



# Romantik İlişki Eğitimi: Bir Gözden Geçirme Çalışması ve Türkiye için Öneriler

## Romantic Relationship Education: A Literature Review with Recommendations for Türkiye

● Ayşe Esra İşmen Gazioğlu<sup>1</sup>, ● Çare Sertelin Mercan<sup>1</sup>, ● İlka Demir<sup>1</sup>

<sup>1</sup>İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, İstanbul

### ÖZ

Yakın ilişkiler her zaman insanlar için evrensel bir özlem olmuştur. Romantik ilişki eğitimi, insanların bağlanmalarına, değerlerine ve ilişki hedeflerine uygun stratejiler ve çözümler bulmalarına yardımcı olan bir yol haritası olarak tanımlanabilir. Kanıta dayalı beceri eğitimi kullanarak, insanlar tipik ilişki zorluklarını aşmak ve duyguları güvenli bir şekilde ifade etmek için teknikleri öğrenebilirler. Karşılıklı olarak tatmin edici bir bağlılık ilişkisi içinde olmanın, yaşam doyumu, fiziksel iyi oluş, ciddi hastalıklarla daha iyi başa çıkma, daha uzun yaşam beklentisi ve kariyer başarısı gibi birçok olumlu sonuçla ilişkili olduğu kanıtlanmıştır. İlişki eğitimi programları, batı ülkelerindeki psikologlar tarafından, ilişkiler kriz aşamasına gelmeden önce çiftler, ergenler ve gelişmekte olan yetişkinler için önleyici bir müdahale olarak geliştirilmiştir. Ancak, Türkiye'nin kültürel bağlamında ilişki eğitiminin etkililiğini inceleyen ampirik çalışmalar yetersizdir. Bu alanyazın inceleme çalışmasında, yurt içi ve yurt dışında çiftler, ergen ve beliren yetişkinler için geliştirilmiş ilişki eğitimi programlarının gözden geçirilmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ilk olarak ilişki eğitimi kavramı, kapsamı ve kuramsal temelleri tartışılmış, çiftler, ergen ve beliren yetişkinlerde ilişki eğitimi programlarının yapısı ve etkililik çalışmaları ele alınmıştır. Son olarak da Türkiye'de geliştirilecek ilişki eğitimi programları için kültürel, kuramsal ve uygulamaya yönelik öneriler sunulmuştur.

**Anahtar sözcükler:** İlişki eğitimi, romantik ilişkiler, beliren yetişkinlik, ergenlik

### ABSTRACT

Intimate relationships are the focal aspiration for human beings. Romantic relationship education is described as a road map for helping people to find strategies and solutions that fit their context, values and relationship goals. By using evidence-based skills training, people can learn techniques to navigate typical relationship challenges and safely express emotions. Being in a mutually satisfying committed relationship has proven to be associated with many positive outcomes including life satisfaction, physical well-being, better coping with major illness, as well as longer life expectancy and career achievement. Relationship education programs are developed by psychologists in Western countries as a preventive intervention for couples, adolescents and emerging adults before relationships reach crisis stage. There is, however, a lack of empirical studies to examine the effectiveness of relationship education within the Turkish cultural context. The overarching aim of this study is to review the relationship education programs within Turkish and international literature. This study provides an overview of the relationship education, and its scope, and theoretical foundations and also effectiveness of relationship education programs for couples, adolescents and emerging adults. The study further provides cultural, theoretical and practical recommendations for future directions in Turkish relationship education programs.

**Key words:** Relationship education, romantic relations, emerging adulthood, adolescence

### Giriş

Sağlıklı sosyal ilişkiler içinde bulunmanın, bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerindeki önemini ortaya koyan araştırmalar oldukça yaygındır. Sağlıklı sosyal ilişkiler, artan yaşam süresi, yaşam doyumu ve öznel iyi oluş, depresyon ve anksiyete riskinin azalması da dâhil olmak üzere çok sayıda olumlu sonuçla ilişkili

bulunmuştur (Barden ve ark. 2021). Sağlıklı sosyal ilişkilerin öneminin anlaşılması, bireylerin ve çiftlerin ilişki kalitelerinin artırılması, güvenli, istikrarlı ve sağlıklı ilişkiler geliştirilmesine yönelik bazı çabaların (kısa süreli çift terapileri, cinsel eğitim, ilişki eğitimine odaklı psikoeğitim programları vb.) ortaya çıkmasını sağlamıştır. İlişki eğitimi, bireylere ya da çiftlere sağlıklı ve istikrarlı romantik ilişkiler ve evlilikler kurma ve sürdürme konusunda

**Yazışma Adresi/Address for Correspondence:** Ayşe Esra İşmen Gazioğlu, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa HAYEF Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı İstanbul, Türkiye

**E-posta/E-mail:** ismen@iuc.edu.tr **Geliş tarihi/Received:** 07.02.2022 **Kabul tarihi/Accepted:** 20.05.2022

**ORCID ID:** 0000-0002-1293-5183

gerekli bilgi ve becerileri sunmayı amaçlayan psikoeğitimsel müdahaleleri ifade etmektedir (Braithwaite ve ark. 2010, Halford ve ark. 2011). Uluslararası çalışmalar açısından geçmiş yıllardaki ilişki eğitimlerinin hedef gruplarına bakıldığında, çoğunlukla evli ya da evlilik hazırlığındaki çiftler veya romantik bir ilişkisi olan çiftler için tasarlandıkları görülmektedir (Hawkins ve Ooms 2012, Williamson ve ark. 2016). Son yıllarda ise ilişki eğitimleri, ağırlıklı olarak ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireylere odaklanmaktadır (Crooks ve ark. 2008, Kerpelman ve ark. 2009, Wolfe ve ark. 2009, Antle ve ark. 2011, Ball ve ark. 2012, Simpson ve ark. 2018).

İlişki eğitimiyle ilgili Türkiye alan yazını incelendiğinde, ilişki eğitiminin özellikle çiftlere yönelik olarak geliştirilen programlar aracılığıyla sunulduğu görülmektedir (Ersanlı 2007, Yalçın ve Karahan 2007, Yılmaz ve Kalkan 2010, Haskan Avcı 2014, Vural Batık 2017, Arıcı Şahin 2017). Evli çiftlere yönelik hazırlanan bu programlarda, dünya literatürü ile paralel başlıklara yer verilmektedir. Programlarda sıklıkla yer bulan içerik incelendiğinde, iletişim becerileri, problem çözme ve çatışma çözme becerileri (Sardoğan ve Karahan 2005, Canel 2007, Yalçın ve Karahan 2007, Ekşi ve Kahraman 2012, Akça Koca 2013, Vural Batık 2017), ilişkilerde akılcı olmayan inançlar (Canel 2007, Kalkan ve Ersanlı 2008) evlilikte roller ve akraba ilişkileri (Ekşi ve Kahraman 2012, Devci Şirin 2013), kendini tanıma ve farkındalık kazanma (Kalkan 2002) ve çift tükenmişlik düzeyleri (Şirin ve Deniz 2016) olduğu görülmektedir. Söz konusu ilişki eğitim programlarının evlilik doyumu, uyumu, evlilik ilişkileri, işlevsel olmayan tutumlar, evlilikte kişilerarası bilinçli farkındalık, affetme, mutluluk, çift tükenmişlik düzeyleri gibi birçok değişken açısından etkili olduğu bulunmuştur (Kalkan 2002, Ersanlı ve Kalkan 2003, Sardoğan ve Karahan 2005, Canel 2007, Kalkan ve Ersanlı 2009, Şirin ve Deniz 2016, Akbulut 2018, Atan ve Buluş 2019, Vural Batık ve Kalkan 2019, Uzun 2021).

Türkiye’de çiftlere yönelik çalışmalara kıyasla görece az sayıda olmasına karşın, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerini desteklemeye yönelik programlar da bulunmaktadır (Duran ve Hamamcı 2010, Yalçın ve Ersever 2015, Yalçıntaş Sezgin 2015, Togay ve ark. 2019, Şirin ve Bayrakçı 2020, Ulaşan 2020). İlişkisi olan öğrencilerle yürütülen bu programların, öğrencilerin iletişim biçimleri, ilişki doyumları, ilişki istikrarı, çatışma çözümü ve istismarın azalması (Duran ve Hamamcı 2010, Yılmaz ve Kalkan 2010, Yalçın ve Ersever 2010, Haskan Avcı 2014, Yalçıntaş Sezgin 2015, Şirin ve Bayrakçı 2020, Ulaşan 2020) açılarından etkili olduğu bulunmuştur. Bu programların sunuluş biçimi incelendiğinde, ortalama 8-12 oturumdan oluştuğu, küçük gruplarla yüzyüze gerçekleştirildiği, her oturumun ortalama bir buçuk saat sürdüğü ve genellikle üniversite ortamında verildiği söylenebilir. Araştırmalar (Türküm ve ark. 2004, Ondaş 2007, Küçükarslan 2011) üniversite öğrencilerinin romantik ilişkiler açısından kendilerine rehberlik edecek bilgi ve becerilere ihtiyaç duyduklarını göstermektedir. Öğrencilerin en fazla eğitim almak istedikleri alanlarınsa sırasıyla iletişim, çatışma çözme, farklılıkları kabul, romantizm-cinsellik ve sosyal destek olduğu görülmektedir (Haskan Avcı 2014). Bu veriler özellikle üniversite öğrencilerinin sağlıklı romantik ilişkiler geliştirmek için bilgi,

beceri ve tutumlar açısından yapılanmış eğitim seçenekleriyle desteklenmeleri gerektiğini ortaya koymaktadır. Nitekim, çiftlere ya da halihazırda romantik bir ilişkisi bulunan bireylere yönelik ilişki eğitimi programları, özellikle çiftlerin ilişkilerini güçlendirmek açısından son derece önemli görülmele birlikte, bu programlar partner seçimi süreci öncesinde ve sırasında, henüz sağlıklı tutum ve davranış örüntüleri oluşmadan önce ihtiyaç duyulabilecek bilgi ve becerileri içermemektedir (Hawkins ve Ooms 2012, Cottle ve ark. 2014). Dolayısıyla Türkiye’de özellikle ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemine odaklanan, önleyici, hedef grubun ihtiyaçları doğrultusunda uyarlanabilecek müfredata sahip ilişki eğitimi programlarına ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Söz konusu ihtiyaçtan hareketle bu çalışmanın amacı, uluslararası çalışmalarda ön plana çıkan gençlere yönelik romantik ilişki eğitimi programlarının kapsam, kuramsal temel, ve uygulama yaklaşımlarının gözden geçirilerek Türkiye için ihtiyaç duyulan ilişki eğitimi programlarına yönelik öneriler geliştirmektir.

## Romantik İlişki Eğitimi

Romantik ilişki eğitimi en genel anlamıyla, güvenli, istikrarlı ve sağlıklı ilişkiler geliştirme konusunda bireylerin ve çiftlerin başarısını artırmak amacıyla, ilişki bilgisi ve becerileri kazanmalarını sağlamaya odaklanan çabalar olarak tanımlanabilir (Markman ve Rhoades 2012, Markman ve ark. 2013, Russell 2021). İlişki eğitimi, evlilik (Hawkins ve ark. 2004) ve romantik ilişki eğitimi ifade eden genel bir terimdir (Lucier-Greer ve Adler-Baeder 2012, Hawkins 2012). İlişki eğitim programlarının, atölyeler biçiminde sunulduğu gibi psikoeğitim hizmeti olarak da düzenlendikleri görülmektedir. Bu programlarda kullanılan psikoeğitim yöntemi, tedaviye dirençli ilişki sorunlarına, ilerleyip yerleşik hale gelmeden müdahale etmek anlamına gelmektedir. İlişki eğitimi programları, risk altındaki bireyler için geleneksel terapötik uygulamalara göre daha az göz korkutucu, kanıta dayalı, daha kolay erişilebilir önleyici nitelikte hizmetlerdir (Russell 2021). İlişki eğitimi, biçim ve çift ihtiyaçları açısından çift terapisinden farklıdır. İlişki eğitimi müfredatı, yapılandırılmış biçimde hazırlanır ve atölyeler ya da psikoeğitim oturumları şeklinde çiftlere öğretilirken, çift terapisi bir ofis ortamında kişisel problem yaşayan çiftlere bir terapist tarafından sunulur (Markman ve Rhoades 2012). Atölye çalışmaları, nispeten büyük gruplara uygulanma potansiyeli olan kısa ve eğitici müdahalelerdir (Davila ve ark. 2021). Romantik ilişki eğitimi kapsamındaki atölye çalışmaları evli bireylere (Duffey ve ark. 2004, Stanley ve ark. 2005), bebek bekleyen ya da bebek beklemeyen çiftlere (Shapiro ve Gottman 2005, Schmidt ve ark. 2016) beliren yetişkinlere (Holt ve ark. 2016, Davila ve ark. 2021) yönelik olabilmekte ve bu eğitimlerin süreleri birkaç saat ile birkaç gün arasında değişmektedir (Duffey ve ark. 2004, Stanley ve ark. 2005). Atölye çalışmaları daha eğitim temelli yürütülürken, grup çalışmaları daha çok yaşantısal etkinlikler odağında sürdürülmektedir. İlişki eğitimi programları çoğunlukla grup temellidir ve atölye çalışmalarına oranla daha az sayıda bireye yüz yüze verilmektedir. Ancak son zamanlarda daha ekonomik, kolay ulaşılabilir ve yaygınlaştırmaya elverişli

olma gibi nitelikler taşıdığı için internet temelli programların da kullanılmaya başlandığı görülmektedir (Braithwaite ve Fincham 2014). İlişki eğitimi programları, hem sorunları oluşmadan önlemek hem de ilişki sorunlarını yerleşip kararlı hale gelmeden önce düzeltebilecek ilişki becerilerini öğretmek için tasarlanmıştır (Hawkins ve ark. 2004, Goodey ve ark. 2019).

Bu programlar, ilişkilerinde sıkıntı yaşayan veya boşanma riski altındaki çiftlere odaklanan seçilmiş müdahale programları, ilişki problemlerinin erken evrelerindeki çiftleri hedef alan programlar ve problem belirtisi göstermeyen genç yaştaki bireylere ve çiftlere yönelik evrensel önleme programları olarak üçe ayrılmaktadır (Russell 2021). Bu üç kategorideki programların farklı müfredatları bulunmakla birlikte bu müfredatlar genellikle iki temel bileşenden oluşur. Birincisi, sağlıklı bir ilişkinin merkezinde yer alan iletişim, problem ve çatışma çözme becerilerini öğretmeyi amaçlamaktadır. İkincisi, uyumlu beklentiler, bağlılık, affetme, sağlıklı ilişki kalıpları gibi ilişki kalitesini destekleyen ilişki süreçleri hakkında eğitim ve öğretim sağlar (Goodey ve ark. 2019). Çoğu ilişki eğitimi programı iki bileşeni bir arada ele alır ve iletişim becerilerini geliştirmeye önem verir (Halford ve Snyder 2012). Örneğin, gençlere yönelik ilişki eğitimi programlarının, gençleri sağlıklı ilişkiler konusunda eğitmek ve flört şiddetini önlemek üzere iki ana bileşeni vardır (McElwain ve ark. 2017).

İlişki eğitim programlarının içeriği kadar bu eğitimlerin kimler tarafından verileceği de ele alınması gereken konularından biridir. Akademik amaçlarla yürütülen çalışmalarda ilişki eğitimi veren kişiler genelde doktora düzeyinde profesyonellerden (Russell 2021) toplum merkezlerinde veya çeşitli kurumlarca sunulan eğitimlerde bu hizmetler, eğitici eğitimini tamamlamış yarı profesyoneller tarafından sunulmaktadır. Bradford ve meslektaşları (2015) böyle bir eğitim verilirken biri aile terapisti olan iki lider olmasının önemli olduğunu çünkü ilişki eğitimi programında klinik konular gündeme geldiğinde terapi deneyimi olmayan bir liderin süreci yürütmekte zorlanabileceğini vurgular. Markman ve Ritchie (2015) ise bir terapistin varlığının ilişki eğitimini, eğitimden uzaklaştırıp çift terapisi veya grup terapisine yakın bir noktaya getireceğini, bunun ilişki eğitimi müfredatının dışına çıkılmasına neden olacağını, ayrıca programların yaygınlığını arttırmada, yeterli sayıda terapist istihdam etmenin zor ve masraflı olduğunu vurgular. Bu nedenle, ilişki eğitimi programlarının eğitimi yarı profesyoneller tarafından yürütülmesinin hem program müfredatına bağlı kalmak hem de pratik nedenlerle daha uygun olduğunun altı çizilir. İlişki eğitimi eğitimcilerinin programın gerektirdiği zamanlamayı yapabileme, terapiye yönlendirilmesi gereken katılımcıları fark edebilme, etkili sevk işlemi gerçekleştirme, grubun enerjisini arttırabilme ve katılımcıları cesaretlendirme becerisine sahip olması gerekmektedir. Bunların yanı sıra, olumlu ilişki kurup sürdürebilme ve umut aşılama becerileri de bu eğitimleri verecek liderlerin sahip olması gereken önemli özelliklerdir (Markman ve Ritchie 2015).

Araştırmalar ilişki eğitim programlarının hedeflenen alanlarda anlamlı etkiler sağladığına dair kanıtlar sunmaktadır (Gardner ve

ark. 2004, Adler-Baeder ve ark. 2007, Kerpelman ve ark. 2009, Futris ve ark.2013). Çiftlere yönelik ilişki eğitimi programları üzerine yapılan çalışmalar, ilişki eğitimi programlarının yakın ilişkilerin niteliğini geliştirdiğini, evlilik problemlerini ve ayrılıkları en azından kısa dönemde önlediğini ortaya koymaktadır (Hawkins ve Ooms 2012). Bu programlar, iletişim becerilerini (Blanchard ve ark. 2009), ilişki kalitesini ve memnuniyetini (Williamson ve diğerleri, 2016), ebeveynlik becerilerini geliştirmekte (Adler-Baeder ve ark. 2007) ve fiziksel saldırganlığı azaltmaktadır (Antle ve ark. 2011, Carlson ve ark. 2018). Gençlere yönelik ilişki eğitimi araştırmaları ise bu programların, hem sağlıklı ilişkiler geliştirme hem de flört şiddetini önleme açısından hedeflenen etkilere ulaştığını göstermektedir. Söz konusu etkiler incelendiğinde, sağlıklı ilişkiler hakkında bilgi artışı (Gardner ve ark. 2004, Adler-Baeder ve ark. 2007, Rice ve ark. 2017), sözlü (Adler-Baeder ve ark.2007, Kerpelman ve ark. 2009) ve fiziksel saldırganlık kullanımında azalma (Gardner ve ark. 2004, Rice ve ark. 2017), ilişkilerde şiddet kullanımının kabulünde ve stereotipik cinsiyet rolü inançlarında azalma, olduğu görülmektedir (McElwain ve ark. 2017). İlişki eğitim programlarının, ilişkilerdeki olumsuz durumları önleme ve sağlıklı ilişki gelişimini teşvik etmedeki etkililiği, ilişkisel yeterlilikleri ve romantik ilişkilere yönelik daha sağlıklı tutumları geliştirmeyi amaçlayan kanıt temelli ilişki eğitimi programlarının daha yaygın hale gelmesini sağlamıştır. Kanıt temelli programların en önemli özelliklerinden biri kuramsal temele dayalı olmalarıdır.

## **İlişki Eğitim Programlarının Kavramsal ve Kuramsal Temelleri**

Tasarım ve içerik bakımından çeşitlilik gösterse de, kanıt temelli ilişki eğitim programları genellikle bilişsel davranışçı, sosyal bilişsel yaklaşım ve davranışsal alışveriş yaklaşımlarına, dayanmakta ve bireylerin, çiftlerin sağlıklı ilişki işleyişiyle ilgili bilgi, tutum ve beceriler geliştirmelerine yardımcı olmak için yapılandırılmış öğrenme deneyimleri üzerine temellendirilmektedir (Halford ve ark. 2008, Halford ve Snyder 2012, Markman ve Rhoades 2012). Sosyal-Bilişsel Yaklaşımına göre bireyler çevresel etkilerden pasif biçimde etkilenmezler, kendi deneyim ve yaşantılarını aktif biçimde kontrol edebilirler. Dolayısıyla, ilişkilerde değişimin nasıl meydana geldiğini anlamak için, bireylerin ilişkilerle ilgili altta yatan tutum ve motivasyonlarının ve ilişkisel davranışlarının bir arada değerlendirilmesi gerekir. Bir müfredat çerçevesinde geliştirilen bu programların en önemli özelliği, tek bir tutum ya da beceri alanına değil, birden fazla alana yönelik çıktıları hedefleyen karma bir içerikten oluşmasıdır (Ponzetti 2016). Davranışsal alışveriş yaklaşımına göre sosyal davranış bir alışveriş sürecinin sonucudur. Bu alışverişin amacı, faydaları en üst düzeye çıkarmak ve maliyetleri en aza indirmektir. Bu teoriye göre, insanlar sosyal ilişkilerin potansiyel yararlarını ve risklerini tartarlar. Davranışsal alışveriş yaklaşımına göre yakın bir ilişki içinde maliyet, bazı davranışların ortaya koyulmasını engelleyen caydırıcı faktörlerken faydalar, kişinin ilişkiden aldığı zevk ya da doyumdur (Nakonezny ve Denton 2008). Bu açıdan bakıldığında ilişki eğitimi programları kişilerin ilişkisel risklerini azaltıp

faydalarını arttırmayı amaçlar.

İlişki eğitimi programları genellikle bilişsel davranışçı ve sosyal bilişsel kuramlara dayansa da Rice ve meslektaşlarına göre (2017) yaşam seyri teorisi (Bengtson ve Allen 1993) ve ekolojik sistemler teorisi de (Bronfenbrenner 1979), ilişki eğitimi müdahalesi ve potansiyel etkileri için bir çerçeve sağlayabilir. Yaşam seyri teorisine göre olaylar birbirinden yalıtılmış olarak meydana gelmez, daha ziyade bir zaman ve bağlamda edinilen deneyimler çeşitli bağlamlarda yer alan sonraki deneyimleri etkileyebilir (Bengtson ve Allen 1993). Başka bir deyişle, bir program veya deneyim yoluyla bir alandaki (örneğin romantik ilişkiler) becerilerin geliştirilmesi, diğer işlevsellik alanlarını (örneğin ebeveyn-ergen ilişkileri) etkileyebilir, ancak bu "yayılmı" zaman alabilir. Bununla bağlantılı olarak, ekolojik sistemler yaklaşımının ilkeleri, yaşam seyri varsayımlarını tamamlar ve mevcut deneyimleri birbiriyile bağlantılı olarak çerçeveler. Birey, yakından (mikro düzeyde) daha uzağa (makro düzeyde) kadar değişen mesafelerde çalışan birbirine bağlı sistemler içinde öğrenir ve işlev görür. Daha özel olarak ele alındığında, ekolojik sistemler yaklaşımı (Tudge ve ark. 2009, Rice ve ark. 2017), bir ilişki eğitimi programından bazı ilişki becerileri öğrenen gençlerin, öğrenilen becerileri ebeveyn-ergen ilişkisi gibi diğer önemli ilişkilerde uygulama olasılığının yüksek olacağına dikkat çeker. Rice ve meslektaşlarına göre (2017) yaşam seyri ve ekolojik sistemler yaklaşımları, programların oluşturulup uygulanması için güçlü bir temel sağladığı gibi, aynı zamanda ilişki bağlamları arasında beklenen değişim için teorik temel oluşturur. İlişki eğitim programlarının gelişim süreci kronolojik olarak incelendiğinde ilk olarak çiftlere daha sonra ergenlere son olarak da beliren yetişkinlere yönelik olarak tasarlandıkları görülmektedir.

### Çiftlere Yönelik İlişki Eğitimi

Çiftler için uygulanan sağlıklı ilişki programları; iletişim, çatışma yönetimi ve duygusal düzenleme becerilerini geliştirerek, çiftlerin ve bireylerin ilişki dinamiklerine ve psikolojik iyi oluşlarına katkı sağlar. Bu programlardan bazıları, ilişki kalitesini, ilişki memnuniyetini ve ilişki becerilerini geliştirmek isteyen çiftlerle çalışırken, bazıları ise ilişki problemi yaşayan çiftlere yöneliktir (Niolon ve ark. 2017). İlişki eğitim programları çiftlerin ilişki kalitesini ve ilişkiden memnuniyet düzeylerini arttırmaktadır (Carroll ve Doherty 2003, Hawkins ve ark. 2008, Hawkins ve Erickson 2015, Williamson ve ark. 2016, Carlson ve ark.2017). Araştırmalar, ilişki eğitiminin, iletişim becerilerini (Blanchard ve ark. 2009), ebeveynlik becerilerini geliştirerek (Adler-Baeder ve ark.2007) ve fiziksel saldırganlığı (Antle ve ark. 2011, Carlson ve ark. 2018) ve bireysel sıkıntı düzeyinin azaltılması yoluyla (Carlson ve ark. 2014) daha sağlıklı ilişkiler geliştirmede etkili olduğunu ortaya koymuştur (Barden ve ark. 2021). Beceri Odaklı İlişki Eğitimi Programları çiftlerin iletişim becerilerini, çatışma çözme ve karar verme becerilerini geliştirmeye odaklanan programlardır. Beceri odaklı programların ilk örneklerinden biri Guerney (1977) tarafından geliştirilen İlişki Geliştirme Programı (Relationship Enhancement Program), çiftlerin evliliklerini geliştirmek ve ilişki problemlerini çözmek amacıyla iletişim becerileri ve problem çözme becerilerini geliştirmeyi amaçlar.

Program 3 çift ve iki kolaylaştırıcının katılımıyla küçük gruplar halinde düzenlenmiştir. Çok çeşitli versiyonları geliştirilmiştir. Orijinal program 10 haftalık olarak tasarlanmış olup, bir günde maraton olarak uygulanan biçimi de mevcuttur. Programın iletişim becerilerini, evlilik uyumunu, kabul, güven ve problem çözme becerilerini geliştirmede etkili olduğu ortaya konmuştur (Guerney, 1977).

Çiftlerin ilişki becerilerini geliştirmek ve güçlendirmek amacıyla hazırlanan programlarının, flört şiddetini önlemede etkili olduğu görülmektedir. Bu programların arasında en yaygını ise Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programı (Pre-marital Relationship Enhancement Program-PREP)'dir. Evlilik arifesindeki çiftlere yönelik tasarlanmış beş oturumluk bir müdahale programıdır. İlişkinin işlevselliğini arttırmak ve ilişkide sorunların oluşmasını önlemek amacıyla geliştirilmiştir. Bu program, birçok farklı gruba çeşitli yöntemlerle (yüz yüze veya çevrimiçi) sunulmuş ve ampirik olarak test edilmiştir. Beş yıllık izleme çalışmasında, PREP müdahalesinin tamamını veya çoğunu tamamlayan çiftler, kontrol grubundaki çiftlerden daha düşük düzeyde fiziksel flört şiddeti yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Deney grubu ayrıca, kontrol grubuna göre daha yüksek düzeyde olumlu iletişim becerisi ve daha düşük düzeyde olumsuz iletişim becerisi sergilemişlerdir (Markman ve ark. 1993). Benzer şekilde, çevrimiçi e-PREP'in bulguları, deney grubundaki evli çiftlerin, izleme çalışmaları sonrasında da kontrol grubundaki çiftlere oranla daha az düzeylerde fiziksel saldırganlık ve psikolojik saldırganlık rapor ettiklerini ortaya koymuştur (Braithwaite ve Fincham 2014). Çiftlere yönelik programlara bir başka örnek de madde bağımlısı bireyler ve partnerleri için hazırlanmış olan Davranışsal Çift Terapisi (Behavioral Couples Therapy) 'dir. Program, madde bağımlılığı tedavisinin bir parçası olarak çiftlerle, çatışma yönetimi ve diğer ilişki becerileri üzerinde çalışır. Davranışsal çift terapisinin tedavi gruplarına katılan çiftler arasında partner şiddetinde önemli azalmalar olduğu saptanmıştır (Ruff ve ark. 2010). Çift Bağlılığı ve İlişki Geliştirme (Couple Commitment and Relationship Enhancement-Couple CARE; Halford ve ark. 2006), ve Çiftlerde Başa Çıkmayı Geliştirme Eğitimi (Couples Coping Enhancement Training -CCET; Bodenmann ve Shantinath 2004) pozitif iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirmeyi hedefleyen beceri odaklı diğer programlardır. Bu programlar genellikle yüz yüze küçük grup eğitimleri şeklinde sunulur ancak yapı itibarıyla esnek olup kişinin kendi kendini eğitebildiği çevrimiçi eğitim materyalleri de mevcuttur. Çiftlere yönelik beceri odaklı ilişki eğitimi programlarının ilişkilerinin farklı aşamalarında bulunan çiftlere yönelik gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu programlar evli olmayan veya evlilik arifesindeki (Laurenceau ve ark. 2004, Wood ve ark. 2012), bebek bekleyen (Halford ve ark. 2010, Petch ve ark. 2012) veya çocuklu çiftlere (Ladermann ve ark. 2007) sunulmuştur.

Alanyazın incelendiğinde, ilişki eğitimlerinin genellikle evli ya da ilişki yaşayan yetişkinleri hedef aldığı, ergenler veya beliren yetişkinler için romantik ilişki öncesi, bireysel olarak katılım sağlanabilecek ilişki eğitimi programlarının yetersiz olduğu görülmektedir (Russell 2021). Bununla birlikte, ergenler ve beliren yetişkinler için geliştirilmiş ilişki eğitim programlarına

artan bir ilgi söz konusudur. Bir partnere bağlanmadan önce ilişki eğitimi almış olmanın öneminin giderek daha fazla anlaşılmış olması, uzmanların birey odaklı ilişki eğitimine yönelmesini sağlamıştır (Fincham ve ark. 2011, Rhoades ve Stanley 2011). Bu birey odaklı eğitim yaklaşımı, farklı demografik geçmişlere sahip bireylere ve beliren yetişkinlere (Rhoades ve Stanley 2011) kaliteli ilişkiler hakkında bilgi ve beceri edinmelerini sağlamak amacıyla sınıf ortamında veya sınıf dışında verilmektedir (Cottle ve ark. 2014, Holt ve ark. 2016). İlişki deneyimi olmayan ya da ilişki deneyimlerinin başlangıcında olan bireylere yönelik önleyici bu çalışmaların, problem yaratan davranış kalıplarının gelişmesini engelleyeceği düşünülmektedir. Bireylere, çatışmalarda sağlıklı ilişki kalıplarını nasıl tanıyacaklarını ve bunlardan nasıl kaçınacaklarını öğretmek, potansiyel olarak istismarcı ilişkilerin oluşmasını engelleyebilmektedir (Polanchek 2014) . Batı kültürlerinde, aynı anda birçok kişiye bilgi sağlamak üzere tasarlanmış (Markman ve Rhoades 2012), ilişki eğitimlerinin en yaygın kullanılan profesyonel ilişki müdahalesi biçimi haline geldiği görülmektedir (Stewart ve ark. 2014).

### **Ergenlik Döneminde Romantik İlişki Eğitimi**

Ergenlik dönemindeki gençlerin birçoğu, arkadaşlarıyla dışarı çıkmaya ve yeni ilişkiler kurmaya başlar. Bireylerin ergenlikten yetişkinliğe geçiş sürecinde sahip oldukları olumlu bağlanmaların ilişki gelişimini desteklediği görülmektedir (Rice ve ark.1995). Ergen romantik ilişkilerinin kalitesi, benlik saygısı, depresyon ve intihar girişimleri olmak üzere ergen iyilik hali göstergelerinin en güçlü yordayıcılarından biridir (Brent ve ark. 1993, Joyner ve Udry 2000). Ergenlerin romantik ilişki deneyimlerinin benlik saygısı, gelecekte yaşanacak ilişkilerin kalitesi ve akıl sağlığı gibi bireysel ve ilişkisel sonuçları vardır (Madsen ve Collins 2008, Collins ve ark. 2009). Son yıllarda, ergenlik dönemindeki romantik ilişkilerin önemi ve etkilerinin anlaşılmasına yönelik çabalar artmıştır (Furman ve Hand 2006, Giordano ve ark. 2006, Laursen ve Mooney 2007). Araştırmalar, ergen flört ilişkilerinin akademik performans (Giordano ve ark. 2008), kişilerarası beceriler (Haugen ve ark. 2008) ve kimlik gelişiminin (Bouchey ve Furman 2003, Furman ve Shaffer 2003) yanı sıra, risk altındaki gençlerde dayanıklılık gibi olumlu gelişimsel sonuçlara katkıda bulunduğunu göstermektedir (Furman ve ark. 2007). Ancak ergenlik dönemindeki ilişkiler ayrıca depresyona, flört istismarına ve cinsel ilişkiden kaynaklanan zorlayıcı yaşam tarzı değişikliklerine yol açabilmektedir. Çoğu zaman, riskler ve faydalar aynı anda ortaya çıkmaktadır (Furman ve ark. 2007).

Bununla birlikte ergenler, sağlıklı romantik ilişkiler için hazırlanmalarını ve deneyim elde etmelerini kolaylaştıracak az sayıda resmi desteğe ulaşabilmektedir (Collins ve Laursen 1999, Collin ve Sroufe 1999) ve bu deneyim eksikliği nedeniyle, yakın ilişkilerinde öz denetimleri yetersiz kalabilmektedir (Shulman 2003, Montgomery 2005). Son 30 yılda ortaya çıkan ergen ilişki eğitimleri, sağlıklı ilişkilerin özelliklerini ve etkili iletişim becerilerini öğretmeyi hedeflemektedir. Ergenler için sağlıklı ilişki gelişimini destekleyecek müdahaleler üç farklı, ancak birbirleriyle ilişkili politika ve program alanında görülmektedir bunlar; gençlerde flört şiddetinin önlenmesi, genç ilişki eğitimi ve

kapsamlı cinsellik eğitimidir (Genereux 2020). Ergenlik yıllarında birçok ilişki hem sözlü hem de fiziksel saldırganlık biçimleri açısından risk altındadır ve araştırmalar, ergenlik döneminde flört şiddetine maruz kalmanın gelecekte ilişki şiddeti yaşama olasılığını artırdığını göstermektedir (Close 2005, Wolfe 2006). Ergenlerde sağlıklı ilişki gelişimini destekleyecek müdahalelerden ilki olan Gençlerde flört şiddeti önleme programları, gençlerin flört şiddetine ilişkin farkındalıklarını artırıp, mağdurları suçlamayı azaltıp kişilerarası şiddeti azaltmaya odaklanarak sağlıklı ilişki becerileri geliştirmeye çalışır (Weisz ve Black 2009). Ergenler genellikle romantik ilişkilerde çatışmanın kaçınılmaz olduğunu fark etmezler ve bunlarla başa çıkarken uygun olmayan stratejiler kullandıkları için çatışmanın olumsuz olduğuna inanırlar (Shulman 2003). Aslında, ergen romantik ilişkilerinde çatışma ve müzakere, duygusal yakınlık ve bireysellik arasındaki önemli dengenin korunmasına yardımcı olur. İlişkiler sağlıklı olduğunda, ergenlik döneminde flört, öz-yeterlik ve öz-değer inşa eder, çatışma yönetimini uygulama ve müzakere fırsatları sağlar ve ergenlerin ilişkileri nasıl oluşturacakları, sürdürecekleri ve sona erdirecekleri konusunda farkındalık kazanmalarına izin verir (Collins 2003). Bu beceriler ve bu bilgi, daha sonraki ilişkisel kalite ve istikrar için önemli katkılar sağlar. Ergenlerde sağlıklı ilişki gelişimini destekleyecek müdahalelerden ikincisi olan, gençlere yönelik ilişki eğitimi, ergenlere daha gerçekçi ilişki beklentilerinin yanı sıra iletişim ve problem çözme becerilerini öğretmeye odaklanır (Simpson ve ark. 2018). Müdahale boyutlarının sonucusu olan kapsamlı cinsel eğitim programlarına sağlıklı ilişki eğitimi dâhil etmek nispeten yenidir. Cinsel eğitim programları genel olarak, kapsamlı ve doğru cinsel sağlık bilgileri sağlamaya odaklanır (Genereux 2020).

Ergenler için sağlıklı ilişki gelişimini desteklemek üzere geliştirilen programlar incelendiğinde, sağlıklı ilişkilerin teşvik edilmesi ve flört şiddetinin azaltılmasında etkililiği kanıtlanan, yaygın olarak kullanılan programlardan biri, kız erkek tüm öğrencileri hedefleyen, okul tabanlı bir program olan Güvenli İlişkiler (Safe Dates) 'dir (Foshee ve ark. 1996). Sekizinci ve dokuzuncu sınıf öğrencileri için 10 oturum olarak geliştirilen program, öğrencilere çatışma çözme, olumlu iletişim ve öfke yönetimi ile ilgili becerileri kazandırmaya odaklanmaktadır. Güvenli İlişkiler programının etkililiğini sınavan çalışmalar, programın fiziksel ve cinsel flört şiddetini ve buna maruz kalma riskini azalttığını (Foshee ve ark. 1998) ve bu etkinin dört yıllık izleme çalışmalarında da devam ettiğini ortaya koymuştur (Foshee ve ark. 2004). Güvenli İlişkiler programı katılımcıları ayrıca, kontrol grubundakilere kıyasla flört şiddeti ile ilişkili diğer şiddet türleri ve suça karışma açısından da avantajlı bulunmuşlardır (Foshee ve ark. 2014).

Gençlere sağlıklı ilişkileri öğretme konusunda etkililiği kanıtlanmış yaygın olarak kullanılan bir diğer programda, Dördüncü R: Sağlıklı Genç İlişkileri için Stratejiler (The Fourth R: Strategies for Healthy Teen Relationships) 'dir. Temel felsefesi gençlere sağlıklı ilişkileri öğretmenin okuma yazma ve aritmetik öğretmek kadar önemli olduğudur. Bu program Wolfe ve diğerleri (1996) tarafından geliştirilen Gençlik İlişki Projesi (Youth Relationship Project)'e dayanır (Wolfe ve ark. 2003). Gençlik

İlişki Projesi, kadın ve çocuklara yönelik şiddet vakalarındaki artış nedeniyle çok geniş çaplı olarak başlatılmış, özellikle gençleri hedefleyen, istismar ve şiddetin ne olduğunu anlatan ve şiddete alternatif prososyal davranışları kazandırmayı amaçlayan okul ve toplum bazlı uygulanan 18 oturumluk bir programdır (Wolfe ve ark. 1996). İlişki eğitimi konusunda eğitim almış öğretmenler tarafından 14-16 yaş grubundaki gençlere 8 ila 15 kişilik küçük gruplarda toplum merkezlerinde haftada bir kez iki saat olmak üzere toplam 18 oturum olarak sunulmuştur. Dördüncü R adlı programda, Gençlik İlişki Projesinin kapsamı genişletilmiştir. Sağlıklı ilişkilerin geliştirilmesi ve çatışmanın azaltılması daha geniş bir şiddet yelpazesi (zorbalık, taciz, grup temelli akran şiddeti ve flört şiddeti) içinde ele alınmış, rol oynama ve beceri geliştirmeye yönelik uygulamalar artırılmıştır. Ayrıca madde kullanımı ve sağlıklı cinsel davranışla ilgili materyaller de dahil edilmiş, 9 ve 10. Sınıf öğrencilerine, beden eğitimi ve sağlık dersi müfredatında, ilişki eğitimi üzerine yetiştirilmiş öğretmenler tarafından 21 oturum olarak sunulan program (Crooks ve ark. 2008), bireysel güvenliğin sağlanması ve fiziksel zararın önlenmesi, sağlıklı büyüme, cinsellik ve madde bağımlılığına odaklanmıştır (Wolfe ve ark. 2009). Ben de Seviyorum: Akıllı İletişim (The Love U2: Communication Smarts) (Pearson 2004) sağlıklı ve sağlıklı olmayan ilişki kalıpları, iletişim, çatışma çözme ve problem çözme becerileri üzerine odaklanmış olup, gençlere yönelik yedi oturumluk bir programdır. Farklı çalışmalarda ilave oturumlar eklenerek de etkililiği sınanmıştır. Bu programı, Adler-Baeder ve meslektaşları (2007) 12 modül olarak, Antle ve meslektaşları (2011) ise iki güne sıkıştırılmış sekiz modül olarak uyarlamış ve kısa versiyonun da etkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Saygı Destek Grupları (Expect Respect Support Groups), güvenli ve sağlıklı ilişkilerin geliştirilmesine odaklanan, sosyo-duygusal öğrenme yaklaşımına dayalı, etkililiği kanıtlanmış bir başka programdır. Saygı Destek Grupları, şiddet ve istismara maruz kalan gençler için geliştirilmiştir. İstismarı tanıma, ilişkide eşitlikçi ve saygılı tutum geliştirme, sağlıklı ilişkiler için gerekli olan becerilerin öğrenilmesini kapsayan 11-17 yaş risk grubundaki gençlere yönelik 24 oturumluk bir programdır (Ball ve ark. 2012). Saygı Destek Gruplarını tamamlayan gençlerin, ilişki becerilerinde artış ve flört şiddeti mağduriyeti ve suç işleme oranlarında azalma saptanmıştır (Reidy ve ark. 2017).

İlişki eğitimi literatürünün meta-analizleri, bu tür eğitimlerin ergenler üzerinde (McElwain ve ark. 2017, Simpson ve ark. 2018) etkililiğini doğrulamaktadır. Ancak son zamanlarda yapılan bir araştırma, yaygın kullanılan bir programın, ergenler programdan yüksek düzeyde memnuniyet duyduklarını ifade etseler de, müdahaleyi izleyen üçüncü ve dokuzuncu aylarda sağlıklı ilişki becerileri, tutumlar ve davranışlar üzerinde anlamlı bir etki göstermediği saptanmıştır (Huntington ve ark. 2021). Ergenlerle yapılan ilişki eğitimi incelemeleri genellikle üç tür sonuca odaklanmıştır: ilişki bilgisi, tutumlar ve beceriler (McElwain ve ark. 2017, Simpson ve ark. 2018). Sınırlı sayıda da olsa ampirik çalışmalar, okul temelli ilişkiler eğitiminin olumsuz inanç ve tutumları azaltmada ve ergenlerin romantik ilişkileriyle ilişkili olumlu inançları, becerileri ve davranışları artırmada etkili olduğunu göstermektedir (Gardner ve ark. 2004, Adler-Baeder

ve ark. 2007, Kerpelman ve ark. 2008). Bu araştırmalar ilişki eğitiminin flört şiddetinin kabulünü azaltma ve gençler arasında geleneksel cinsiyet rolü inançlarını değiştirme potansiyeline sahip olduğunu gösterir, bu da ergenlik döneminde flört şiddeti deneyimini azaltabilir (Savasuk-Luxton ve ark. 2018). İlişkilere yönelik önleyici müdahale, sağlıklı ilişkiler için olumlu modeller sunabilir, ilişkiler hakkında uyumsuz varsayımları ele alabilir ve riskli davranışlardan ve olumsuz sonuçlardan kaçınmalarına veya bunları en aza indirmelerine yardımcı olabilecek ilişki becerilerini öğretebilir (Cui ve ark. 2011, Sutton ve ark. 2014, Huntington ve ark. 2021.). Özetle, ortaokul (Hammond ve Yung 1991, Ball ve ark. 2012, Reidy ve ark. 2017) ve lise öğrencilerine (Foshee ve ark. 1996, Pearson 2004, Adler-Baeder ve ark. 2007, Antle ve ark. 2011, Reidy ve ark. 2017) yönelik sağlıklı ilişkilere ilişkin bilgi ve becerileri geliştiren bir eğitim vermek, sağlıksız flört ilişkilerini şimdi ve gelecekte önlemeye yardımcı olmaktadır. Bu programların yedi seans (Pearson, 2004) ile otuz yedi seans (Hammond ve Yung 1991) arasında değişen, sınıf ortamında (Antle ve ark. 2011, Ball ve ark. 2012, Reidy ve ark. 2017) veya hem sınıf ortamı hem toplum merkezlerinde (Wolfe ve ark. 1996), büyük grup (Ball ve ark. 2012, Reidy ve ark. 2017) veya küçük gruplar (Wolfe ve ark. 1996) şeklinde uygulanan versiyonları mevcuttur. Yapılan araştırmalar, ortaokul ve liseye çağında ergenlere yönelik önleyici müdahale çalışmalarının sağlıklı ilişkiler üzerindeki etkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Gelişimsel olarak ele alındığında, sağlıksız ve istikrarsız ilişkiler gelişmesini önlemede kritik zaman dilimlerinden biri de beliren yetişkinlik dönemidir.

## **Beliren Yetişkinlik Döneminde Romantik İlişki Eğitimi**

Eğitimi tamamlama, kendine ait bir evde yaşama, evlilik ve ana-baba olma gibi yaşam seçimlerinin yapıldığı yaşların daha erken dönemlerden yirmili yaşların sonuna doğru ilerlemesi 18-29 yaşlar arasındaki bireylerin gelişimlerini etkilemiştir. Arayış, kendine odaklanma, olanaklar ve istikrarsızlık gibi özelliklerle karakterize olan beliren yetişkinlik döneminin, ülkemizde ağırlıklı olarak 19-25 yaş arasındaki kentli üniversite öğrencilerini kapsadığı görülmektedir (Atak ve Çok 2010). Beliren yetişkinlik, yaşam boyu önemli etkilere sahip olabilecek ilişkiler hakkında bazı kararların verilebileceği temel bir gelişim aşamasıdır. Gelişimin bu döneminde beliren yetişkinler, duygusal tepkileri bağımsız bireyler olarak nasıl düzenleyeceklerini öğrenmek zorundadır. Birçok birey, problemlerini ebeveynlerin ve öğretmenlerin yardımı olmadan çözmesi gereken durumlarla karşılaşır. Önemli, yeni durumsal stresörlerle yüzleşmek ve duygusal olarak uygun yollarla nasıl tepki verileceğini öğrenme süreci, romantik ilişki oluşumunu stresli hale getirebilir. Bu dönemde, romantik öz yeterlik geliştirmek karmaşık bir süreçtir. Beliren yetişkinler, tipik olarak ergenlik döneminde başlayan bir sürecin devamı olarak ebeveynlerinden özerkleşmeye çalışırlar (Collins ve ark. 2009). Duygusal öz-düzenleme gelişimini sürdürmek, kendine güvenmek ve çekirdek ailelerden giderek daha fazla farklılaşmak, birçok beliren yetişkin için zorlayıcı olabilmektedir (Russell 2021). Bu yaş döneminde üniversiteye

gitmek için şehir dışına çıkmak ya da kendi evine taşınmak gibi önemli yaşam değişiklikleri, daha önceki ilişki bağlantılarını farklılaştırarak bireyi genellikle romantik olan yeni ilişkiler kurmaya itmektedir (Asher ve Weeks 2014). Beliren yetişkinlik, birçok bireyin romantik ilişkiye girdiği bir dönemdir. Yaşamın bu evresinde romantik ilişkiler genellikle, aile ve arkadaş ilişkilerine göre önceliklidir (Arnett 2014). Beliren yetişkinlerin bağımsızlık kazanırken aynı zamanda romantik partnerlerle yakın ve anlamlı ilişkiler kurmaları beklenir (Grotevant ve Cooper 1998).

Üniversite yılları flört ilişkilerinin yaygın olarak yaşandığı, uzun vadeli kararların alındığı bir dönemdir (Arnett 2000, Scott ve ark. 2009, Chandra ve ark. 2011, Kuperberg ve Padgett 2016). Yaygın internet ve sosyal medya kullanımı, evlilik trendlerindeki değişimler, beliren yetişkinlerin sağlıklı yakın ilişki kurmalarını zorlaştırmaktadır (Reed ve ark. 2002) ve araştırma bulguları beliren yetişkinlerin sağlıklı ilişkiler hakkında bilgi sahibi olma konusunda genellikle yetersiz olduklarını göstermektedir (Willoughby ve James 2017). Beliren yetişkinler partner şiddeti de dahil olmak üzere ilişkilerinde bir takım sorunlar yaşamakta ve sağlıklı ilişkilere nasıl sahip olacaklarını öğrenmek için desteğe gereksinim duymaktadırlar (Berger ve ark. 2012). Bu nedenle, bu dönemde ilişki eğitimi vermek oldukça önemlidir (Velez 2020).

İlişki eğitiminin verilmesi için beliren yetişkinleri hedeflemenin birkaç nedeni vardır. İlk olarak, beliren yetişkinliğin gelişimsel doğası kendine odaklanmayı içerdiğinden bu durum, ilişki eğitim programlarını sunmak için uygun bir zaman yaratmaktadır. İkinci olarak, beliren yetişkinlerin romantik ilişkilere yeterince hazırlıklı olmadıkları için uzun vadeli sorunlu ilişki biçimlerine girebildiklerine inanılmaktadır (Willoughby ve James 2017). Üçüncü olarak, üniversite öğrencilerinin büyük bir yüzdesi ilişkilerinde şiddetin meydana geldiğini bildirmektedir. Flört şiddetinin yaygınlığı üzerine yapılan bir araştırmada üniversite öğrencilerinin yüzde 28,6'sı flört ilişkileri içinde şiddete maruz kaldıklarını bildirmişlerdir (Aslan ve ark. 2008). Benzer bir başka araştırmada ise katılımcıların % 77,4'ü duygusal şiddet yaşadığını, %37'si fiziksel şiddet yaşadığını ve % 29,1'i en az bir kere cinsel şiddete maruz kaldığını belirtmiştir (Toplu ve Hatipoğlu-Sümer 2011). Yaşamın bu döneminde sağlıklı ilişki geliştirme programlarını devreye sokmak, bireylerin ilişkilerini oluştururken daha iyi iletişim ve çatışma çözme becerilerini öğrenmelerine yardımcı olabilir (Fincham ve ark. 2011). Üniversiteye giden birçok beliren yetişkin, hayatlarının bunaltıcı, yoğun ve stresli olduğunu ifade etmektedir. İlişki eğitimi programları, sağlıklı ilişki kalıplarının oluşumunu destekleyerek gençlerin daha sağlıklı ilişkiler kurmalarını ve sürdürmelerini sağlamak amacıyla beliren yetişkinlere ve özellikle üniversite öğrencilerine yönelmiştir. Beliren yetişkinlere yönelik ilişki eğitimi programları çoğunlukla üniversite çatısı altında verilmektedir. Bu tür programlar üniversitelerin danışmanlık merkezleri tarafından düzenlenmekte veya ilgili olabilecek bir dersin müfredatına bütünleştirilmektedir ki bu yolla öğrencilerin programa katılımı belirgin şekilde artmaktadır (Fincham ve ark. 2011).

Beliren yetişkinlere yönelik programların tümü, Önleme ve

İlişki Geliştirme Programını (PREP/ePrep, Braithwaite ve Fincham 2007, 2009, Holt ve ark. 2016) veya bunun türevlerini (Within My Reach, Cottle ve ark. 2014, RU, Braithwaite ve ark.2010, Project RELATE, Fincham ve ark. 2011) kullanmıştır. Programların tümü, iletişim ve problem çözme/çatışma çözme, bilinçli karar verme ve ilişkilerde gerçekçi beklentiler öz ya da duygu düzenlemeye odaklanmaktadır (Simpson ve ark. 2018). Bu programlarda sıklıkla sağlıklı ilişkilerle ilgili bilgi, beceri ve tutumlar hedeflenir (Kerpelman ve ark. 2009). Bu programların uzunluğu 1 saat ile 13 saat arasında değişir, günlük ya da birkaç ay süren haftalık oturumlardan oluşabilir, genellikle öğrenmenin pekiştirilmesi için bazı teknikler içerir (örneğin, kısa sınavlar, rol oynama, öz değerlendirme) ve eğitimi kolaylaştırıcılar tarafından yönetilir (Halford ve ark. 2003, Halford ve ark. 2008, Halford 2011). Araştırmalar, ilişkiler hakkındaki sağlıklı tutumların, başarılı ve uzun vadeli bir ilişki olasılığını ciddi şekilde azalttığını göstermektedir. Örneğin, gerçekçi olmayan bir ruh eşi bulma beklentisi sağlıklı birliktelikler oluşturmada zorluklar yaratabilmektedir (Wilcox ve Dew 2010). Çoğu ilişki eğitimi programı, bu sağlıklı beklentilere dair farkındalık yaratmaya ve sağlıklı bir ilişkinin nitelikleri hakkında bilgi sağlamaya odaklanmaktadır (Cottle ve ark. 2014).

Beliren yetişkinler için tasarlanmış ilişki geliştirme programları, genellikle ilişkisi olan üniversite öğrencilerine yöneliktir (Braithwaite ve Fincham 2007, 2009), ancak bir ilişki içinde olmayan bireylere ilişki eğitimi sağlamanın önemi giderek daha fazla kabul görmektedir (Markman ve ark. 2019) ve bazı programlar buna odaklanmıştır (Cottle ve ark. 2014, Holt ve ark. 2016). İlişki eğitimi programlarının olumlu sonuçlarına ilişkin artan farkındalıkla birlikte, daha fazla beliren yetişkin, kolay erişilebilir programlar aramaya başlamış ve böylece çevrimiçi programların kullanımında bir artış gündeme gelmiştir (Doss ve ark. 2016). Beliren yetişkinlere yönelik ilişki eğitimi programlarının yakın tarihli bir meta-analizi, bu tür programların çeşitli olumlu sonuçlar üzerinde orta büyüklükte etkileri olduğunu ortaya koymaktadır (Simpson ve ark. 2018). Yapılan araştırmalar, genç yetişkinlerin bir ilişki eğitimi programına katıldıktan sonra daha düşük düzeyde sözel ve fiziksel saldırganlık gösterdiklerini (Adler-Baeder ve ark. 2007) ve ilişki zenginleştirme programlarına katılmaya daha istekli oldukları veya yaşamın ilerleyen dönemlerinde gerekli olduğunda yardım arama davranışlarına daha çok başvurduklarını ortaya koymaktadır (Gardner ve ark. 2004). Özetlenecek olursa, batıda yaklaşık 30 yıldır uygulanmakta olan ilişki eğitimi programları farklı gelişim dönemlerindeki, çiftlere ya da ilişkisi olmayan bireylere, farklı sürelerde (2-3 saat ya da birkaç ay) yüzyüze ya da çevrimiçi olarak, çeşitli müfredatlarla sunulan, ağırlıklı olarak sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde uygulanan önleyici çalışmalardır.

## Tartışma

Bu alanyazın inceleme çalışmasında, ulusal ve uluslararası bağlamda çiftler, ergen ve beliren yetişkinler için geliştirilmiş ilişki eğitimi programları gözden geçirilmiştir. Romantik ilişki eğitimiyle ilgili uluslararası çalışmalar kronolojik olarak

incelendiğinde bu konudaki ilk çalışmaların hedef gruplarının çoğunlukla evli ya da evlilik hazırlığındaki çiftler veya romantik bir ilişkisi olan çiftlere yönelik olduğu görülmüştür (Hawkins ve Ooms 2012, Williamson ve ark. 2016). Daha sonraki yıllarda ise, ilişki eğitimlerinin ağırlıklı olarak ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireylere odaklandığı saptanmıştır (Crooks ve ark. 2008, Kerpelman ve ark. 2009, Wolfe ve ark. 2009, Antle ve ark. 2011, Ball ve ark. 2012, Simpson ve ark. 2018). Uluslararası alanyazın ile tutarlı olacak şekilde Türkiyede de romantik ilişkileri eğitimlerinin kronolojik olarak öncelikle çiftlere (Kalkan 2002, Ersanlı ve Kalkan 2003, Sardoğan ve Karahan 2005, Canel 2007, Kalkan ve Ersanlı 2009, Şirin ve Deniz 2016, Akbulut 2018, Atan ve Buluş 2019, Vural Batık ve Kalkan 2019, Uzun 2021) yönelik düzenlendikleri görülmüştür. Bununla birlikte konu hakkında oldukça sınırlı sayıda çalışmanın bulunduğu dikkat çekmiştir. Türkiye’de üniversite öğrencilerinin var olan romantik ilişkilerini desteklemeye yönelik programların, çiftlere yönelik çalışmalara kıyasla görece daha da az sayıda olduğu görülmektedir (Duran ve Hamamcı 2010, Yalçın ve Ersever 2015, Yalçıntaş Sezgin 2015, Togay ve ark. 2019, Şirin ve Bayrakçı 2020, Ulaşan 2020). Yapılan inceleme sonucunda henüz romantik bir ilişkisi olmayan üniversite öğrencileri için geliştirilmiş bir programa ulaşılamamıştır. Bu durum Türkiye’de, özellikle romantik ilişki deneyimi bulunmayan gençleri de kapsayacak birey merkezli ilişki eğitimi programlarına öncelik verilmesinin önemli olduğunu düşündürmektedir. Politika belirleyiciler ve araştırmacıların bu tür programları geliştirirken, kuramsal ve kültürel arka plan ile programların içerik ve uygulama biçimleri hakkında ihtiyaç duyabilecekleri bazı görüşler sunmak mümkündür.

İlk olarak kuramsal açıdan değerlendirildiğinde, ilişki eğitimi programlarının sosyal-bilişsel, davranışçı ve bilişsel davranışçı yaklaşımlar temelinde verilmesinin yanı sıra, sosyal-ekolojik yaklaşımdan hareket edilerek, aile-okul-birey ve ilişki değerleri gibi kültürel öğelerin bir arada dikkate alındığı program içeriklerinin geliştirilmesi önerilebilir. Günümüz gençlerinin romantik ilişki becerilerini geliştirmeye yönelik programlar daha çok bireyci kültürel özellikler gösteren ülkelerde geliştirildiklerinden, romantik ilişkilerin kültürel olarak farklılık gösterebileceğini hesaba katmamaktadır (Van de Bongart ve ark. 2015). Sosyal-ekolojik kuram beliren yetişkinlikteki romantik ilişkilerin karmaşık doğasını dikkate almak açısından önemli bir çerçeve sunabilir. Ekolojik modele göre romantik ilişkiler sosyal ve kültürel bağlamdan bağımsız olarak gelişmez. Bu model, sosyal çevreyi birbirleriyle etkileşim halinde çok katmanlı sistemlerin bir araya gelmesi olarak değerlendirir (Darling 2007). Dolayısıyla beliren yetişkinlere yönelik ilişki eğitimi programlarında mikrosistem düzeyinde beceriler, özyeterlik ya da yakın ilişki özellikleri ele alınırken, mezosistem düzeyinde çeşitli ilişkisel ve bireysel özelliklerin birbiriyle etkileşimi dikkate alınır, ayrıca aile ilişkileri, okul ortamı gibi ortamların söz konusu bireysel beceri ve özelliklerle nasıl etkileşebileceği de bu düzeyde programlarda yer bulabilir (Roberson ve ark. 2016, Shulman ve ark. 2019). Makro sistem düzeyinde ise, gençlerin içinde yer aldığı kültürü çevreleyen romantik ilişkilere dair inançlar, sosyal normlar, kültürün ve aile sisteminin gençlerin ilişkilerine dair

beklentileri, toplumsal cinsiyet rolleri gibi faktörlerin dikkate alınması önerilebilir (Gala ve Kapadia 2014, Mayses ve Keren 2014, Kuperberg ve Padgett 2016). Böylelikle yakın ilişkilerin anlamını şekillendiren özerk-ilişkisel kültürel öğelerin romantik ilişki eğitiminde temsil edilmesi mümkün olacaktır.

İçerik açısından ele alındığında, yurt içi ve yurt dışındaki çalışmalar doğrultusunda Türkiye için geliştirilecek eğitim programlarının, iletişim, problem ve çatışma çözme gibi becerileri (Haskan Avcı 2014), yakın ilişkilere yönelik gerçekçi olmayan ilişki inançlarını (Sarı ve Korkut Owen 2015), şiddete yönelik işlevsiz tutumları (Sakarya 2013, İftar 2016) içermesinin uygun olacağı düşünülmektedir. Ayrıca Ekolojik modelin sosyal ve kültürel bağlama yaptığı vurguya paralel olarak, kültüre özgü toplumsal cinsiyet rolleri, romantik kıskançlık, fedakârlık, affetme ve yakın ilişkilerde şiddet gibi temaların programlara eklenmesi uygun olacaktır. Türkiye batı ülkelerine kıyasla oldukça cinsiyetçi, geleneksel bir ülke olarak kabul edilmektedir (Glick ve ark. 2000, İnkizer ve ark. 2018, Fischer ve ark. 2021). Türkiye’de geleneksel cinsiyet rolleri ve flört şiddetine ilişkin tutumların bir arada ele alındığı çalışmalar cinsiyetçilik düzeyleri arttıkça flört şiddetini kabul edilebilir görme düzeylerinin de arttığını göstermektedir (Yumuşak 2013, Demirtaş 2015, Yıldırım 2016). Ülkemizde romantik kıskançlık sevgi göstergesi olarak ele alınmaktadır (Demirtaş ve ark. 2017) oysa kıskançlık, flört şiddetinin temel nedenleri arasında, görülmektedir (Tagay ve ark. 2018). Buna paralel olarak ülkemizde ilişki şiddetinin en yaygın biçimlerinden biri kadına yönelik şiddettir (Tarhan ve ark. 2017, Bahadır Yılmaz ve Öz 2018).

Romantik kıskançlığın nasıl yaşandığı, belirli kültürlerdeki normatif aşk anlayışından ve partnerlerden beklenen davranış kalıplarından önemli ölçüde etkilenmektedir (Canto ve ark. 2017). Özellikle cinsiyetçi namus anlayışının yaygın olduğu kültürlerde, partnerin kıskançlık gerekçesiyle uyguladığı şiddet meşrulaştırılabilmektedir (Puente ve Cohen 2003, Canto ve ark. 2012). Böyle bir anlayış, özellikle erkeğin namusuna vurgu yapmakta ve kadının davranışının diğerleri tarafından düzenlenmesini normalleştirmektedir. Bu açıdan erkeğin namusunu tehlikeye attığı düşünülen tutum ve davranışlar şiddet ile kontrol edilmeye çalışılmaktadır (Cihangir 2013). Düşük eğitim (Altınay ve Arat, 2009, Akar ve ark. 2010, Bener ve ark. 2010) ve gelir düzeyi (Altınay ve Arat, 2009, Şahin ve ark. 2010) kadına yönelik şiddet riskini arttırmaktadır. Dolayısıyla kültürel açıdan ele alındığında, ilişki eğitim programlarında özellikle partnerin davranışlarını düzenleme ve kontrol etmeye yönelik psikolojik, fiziksel ve ekonomik şiddet türlerinin ilişkilerde özellikle kıskançlık bağlamında nasıl görünüm alabileceğinin yanı sıra, hangi kültürel ve cinsiyetçi varsayımların bu tür davranışları besleyerek meşrulaştırdığının da müfredatta yer alması önemlidir. Ülkemizde geliştirilecek olan programların içeriği kültürel açıdan değerlendirildiğinde, müfredata dair bir diğer öneri partner desteği başlığında yapılabilir. Toplulukçu eğilimlerin görece yüksek olduğu kültürlerde bireyler ilişkilerde ahenk ve uyuma daha fazla önem verdiklerinden, çiftler birbirlerinden algıladıkları sosyal desteğin azalmasına daha olumsuz tepkiler geliştirmekte ve bu da ilişki uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Paradis



ve Maffini 2021). Dolayısıyla ilişki eğitimi programlarında sosyal destek verme ve sosyal destek alma, ayrı bir başlık olarak eklenebilir. Benzer biçimde, ilişki eğitimi programlarının hemen hemen tümünde müfredatın önemli bir parçası olarak sunulan iletişim başlığı içerisinde ben dili gibi sözel iletişim becerilerinin yer almasının yanı sıra, sözlü olmayan iletişim biçimlerine de yer verilmesi önerilebilir. Çünkü yapılan araştırmalar, bireyci kültürlerde yakın ilişkilerde sözel ve sözel olmayan iletişimin eşit ağırlıkta kullanılmasına karşın, toplulukçuluk eğiliminin daha güçlü olduğu kültürlerde sözel olmayan iletişimin daha ağırlıklı olarak kullanıldığını göstermektedir (Bello ve ark. 2010). Türkiye’de geliştirilecek İlişki eğitimi programlarına yönelik bir diğer öneri, toplulukçu eğilimlerin ve cinsiyet kalıp yargılarının yaygın olduğu kültürlerde özellikle kadınların ilişkinin devamlılığı adına, ilişkide fark ettikleri ya da yaşadıkları çeşitli sorunları görmezden gelme, yaşanan çatışmalarda alttan alma gibi özveri ve fedakarlık beklentisinin ele alınmasıdır (Natal 2022). İlişkilerde çatışma çözme müfredatında karşılıklı fedakarlık, özveri, affetme gibi hususlar vurgulanmak ile birlikte; özellikle güvenli olmayan ya da zarar verici ilişkilerde kültürel olarak içselleştirilmiş olan fedakarlık ve affetme gibi hususların olumsuz sonuçlarının da ele alınmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Diğer yandan, batılı olmayan kültürlerde özellikle romantik ilişkilerin niteliği, cinsiyet rolleri gibi konularda yıllar içerisinde kuşaklar arasında önemli anlayış farklılıkları olduğu görülmektedir. Bu durum, aile bağları ve toplulukçu normların vurgulandığı kültürlerde gençlerin, ailelerinde ya da çevrelerinde hakim normatif ilişki biçimleri ile romantik ilişkilerden kendi beklentilerinin ne olduğu konusunda daha fazla karmaşa yaşamalarına neden olabilmektedir (Terrazas-Carrillo ve ark. 2021). Bu nedenle Türkiye’de geliştirilecek olan ilişki eğitimi programlarında, gençlerin ailelerinde ve toplumsal bağlamda gözlemledikleri ilişki özelliklerini tartışarak kendileri için sağlıklı ve güvenli bir ilişkinin anlamını inşa etmelerine yardımcı olacak başlıkların eklenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu bağlamda dikkate alınabilecek bir diğer unsur, ilişki eğitimi programlarının gelişimsel dönemler açısından ne gibi unsurları içerebileceğidir. Gençlere yönelik ilişki eğitimi programlarının temel amacı, hem ergenlik hem de beliren yetişkinlik dönemindeki bireylere bireysel olarak sağlıklı yakın ilişkilerin anlamını ve özelliklerini öğretmek, sağlıklı ya da güvensiz ilişkilerin özelliklerini öğretmek ve güvenli ilişkiler kurmaları için gerekli tutum, farkındalık ve becerileri kazandırmaktır. Söz konusu amaçlara, programlar yapılandırılırken farklı içeriklerle ulaşılabilmektedir (Simpson ve ark. 2018). Örneğin, ergenlik dönemindeki bireylerin duygusal olgunluk düzeyleri dikkate alındığında aşk ve romantizmle ilgili gerçekçi olmayan inançlarına odaklanmak, onların ilişkilerle ilgili gerçekçi beklentiler oluşturmaları için önemlidir. Diğer yandan ilk ergenlik ve orta ergenlik dönemi boyunca, akran etkisi beliren yetişkinliğe göre daha fazla görüldüğünden, ergen müfredatında akranların romantik ilişkileri, akran normları gibi başlıklar eklenebilir (Furman 2018, Allen ve ark. 2020). Buna ek olarak, özellikle ergenlik döneminde tutulma ile sevgi arasındaki ayırım, romantik partnerden beklentiler içerisinde partnerin

akran grubu içerisindeki popülerliği ve fiziksel özelliklerinin ön plana alındığı dikkate alınır, ideal bir romantik partnerin özelliklerinin bu bağlamda ele alınması önerilebilir. Ayrıca, bu programlarda, iletişim becerileri, duygu düzenleme ve çatışma çözme becerilerinin yanı sıra, hayır deme ve güvengenlik gibi ergenleri olumsuz ilişki durumlarında güçlendirecek becerilere yer verilmesi önerilebilir. Son olarak ergenlerin kimlik gelişimi süreçlerinin bir parçası olarak, cinsiyet rolleri, romantik bir ilişkinin anlamı ve ideal partner anlayışlarını keşfedebilecekleri güvenli tartışma ve araştırma zemini sunan yaşantıların bu programlarla bütünleştirilmesinin gelişimsel olarak destekleyici olacağı düşünülmektedir (Simpson ve ark. 2018, Stanley ve ark. 2020). Beliren yetişkinlik dönemi açısından ele alındığında ise, bu dönem artık yakın ilişkilerde bağlılık geliştirme süreciyle karakterize olduğundan, özellikle sağlıklı sağlıklı ilişkileri değerlendirme ve karar verme, ilişki evreleri ve özellikleri, ilişkilerde problem çözme ve öz-düzenleme gibi öğelerin bahsedilen temel müfredata eklenmesi önemli görülmektedir (Beckmeyer ve Jamison 2021, Davila 2021).

Türkiye’de geliştirilecek olan programların içeriği, uygulama biçimleri açısından değerlendirildiğinde, ülkemizin refah rejimi olarak kabul edilen aileci akdeniz refah rejiminin (Bugra ve Keyder 2006, Eder 2010) bir özelliğinin, sosyal bakım hizmetlerinin yetersizliği olduğu gerçeği gözden kaçırılmamalıdır. Bu nedenle, geliştirilecek ilişki eğitim programlarının hem zorunlu eğitim çerçevesinde çocuk ve gençlere hem de beliren yetişkinlik döneminde zorunlu askerlik (Van Epp ve ark. 2008) dönemlerinde verilmesi, bu hizmetlerin halk eğitim merkezleri, gençlik merkezleri, aile danışmanlığı merkezleri ya da toplum ruh sağlığı gibi merkezlerde ücretsiz olarak sunulmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu programların gençlere sunulma biçimleri çeşitlilik gösterse de, en yaygın olarak okul temelli sunuldukları görülmektedir. Lise yıllarından itibaren, müfredata yedirilmiş sınıf içi uygulamalarla sunulan ilişki eğitimi programlarının en yaygın etkiyi gösterdiği bilinmektedir. Uluslararası alanyazına bakıldığında ilişki eğitimlerinin öğrencilerin tümünü kapsayacak şekilde genellikle ortaokul ve lise müfredatları içinde verildiği (Kerpelman ve ark. 2008), bunun yanı sıra okullarda 7 oturumla 24 oturum arasında değişen çeşitlilikte psikoeğitim programları şeklinde de sunulduğu (Foshee ve ark. 1996, Wolfe ve ark. 2003, Pearson 2004, Adler-Baeder ve ark. 2007, Crooks ve ark. 2008, Antle ve ark. 2011, Ball ve ark. 2012) riskli gruplarda ise toplum merkezleri aracılığı ile desteklendiği görülmektedir (Foshee ve ark. 1996). Üniversite açısından bakıldığında, bu eğitimlerin üniversite danışmanlık merkezleri, yakın ilişkilere yönelik seçmeli dersler ve ortak derslerin bir parçası olarak öğrencilere sunulduğu görülmektedir (Northwestern Üniversitesi) (Fincham ve ark. 2011). Bu yöntemlerin her birinin kendi içinde elverişli olan ve olmayan yönleri bulunmaktadır. Ancak temelde, okulların koşul ve ihtiyaçlarına göre ilişki eğitim programlarını nasıl sunacaklarını planlamaları ve daha çok sayıda öğrencinin bu programlara erişimini sağlayacak düzenlemeler yapmaları gerekmektedir. Yaygınlık çalışmalarında, paralel grup eğitimlerinin ya da müfredatla bütünleştirilmiş ilişki eğitimlerinin sunulabilmesi için eğitici eğitimi programlarının düzenlenmesi önerilebilir. İlişki

eğitim programları, hedeflenen kitleye, bu kitlenin risk durumuna bağlı olarak verilmiş biçimi, oturum sayısı, oturum süresi, içerik ve kullanılan yöntemler bakımından çeşitlilik göstermekte, ihtiyaca göre şekillenmektedir (Wolfe ve ark. 2003, Pearson 2004, Adler-Baeder ve ark. 2007, Crooks ve ark. 2008, Antle ve ark. 2011, Ball ve ark. 2012). Bu açıdan bakıldığında Türkiye’de hazırlanacak ilişki eğitim programlarının da hedef kitle, süre, içerik ve mekân dikkate alınarak esneklik gösterebilecek şekilde tasarlanması önerilebilir. Son olarak, bu programlarda sunulma biçimi açısından, kolay ulaşılabilir ve yaygınlaşma potansiyeli yüksek olan çevrimiçi müdahalelerin de kullanıldığı görülmektedir (Braithwaite ve Fincham 2007, Braithwaite ve Fincham 2009). Özellikle ülkemizde yeterli uzmanın bulunmadığı, zaman ve mekan sınırlılıklarının bulunduğu ortamlarda çevrimiçi eğitim programlarının, erişim, maliyet ve yaygınlaştırma açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

## Sonuç

Sonuç olarak, Türkiyede ilişkisi olmayan gençlere yönelik yeterli ilişki eğitimi programı olmadığı görülmektedir. Var olan programların özellikle sağlıklı ilişki gelişimini desteklemekten ziyade özel ilişki problemlerine ya da becerilerine odaklandıkları, sınırlı sayıda bireye ulaştıkları, yer, süre, kapsam ve uygulama koşulları açısından esnek uygulamaya olanak tanımayan yüz yüze küçük grup oturumları şeklinde düzenlendikleri görülmektedir. Ayrıca kurumsal nitelikli olmaktan ziyade çoğunlukla etkililik araştırmaları şeklinde düzenlenmelerinden ötürü gençlere sunulan bir hizmet olarak süreklilik arz etmemektedirler. Bunlar ışığında, Türkiyede ilişki eğitimi programı geliştirirken kuramsal, kültürel arka plan ile kapsam ve uygulama süreçlerinin ülkemize ait dinamikler göz önüne alınarak düzenlenmesinin, programların hedef gruplarının sağladıkları faydalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Yazarların Katkıları:** *Yazarlar çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladıklarını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduklarını kabul etmiştir.*

**Danışman Değerlendirmesi:** *Dış bağımsız.*

**Çıkar Çatışması:** *Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.*

**Finansal Destek:** *Bu çalışma TÜBİTAK-ARDEB 1001 programı kapsamında 120K134 no’lu proje ile desteklenmiştir.*

**Authors Contributions:** *The authors attest that they have made an important scientific contribution to the study and have assisted with the drafting or revising of the manuscript.*

**Peer-review:** *Externally peer-reviewed.*

**Conflict of Interest:** *No conflict of interest was declared by the authors.*

**Financial Disclosure:** *This study was supported by the project numbered 120K134 within the scope of TÜBİTAK-ARDEB 1001 program.*

## Kaynaklar

Adler Baeder F, Kerpelman JL, Schramm DG, Higginbotham B, Paulk A (2007) The impact of relationship education on adolescents of diverse backgrounds. *Fam Relat*, 56:291-303.

Akar T, Aksakal FN, Demirel B, Durukan E, Özkan S (2010) The prevalence of domestic violence against women among a group woman. *J Fam Violence*, 25:449-460.

Akbulut Z (2018) İmağ yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışma uygulamalarının evli çiftlerin affetme ve mutluluk düzeyine etkisi (Yüksek lisans tezi). İstanbul, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Akça-Koca D (2013) Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi (Yüksek lisans tezi). İstanbul, Marmara Üniversitesi.

Altınay AG, Arat Y (2009). *Violence against Women In Turkey, A Nationwide Survey*. İstanbul, Punto Publishing Solutions.

Allen JP, Narr RK, Kansky J, Szwedo DE (2020) Adolescent peer relationship qualities as predictors of long term romantic life satisfaction. *Child Dev*, 91:327-340.

Antle BF, Karam E, Christensen DN, Barbee AP, Sar BK (2011) An evaluation of healthy relationship education to reduce intimate partner violence. *J Fam Soc Work*, 14:387-406.

Arıcı Şahin F (2017) Feminist yaklaşıma dayalı ilişki geliştirme programının güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumuna etkisi (Doktora tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.

Arnett JJ (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55:469-480.

Arnett JJ (2014) *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (2nd ed.). New York, NY, Oxford University Press.

Asher SR, Weeks MS (2014) Loneliness and belongingness in the college years. In *The Handbook Of Solitude* (Eds RJ Coplan, JC Bowker):283-301. Chichester, UK, Wiley Blackwell.

Aslan D, Vefikuluçay D, Zeyneloğlu S, Erdost T, Temel F (2008) Ankara’da İki Hemşirelik Yüksekokulu’nun Birinci Ve Dördüncü Sınıflarında Okuyan Öğrencilerin Flört Şiddetine Maruz Kalma, Flört İlişkilerinde Şiddet Uygulama Durumlarının Ve Bu Konudaki Görüşlerinin Saptanması Araştırması. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma ve Uygulama Merkezi.

Atak H, Çok F (2010) İnsan yaşamında yeni bir dönem: beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17:39-50.

Atan A, Buluş, M (2019) Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin evlilik doyumuna etkisi. *İlköğretim Online*, 18:226-240.

Bahadır Yılmaz E, Öz F (2018) The effectiveness of empowerment program on increasing self-esteem, learned resourcefulness, and coping ways in women exposed to domestic violence. *Issues Ment Health Nurs*, 39:135-141.

Ball B, Tharp AT, Noonan RK, Valle LA, Hamburger ME, Rosenbluth B (2012) Expect respect support groups: preliminary evaluation of a dating violence prevention program for at-risk youth. *Violence Against Women*, 18:746-762.

Barden SM, Taylor DD, Silverio N, Carlson RG, Whitbeck M, Carroll N et al. (2021) Motivations to enroll and engage in relationship education programs: a qualitative investigation of key process factors. *J Couple Relatsh Ther*, 20:365-383.

Beckmeyer JJ ve Jamison TB (2021) Identifying a typology of emerging adult romantic relationships: Implications for relationship education. *Fam Relat*, 70:305-318.

Bello RS, Brandau-Brown F, Zhang S, Ragsdale JD (2010) Verbal and nonverbal methods for expressing appreciation in friendships and romantic relationships: A cross-cultural comparison. *Int J Intercult Relat*, 34:294-302.

Bener Ö, Sahin H, Kilinc VS (2010) Views of women about domestic violence against women: Turkish sample. *Studies on Home and Community Science*, 4:33-38.

Bengtson VL, Allen KR (1993) The life course perspective applied to families over time. In *Sourcebook of Family Theories and Methods: A Contextual Approach* (Eds P Boss, W Doherty, R LaRossa, W Schumm, S

- Steinmetz):469–498. New York, Plenum Press.
- Berger A, Wildsmith E, Manlove J, Steward-Streng N (2012) Relationship Violence Among Young Adult Couples. Bethesda, MD, Child Trends Research Brief.
- Blanchard VL, Hawkins AJ, Baldwin SA, Fawcett EB (2009) Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: a meta-analytic study. *J Fam Psychol*, 23:203–214.
- Bodenmann, G, Shantinath, SD (2004) The couples coping enhancement training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Fam Relat*, 53:477–484.
- Bouchey HA, Furman W (2003) Dating and romantic experiences in adolescence. In *Blackwell Handbook of Adolescence* (Eds GR Adams, MD Berzonsky MD). Oxford, Blackwell.
- Bradford, AB, Hawkins, AJ, Acker, J (2015). If we build it, they will come: Exploring policy and practice implications of public support for couple and relationship education for lower income and relationally distressed couples. *Fam Process*, 54:639–654.
- Braithwaite SR, Fincham FD (2007) ePREP: Computer based prevention of relationship dysfunction, depression and anxiety. *J Soc Clin Psychol*, 26:609-622.
- Braithwaite SR, Fincham FD (2009) A randomized clinical trial of a computer based preventive intervention: Replication and extension of ePREP. *J Fam Psychol*, 23:32-38.
- Braithwaite SR, Fincham FD (2014) Computer-based prevention of intimate partner violence in marriage. *Behav Res Ther*, 54:12-21.
- Braithwaite SR, Lambert NM, Fincham FD, Pasley K (2010) Does college-based relationship education decrease extradyadic involvement in relationships? *J Fam Psychol*, 24:740-745.
- Brent DA, Perper JA, Moritz G, et al. (1993) Psychiatric risk factors for adolescent suicide: a case-control study, *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 32:521-529.
- Bronfenbrenner U (1979) *The Ecology of Human Development*. Cambridge, MA, Harvard University Press.
- Bugra A, Keyder Ç (2006) The Turkish welfare regime in transformation. *J Eur Soc Policy*, 16:211–228.
- Canel AN (2007) Ailede problem çözüme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması (Doktora tezi). İstanbul, Marmara Üniversitesi.
- Canto J M, Alvaro JL, Pereira ME, Torres A, Pereira C (2012) Jealousy and infidelity: The role of gender identity and culture of honor. *Estudios de Psicologia*, 33:337–346.
- Canto JM, Alvaro JL, Pereira C, Garrido A, Torres AR, Pereira ME (2017) Jealousy, gender, and culture of honor: A study in Portugal and Brazil. *J Psychol*, 151:580-596.
- Carlson RG, Barden SM, Daire AP, Greene J (2014) Influence of relationship education on relationship satisfaction for low income couples. *J Couns Dev*, 92:418-427.
- Carlson RG, Rappleyea DL, Daire AP, Harris SM, Liu X (2017) The effectiveness of couple and individual relationship education: Distress as a moderator. *Fam Process*, 56:91-104.
- Carlson RG, Wheeler NJ, Adams JJ (2018) The influence of individual oriented relationship education on equality and conflict related behaviors. *J Couns Dev*, 96:144-154.
- Carroll JS, Doherty WJ (2003) Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta analytic review of outcome research. *Fam Relat*, 52:105-118.
- Chandra A, Mosher WD, Copen C, Sionean C (2011) Sexual behavior, sexual attraction, and sexual identity in the United States: Data from the 2006–2008 National Survey of Family Growth. *National Center for Health Statistics*, 3:1-36.
- Cihangir S (2013) Gender specific honor codes and cultural change. *Group Process Intergroup Relat*, 16:319–333.
- Close SM (2005) Dating violence prevention in middle school and high school youth. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*, 18:2–9.
- Collin WA, Sroufe LA (1999) Capacity for intimate relationships: A developmental Construction. In *The Development of Romantic Relationships in Adolescence* (Eds W Furman, BB Brown, C Feiring):125–147. Cambridge, Cambridge University Press.
- Collins WA (2003) More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *J Res Adolesc*, 13:1–24.
- Collins W, Laursen B (1999) Relationships as Developmental Contexts The Minnesota Symposia on Child Psychology, Volume 30. Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum.
- Collins WA, Welsh D, Furman W (2009) Adolescent romantic relationships. *Annu Rev Psychol*, 60:631–652.
- Cottle NR, Thompson AK, Burr BK, Hubler DS (2014) The effectiveness of relationship education in the college classroom. *J Couple Relatsh Ther*, 13:267-283.
- Crooks CV, Wolfe DA, Hughes R, Jaffe PG, Chiodo D (2008) Development, evaluation and national implementation of a school-based program to reduce violence and related risk behaviours: Lessons from the Fourth R. *IPC Review*, 2:109-135.
- Cui M, Fincham FD, Durtschi JA (2011) The effect of parental divorce on young adults' romantic relationship dissolution: What makes a difference? *Pers Relatsh*, 18:410–426.
- Darling N (2007) Ecological systems theory: The person in the center of the circles. *Res Hum Dev*, 4:203-217.
- Davila J, Zhou J, Norona J, Bhatia V, Mize L, Lashman K (2021) Teaching romantic competence skills to emerging adults: A relationship education workshop. *Pers Relatsh*, 28:251-275.
- Demirtaş ET (2015) Psychological aggression perpetration among dating college students: The interplay of societal, parental and personal factors (Doktora tezi). Ankara, Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Demirtaş ET, Hatipoğlu-Sümer Z, Fincham FD (2017) Intimate partner violence in Turkey: The Turkish intimate partner violence attitude scale-revised. *J Fam Violence*, 32:349-356.
- Deveci Şirin H (2013) Aile eğitim programının evli kadınların eş tükenmişliği düzeyine etkisi (Doktora tezi). Konya, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Doss BD, Cicila LN, Georgia EJ, Roddy MK, Nowlan KM, Benson LA, et al. (2016) A randomized controlled trial of the web-based OurRelationship program: Effects on relationship and individual functioning. *J Consult Clin Psychol*, 84:285-296.
- Duffey TH, Wooten HR, Lumadue CA, Comstock DC (2004) The effects of dream sharing on marital intimacy and satisfaction. *J Couple Relatsh Ther*, 3: 53–68.
- Duran Ş, Hamamcı Z (2010) Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23:87-100.
- Eder M (2010) Retreating state? Political economy of welfare regime change in Turkey. *Middle East Law and Governance*, 2:152–84.
- Ekşi H, Kahraman Z (2012) Bir evlilik ve aile hayatı eğitim programının evli kadınlarda evlilik uyumuna ve aile sistemine etkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 36:129-145.
- Ersanlı E (2007) Evlilik ilişkilerinde eşlerin akılcı olmayan inançlarıyla başetmelerinde bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının etkisi (Doktora tezi). Samsun, Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Ersanlı K, Kalkan M (2003) Evlilik ilişkisini geliştirme programının evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerine etkisi. *3P Psikiyatri Psikoloji*

Psikofarmakoloji Dergisi, 11:219-226.

Fincham FD, Stanley SM, Rhoades GK (2011) Romantic relationships in emerging adulthood. (Eds FD Fincham, M Cui): 293-316. New York, NY, Cambridge University Press.

Fischer IC, Secinti E, Cemalcılar Z, Rand KL (2021) Examining cross-cultural relationships between meaning in life and psychological well-being in Turkey and the United States. *J Happiness Stud*, 22:1341-1358.

Foshee VA, Bauman KE, Arriaga XB, Helms RW, Koch GG, Linder GF (1998) An evaluation of Safe Dates, an adolescent dating violence prevention program. *Am J Public Health*, 88:45-50.

Foshee VA, Bauman KE, Ennett ST, Linder GF, Benefield T, Suchindran C (2004) Assessing the long-term effects of the Safe Dates program and a booster in preventing and reducing adolescent dating violence victimization and perpetration. *Am J Public Health*, 94:619-624.

Foshee VA, Linder GF, Bauman KE, Langwick SA, Arriaga XB, Heath JL, et al. (1996) The Safe Dates Project: Theoretical basis, evaluation design, and selected baseline findings. *Am J Prev Med*, 12:39-47.

Foshee VA, Reyes LM, Agnew-Brune CB, Simon TR, Vagi KJ, Lee RD, et al. (2014) The effects of the evidence-based Safe Dates dating abuse prevention program on other youth violence outcomes. *Prev Sci*, 15:907-916.

Furman W, Hand LS (2006) The slippery nature of romantic relationships: issues in definition and differentiation. In *Romance and Sex in Adolescence and Emerging Adulthood: Risks And Opportunities*. (Eds AC Crouter, A Booth, A Synder):171-178. Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum

Furman W (2018) The romantic relationships of youth. In *Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups* (Eds WM Bukowski, B Laursen, KH Rubin): 410-428. New York, Guilford Press.

Furman W, Ho MH, Low SM (2007) The rocky road of adolescent romantic experience: dating and adjustment In *Friends, Lovers, And Groups: Key Relationships In Adolescence* (Eds RCME Engels, M Kerr, H Stattin):61-80. New York, Wiley.

Furman W, Shaffer, L (2003) The role of romantic relationships in adolescent development. In *Adolescent Romantic Relations And Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications* (Ed P Florshiem):3-22. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Futris TG, Sutton TE, Richardson EW (2013) An evaluation of the Relationship Smarts Plus program on adolescents in Georgia. *Journal of Human Sciences and Extension*, 1:1-15.

Gala J, Kapadia S (2014) Romantic love, commitment and marriage in emerging adulthood in an Indian context: views of emerging adults and middle adults. *Psychol Dev Soc J*, 26:115-141.

Gardner Scott P, Giese K, Parrott SM, (2004) Evaluation of the connections: Relationships and marriage curriculum. *Fam Relat*, 53:521-27.

Genereux AS (2020) Teen dating violence prevention to healthy relationship education: case study of a montanan teen dating violence prevention program (Doctoral dissertation). Madison, University of Wisconsin.

Giordano C, Longmore A, Manning D (2006) Gender and the meanings of adolescent romantic relationships: A focus on boys. *Am Sociol Rev*, 71:260-287.

Giordano PC, Phelps KD, Manning WD, Longmore MA (2008) Adolescent academic achievement and romantic relationships. *Soc Sci Res*, 37:37-54.

Glick P, Fiske ST, Mladinic A, Saiz JL, Abrams D, Masser B, et al. (2000) Beyond prejudice as simple antipathy: Hostile and benevolent sexism across cultures. *J Pers Soc Psychol*, 75:763-775.

Goodey S, Spuhler B, Bradford K (2019) Relationship education among incarcerated populations. *Marriage Fam Rev*, 55:651-666.

Grotevant HD, Cooper, CR (1998) Individuality and connectedness in adolescent development: Review and prospects for research on identity, relationships, and context. In *Personality Development in Adolescence:*

*A Cross National and Life Span Perspective*, (Eds. EEA Skoe, AL von der Lippe):3-37. London, Routledge.

Guerney, BG (1977) *Relationship Enhancement: Skill-Training Program For Therapy, Problem Prevention, And Enrichment*. San Francisco, Jossey-Bass.

Halford WK, Markma HJ, Kline GH, Stanley SM (2003) Best practice in couple relationship education. *J Marital Fam Ther*, 29:385-406.

Halford, WK, O'Donnell, C, Lizzio, AJ, Wilson, KL (2006) Do couples at high risk of relationship problems attend pre-marriage education? *J Fam Psychol*, 20:160-163.

Halford WK, Markman HJ, Stanley S (2008) Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *J Fam Psychol*, 22:497-505.

Halford, WK, Petch J, Creedy, DK (2010) Promoting a positive transition to parenthood: A randomized clinical trial of couple relationship education. *Prev Sci*, 11:89-100.

Halford WK, Petch J, Creedy DK, Gamble J (2011) Intimate partner violence in couples seeking relationship education for the transition to parenthood. *J Couple Relatsh Ther*, 10:152-168.

Halford WK, Snyder DK (2012) Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education. *Behav Ther*, 43:1-12.

Hammond WR, Yung, BR (1991) Preventing violence in at-risk African-American youth. *J Health Care Poor Underserved*, 2:359-373.

Haskan Avcı Ö (2014) Üniversite öğrencilerinin evlilik öncesi ilişkilerde problem yaşadıkları ve eğitim almak istedikleri konular. *Ege Eğitim Dergisi*, 15:279-299.

Haugen PT, Welsh DP, McNulty JK, (2008) Empathic accuracy and adolescent romantic relationships. *J Adolesc*, 31:709-727.

Hawkins AJ, Blanchard VL, Baldwin SA, Fawcett EB (2008) Does marriage and relationship education work? A meta-analytic study. *J Consult Clin Psychol*, 76:723.

Hawkins AJ, Carroll JS, Doherty WJ, Willoughby B (2004) A comprehensive framework for marriage education. *Fam Relat*, 53:547-558.

Hawkins AJ, Erickson SE (2015) Is couple and relationship education effective for lower income participants? A meta-analytic study. *J Fam Psychol*, 29:59-68.

Hawkins AJ, Ooms T (2012) Can marriage and relationship education be an effective policy tool to help low-income couples form and sustain healthy marriages and relationships? A review of lessons learned. *Marriage Fam Rev*, 48:524-554.

Holt LJ, Mattanah JF, Schmidt CK, Darks JS, Brophy EN, Minnaar PY, Rorer K (2016) Effects of relationship education on emerging adults' relationship beliefs and behaviors. *Pers Relatsh*, 23:723-741.

Huntington C, Owen J, Stanley S, Knopp K, Rhoades G (2021) Impact and implementation findings from a cluster randomized trial of a youth relationship education curriculum. *Fam Process*, 00:1-18.

İftar M (2016) Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutum ve davranışları (Yüksek lisans tezi). Muğla, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.

İlkizer EG, Ramirez-Esparza N, Quinn DM (2018) Culture and concealable stigmatized identities: Examining anticipated stigma in the United States and Turkey. *Stigma and Health*, 3:152-158.

Joyner K, Udry JR (2000) You don't bring me anything but down: adolescent romance and depression. *J Health Social Behav*, 41:369-391.

Kalkan M (2002) Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi (Doktora tezi). Samsun, Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

Kalkan M, Eranlı E (2008) Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8:977-986.

Kalkan, M, Eranlı E (2009) The effects of the cognitive-behavioral marriage

- enrichment program on the dysfunctional attitudes of couples. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 36:129-135.
- Kerpelman, JL, Pittman JF, Adler-Baeder F (2008) Identity as a moderator of intervention-related change: Identity style and adolescents' responses to relationships education. *Identity*, 8:151-171.
- Kerpelman JL, Pittman JF, Adler-Baeder F, Eryigit S, Paulk A (2009) Evaluation of a statewide youth-focused relationships education curriculum. *J Adolesc*, 32:1359-1370.
- Küçükarslan M (2011) Mersin Üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Mersin, Mersin Üniversitesi.
- Kuperberg A, Padgett JE (2016) The role of culture in explaining college students' selection into hookups, dates, and long-term romantic relationships. *J Soc Pers Relat*, 33:1070-1096.
- Laursen B, Mooney KS (2007) Individual differences in adolescent dating and adjustment. In *Friends, Lovers and Groups: Key Relationships in Adolescence* (Eds R Engels, M Kerr, H Stattin):81-91. New York, Wiley.
- Ledermann, T, Bodenmann, G, Cina, A (2007) The efficacy of the couples coping enhancement training (CCET) in improving relationship quality. *J Soc Clin Psychol*, 26:940-959.
- Laurenceau, JP, Stanley, SM, Olmos-Gallo, A, Baucom, B, Markman, H J (2004) Community-based prevention of marital dysfunction: multilevel modeling of a randomized effectiveness study. *J Consult Clin Psychol*, 72:933-943.
- Lucier Greer M, Adler Baeder F (2012) Does couple and relationship education work for individuals in stepfamilies? A meta-analytic study. *Fam Relat*, 61:756-769.
- Madsen SD, Collins WA (2008) Brief report: Expressive and collaborative relationship processes in observations of adolescents' interactions with parents and romantic partners. *J Adolesc*, 31:489-794.
- Markman HJ, Halford WK, Hawkins AJ (2019) Couple and relationship education. In *APA Handbook of Contemporary Family Psychology: Family Therapy and Training* (Eds BH Fiese, M Celano, K Deater-Deckard, EN Jouriles, MA Whisman):307-324. Washington DC, American Psychological Association.
- Markman, HJ, Renick, MJ, Floyd FJ, Stanley SM, Clements M (1993) Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4-and 5-year follow-up. *J Consult Clin Psychol*, 61:70-77.
- Markman, HJ, Rhoades GK (2012) Relationship education research: current status and future directions. *J Marital Fam Ther*, 38:169-200.
- Markman, HJ, Rhoades GK, Stanley SM, Peterson KM (2013) A randomized clinical trial of the effectiveness of premarital intervention: moderators of divorce outcomes. *J Fam Psychol*, 27:165-172.
- Markman, HJ, Ritchie, LL (2015) Couples relationship education and couples therapy: Healthy marriage or strange bedfellows? *Fam Process*, 54:655-671.
- Mayses O, Keren E (2014) Finding a meaningful life as a developmental task in emerging adulthood: the domains of love and work across cultures. *Emerg Adulthood*, 2:63-73.
- McElwain A, McGill J, Savasuk-Luxton R (2017) Youth relationship education: a meta-analysis. *Child Youth Serv Rev*, 82:499-507.
- Montgomery MJ (2005) Psychosocial intimacy and identity: from early adolescence to emerging adulthood. *J Adolescent Res*, 20:346-374.
- Nakonezny PA, Denton WH (2008) Marital relationships: a social exchange theory perspective. *Am J Fam Ther*, 36:402-412.
- Natal M (2022) Intimate partner violence experiences among Puerto Rican mothers. *J Interpers Violence*, 37:626-651.
- Niolon PH, Kearns M, Dills J, Rambo K, Irving S, Armstead T et al. (2017) Preventing intimate partner violence across the lifespan: a technical package of programs, policies, and practices. Atlanta, National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.
- Onaş B (2007) Üniversite öğrencilerinin evlilik ve eş seçimiyle ilgili görüşlerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Ankara, Gazi Üniversitesi.
- Paradis G, Maffini CS (2021) Navigating intercultural relational dynamics: The roles of attachment and cultural values. *J Multicult Couns Devel*, 49:199-213.
- Pearson M (2004/2007) *LoveU2: getting smarter about relationships*. Berkeley, The Dibble Institute for Marriage Education.
- Petch, J, Halford, WK, Creedy, DK, Gamble, J. (2012). A randomized controlled trial of a couple relationship and co-parenting program (Couple CARE for Parents) for high- and low-risk new parents. *J Consult Clin Psychol*, 80:662-673.
- Polanck S (2014) Effects of individual-oriented relationship education on university students' knowledge, beliefs, and attitudes (Doctoral dissertation). Montana, University of Montana.
- Ponzetti JJ (2016) *Evidence-Based Approaches to Relationship and Marriage Education*. New York, NY, Routledge.
- Puente S, Cohen D (2003) Jealousy and the meaning (or non-meaning) of violence. *Pers Soc Psychol Bull*, 29:449-460.
- Reed L, Wilson S, Brown BB, Furstenberg FF, Verma S (2002) Changes in adolescents' interpersonal experiences: are they being prepared for adult relationships in the twenty-first century? *J Res Adolesc*, 12:31-68.
- Reidy, DE, Holland, KM, Cortina, K, Ball, B, Rosenbluth, B (2017). Evaluation of the expect respect support group program: A violence prevention strategy for youth exposed to violence. *Prev Med*, 100:235-242.
- Rhoades GK, Stanley SM (2011) Using individual-oriented relationship education to prevent family violence. *J Couple Relatsh Ther*, 10:185-200.
- Rice KG, FitzGerald DP, Whaley TJ, Gibbs CL (1995) Cross-sectional and longitudinal examination of attachment, separation/individuation, and college student adjustment. *J Couns Dev*, 73:463-474.
- Rice TM, McGill J, Adler-Baeder F (2017) Relationship education for youth in high school: preliminary evidence from a non-controlled study on dating behavior and parent-adolescent relationships. *Child Youth Care Forum*, 46:51-68.
- Roberson PNE, Norona JC, Fish JN, Olmstead SB, Fincham F (2016) Do differences matter? A typology of emerging adult romantic relationships. *J Soc Pers Relat*, 34:334-355.
- Ruff S, McComb JL, Coker CJ, Sprenkle DH (2010) Behavioral couples therapy for the treatment of substance abuse: a substantive and methodological review of O'Farrell, Fals Stewart, and colleagues' program of research. *Fam Process*, 49:439-456.
- Russell AN (2021) The relationship education workshop and its impact on learned healthy relationship outcomes and self-compassion in the emerging adulthood population (Doctoral dissertation). Knoxville, University of Tennessee.
- Sakarya AK (2013) Üniversitede öğrenim gören gençlerde flörtte şiddet (Yüksek lisans tezi). Konya, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Sardoğan ME, Karahan TF (2005) Evli bireylere yönelik bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 38:89-102
- Sarı T, Owen FK (2015) Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 12:255-273.
- Savasuk-Luxton R, Adler-Baeder F, Haselschwerdt ML (2018) Understanding change in violence-related attitudes for adolescents in relationship education. *J Adolesc*, 63:153-164.
- Schmidt CD, Luquet W, Gehlert NC (2016) Evaluating the impact of the

"Getting the love you want" couples workshop on relational satisfaction and communication patterns. *J Couple Relatsh Ther*, 15:1-18.

Scott, ME, Schelar E, Manlove J, Cui C (2009) Young Adult Attitudes About Relationships and Marriage: Times May Have Changed, But Expectations Remain High (Research Brief, Publication No. 2009-30). WC:Child Trends.

Shapiro AF, Gottman J (2005) Effects on marriage of a psycho-communicative-educational intervention with couples undergoing the transition to parenthood, evaluation at 1-year post-intervention. *J Fam Commun*, 5:1-24

Shulman, S (2003) Conflict and negotiation in adolescent romantic relationships. In *Adolescent Romantic Relations and Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications*. (Eds P. Florsheim):185-211. New York, Psychology Press.

Shulman S, Seiffge-Krenke I, Ziv I, Tuval-Mashiach R (2019) Patterns of romantic pathways among 23-year-olds and their adolescent antecedents. *J Youth Adolesc*, 48:1390-1402.

Simpson DM, Leonhardt ND, Hawkins AJ (2018) Learning about love: a meta-analytic study of individually-oriented relationship education programs for adolescents and emerging adults. *J Youth Adolesc*, 47:477-489.

Stanley SM, Allen ES, Markman HJ, Saiz CC, Bloomstrom G, Thomas R, et al. (2005) Dissemination and evaluation of marriage education in the Army. *Fam Process*, 44: 187-201.

Stanley SM, Carlson R G, Rhoades GK, Markman HJ, Ritchie LL, ve Hawkins AJ (2020) Best practices in relationship education focused on intimate relationships. *Fam Relat*, 69:497-519.

Stewart JW, Bradford KP, Higginbotham B, Skogrand LM (2014) Relationship helpseeking in a community sample: testing differences by geography and gender. *Forum for Family & Consumer Science Issues*, 19(3):1-12.

Sutton TE, Simons LG, Wickrama KAS, Futris TG (2014) The intergenerational transmission of violence: examining the mediating roles of insecure attachment and destructive disagreement beliefs. *Violence Vict*, 29:679-687.

Şahin NH, Timur S, Ergin AB, Taşpınar A, Balkaya NA, Çubukçu S (2010) Childhood trauma, type of marriage and self-esteem as correlates of domestic violence in married women in Turkey. *J Fam Violence*, 25:661-668.

Şirin HD, Bayrakçı E (2020) Romantik İlişki Geliştirme Programı'nın (RİGP) romantik ilişki doyumu ve romantik inanç düzeyine etkisinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16:145-165.

Şirin HD, Deniz M (2016) The effect of the family training program on married women's couple-burnout levels. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16:1563-1585.

Tagay Ö, Çalışandemir F, Ünüvar P (2018) Romantik ilişkilerde algılanan istismarın yordayıcıları olarak temas engelleri ve benlik saygısı. *Journal of Human Sciences*, 15:707-716.

Tarhan S, Çetin Gündüz H, Ekşioğlu S (2017) Ambivalent sexism, gender and attitudes towards violence against women in marriage. *Journal of Human Sciences*, 14:1894-1908.

Terrazas-Carrillo E, Garcia E, Briseño J, de la Cruz I (2021) Dating violence perspectives of Latino college students: Considerations for violence prevention programming. *J Coll Stud Ret*, 23:410-433.

Togay A, Şahin İ, Atici M (2019) Romantik ilişki becerileri psiko eğitim programının etkinliğinin sınanması: bir pilot çalışma. *Psikoloji Çalışmaları*, 39:121-149.

Toplu E, Hatipoğlu-Sümer Z (2011) Flört ilişkisinde şiddetin yaygınlığı ve türleri. XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 3-5 Ekim 2011 Selçuk, Türkiye.

Tudge JRH, Mokra I, Hatfield BE, Karnik RB (2009) Uses and misuses of Bronfenbrenner's bioecological theory of human development. *J Fam Theory Rev*, 1:198-210.

Türküm AS, Kızıldaş A, Sarıyer A (2004) Anadolu Üniversitesi Psikolojik

Danışma ve Rehberlik Merkezi'nin hedef kitlesinin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3:15-27.

Ulaşan, H (2020) Romantik ilişkilerinde problem yaşayan bireylerin farkındalık süreçlerine hücum terapisinin katkısı. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3:49-65.

Uzun, G (2021) Evli çiftlerde kişilerarası bilinçli farkındalık temelli grupla psikolojik danışma programının etkililiğinin incelenmesi (Doktora tezi). İstanbul, Yıldız Teknik Üniversitesi.

Van de Bongardt D, Yu R, Deković M, Meeus WHJ (2015) Romantic relationships and sexuality in adolescence and young adulthood: the role of parents, peers, and partners. *Eur J Dev Psychol*, 12:497-515.

Van Epp MC, Futris TG, Van Epp JC, Campbell K (2008) The impact of the PLCK a partner relationship education program on single army soldiers. *Fam Consum Sci Res J*, 36:328-349.

Velez D (2020) Relationship education with college students: patterns of participation, recruitment, and benefits gained (Doctoral dissertation). Malibu, Pepperdine University.

Vural Batık M (2017) Ebeveynliğe geçiş dönemindeki evli bireylerin evlilik ilişkilerini geliştirme programının evlilik doyumu ve eş destek düzeylerine etkisi (Doktora tezi). Samsun, Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

Vural Batık M, Kalkan M (2019) The Impact of "Marital relationships enrichment program for couples in the period of transition to parenthood" on marital satisfaction. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8:1346-1366.

Weisz AN, Black BM (2009) Programs to Reduce Teen Dating Violence and Sexual Assault: Perspectives on What Works. New York, Columbia University Press.

Wilcox WB, Dew J (2010) Is love a flimsy foundation? Soulmate versus institutional models of marriage. *Soc Sci Res*, 39:687-699.

Williamson HC, Altman N, Hsueh J, Bradbury TN (2016) Effects of relationship education on couple communication and satisfaction: a randomized controlled trial with low-income couples. *J Consult Clin Psychol*, 84:156.

Willoughby BJ, James SL (2017) *The Marriage Paradox: Why Emerging Adults Love Marriage Yet Push it Aside?* New York, Oxford University Press.

Wolfe DA (2006) Preventing violence in relationships: psychological science addressing complex social issues. *Can Psychol*, 47:44-50.

Wolfe DA, Crooks C, Jaffe P, Chiodo D, Hughes R, Ellis W, Stitt L, Donner A (2009) A school-based program to prevent adolescent dating violence: a cluster randomized trial. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 163:692-699.

Wolfe DA, Wekerle C, Gough R, Reitzel-Jaffe D, Grasley C, Pittman AL et al. (1996). *The Youth Relationships Manual: A Group Approach with Adolescents for The Prevention of Woman Abuse And The Promotion Of Healthy Relationships*. Thousand Oaks, CA, Sage.

Wolfe DA, Wekerle C, Scott K, Straatman A, Grasley C, ReitzelJaffe D (2003) Dating violence prevention with at-risk youth: a controlled outcome evaluation. *J Consult Clin Psychol*, 71:279-291.

Wood, RG, McConnell, SD, Moore, Q, Clarkwest, A, Hsueh, J (2012) The effects of building strong families: a healthy marriage and relationship skills education program for unmarried parents. *J Policy Anal Manage*, 31:228-252.

Yalcin BM, Karahan TF (2007) Effects of a couple communication program on marital adjustment. *J Am Board Fam Med*, 20:36-44.

Yağın İ, Ersever O (2010) İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi (Doktora tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.

Yalcin I, Ersever O (2015) Effectiveness of the relationship enhancement program on relationship satisfaction of university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 30:185-201.

Yalçıntaş-Sezgin E (2015) Ergen romantik ilişkisinde sağlıklı ilişkiler geliştirme programının kız ergen bireylerin romantik ilişki sürecinde yaşadıkları çatışma eğilimine etkisi (Doktora tezi). Ankara, Gazi Üniversitesi.

Yıldırım S (2016) Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve toplumsal cinsiyet tutumlarının flört şiddetine yönelik tutumlarına etkisi (Yüksek lisans tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.

Yılmaz T, Kalkan M (2010) Evlilik öncesi ilişkileri geliştirme programının çiftlerin ilişki doyumuna etkisi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10:1893-1920.

Yumuşak A (2013) Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutumları, toplumsal cinsiyetçilik ve narsisistik kişilik özellikleri arasındaki ilişki (Yüksek lisans tezi). Tokat, Gaziosmanpaşa Üniversitesi.