Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi www.esosder.org
Electronic Journal of Social Sciences ISSN:1304-0278

Yaz-2016 Cilt:15 Sayı:58 (1018-1026) Summer-2016 Volume:15 Issue:58

ROMANTİK YAKINLIĞI BAŞLATMA İLE UTANGAÇLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATING OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN INITIATING ROMANTIC INTIMACY AND SHYNESS

DOI:10.17755/esosder.47010

Ali ERYILMAZ[1]
Ahmet KARA[2]
Fatma ALTINSOY[3]

Öz

Romantik ilişkileri beliren yetişkinler için kimlik geliştirmenin önemli bir öğesidir. Beliren yetişkinler aşk alanında denemelerde bulunarak kimliklerini keşfederler. Kimlik keşfi için romantik ilişkiler içerisinde yer almak onlar için bir gelişim görevidir. Bu gelişim görevini yerine getirmeyi engelleyen bireysel ve çevresel faktörler vardır. Utangaçlık da bireysel faktörler içinde yer alır. Bu çalışmanın amacı, romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile utangaçlık arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışmaya 226 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışma kesitsel araştırma deseninde yürütülmüştür. Çalışmada veriler Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri Ölçeği ve Utangaçlık Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizinde basit regresyon analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırma bulgularına göre bireylerin utangaçlık düzeyleri arttıkça kendilik algısı, kendilik bilgisi, duygusal ve bilişsel açıdan yakınlık ile davranışsal yakınlık belirleyicilerini kullanmalarının azaldığı bulunmuştur. Olumsuz duygular ve düşünceler üreten utangaçlığın, bireylerin kendilerine ilişkin algılarını da olumsuzlaştırdığı ve bu durumun bir sonucu olarak bireylerin romantik ilişkilerden kaçındıkları düşünülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre utangaç bireylere psikolojik destek sunulması üzerinde durulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Romantik yakınlık, utangaçlık, ilişki başlatma

Abstract

The aim of this study is to investigate the relationships between initiating romantic intimacy and shyness. Total 226 university students were included in the present study. Cross-sectional research design was used. Data were collected with Shyness and Starting Romantic Intimacy Scales. The regression analysis technique was used to analyze the data. The markers of self perception, self-knowledge, cognitive and affective intimacy and behavioural intimacy were negatively related with shyness. Shyness which produces negative emotions and cognitions make worsen their perception of themselves, thus shyness individuals escape from initiating romantic intimacy, because of fear of rejection.

Keywords: Romantic intimacy, shyness, initiating romantic intimacy

[1]Doç.Dr., esogu, erali76@hotmail.com
[2] Arş.Gör., esogo, ahmetkara9126@gmail.com
[3] Öğretmen, esogu, fatmaaltinsoy26@gmail.com

1. GİRİŞ

İnsanlar, duygusal ve toplumsal varlıklardır. Bu yönüyle, toplum içerisinde diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmaya ihtiyaç duymaktadırlar. Romantik ilişkiler de bu toplumsal ilişkilere örnektir. Bazı bireyler romantik ilişkiyi rahat başlatırken bazıları ise bu konuda bir takım problemler yaşamaktadırlar. Bu problemlerin nedenleri bireyden bazen de çevreden kaynaklanabilir. Romantik yakınlığı başlatmayı zorlaştıran bireyden kaynaklı nedenlerden biri de utangaçlık olabilir.

Romantik ilişkiler, bireylerin cinsel kimlikleri doğrultusunda yakınlık ihtiyaçlarını doyurmaya çalıştıkları ilişki türü olarak kabul edilmektedir. Romantik ilişkiler, duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılılık olmak üzere gibi boyutlarla açıklanmaktadır (Moss ve Schwebell, 1993; Strernberg, 1999). Romantik ilişkiler bir süreç olarak değerlendirilebilir. Romantik ilişkilerin başlangıcı, gelişimi ve sonlandırılması olmak üzere üç önemli aşaması bulunmaktadır (Eryılmaz ve Ercan, 2012). Romantik yakınlığı başlatma, başlangıç aşamasının önemli bir parçasıdır. Romantik yakınlığı başlatma sürecinin birtakım belirleyicileri vardır. Eryılmaz ve Atak (2009) tarafından romantik yakınlığı başlatan beş önemli belirleyici olduğu ortaya konulmuştur. Bu belirleyiciler, kendilik algısı, kendilik bilgisi, davranışsal yakınlık, bilişsel ve duygusal yakınlık ve romantik sözelleştirmedir. Kendilik algısı, bireyin sempatiklik, çekicilik ve zeki olmak gibi bireysel yeterliliklerini ifade etmektedir. Kendilik bilgisi, romantik ilişkiyi başlatabilecek dürüstlük, saygı gibi ilişkisel özelliklere sahip olmasını ifade eder. Duygusal ve bilişsel yakınlık, bireyin romantik yakınlığı başlatacak kişiye karşı olumlu duygular, düşünceler geliştirmesi ve bunu ifade edebilmesidir. Davranışsal yakınlık, ilgi duyulan kişiyle zaman geçirme gibi davranışsal öğeleri içermektedir. Romantik sözelleştirme ise, ilgi duyulan kişiye şiir yazmak ve anlamlı sözler söylemeyi kapsamaktadır (Eryılmaz ve Atak, 2009; Eryılmaz ve Atak, 2011; Eryılmaz ve Ercan, 2010; Eryılmaz ve Ercan, 2011). Romantik yakınlığı başlatma ile ilgili çalışmalar incelendiğinde bu süreci etkileyen bireysel faktörler bulunmaktadır. Bunlardan biri de kişilik özellikleridir (Ercan ve Eryılmaz, 2013). Utangaçlık da kişilik özellikleri bağlamında değerlendirilmektedir.

Utangaçlık, bireyin, çevresindeki insanlarla yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmasıdır (McCroskey ve Beatty, 1986). Umeh (2013)' a göre utangaçlık, bireyin sosyal ortamdan rahatsızlık duyması ve geri çekilmesi durumudur. Utangaçlık, romantik ilişki sürecini olumsuz olarak etkilemektedir. Romantik ilişkilerin farklı aşamalarında farklı değişkenlerle utangaçlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Örneğin ilişkinin gelişim aşmasında utangaç

bireylerin romantik eşlere daha bağımlı oldukları (Myers, Dilks ve Marceaux, 2007), evlilik doyumlarının daha düşük düzeyde olduğu (Baker ve McNulty, 2010), ilişki sürecine katılımlarının daha düşük olduğu (Rowsell ve Coplan, 2013) bulunmuştur.

Romantik yakınlığı başlatma ile utangaçlık arasındaki ilişkileri inceleyen az sayıda çalışmalarda gerçekleştirilmiştir. Örneğin utangaç bireylerin romantik ilişkileri tek başlarına başlatamadıkları ve arabulucu- çöpçatan- kullandıkları bulunmuştur (Scharlott ve Christ, 1995). Bu çalışmaların içeriği incelendiğinde çalışmalar romantik yakınlığı başlatamamanın sonucu üzerinde durmaktadırlar. Oysaki romantik yakınlığı başlatma bir süreçtir ve bu süreçte belirleyici olarak nitelendirilen araçlar da vardır (Eryılmaz ve Atak, 2009). Bu araçlarla utangaçlık arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların literatürde olmadığı görülmektedir.

Üniversite öğrencileri, aşk alanında denemeler yaparak kimliklerini netleştirmektedirler (Arnet, 2003). Kimlik edinme sürecini başarıyla atlatmanın bir yolu romantik ilişkilere yönelmektir (Connolly ve Konarsky, 1994; Furjman ve Schaffer, 2003). Üniversite öğrencilerinin üniversite psikolojik danışma ve rehberlik servislerine başvurma nedenleri arasında romantik ilişkilerde sorun yaşmanın da geldiği bilinmektedir (Creasey, Kershaw ve Boston, 1999). Hem sağlıklı kimlik geliştirmek hem de yakınlık ihtiyacını karşılayıp yalıtılmışlık yaşamamak adına utangaçlık ve romantik yakınlığı başlatma arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanma ile utangaçlık arasındaki ilişkileri incelemektir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmanın amacı, utangaçlık ile romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışma kesitsel araştırma deseninde yürütülmüştür. Çalışmanın, bağımsız değişkeni utangaçlık; bağımlı değişkeni ise romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileridir.

2.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmada, 174 kadın ve 52 erkek olmak üzere toplam 226 üniversite öğrencisi yer almıştır. Öğrenciler, Türkiye'de Eskişehir'de yer alan bir kamu üniversitesinde öğrenim gören Eğitim Fakültesi öğrencileri arasından seçilmiştir. Üniversite öğrencilerin yaş aralığı 17-22'dir. Öğrencilerin yaş ortalaması 19.25 standart sapması ise 1.74'tür.

2.3. Veri Toplama Araçları

Romantik Yakınlığı Başlatma Ölçeği: Bu ölçek, Eryılmaz ve Atak (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde 17 maddeden oluşmaktadır Ölçek, beş boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; kendilik bilgisi, kendilik algısı, davranışsal yakınlık, duygusal ve bilişsel yakınlık ve romantik sözelleştirmedir. Eryılmaz ve Atak (2009), ölçeğin geliştirilme aşamasında; iç tutarlılık, test-tekrar test yöntemi, açımlayıcı faktör analizi gibi analizlere başvurmuşlardır. Ölçeğin güvenirliği iç tutarlılık ve test-tekrar test yöntemiyle yapılmıştır. Ölçeğin tamamının iç tutarlık katsayısı 0.83; alt boyutlarının iç tutarlılık katsayısı 0,55 ile 0,79 arasında değişmektedir. Test-tekrar test yöntemiyle yapılan güvenirlik katsayısı ise 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçekten yüksek puan almak, ilgili romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanmak anlamına gelmektedir.

Utangaçlık Ölçeği: Bu çalışmada kullanılan ölçek, bireylerin utangaçlık düzeylerini ortaya koymak amacıyla Cheek tarafından (1983) geliştirilen ve Güngör tarafından (2001) Türkçe'ye uyarlaması yapılan 'Utangaçlık Ölçeği' kullanılmıştır. Ölçek 20 maddelik 5'li likert tipibir ölçektir (Güngör, 2001). Ölçekten alınacak en yüksek puan 100, en düşük ise 20 puandır. Bireyin puanının yüksek olması kendisini utangaç olarak algıladığını göstermektedir. Ölçekte testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenirlik katsayısı. 83 ve iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı ise. 91'dir (Güngör, 2001)

2.4. Verilerin Analizi

Çalışmada verilerin analizinde basit regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Bu analizle her bir romantik yakınlığı başlatma belirleyicisini, utangaçlığın ne düzeyde açıkladığı incelenmiştir. Ayrıca bazı betimsel istatistikler yapılmıştır.

3. BULGULAR

Bu çalışma, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini utangaçlığın ne düzeyde açıkladığını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda çalışmanın bulgular kısmında öncelikle, değişkenlere yönelik betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonra ise, basit regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

3.1. Betimsel İstatistikler

Çalışmanın bu bölümünde betimsel istatistik analizi sonuçlarına değinilmiştir. Bu doğrultuda romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerine yönelik betimsel istatistik analiz

sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir. Aynı şekilde utangaçlığa yönelik betimsel istatistik analiz sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo-1 Betimsel istatistikler

Değişkenler	Ort	SD
Kendilik Bilgisi	9.60	1.74
Kendilik Algısı	8.66	1.96
Davranışsal Yakınlık	11.56	2.26
Bilişsel ve Duygusal Yakınlık	10.84	2.77
Romantik Sözelleştirme	7.05	2.46
Toplam Romantik Başlatma	47.72	8.34
Toplam Utangaçlık	50.77	17.84

Tablo 1'de betimsel analiz sonuçları görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre utangaçlık toplam puanı ortalaması 50.77 ve standart sapması 17.84'tür. Ayrıca romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri toplam puanı ortalaması 47.72 ve standart sapması 8.34'tür.

3.2. Romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini utangaçlığın açıklamasına yönelik bulgular

Çalışmanın bu bölümünde romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini utangaçlığın açıklamasına yönelik basit regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Tablo 2'de her bir romantik yakınlığı başlatma belirleyicisini utangaçlığın ne düzeyde açıkladığı verilmiştir. Sonuçlar Tablo 2'ye bakılarak değerlendirilebilir.

Tablo-2 Basit regresyon analizi sonuçları

	B	SEB	β	R^2	ΔR^2	F
Kendilik Algısı				.17	.17**	47.03
Utangaçlık	-.5	.01	-.42**			
Davranışsal Yakınlık				.07	.06**	17.22
Utangaçlık	-.3	.01	-.27**			
Duygusal ve Bilişsel Yakınlık				.05	.04**	12.65
Utangaçlık	-.4	.01	-.23**			
Romantik Sözelleştirme				.01	.00	0.89
Utangaçlık	-.1	.01	.6			
Kendilik Bilgisi				.2	.1*	4.04
Utangaçlık	-.1	.01	-13*			
Toplam Romantik Yakınlığı Başlatma				.9	.8**	21.13
Utangaçlık	-.14	.01	-29**			

*p<0.05; **p<0.01

Çalışma bulgularına bakıldığında kendilik algısını, utangaçlık anlamlı bir şekilde $\beta = -0.42$, $t(224,1) = -6.86$, $p < 0.01$ açıklamaktadır. Benzer şekilde davranışsal yakınlığı, utangaçlık anlamlı bir şekilde $\beta = -0.27$, $t(224,1) = -4.15$, $p < 0.01$ açıkladığı görülmektedir. Aynı şekilde duygusal ve bilişsel yakınlığı, utangaçlık anlamlı bir şekilde $\beta = -0.23$, $t(224,1) = -3.56$, $p < 0.01$ açıklamaktadır. Ayrıca kendilik bilgisini, utangaçlık anlamlı bir şekilde $\beta = -0.13$, $t(224,1) = -2.01$, $p < 0.05$ açıkladığı görülmektedir. Ek olarak, toplam puan açısından bakıldığında, utangaçlığın, romantik yakınlığı başlatma toplam puanını anlamlı bir şekilde $\beta = -0.29$, $t(224,1) = 2.41$, $p < 0.01$ açıkladığı bulunmuştur.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile utangaçlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini utangaçlığın anlamlı bir şekilde açıkladığı bulunmuştur. Bir başka deyişle, bireylerin utangaçlık düzeyleri yükseldikçe romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini kullanma düzeyleri düşmektedir. Bu durumun bir sonucu olarak da utangaç bireyler, romantik yakınlığı başlatamamaktadırlar.

Literatürde yapılan çalışmalar, romantik ilişkilerle utangaçlık arasında önemli ve anlamlı ilişkilerin olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin aşk stilleri ve utangaçlık (Erwin ve Pressler, 2011), duygusal bağlılık ve utangaçlık (Myers, Dilks ve Marceaux, 2007), utangaçlık ve arabuluculuk-çöp çatanlık (Scharlott ve Christ, 1995), romantik ilişkilerde utangaçlık ve özsaygı (Scharlott ve Christ, 1995), romantik ilişkilerde utangaçlık ve öz-yeterlik (Baker ve McNulty, 2010), utangaçlık ve romantik ilişki kalitesi (Rowsell ve Coplan, 2013) gibi konularda çalışmaların yapıldığı görülür. Romantik yakınlığı başlatmak da romantik ilişkilerin bir parçasıdır. Literatürde utangaçlık ve romantik yakınlığı başlatma arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların olmadığı görülmektedir. Bu çalışma üzerinde çok az çalışma yapılan bir konuda gerçekleştirildiği için literatüre katkı sağlamıştır. Tüm bunlara ek olarak çalışmalar, üniversite öğrencilerinin %60'ının utangaç olduklarını göstermiştir (Eryılmaz, 2015). Bu çalışma üniversite öğrencileri için önemli bir sorun alanında gerçekleştirildiğinden dolayı literatüre katkı sağlamıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, kendilik algısı ve kendilik bilgisi boyutlarını utangaçlığın anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Bu sonucunun pek nedeni olabilir. Utangaç bireyler kendilerini daha az çekici, daha az sempatik ve daha az zeki, daha az güvenilir ve daha az saygıya layık olarak algılamaktadırlar (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Utangaç bireylerin

kendilerine ilişkin olumsuz algılarının nedeni; olumlu ve olumsuz duyguların işlevlerinde aranabilir. Utangaçlık olumsuz duygulanım üreten bir psikolojik sorundur. Yapılan çalışmalara göre, duygulanım şekli bireylerin kendilerini değerlendirmelerini etkilemektedir. Örneğin mutluluk duygusunu deneyimleyen bireyler, üzüntü duygusunu deneyimleyenlere göre daha çok, benliklerini kabul edici bilgileri uzun süreli bellekten çıkardıkları ve bu bilgileri işledikleri bulunmuştur (Sedikides ve Green, 2001). Ayrıca mutlu bireyler, üzüntülü olanlara göre daha soyut bir dil kullanmaktadırlar (Beukeboom ve Semin, 2006).

Utangaç bireyler olumsuz duygu durumunda oldukları için kendi benliklerine yönelik algıları da olumsuz olmuş olabilir. Bu nedenle kendilerini romantik yakınlığı başlatabilecek olumlu benlik (çekici, sempatik ve zeki) algısı ve bilgisi yerine olumsuz benlik bilgilerine ve algılarına odaklanarak tepkide bulunmuş olabilirler. Literatürde anılan görüşleri destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin çalışmalar, bireylerin benlik algılamalarının ve benlik tanımlamalarının iki boyutta ele alındığını göstermiştir. Bunlardan ilki, geniş, genel ve soyut kavramlarla benliği tanımlamaktır. Diğeri ise somut, dar ve çok daha özel kavramlarla benliği tanımlamaktır (Hampson, Jhon ve Goldberg, 1986; Jhon, Hampson ve Goldberg, 1991). Benliklerini geniş, genel ve soyut kavramlarla tanımlayan bireylerin, daha az depresyon belirtisi gösterdikleri bulunmuştur (Karpinski, Steinberg, Versek ve Alloy, 2007). Ayrıca benlikleri soyut bilgilerle tanımlamanın özsaygıyı koruyucu bir yönünün olduğu bulunmuştur (Dunning, Meyerowitz ve Holzberg, 1989). Özetle, utangaç bireyler daha dar benlik algılamalarına sahip oldukları için romantik yakınlığı başlatamamaktadırlar denilebilir.

Bu çalışmada utangaç bireylerin utangaçlık düzeyleri artıkça romantik yakınlığı başlatmada davranışsal, bilişsel ve duygusal romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerini daha az kullandıkları bulunmuştur. Bu durumun nedeni utangaçlığın doğasında aranabilir. Henderson, Gilbert ve Zimbardo'ya (2014) göre, utangaçlığın doğasında kişinin kendisini geri çekmesi ve toplumsal etkileşimlerden kaçması gibi özellikler görülmektedir. Bu özelliklerin temelinde ise reddedilme korkusu yer almaktadır. Bu çalışmada bulunan utangaç bireyler, reddedilme kaygısından dolayı ilgi duydukları kişiye karşı davranışsal, duygusal ve bilişsel açıdan hissettikleri yakınlığı ifade edememiş olabilirler.

Bu araştırma sonuçları, utangaçlığa romantik yakınlığı başlatma bağlamında nasıl müdahale edileceğine dair önemli bilgiler ve bulgular ortaya koymaktadır. Örneğin utangaç bireylerin kendilerini daha fazla nasıl çekici, zeki ve sempatik algılayacaklarına yönelik olumlu algı oluşturma ya da bu konudaki olumsuz algıları olumluları ile değiştirmeye yönelik psikolojik yardım çalışmaları yapılabilir. Ayrıca utangaç bireylere duyguları ifade etme

eğitimi (bilişsel ve duygusal yakınlığı ifade etmek için) ve atılganlık eğitimi (davranışsal açıdan yakın olmak) romantik yakınlığı başlatma bağlamında yapılabilir. İlerleyen süreçte deneysel çalışmalarla bu duruma bir açıklık getirilebilir.

KAYNAKÇA

Arnett, J. J. (2003). Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in American ethnic groups. *New Directions in Child and Adolescent Development, 100,* 63—75.

Baker, L., & McNulty, J. K. (2010). Shyness and marriage: Does shyness shape even established relationships? *Personality and Social Psychology Bulletin, 36*, 665-676.

Beukeboom, C. J. & Semin, G. R. (2006). How mood turns on language. *Journal of Experimental Social Psychology, 42*, 553-566.

Cheek, J.M. (1983). *The Revised Cheek and Buss Shyness Scale* (RCBS). Unpublished Manuscript, Wellesley College, Wellesley, MA.

Connolly, J. A., & Konarski, R. (1994). Peer self-concept in adolescence: Analysis of factor structure and of associations withpeer experience. *Journal of Research on Adolescence, 4,* 385–403.

Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence, 28*, 523-543.

Dunning, D., Meyerowitz, J. A., & Holzberg, A. D. (1989). Ambiguity and self-evaluation: The role of idiosyncratic trait definitions in self-serving assessments of ability. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1082_1090. doi:10.1037/0022-3514. 57.6.1082

Eryılmaz, A., & Atak, H., 2009. Ready or not? Markers of Starting Romantic İntimacy at Emerging Adulthood: Turkish Experience. *International Journal of Social Science, 4* (1), 31-38.

Eryılmaz, A., &Ercan, L., (2010). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma: Yakınlığa karşı yalıtılmışlık Mı? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 34*: 119-128.

Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). Investigating of the relationship between initiating romantic intimacy and satisfaction of needs at emerging adulthood. *Journal of New World Sciences Academy Education Sciences 6* (1), 526-535.

Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). Investigation of starting romantic ıntimacy in emerging adulthood in terms of self-Esteem, gender and gender roles. . *Educational Sciences: Theory & Practice. 11* (2), 595-600.

Erwin, P. G., & Pressler, S. J. (2011). Love styles, shyness, and patterns of emontional self-disclosure . *Psychological reports, 108* (3), 737-742.

Eryılmaz, A., & Ercan, L., (2012). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı başlatma ve başa çıkma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 23* (2), 2010, 381-397.

Ercan, L., & Eryılmaz, A. (2013). Beliren yetişkinlikte romantik yakınlığı kim başlatabilir? kişilik özellikleri ve kimlik statüleri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 16* (29), 63-80.

Eryılmaz, A. (2015). *Psikolojik sorunlara müdahale ve kendi kendine yardım kitabı*. Ankara: Pegem.

Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (1993). *How to design and evaluate research in education.* New York: Mcgraw Hill.

Furjman, W. & Schaffer, 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. Mahwah, NJ: Erlbaum

Güngör, A. (2001). Utangaçlık ölçeğinin geliştirilmesi geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2* (15), 17-22.

Hampson, S. E., John, O. P., & Goldberg, L. R. (1986). Category breadth and hierarchical structure in personality: Studies of asymmetries in judgments of trait implications. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 37-54.

Hefferon, K., & Boniwell, I. (2010). *Positive Psychology.* NewYork:McGraw Hill.

Henderson, L., Gilbert, P., & Zimbardo, P. G. (2014). Shyness, social anxiety, and social phobia. In. Hofmann, S. G., DiBartolo, P. M. (Eds). Social Anxiety. New York: Guilford Press.

John, O. P., Hampson, S. E., & Goldberg, L. R. (1991). The basic level in personality-trait hierarchies: Studies of trait use and accessibility in different contexts. *Journal of Personality and Social Psychology, 60,* 348-361. doi:10.1037/0022- 3514.60.3.348

Karpinski, A., Steinberg, J. A., Versek, B., & Alloy, L. B. (2007). The Breadth-based Adjective Rating Task (BART) as an indirect measure of self-esteem. *Social ognition, 25,* 778-818. doi:10.1521/ soco.2007.25.6.778.

McCroskey, J. C., & Beatty, M. J. (1986). *Oral communication apprehension*. In Shyness (pp. 279-293). Springer US.

Moss, B.F. & Schwebel, A.I (1993) Marriage and romantic relationships: Defining ıntimacy in romantic relationships. *Family Relations, 42*(1): 31-37.

Myers, B., Dilks, L. S., & Marceaux, J. (2007). An exploration of shyness and its relationship to partner dependency in romantic relationships. *North American Journal of Psychology*, *9*(2), 293-302.

Rowsell, H., & Coplan, R. (2013). Exploring links between shyness, romantic relationship quality, and well-being.*Canadian Journal of Behavioural Science-Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement, 45*(4), 287-295. doi:10.1037/a0029853

Sedikides, C., & Green, J. D. (2001). Affective influences on the self-concept: Qualifying the mood congruency principle. In J. P. Forgas (Ed.), *Handbook of affect and social cognition* (pp. 145–160). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Scharlott, B. W., & Christ, W. G. (1995). Overcoming relationship-initiation barriers: The impact of a computer-dating system on sex role, shyness, and appearance inhibitions. *Computers in Human Behavior, 11*(2), 191-204.

Sternberg, R. J. (1999a). Intelligence as developing expertise. *Contemporary Educational Psychology, 24*, 359–375.

Umeh, C. S. (2013). Assessment and management of shyness using group cognitive behavioural therapy among selected nigerian adolescents. *Ife Psychologia, 21*(3), 268-276.