships and close relationship beliefs can be taken into consideration as variables that affect relationship quality, and these may be integrated into those programs. When they deal with relationship problems, psychological counsellors at universities may examine partners’ non-functional beliefs, their unrealistic assumptions and relationship expectations as the cause of these problems. They can also explore what kind of self-change processes people experience in their relationships, they can design road maps based on this. Moreover, the other half of the relationship can be included into the psychological counselling process and partners’ respective perceptions and expectations as well as whether these expectations match can be examined.
Giriş

İlişki kurma, insanların temel ihtiyaçlarından biridir ve sosyal bir varlık olarak insanın hayatında merkezi bir öneme sahiptir. Romantik ilişkiler yakın ilişki türlerinden biri olup özellikle genç yetişkinlerin hayatında önemli bir yer tutar. Gelişimsel bağlamda bakıldığında ergenlik döneminde başlayan romantik ilişkiler, genç yetişkinlikte bazı nitelik değişimleri gösterir. Genç yetişkinlikteki romantik ilişkilerin ergenlikte yaşananlara kıyasyla daha destekleyici, daha fazla yakınlık barındıran ve daha derin ve uzun süreli hale gelir (Collibee & Furman, 2015). Romantik ilişkiler gençlik yaşamları yakınlık ve etkileşim becerilerini geliştirmelerine, özgür bir kimlik oluşturma süreçlerine, insel arzu ve dürtülerini kabullemek bu duygularla sağlanan bir biçimde baş etme yeteneklerine katkı sağlar (Feldman & Gowen, 1998). Romantik ilişkilerin ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde benliğini ve benlik becerilerinin gelişiminde önemli bir rol oynadığı, sosyal uyumlarını artırdığı, stresle baş etmede olumlu etkileri largo ortaya koyan araştırma bulguları bulunmaktadır. Furman ve Shaffer (2003), romantik ilişkilerin bireyin benlik algısını doğrudan etkilediğini; romantik ilişki deneyimleri olumlu olanlar kendilerini çekici partnerler olarak algılayabildiklerini; olumsuz romantik ilişki yaşantılarına sahip olanların, çekici partnerler olabilmeleri veya başarlı ilişkiler kurabilme konusunda kendilerine daha az güvendiklerini ortaya koyan bulguları sunmuştur. Romantik ilişkilerdeki bireylerin benlik becerilerinin gelişimindeki rolü, romantik ilişki becerileri ve benlik becerilerinin sonucu olarak, bireylerin benlik algısını ve etkileyici niteliklere sahip bir partnerle birlikte olmaktan dolayı farklı benlik kavramında azalma ve azalmaları ya da artırmaları olmak zorunda kalma eğilimindedirler (Slotter, Gardner & Finkel, 2010). Dolayısıyla, yakın ilişki içinde olan bireyler, romantik ilişkideki bireylerle birlikte olanın bireylerin becerileri ve benlik algısını öncelikle dikkate alarak, bireylerin benlik algısının romantik ilişki sonucunda etkilenmesini ve olumlu veya olumsuz değişiklik olasılığını analiz etmek önemlidir. Bu araştırma, bireylerin romantik ilişki becerilerinin, etkilerinin ve bireylerin benlik algısının romantik ilişki sonucunda nasıl etkilenmesini inceler.
Örneğin bir birey, partnerinin isteği üzerine eve daha az iş getirmeye başlayabilir ve “işkolik” olma özelliğini azaltmaya çalışabilir. Bu durum farklı bireylere tarafından subjektif şekilde yorumlanabilir. Eve iş getirmenin sıkıcı olduğunu düşünen bireyler bu durumu pozitif olarak değerlendirebilir; bazı bireyler bu durumu “çalışkanlık” tanımalarını uymadığından negatif olarak algılayabilirler (Mattingly et al. 2014).

İlişkide yaşanan benlik değişimi sonucunda benlik genişlemesi (olumlu özelliklerin artması), benlik daralması (olumlu özelliklerin azalması) ve benlik kirlenmesi (olumsuz özelliklerin artması) şeklinde dört farklı süreç meydana gelmektedir (Mattingly et al. 2014). Bireylerin benlik kavramlarında deneyimledikleri değişiklikler, kişileri veya ilişkilerin olmayan bağlamda bireylerin öz yeterlikleri, benlik saygıları ve duygusal sıkıntı düzeyleri gibi bazı psikolojik özelliklerini de etkilemektedir (Aron et al. 1995; Mattingly & Lewandowski, 2013a, 2013b; Slotter et al. 2010).

Diğer yandan bireyler, romantik ilişkilerine yönelik farklı kilavuzlara sahip olma eğilimindedirler (Sprecher & Metts, 1999). Romantik ilişkilerin bilimsel yönü olan ilişkin, beklenti ve yukselmeler gibi bilimsel değerlendirmelerin romantik ilişkiler ve evli çiftler üzerindeki rolünü inceleyen araştırmalar bulunmaktadır (Epstein & Eidelson, 1981; Küçükkarslan & Gizir, 2014; Romans & DeBoard, 1995; Stackert & Bursik, 2003). İlişkilerdeنتقل yönelik bilinclerden biri olan yakın ilişkin anlayışları bireylerin yakın ilişkilerine yönelik algı ve beklentiler olarak tanımlanmıştır (Mattingly & Lewandowski, 2013a, 2013b; Slotter et al. 2010).

Bu anlamların bazıları sağlıklı, gerçekçi ve işlevsel anlayışlar iken bazıları ilişkilere olan algı ve beklentilerin sağlam olmamasına ve ilişkideki anlamların devam etmesine dair olmayan varsayım ve beklentiler (Sullivan & Schwebel, 1995). İlişkilerin bazıları ise ilişkilere yönelik algı ve beklentilerin halkın benlik algı ve beklentileri olarak kabul edildiği “standartlar” olarak kabul edilmiştir (Sullivan & Schwebel, 1995). Bu anlamların bazıları ise ilişkilere yönelik algı ve beklentilerin halkın benlik algı ve beklentileri olarak kabul edildiği “standartlar” olarak kabul edilmiştir (Sullivan & Schwebel, 1995).

Çalışmanın Amacı

Romantik ilişkiler ergenlik döneminde başlamakla birlikte genç yetiştinilk geçici dönemindeki romantik ilişkilerin karakteristik özellikleri (Erikson, 1982; Montgomery, 2005) açısından farklı bir niteliği vardır. Genç yetiştinilk hakkinda romantik ilişkilerdeki niteliği ayırdığı ve bu nitelikle ilişkilere ilişkin kimlik geliştirmeye devam etmiş (McNamara Barry, Madsen, Nelson & Badger, 2009). Bu yazıda(5,5),(997,998)
olan romantik ilişkilerde ilişkisinin niteliğinin yakın ilişki inançları ve benlik değişimleriyle ilişkilidir olduğu düşünülmüştür. Romantik ilişkilerde dair akıcı olmayan inançlar, bireylerin ilişkileri doyumlu ve ilişkide algılanıkları istismarla ilişkilidir (Kaygusuz, 2013; Sarc, Hamancı & Güçray, 2015; Stackert & Bursik, 2003). Öte yandan, genç yetişkinler romantik ilişkilerinde olumlu ya da olumsuz benlik değişimleri yaşarlar (Mattingly & Lewandowski, 2013); ancak bu süreçte gerçekleşecek ne deneysi medyeliklerin yeterince farkında olmayabilirler. Yine, akıcı olmayan ilişki inançları da kendi benlik değişimleriyle ilişkilidir. Örneğin, “kadın ilişkide daha fedakar olmalı” gibi bir ilişki inancına sahip olan bir kadın olumsuz bir benlik değişimini yaşayabilir ancak akıcı olmayan ilişki inancı nedeniyle buunu olumsuz olarak görmeebilir. Akıcı olmayan inançların ve niteliklerinin yanı sıra benlikde yaşanan değişimlerin yönünün, ilişkilerin kalitesini nasıl etkilediğini farkında olmak gençlerin daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir. Akıcı olmayan inançlarının ve niteliklerinin yanı sıra benlikte yaşadıkları değişimlerin yönünün, ilişkilerin kalitesini nasıl etkilediğini farkında olmak gençlerin daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir.

İlişki kalitesi ile işlevsel olmayan inançlar ve romantik ilişkilerde benlik değişimleri arasındaki ilişkiye dikkat çekmek bu açıdan önemli görülmektedir. Bu farkındalıkla ilişkisel tarama modeli benimsenmiştir. “İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında ilkitekte kişinin varlığı ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir” (Karasar, 2012, p. 81).

Katılımcılar
Araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 Akademik Yılı Bahar Dönemi ve 2018-2019 Akademik Yılı Güz ve Bahar Dönemlerinde Türkiye’de uc büyükşehirde yer alan devlet üniversitelerinde öğrenim görmekte olan ve hali hazırda bir romantik ilişki bulunan üniversite öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmanın çalışma grubu 212’si kadın (%58) ve 149’u erkek (%41) öğrenci olmak üzere toplam 361 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 18-34 arasında olup, yaş ortalaması 21.27’dir (Sd: 1.93).

Veri Toplama Araçları
Araştırmanın veri toplayıcı olarak üniversite öğrencilerinin ilişkilerinde deneyimledikleri benlik değişimleri süreçlerini belirlemek amacıyla Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği, romantik ilişkilerinde ilişkisinin niteliğinin yakın ilişki inançları ile ilişkilidir. Doğru olmayan inançların ve niteliklerinin yanı sıra benlikte yaşadıkları değişimlerin yönünün, ilişkilerin kalitesini nasıl etkilediğini farkında olmak gençlerin daha sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir.

Yöntem
Araştırma Modeli
Bu araştırmada, romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin ilişkisel inançlarını ölçmek amacıyla İlişki İnançları Ölçeği, ilişkilerindeki çatışma, sosyal destek ve derinlik boyutlarını ölçmek amacıyla İlişki Niteliği Ölçeği kullanılmıştır. Bununla birlikte katılımcıların cinsiyet, yaş, bölümü gibi demografik özelliklerini belirlemek amacıyla arama modelleri de toplanmıştır.
ve benlik kirilenmesi 3 madde olmak üzere toplam 16 maddeyi oluşan 7’li likert tipi bir ölçektir (Dinçer, 2017).

Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliğini test etmek amacıyla ilk uygulamada benlik genişlemesi için .80, benlik daralması için .85, benlik budanması için .76 ve benlik kirilenmesi için .63’tür. İkinci uygulamada ise Cronbach alfa değerleri benlik genişlemesi için .80, benlik daralması için .85, benlik budanması için .74 ve benlik kirilenmesi için .61 olarak tespit edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda, öz-degeri 1’den büyük olan dört faktör (benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik budanması, benlik kirilenmesi) belirlenmiştir. Bu dört faktörün ölçekte işiğin açıkladığı toplam varyans %50.45’tir. Buna göre birinci faktör (benlik genişlemesi) toplam varyansın %20.12’sini, ikinci faktör (benlik daralması) %19.11’sini, üçüncü faktör (benlik budanması) %6.02’sini ve dördüncü faktör (benlik kirilenmesi) %5.21’ini açıklamaktadır. 

İlişki İnançları Ölçeği. Orijinalı Romans ve Debold (1995) tarafından geliştirilen ölçek, Gizir (2012) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Orijinal ölçek (Relationship Beliefs Questionnaire) romantik ilişkilerdeki işlevsiz temel ilişkisel inançları ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçek 71 madde ve 9 boyuttan oluşmaktadır.

Ölçeğin, faktörlerin isimleri, madde sayısı ve elde edilen Cronbach alfa değerleri şu şekildedir: "Birbirimiz her zaman tamamen açık ve dürüst olmalıyız" (14 madde, .91), "Birbirimizin zihinlerini okuyabilmeliyz" (7 madde, .83), "Her şeyi birlikte yapmalıyız" (8 madde, .85), "Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız" (9 madde, .88), "Birbirimizi değiştirilebiliriz ve buna istekli olmalıyız" (9 madde, .77) "Aramızdaki her şey açık olmalıdır" (7 madde, .75), "İlişkileri sürdürmek kolay olmalıdır" (6 madde, .68), "Romantik bir ilişkiye girmeden tamamlanmış olmalıdır" (5 madde, .61) ve "Romantik idealizm" (6 madde, .76) (Romans ve Debold, 1995, p. 1249). Orijinal ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach alfa değeri .95 olup, 9 faktör için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .68 ile .91 arasında değişmektedir.

İlişki Niteliği Ölçeği. İlişki Niteliği Ölçeğinin orijinali (The Relationship Quality Scale-QRI) Pierce, Sarason ve Sarason (1991) tarafından geliştirilmiştir. Orijinal ölçekte ilgili yapılan çalışmalarla iç tutarlılık değerleri .60 ile .90 arasında değişiklik göstermemektedir. Cronbach Alfa değerleri .81 (sosyal destek) ile .93 (derinlik) arasında değişiklik göstermektedir Tekrar test güvenirliği .48 ile .79 arasında bir değişiklik göstermektedir (Pierce et al. 1997).

Ölçeğin Türk kültürünne uyarlama çalışmasını Özabacı (2011) gerçekleştirmiştir. Ölçeğin orijinali 25 madde ve “çaışma”, “sosyal destek” ve “ilişkide derinlik” olmak üzere 3 boyuttan oluşmaktadır. Uyarlama çalışmaları sonucunda 9 madde ölçeken çıkarılmış; ancak üç boyutlu yapı korunmuştur. Sonuç olarak ölçeğin Türk kültüründe ve benlik kirilenmesi 3 madde olmak üzere toplam 16 maddeyi oluşan 7’li likert tipi bir ölçektir (Dinçer, 2017).
Özabacı (2011), uygulama çalışmalarının evli bireyler üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmının çalışma grubu, romantik ilişkisi olan üniversite öğrencileri olduğundan bu araştırma kapsamında ölçeğin üniversite öğrencileri üzerinde geçerlilik-güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi yapabilmek amacıyla ölçek, 154 kadın ve 63 erkek olmak üzere toplam 217 üniversite öğrencisine uygulanmıştır.

Doğrulayıcı faktör analizinde birçok uyumluluk indeksi yer almaktadır. Öncelikle incelenmesi gereken uyumluluk indeksi Ki-kare (X²) uyum istatistiğidir ve serbestlik derecesine olan oranın 3’ün altında olması mükemmel uyuma 5’in altında olması iyi uyum olduğunu işaret eder (Kline, 2005) Bu oran (261.58/101) 2.589 olarak bulunmuştur. Model uyumu için tahmin hatalarının ortalamasının karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index, CFI), iyilik uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), normlaştırılmış uyum indeksi (Normed Fit Index, NFI) gibi istatistikler kullanılmıştır. Sonuç olarak elde edilen uyumluluk indekslerine göre model yapıya iyi uyum göstermektedir (RMSEA=.086, CFI=.90, NFI=.85, GFI=.87). İlişki niteliğine ilişkin 3 boyutlu yapı doğrulanmıştır.

Psikolojik bir test için hesaplanan güvenirlik katsayısının 0,60-0,80 aralığında olması oldukça güvenilir bir ölçek olduğunun göstergesiidir (Kalaycı, 2008). Ölçeğin sosyal destek boyutunun güvenirliği .73, derinlik boyutunun güvenirliği .70 ve çatışma boyutunun güvenirliği .73 olarak bulunmaktadır. İlişki Niteliği Ölçeğinin güvenirliği test tekrar test yöntemiyle de hesaplanmıştır. Bu amaçla ölçek 36 üniversite öğrencisine 2 hafta arayla uygulanmıştır. Uygulama sonuçunda ölçeğin Pearson korelasyon katsayısı .86 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın veri toplama sürecinin ilk aşamasında değişkenleri ölçmek üzere kullanılan İlişki İnançları Ölçeği (İİÖ), Türkçe Romantik İlişkilerde Benlik Değişimi Ölçeği (TRİBDÖ) ve İlişki Niteliği Ölçeği (İNÖ) için, ölçekleri Türkçeye uyarlamanın araştırımlarca uygulama izni alınmıştır. Ardından Hacettepe Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonu’ndan araştırmanın yürütülmesi ve veri toplama süreci için alınması gereken izinler alınmıştır (Hacettepe Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonu, 16.04.2018 tarih ve 433-1712 sayılı yazısı).

Uygulama planı, söz konusu üniversitelerdeki ilgili öğretim üyesiyle görüşülen birlikte oluşturulmuştur. Belirilen gün ve saatte, sınıf ortamında romantik ilişkisi olan ve araştırmaya katılma güvencesi olan üniversite öğrencileri ölçek uygulanmıştır. Ölçek uygulamalarını ikinci yazar gerçekleştirmiştir. Uygulama sırasında katılımcılara araştırmanın amacı ve ölçme araçları hakkında bilgi verilmiştir. Katılımcılardan, “gönüllü katılım onam formu” aracılığıyla gönüllü katılım onayları alınmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlemesinde SPSS 23 ve LISREL programı kullanılarak çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirmiştir. Araştırmada bağımlı değişken (ilişki niteliği) birden çok bağımsız değişken (yakın ilişki inançları, benlik değişimi) tarafından tahmin edildiğinden “çoklu regresyon analizi” yapılmıştır.

Regresyon analizine geçilmeden önce veriler normalität ve tek yönlü ve çift yönlü üç değerlere açısından incelenmiştir. Her bir alt boylu uygun puanların normal dağılımı özelliği gösterip göstermediği çarşafik ve basıklık değerlere bakılarak incelenmiştir. Tüm puanlar için çarpık ve basıklık değerlendirilmiştir. Tüm puanların çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ile +2 arasında olduğundan dağılımları normal olduğunu söylemek mümkündür. Normalliği yani sıra tüm alt boyların üç değerlere incelenmiştir. Bunun için tüm puanların z standart dönüşümleri yapılmış ve -3.29 ile +3.29 aralığının dışındaki puanlar bağımsız normal dağılıdır. Ancak sosyal destek alt boylarında standart puanlar -3.29’den daha düşük 3 kişi vardır. Ancak sosyal destek puan dağılımı normaldir ve 3 kişiye ait puanların üç değer olarak çıkmış puanların dağılımı etkilememiştir. Üç değerler az olduğu ve normalliği etkilemediği için veri kaybi olmaması açısından araştırmacılara tarafından veri setinden çıkarılmamıştır.
Regresyon analizinin bir diğer koşulu değişkenler arasında çoklu bağlantı problemi bulunmamasıdır. Pallant (2007) tolerans değeri .10'dan düşük olduğunda ve VIF değeri 10'dan yüksek olduğunda değişkenler arasında yüksek ilişki olduğunu ve çoklu bağlantı probleminden söz etmektedir. Tolerans ve VIF değerleri incelendiğinde tüm bağımsız değişkenlere ilişkin tolerans ve VIF değerlerinin beklenen aralığa olduğu görülmüştür. Bir başka ifadeyle çoklu bağlantı problemi bulunmamaktadır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler verilmiştir. Söz konusu ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı tekniğine göre hesaplanmıştır. Buna göre bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişki .90'dan yüksek olduğunda çoklu bağlantı probleminden söz edilmektedir. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişki .90'dan yüksek olduğunda değişkenlerarasındaki ilişkilerin orta ve düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Sonuç olarak veri setinin regresyon analizi yapabilmesi için tüm varsayımları karşıladığı görülmüştür.

Bulgular

Yakın ilişki inançlarının alt boyutları ve benlik değişiminin alt boyutlarının üniversite öğrencilerinin romantik ilişkisi nihai nitelikini yordayıp yordamadığı araştırılmıştır. Aşağıda ilk olarak ilişki inançlarının ardından da benlik değişimi boyutlarının ilişki niteliğinin alt boyutlarını yordama gücüne ilişkin analizler sırasıyla sunulmuştur.

Araştırmanın birincisi alt problemleri “Yakın ilişki inançları romantik ilişkisi oluniversite öğrencilerinin ilişki nitelikini yordamakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. Ayrıca ilişki inançlarının alt boyutları olan “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız”, “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimidizin bütün ihtiyaçlarınızı karşılamalıyız”, “Birbirimize değişirebilmeliyiz” ve “Romantik idealizim”in romantik inançları olan üniversite öğrencilerinin ilişki nitelikinin sosyal destek, çatışma ve derinlik alt boyutlarını anlamaları yardımcı olup yordamadığı snanmıştır. Yakın ilişki inançlarının ilişki niteliğinin sosyal destek alt destek alt boyutunu yordama gücünü test etmek üzere gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.
Sosyal Destek Boyutunun Yordayıcılarından İlişki Inançlarına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.

| Değişkenler         | B    | Standart Hata | β   | T    | p      | İkili r | Kisim r |
|---------------------|------|----------------|-----|------|--------|---------|---------|
| Sabit (Sosyal destek) | 13.28 | .47            | 28.26 | 0    |        |         |         |
| BKTADO              | .07  | .02            | .23 | 3.2  | .00    | .17     | .16     |
| BZO                 | .05  | .03            | .13 | 1.63 | .10    | .09     | .08     |
| HŞBY                | -.08 | .03            | -.19 | -2.71 | .01    | -.14    | -.14    |
| BBİK                | -.09 | .03            | -.27 | -3.22 | .00    | -.17    | -.16    |
| BD                  | -.06 | .03            | -.14 | -1.91 | .06    | -.10    | -.10    |
| Rİ                  | .01  | .03            | .27 | 3.55 | .00    | .19     | .18     |

R= .35
R² = .12
Düzeltilmiş R² = .11
F(6,354)= 8.19
p=.00

Tablo 1'de görüldüğü gibi ilişki inançlarının alt boyutları, üniversite öğrencilerinin ilişki niteliklerinin sosyal destek alt destek alt boyutunu anlamaları bir şekilde yordamaktadır (F(6,354)=8.194, p=.000, p<.05). R² değerine öğrencilerin ilişki nitelikinin sosyal destek alt destek boyutunun %12'si ilişki inançlarının alt boyutları ile açıklanmaktadır.

İlişki inançlarının boyutlarından “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” (t=3.22, p<.05), “Her şeyi birlikte yapmalıyız” (t=-2.71, p<.05), “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarınız karşılamalıyız” (t=-3.22, p<.05) ve “Romantik idealizim” (t=3.55, p<.05) üniversite öğrencilerinin romantik ilişki niteliklerinin sosyal destek alt boyutunu anlamaları bir şekilde yordamaktadır. “Birbirimizin zihnini okuyabilmeliyiz” ve “Birbirimize değişirebilmeliyiz” alt boyutları ilişki niteliğinin sosyal destek boyutunu anlamaları olarak 152
yordamamaktadır (p>.05). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinin niteliğinin sosyal destek alt boyutunu yordama gücü en yüksek olan boyut “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız (β=.27)” alt boyutudur. Yakın ilişki anınlarının ilişki niteliğinin çatışma alt boyutunu yordama gücü test etmek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.**
Çatışma Boyutunun Yordayıcılarından İlişki Anınlarına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.

| Değişkenler | B     | Standart Hata | β   | t   | p       | İkili r | Kısmi r |
|-------------|-------|----------------|-----|-----|---------|---------|---------|
| Sabit (Çatışma) | 17.74 | .88            | 20.27 | 0   | .59     | .03     | .03     |
| BKTADO      | -.02  | .04            | -.04 | 1.80 | .07     | .01     | .09     |
| BZO         | .01   | .06            | .01  | .18  | .86     | .01     | .01     |
| HŞBY        | .01   | .05            | .13  | 1.80 | .07     | .01     | .09     |
| BİK         | .11   | .05            | .18  | 2.07 | .04     | .11     | .10     |
| BD          | .05   | .06            | .06  | .78  | .44     | .04     | .04     |
| Rİ           | .02   | .05            | .03  | .42  | .68     | .02     | .02     |

R= .33  
R²= .11  
Düzeltilmiş R²= .10  
F(6.354)= 7.06  
p= .00

Tablo 2’de görüldüğü gibi ilişki anınlarının alt boyutları üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin çatışma boyutunu anlamaktadır (F(6.354)=7.06, p=.000, p<.05). R² değeri bakıldığında ilişki niteliğinin çatışma boyutunun %11’inin ilişki anınlarının alt boyutları ile açıklanmıştır. Yakın ilişki anınlarından yalnızca “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” (t=2.07, p=.05) boyutu ilişki niteliğinin çatışma alt boyutunu anlamakta. Çatışma alt boyutunun tek ve en güçlü yordayıcısı “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız (β=.18)” anıncıdır. Yakın ilişki anınlarının ilişki niteliğinin derinlik alt boyutu yordama gücü test etmek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 3’de sunulmuştur.

**Tablo 3.**
Derinlik Boyutunun Yordayıcılarından İlişki Anınlarına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.

| Değişkenler | B     | Standart Hata | β   | t   | p       | İkili r | Kısmi r |
|-------------|-------|----------------|-----|-----|---------|---------|---------|
| Sabit (Derinlik) | 12.37 | .45            | 27.55 | 0   | .00     | .16     | .15     |
| BKTADO      | .06   | .02            | .21  | 3.02 | .00     | .16     | .15     |
| BZO         | .01   | .09            | .02  | .31  | .76     | .02     | .02     |
| HŞBY        | -.09  | .03            | -.21 | -.09 | .00     | -.16    | -.15    |
| BİK         | -.02  | .03            | -.05 | -.64 | .52     | -.03    | -.03    |
| BD          | -.09  | .03            | -.20 | -.28 | .01     | -.15    | -.14    |
| Rİ           | .14   | .03            | .40  | 5.48 | .00     | .28     | .27     |

R= .41  
R²= .17  
Düzeltilmiş R²= .16  
F(6.354)= 12.12  
p= .00

Tablo 3’de görüldüğü gibi, ilişki anınlarının alt boyutları üniversite öğrencilerinin romantik ilişki niteliğinin derinlik boyutunu anlamaktadır (F(6.354)=12.12, p=.000, p<.05). R² değeri, ilişki niteliğinin derinlik alt boyutunun %17’sinin ilişki anınlarının alt boyutları ile açıklanmıştır. Yakın ilişki anınlarından “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız (t=3.02, p=.05)”, “Her şeyi birlikte yapmalıyız (t=-3.087, p<.05)”, “Birbirimizi değiştirebilmelıyiz (t=-2.85, p<.05)” ve “Romantik idealizm (t=5.48, p<.05)” alt boyutları öğrencilerin ilişki niteliğinin derinlik alt boyutunu anlamakta. En yüksek β katsayısı “Romantik idealizm (β=.40)” alt boyutuna aittir. Üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin derinlik alt boyutunu en çok etkileyen yordayıcı “romantik idealizm” alt boyutudur.
Araştırmanın ikinci alt problemi “İlişkilerdeki benlik değişimi romantik ilişki olan üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğini yordamakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. İlişkideki benlik değişiminin alt boyutları olan benlik genişlemesi, benlik daralması, benlik budanması ve benlik kirlenmesinin ilişki niteliğinin sosyal destek alt boyut alt boyutunu yordamakta olan üniversite öğrencilerin ilişki niteliklerinin sosyal destek alt boyutunu yordamak için test etmek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4.
Sosyal Destek Boyutunun Yordayıcılardan Benlik Değişimine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.

| Değişkenler         | B     | Standart Hata | β    | t     | p     | İkili r | Kısımlı r |
|---------------------|-------|----------------|------|-------|-------|---------|-----------|
| Sabit (Sosyal destek) | 13.34 | .45            | 29.51| 0     |       |         |           |
| Benlik genişlemesi   | .12   | .02            | .33  | 6.07  | .00   | .31     | .29       |
| Benlik daralması     | -.08  | .02            | -.24 | -4.52 | .00   | -.23    | -.22      |
| Benlik budanması     | -.04  | .03            | -.08 | -1.32 | .19   | -.07    | -.06      |
| Benlik kirlenmesi     | -.01  | .03            | -.01 | -.22  | .83   | -.01    | -.01      |

R= .40
R²= .16
Düzeltilmiş R²= .15
F(4,354)= 17.39
p=.00

Tablo 5'de görüldüğü gibi ilişkilerdeki benlik değişiminin alt boyutları üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğini sosyal destek alt boyutunu yordamak için (F(4,356)=17.39, p=.000, p<.05). Buna göre öğrencilerin ilişki niteliğinin sosyal destek alt boyutunun %16'sı ilişkilerdeki benlik değişiminin alt boyutları ile açıklanmaktadır. İlişkilerdeki benlik değişiminin alt boyutlarından “benlik genişlemesi (t=6.07, p<.05)”, “benlik daralması (t=-4.52, p<.05)” romantik ilişki olan üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin sosyal destek alt boyutunu anlamakta oldukları görmektedir. En yüksek β katsayısı “benlik genişlemesi (β=.33)” alt boyutu aittir. Üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin sosyal destek alt boyutunun en çok etkileyen yordayıcı benlik genişlemesi alt boyutudur. İlişkilerdeki benlik değişimi alt boyutlarının ilişki niteliğinin çatışma alt boyut alt boyutunu yordamak için test etmek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5.
Çatışma Boyutunun Yordayıcılardan Benlik Değişimine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.

| Değişkenler         | B     | Standart Hata | β    | t     | p     | İkili r | Kısımlı r |
|---------------------|-------|----------------|------|-------|-------|---------|-----------|
| Sabit (Çatışma)     | 18.54 | .81            | 22.96| 0     |       |         |           |
| Benlik genişlemesi  | -.12  | .03            | -.19 | -3.59 | 0     | -.19    | -.17      |
| Benlik daralması    | .16   | .03            | .26  | 5.03  | 0     | .26     | .24       |
| Benlik budanması    | .01   | .05            | .10  | 1.83  | .07   | .01     | .09       |
| Benlik kirlenmesi    | .21   | .05            | .25  | 4.69  | 0     | .24     | .22       |

R= .47
R²= .22
Düzeltilmiş R²= .21
F(4,354)= 24.65
p=.00

Tablo 5’de görüldüğü gibi ilişkilerdeki benlik değişiminin alt boyutları üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin çatışma boyutunu anlamak için (F(4,356)=24.65, p=.000, p<.05). Üniversite öğrencilerin ilişki niteliğinin çatışma boyutunun %21’i, ilişkilerdeki benlik değişiminin alt boyutları ile açıklanmaktadır. İlişkilerdeki benlik değişimi alt boyutlarından “benlik genişlemesi (t=-3.59, p<.05)”, “benlik daralması (t=5.03, p<.05)” ve “benlik kirlenmesi (t=4.69, p<.05)” romantik ilişki olan üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin çatışma alt boyutunu anlamakta oldukları görmektedir. En yüksek β katsayısı “benlik daralması (β=.26)” alt boyutu aittir. Üniversite öğrencilerinin ilişki niteliğinin çatışma alt boyutunu yordamak için en yüksek yordayıcı benlik daralması alt boyutudur. İlişkilerdeki benlik değişimi alt boyutlarının ilişki niteliğinin derinlik alt boyutunu yordamak için test etmek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 6’da sunulmuştur.
### Tablo 6.
**Derinlik Boyutunun Yordayıcılardan Benlik Değişimine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.**

| Değişkenler       | B    | Standart Hata | β   | t    | p    | İkili r | Kısım r |
|-------------------|------|---------------|-----|------|------|---------|---------|
| Sabit (Derinlik)  | 12.24| .44           | 27.64| .00  |      |         |         |
| Benlik genişlemesi| .12  | .02           | .35 | 6.35 | .00  | .32     | .31     |
| Benlik daralması  | -.07 | .02           | -.20| -.37 | .00  | -.19    | -.18    |
| Benlik budanması  | -.05 | .03           | -.20| -1.7 | .09   | -.09    | -.08    |
| Benlik kirlenmesi | .08  | .03           | 1.7 | 3.08 | .00  | .16     | .15     |

R= .41
R²= .17
Düzeltilmiş R²= .16

İlişkilerdeki benlik değişiminin alt boyları üniversite öğrencilerinin ilişkili niteliklerinin derinlik boyutunu anlamaktan bir şekilde yordamaktadır (F(4,356)=18.16, p=.000, p<.05). Öğrencilerin ilişki niteliklerinin derinlik boyutunun %17’si ilişkilerdeki benlik değişimini alt boyları ile açıklanmaktadır. İlişkilerdeki benlik değişimini alt boylarından “benlik genişlemesi (t=6.35, p<.05)”, “benlik daralması (t=-3.7, p<.05)” ve “benlik kirlenmesi (t=3.08, p<.05)” romantik ilişki olan üniversite öğrencilerinin ilişki niteliklerinin derinlik alt boylarını anlama ve yordamaktadır. En yüksek β katsayısı “benlik genişlemesi (β=.35)” alt boylarına aittir. Üniversite öğrencilerinin ilişki niteliklerinin derinlik alt boylarını en çok etkileyen yordayıcı benlik genişlemesi alt boylardur.

#### Yorum

Bu araştırmanın üniversite öğrencilerinin romantik ilişki kalitelerini ilişkili inançları ve benlik değişiminin yordama gücü araştırılmıştır. Sonuçlara göre, ilişki inançları, benlik değişimi ve üniversite öğrencilerinin romantik ilişki kalitelerini arasındaki anlamlandırmayı oluşturmuştur. “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inançları ilişki niteliklerinin sosyal destek yönünde değerli bir şekilde paylaşılmıştır. “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ve “Romantik idealizm” ise sosyal destek yönünde pozitif yönde anlamlandırılmıştır. “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ve “Romantik idealizm” inançları ile “Her şeyi birlikte yapmalıyız” inançları birlikte verildiğinde sosyal desteğin pozitif yönde anlamlandırılmıştır.

Literatür incelendiğinde ilişki inançlarının genellikle evlilik, evlilik sonrasında sosyal ve psikolojik destek (Yıldırım, 1997) ile ilişkili niteliklerdir. Bu dörtlüğü birlikte değerlendirmek mümkündür. Bu bağlama, sosyal ve psikolojik destek, “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” ve “Romantik idealizm” inançları ile birlikte verildiğinde sosyal desteğin pozitif yönde anlamlandırılmıştır.

Bu araştırmanın son sorusuna birbirini ve literatürdeki bulguları destekleyen nitelikte işlevsel olmayan关系 inançları romantik ilişki kalitesinde düşüktüğünü ortaya koymaktadır. Araştırma sonuçları birbirini ve literatürdeki bulguları destekleyen nitelikte işlevsel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişki kalitesinde düşüktüğünü ortaya koymaktadır.
“birbirimize karşı tamamen açık ve dürüst olmalıyız” inancını birbirlerine duygu, düşünce ve gereksinimleri açıkça ifade ederek olamalı, bu nedenle ilişkideki sosyal destek ve derinlik algısı artmasına yol açmış olabilir. Benzer şekilde Saraç, Hamamcı ve Güçray (2015), beklenmeyen bir bulguluk, Türk üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde mantıksız inançlar arttıkça ilişki doyumunun arttığını saptamışlardır. Diğer yandan aşk ilişkisinin kalıcı olduğu ve sonsuzda sürdüğü, partnerlerin birbirleri için en doğru kişi olduları ve başkalarının asla mutlu olamayacağı yönündeki “Romantik idealizm” inancı ne kadar ilişkideki sosyal destek ve derinlik algısını olumsuz yönde etkileşebilir. Aslında eşsiz ve sonsuzca dekorasyon, özel bir ilişki inancı / algısının ilişkili mevcut bir formulaire bir başka rasyonel olmayan inanç olarak değerlendirilebilir.

Araştırma bulguları genel olarak gözden geçirildiğinde “Her şeyi birlikte yapmalıyız”, “Birbirimizde değiştirebilmeliyiz” ve “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inançlarının ilişkiye yönelik olumlu algılanan sosyal destek ve derinliği pozitif yönde yordadığı dikkat çekmektedir. Epstein (1986) bilişsel süreçlerin evlilik ilişkisi üzerinde etkisi ortaya koymak üzere evlilik doyumuWL ve ilişkideki sosyal destek ve derinliği artırılabileceği sebebel olan bu bilişsel kategori tanımlamıştır. Bu kategoriler “otomatik düşünceciler”, “reaktivler” ve “gerçekçi veya işlevsiz olmayan inançlar”dir. Dolayısıyla partnerlerin her şeyi birlikte yapma, birbirlerini değiştirebilmek ve birbirlerinin tüm ihtiyaçlarını karşılama yönündeki inançları gerçekçe olmayan inançları ortadan kaldırıldığında bu durumun ilişkideki güçlü bir yaratılabilirlik ve ilişkide algılanan sosyal destek ve derinliği olumsuz yönde etkileşebilir. Bir diğer bulguda, “Birbirimizin bütün ihtiyaçlarını karşılamalıyız” inancı sosyal destek negatif, çatışmayı pozitif yönde etkileşebilir. Bu inanç partnerlerin, birbirlerini yaşamın her alanında birlikte ve birbirlerini de birlikte ve birbirleri için en doğru kişi olduları ve başkalarının asla mutlu olamayacağı yönündeki “Romantik idealizm” inancı ne kadar ilişkideki sosyal destek ve derinlik algısını olumsuz yönde etkileşebilir. Aslında eşsiz ve sonsuzca dekorasyon, özel bir ilişki inancı / algısının ilişkili mevcut bir formulaire bir başka rasyonel olmayan inanç olarak değerlendirilebilir.
özellikleri belirginleştiren bireyler (evsizlerin yaşadığı sığınma evlerinde partneriyle birlikte vakti geçen bireyin daha özgünlüğünde hissetmesi) benlik kavramlarının içeriğinde bir artış yaşanabilir. Bu artışın da ilişkinin niteliğinde olumlu etki yaratması beklenir. Diğer yandan olumlu özelliklerinin azaldığını, dahası olumsuz bazı nitelikler ve alışkanlıklar edindiğini hisseden partnerlerin, ilişkilerinde algıdıkları çatışma düzeyinin daha yüksek olması da beklenen bir sonuçtur.

Ölümü özelliklerin azaltması anlamına gelen benlik kirlenmesi sosyal destek ve derinliği negatif; çatışmayı pozitif yönde yukarıya saplanmış ve bu bulgular benliğin surface düzeneği olarak değerlendirilmiştir. Mattingly ve diğerlerinin (2014) belirttiği gibi birksisi kayak etkinliğinden hoşlanmadığından dolayı bu etkinlikten ötürü veya partneri daha içerdönük olduğundan kendisi daha az girişen bir kişide dönen bireyin benlik kavramını içeriğinde bir azalma olması söz konusudur. Bireyler olumlu alışkanlıklarını partnerlerinin etkisiyle birlikte birbirlerine girecekler ve güzel zaman geçirdikleri hobilerinden vazgeçecekler. İlişki partnerleri birbirlerinin benlik algılarını olumsuz etkilediğinde bu durumun ilişkideki çatışmayı, derinliğini ve başarıyı artıracak, bu durumun ilişkideki çatışmayı ve derinliğini alt alta yapıcı olabileceğini değerlendirilmiştir. Başka araştırmalarda benlik kirlenmesiyle ilişkideki olumsuz etkisi belirtilmiştir. Daha sonraki araştırmalarda, bireylerin, ilişkilerindeki olumsuz etkilerin azaltılması, ilişkilerin derinliği ve başarısının artması beklenmektedir. Daha sonraki araştırmalar için ilgili perspektifler sergilemek çok önemlidir.

Sonuç ve Öneriler
Bu araştırma sonuçlarında, benlik kirlenmesi sürecinin ilişkideki etkisini ve derinliğini pozitif yönde analiz etmişti. Benlik kirlenmesi, bireylerin partnerleriyle ilişki içinde benliğin olumsuz özelliklerinin olduğu azaltılması beklenir. Bu durumun ilişkideki etkisi artışın benliğin surface düzeneği olarak değerlendirilmesi, bireylerin ilişkilerindeki etkisini artıracak, ilişkilerin derinliğini ve başarısını artıracak, bu durumun ilişkideki çatışmayı, derinliğini ve başarıyı artıracar, bu durumun ilişkideki çatışmayı ve derinliğini azyatılayacak, bu durumun ilişkideki çatışmayı ve derinliğini alt alta yapıcı olabileceğini değerlendirilmiştir. Başka araştırmalarda benlik kirlenmesiyle ilişkideki olumsuz etkisi belirtilmiştir. Daha sonraki araştırmalarda, bireylerin, ilişkilerindeki olumsuz etkilerin azaltılması, ilişkilerin derinliği ve başarısının artması beklenmektedir. Daha sonraki araştırmalar için ilgili perspektifler sergilemek çok önemlidir.
Danışma merkezlerinde çalışan psikolojik danışmanlar, ilişki problemlerini ele alırken bu problemlerin sebepleri olarak partnerlerin ilişkilerine yönelik işlevsel olmayan inançları, gerçekçi olmayan varsayımları ve ilişki beklentilerini irdeleyebilirler. Bununla birlikte bireylerin ilişkilerinde hangi benlik değişimi sürecini yaşadıklarını araştırabilir; yol haritalarını bu doğrultuda oluşturabilirler. Dahası psikolojik danışma sürecine diğer ilişki partnerini de dahil ederek partnerlerin karşılıklı algı ve beklentileri ile bu algı ve beklentilerin uylaşma durumunu inceleyebilirler.
References

Aron, A., Aron, E. N., Norman, C. C., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples’ shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(2), 273-284. Doi: http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.273

Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. (1995). Falling in love: Prospective studies of self concept change. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(6), 1102- 1112. Doi: https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.6.1102

Blazer, D. G. (1982). Social support and mortality in an elderly community population. *American Journal of Epidemiology, 115*(5), 684-694. DOI: https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a113351

Büyükşahin, A. (2001). A comparison of university students, who can and cannot form close relationships, according to various socio-psychological aspects, Unpublished Master’s Thesis, Ankara University, Ankara.

Collibee, C. & Furman, W. (2015). Quality Counts: Developmental Shifts in Associations Between Romantic Relationship Qualities and Psychosocial Adjustment. *Child Development, 86*(5), 1639-1652. Doi: https://doi.org/10.1111/cdev.12403

Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence, 13*(1), 1-24. Doi: https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001

Collins, W. A., & Madsen, S. D. (2006). Personal relationships in adolescence and early adulthood. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 191–209). New York: Cambridge University Press.

Connolly, J. A., & Johnson, A. M. (1996). Adolescents’ romantic relationships and the structure and quality of their close interpersonal ties. *Personal Relationships, 3*(2), 185-195. Doi: https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00111.x

Connolly, J. A., & Konarski, R. (1994). Peer self-concept in adolescence: Anlysis of factor structure and of associations with peer experience. *Journal of Research on Adolescence, 4*(3), 385-403. Doi: http://dx.doi.org/10.1207/s15327795jra0403_3

DeBord, J., Romans, J. S. C., & Krieshok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *The Journal of Psychology, 130*(3), 263-280. Doi: https://doi.org/10.1080/00223980.1996.9915008

Dinçer, D. (2017). Factors predicting relationship satisfaction and satisfaction in life in romantic relationships: A two-factor relational self-change model. Unpublished doctorate dissertation, Marmara University, Istanbul.

Dinçer, D., Ekşi, H. ve Aron, A. (2017). Psychometric properties of the Turkish version of the Relational Self-Change Scale. Paper presented at the 2nd Eurasian Congress on Positive Psychology, Istanbul, Turkey.

Esmaeipour, Kh., Khajeh, V. & Mahdavi, N. (2013). Predicting couples’ marital satisfaction based on relationship beliefs and relationship skills. *Family Research, 9*(1), 29-44.

Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50*(5), 715-720. Doi: 10.1037/0022-006X.50.5.715.

Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational-Emotive Therapy, 4*(1), 4-21. Doi: 10.1007/BF01073477. Doi: https://link.springer.com/content/pdf/10.1023/A:1025825725522.pdf

Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed: A review*. New York: Norton.
Epstein, N. (1986). Cognitive marital therapy: Multi-level assessment and intervention. Journal of Rational-Emotive Therapy, 4(1), 68-81. Retrieved from https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF01073481.pdf

Epstein, N., Baucom, D. H., & Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. Clinical Psychology Review, 13(1), 45-57. DOI: https://doi.org/10.1016/0272-7358(93)90007-9

Epstein, N., & Eidelson R. J. (1981). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals and satisfaction. The American Journal of Family Therapy, 9(4), 13-22. DOI: 10.1080/01926188108250420.

Eryılmaz, A., & Doğan, T. (2013). The mediator role of need satisfaction between subjective well-being and romantic relationships quality. Eurasian Journal of Educational Research, 13(53), 79-96. Retrieved from https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1060384.pdf

Fincham, F. D., & Cui, M. (Eds.). (2011). Romantic relationships in emerging adulthood. New York, NY: Cambridge University Press.

Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. In P. Florsheim (Ed.), Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications (pp. 3-22). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/259258543_The_role_of_roman

Gizir, C. A. (2012). The adaptation of the relationship beliefs questionnaire: Validity and reliability studies. Mersin University Journal of the Faculty of Education, 8(2), 35-45.

Gizir, C. A. (2013). An examination of university students’ relationship beliefs according to gender and their way of experiencing romantic relationships. Education and Science, 38(170), 372 - 383. Retrieved from http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/2334.

Goodwin, R., & Gaines Jr., S. O. (2004). Relationships beliefs and relationship quality across cultures: Country as a moderator of dysfunctional beliefs and relationship quality in three former communist societies. Personal Relationships, 11(3), 267-279. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00082.x

Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 23(3), 245-261. DOI: 10.1007/s10942-005-0013-y.

Hamamcı, Z. & Esen Çoban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of late adolescence in adjustment to university. Social and Behavioral Sciences, 2(2), 300-304. DOI: https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.014

Karasar, N. (2012). Scientific research method. Ankara: Nobel Academic Publishing.

Kaygusuz, C. (2013). Irrational beliefs and abuse in university students’ romantic relations. Eurasian Journal of Educational Research, 13(51), 141-156.

Kemer, G., Çetinkaya Yıldız, E., & Bulgan, G. (2016). Emotional dependency and dysfunctional relationship beliefs as predictors of married Turkish individuals' relationship satisfaction. The Spanish Journal of Psychology. doi: 10.1017/sjp.2016.78

Kline, R. B. (2005). Principle and practice of structural equation modelling. Second Edition. New York: The Guilford Press.

Koolae, A. K., Adibrad, N. & Sedgh poor, B. S. (2010). The comparison of relationship beliefs and couple’s burnout in women who apply for divorce and women who want to continue their marital life. Iranian Journal of Psychiatry, 5(1): 35–39. Retrieved from https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3430408/.
Küçükarslan, M. ve Gizir, C. A. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki İnançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5(42), 148-159.

Kurdek, L. A. (1992). Assumptions versus standards: The validity of two relationship cognitions in heterosexual and homosexual couples. Journal of Family Psychology, 6(2), 164-170. Doi: http://dx.doi.org/10.1037/0893-240X.6.2.164

Kuttler, A. F., LaGreca, A. M., & Prinstein, M. J. (1999). Friendship qualities and social-emotional functioning of adolescents with close, cross-sex friendships. Journal of Research on Adolescence, 9, 339–366.

Lewandowski Jr., G. W., & Mattingly, B. A. (2013). An expanded self is a more capable self: The association between self-concept size and self-efficacy. Self and Identity, 12(6), 621-634. Doi: https://doi.org/10.1080/15298868.2012.718863

Madsen, S. D., & Collins, W. A. (2011). The salience of adolescent romantic experiences for romantic relationship qualities in young adulthood. Journal of Research on Adolescence, 21(4), 789-801. Doi: 10.1111/j.1532-7779.2011.00737.x

Mattingly, B. A., & Lewandowski Jr., G. W. (2013). The power of one: Benefits of individual self-expansion. The Journal of Positive Psychology, 8(1), 12-22. Doi: https://doi.org/10.1080/17439760.2012.746999

Mattingly, B. A., Lewandowski Jr., G. W., & McIntyre, K. P. (2014). “You make me a better/worse person”: A two-dimensional model of relationship self change. Personal Relationships, 21(1), 176-190. Doi: 10.1111/per.12025

McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski Jr., G. W. (2015). When “we” changes “me”: The two-dimensional model of relational self-change and relationships outcomes. Journal of Social and Personal Relationships, 32(7), 857-878. Doi: 10.1177/0265407514553334.

McNamara Barry, C., Madsen, S. D., Nelson, L. J., Carrol, J. S. & Badger, S. (2009). Friendship and romantic relationship qualities in emerging adulthood: Differential associations with identity development and achieved adulthood criteria. Journal of Adult Development, 16: 209–222. Doi: 10.1007/s10804-009-9067-x

Metts, S., & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. Human Communication Research, 17(1), 170-185. Doi: https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1990.tb00230.x

Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial intimacy and identity: From early adolescence to emerging adulthood. Journal of Adolescent Research, 20(3), 346-374. Doi: 10.1177/0743558404273118

Möller, A. T., & van Zyl, P. D. (1991). Relationship beliefs, interpersonal perception, and marital adjustment. Journal of Clinical Psychology, 47(1), 28-33. Doi: https://doi.org/10.1002/1097-4679(199101)47:1<28::aid-JCLP2270470105>3.0.CO;2-K

Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1994). Psychometric theory (3rd Edition). New York: McGraw-Hill.

Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., & Simpson, J. A. (2010). Helping each other grow: Romantic partner support, self-improvement and relationship quality. Personality and Social Psychology Bulletin, 36(11), 1496-1513. Doi: https://doi.org/10.1177/0146167210383045

Özabacı, N. (2011). Turkish Adaptation of Quality of Relationships Inventory: Validity and reliability study. Education and Science, 36(162), 159-167. Retrieved from http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/774

Pallant, J. (2007). Spss survival manual. Sydney: Allen & Unwin.

Pierce, G. R., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1991). General and relationship based perceptions of social support: Are two constructs better than one? Journal of Personality and Social Psychology, 61(6), 1028-1039. Doi: 10.1037/0022-3514.61.6.1028.
Pierce, G. R., Sarason, I. G., Sarason, B. R., Solky-Butzel, J. A., & Nagle, L. C. (1997). Assessing the quality of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 14*(3), 339-356. Doi: 10.1177/0265407597143004.

Romans, J. S. C., & DeBord, J. (1995). Development of the relationship beliefs questionnaire. *Psychological Reports, 76*(3), 1248-1250. Doi: 10.2466/pr0.1995.76.3c.1248.

Saraç, A. Hamamcı, Z. & Güçray, S. (2015). Predicting Romantic Relationship Satisfaction of University Students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 5*(43), 69-81.

Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 1*, 27–39. https://doi.org/10.1177/2167696812467330.

Stackert, R. A. & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences, 34*, 1419–1429. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1

Slotter, E. B., & Gardner, W. L. (2012). The dangers of dating the “bad boy” (or girl): When does romantic desire encourage us to take on the negative qualities of potential partners?. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*(5), 1173-1178. Doi: https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.05.007

Slotter, E. B., Gardner, W. L., & Finkel, E. J. (2010). Who am I without you? The influence of romantic breakup on the self-concept. *Personality and Social Psychology Bulletin, 36*(2), 147-160. Doi: https://doi.org/10.1177/0146167209352250

Sprecher, S., & Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships, 16*(6), 834-851. Doi: 10.1177/026540759966009.

Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences, 34*(8), 1419-1429. Doi: https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1

Sullivan, B. F., & Schwebel, A. I. (1995). Relationship beliefs and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families, 3*(4), 298-305. Doi: 10.1177/1066480795034003.

Yıldırım, İ. (1997). Developing the Perceived Social Support Scale, its validity and reliability. *Hacettepe University Journal of Education*, (13), 81-87.