

Sevgi Bağımlılığı, Travma Sonrası Bilişler ve Ruminasyon Arasındaki İlişki

Relationship Between Love Addiction, Post-Traumatic Cognitions, and Rumination

Güliden Gökçen¹, Zeliha Traş², Hikmet Beyza Yakıcı²

1. Millî Eğitim Bakanlığı, Antalya

2. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya

Abstract

Objective: This study aims to examine the relationships between love addiction, post-traumatic cognitions, and rumination among young adults. Additionally, it investigates whether love addiction differs based on gender and the duration of romantic relationships.

Method: The study group consisted of a total of 515 individuals aged between 18 and 35 who were in a romantic relationship (e.g., spouse, partner, dating). Among the participants, 120 were men (23.3%), and 395 were women (76.7%). Data were collected using the Love Addiction Scale, the Post-Traumatic Cognitions Scale, the Interpersonal Mistreatment-Related Rumination Scale, and a Personal Information Form.

Results: The present study identified significant differences in love addiction as a function of gender and the duration of romantic relationships. Furthermore, a modest yet statistically significant positive correlation was observed between love addiction scores and both post-traumatic cognitions and rumination related to interpersonal transgressions. Hierarchical regression analysis further demonstrated that rumination on interpersonal transgressions and post-traumatic cognitions served as significant predictors of love addiction.

Conclusion: Love addiction is a multifaceted phenomenon influenced not only by relational factors but also by the enduring cognitive consequences of traumatic experiences and persistent rumination on interpersonal failures. These results emphasize the imperative of integrating trauma-informed therapeutic practices and cognitive restructuring techniques focused on diminishing ruminative tendencies into interventions targeting love addiction.

Keywords: Love addiction, post-traumatic cognitions, rumination, young adults, romantic relationships

Öz

Amaç: Bu çalışmada genç yetişkin bireylerde sevgi bağımlılığı, travma sonrası bilişler ve ruminasyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Sevgi bağımlılığının cinsiyet ve romantik ilişki süresine göre farklılaşma farklılaşmadığı incelenmiştir.

Yöntem: Çalışma grubu 18-35 yaş aralığında 120 erkek (%23.3) ve 395 kadın (%76.7) eş, sevgili, flört vb., şeklinde romantik ilişkiye sahip olan toplam 515 bireyden oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak Sevgi Bağımlılığı Ölçeği, Travma Sonrası Bilişler Ölçeği, Kişiler Arası Hataya Yönelik Ruminasyon Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Bulgular: Bu çalışmada, sevgi bağımlılığının cinsiyete ve romantik ilişki süresine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulgusu elde edilmiştir. Sevgi bağımlılığı puanları ile travma sonrası bilişler puanları arasında ve kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon puanları ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Hiyerarşik regresyon analizi sonucuna göre ise kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ve travma sonrası bilişler sevgi bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığı bulgusu elde edilmiştir.

Sonuç: Sevgi bağımlılığı bireyin yalnızca ilişki dinamiklerinden değil, aynı zamanda yaşadığı travmatik deneyimlerin bıraktığı bilişsel izlerden ve kişilerarası hatalar üzerine yoğun düşünme eğiliminden de etkilenmektedir. Bu bulgular, sevgi bağımlılığına yönelik müdahalelerde travmatik yaşantıların işlenmesine ve ruminatif düşünce kalıplarının azaltılmasına odaklanılmasının önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar kelimeler: Sevgi bağımlılığı, travma sonrası bilişler, ruminasyon, genç yetişkinler, romantik ilişki

Giriş

Sevgi, insan yaşamının temel duygusal ihtiyaçlarından biri olsa da bazı bireyler için sağlıklı bir bağlanma biçiminden saparak bağımlılık haline gelebilir (1). Sevgi bağımlılığı, kişinin romantik ilişkisine veya partnerine karşı aşırı düzeyde duygusal ve psikolojik bağımlılık geliştirmesiyle karakterizedir ve bu durum genellikle düşük benlik saygısı, ayrılık kaygısı ve obsesif düşüncelerle ilişkilidir (2). Bu tür bir bağlanma biçimi, bireyin psikolojik iyi oluşunu olumsuz etkileyerek işlevsellik kaybına ve tekrarlayan toksik ilişki döngülerine yol açabilir (3). Bağımlılık kuramları çerçevesinde değerlendirildiğinde, sevgi bağımlılığı madde bağımlılığına benzer nörobiyolojik ve davranışsal özellikler gösterebilir, çünkü her ikisinde de ödül sisteminin aşırı aktivasyonu söz konusudur (4).

Bağlanma kuramına göre, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenleriyle kurduğu bağ, yetişkinlikte romantik ilişkilerdeki bağlanma stilini belirler ve sevgi bağımlılığı özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde daha yaygındır (5, 6). Bu bireyler, yoğun terk edilme korkusu, düşük benlik saygısı ve aşırı bağımlılık gösterirken, kaçınan bağlanma stiline sahip kişiler ise duygusal uzaklaşma eğiliminde olabilir (7). Sevgi bağımlılığı bağımlılık kuramları açısından ele alındığında, madde bağımlılığına benzer psikolojik ve nörobiyolojik süreçler içerdiği, özellikle ödül-yoksunluk döngüsü ile açıklanabileceği görülmektedir (8). Bu modele göre, birey ilişkilerde yoğun bir ödül beklentisi içinde olup ayrılık durumunda stres ve anksiyete yaşamakta, bu da tekrar ilişkiye dönme ya da yeni bir ilişkiye yönelme ihtiyacını doğurmaktadır (2). Ayrıca, sevgi bağımlılığı, dürtü kontrol bozukluklarıyla ortak mekanizmalara sahip olup bireyin sağlıklı sınırlar koymasını ve rasyonel karar almasını zorlaştırmaktadır (9).

Sevgi bağımlılığı nörobilimsel açıdan, romantik ilişkilerin dopaminerjik ödül sistemini aşırı uyararak obsesif düşünceler ve bağımlılığa yol açmasıyla açıklanır (10). Özellikle ventral tegmental area (VTA), nucleus accumbens (NAc) ve prefrontal korteks, ödül beklentisini artırarak bireyin partnerine aşırı bağımlılık geliştirmesine neden olurken, ayrılık durumlarında dopamin düşüşü madde yoksunluğuna benzer belirtiler ortaya çıkarır (11). Sevgi bağımlılığı bireysel düzeyde düşük özsaygı, toksik ilişkiler ve duygusal istismara yol açarken (12), toplumsal düzeyde kültürel normlar ve medya temsilleri bu bağımlılığı pekiştirebilir (3). Bu bağlamda, sevgi bağımlılığının nörobiyolojik temellerinin yanında psikolojik süreçlerini incelemek, sağlıklı bağlanma ile patolojik bağımlılık arasındaki sınırları anlamak açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Travmatik deneyimler, bireylerin bilişsel süreçlerini derinden etkileyerek, olayın algılanması, değerlendirilmesi ve hatırlanma biçimini şekillendirir (13). Travma sonrası ortaya çıkan bilişsel değişimler, genellikle olaya dair aşırı genellenmiş inançlar, kendilik algısında bozulmalar ve tehdit algısının artması gibi unsurları içerir (14). Bu tür bilişler, bireyin travmatik olaydan sonra dünyayı daha tehlikeli bir yer olarak görmesine ve kendisini güçsüz ya da kusurlu algılamasına neden olabilir (15). Özellikle travmatik anılara dair işlevsiz bilişlerin sürdürülmesi, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi psikopatolojilerin gelişiminde kritik bir rol oynar (16). Travmatik deneyimler, özellikle erken dönem bağlanma örüntülerini etkileyerek bireylerin sağlıklı ilişkiler kurmasına ve sevgi bağımlılığına yatkınlık geliştirmesine neden olabilir (17). Çocukluk döneminde duygusal istismar ve ihmal geçmişi, kendilik algısındaki bozulmalar ve yoğun terk edilme korkusu, bireyin sağlıklı ilişkilere tutunmasını artırarak bağımlılık döngüsünü pekiştirebilir (18). Bu bağlamda, travma sonrası bilişlerin düzenlenmesi, sevgi bağımlılığını önlemede önemli bir koruyucu faktör olabilir (19).

Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon, bireylerin sosyal ortamda yaptıkları hatalar üzerine sürekli düşünceleri, bu hataları zihinsel olarak işlemeye devam etmeleri ve olumsuz duyguları tekrar tekrar değerlendirmeleri olarak tanımlanır (20). Bu bilişsel süreç, özellikle sosyal kaygı (21) ve depresif belirtilerle (22) yakından ilişkili olup, bireylerin kişilerarası ilişkilerini olumsuz etkileyebilir. Bu noktada romantik ilişkiler, bireysel ruminatif düşünceler yoluyla çiftlerin psikolojik sağlıklarını karşılıklı olarak etkileyebilmektedir. Benzer bir çalışmada özellikle erkek partnerlerin aşırı ruminatif düşünceler sergilemesi, kadın partnerlerde depresif duygu durum ve ilişkisel stres yaratabildiğini ortaya koymuştur (23). Hataya yönelik aşırı ruminatif düşünme, kişinin kendine yönelik suçlayıcı ve kendini değersizleştirici değerlendirmeler yapmasına neden olarak psikolojik iyi oluşu zedeleyebilir (24). Sevgi bağımlılığı ile benzer bilişsel mekanizmalara sahip olan bu süreç, bireyin romantik

ilişkilerdeki hatalarını abartmasına ve bu hataların ilişkisinin devamlılığına yönelik tehdit oluşturduğunu düşünmesine neden olabilir (2).

Sevgi bağımlılığı olan bireyler, ilişkilerinin devamlılığı konusunda aşırı duyarlıdır ve çoğu zaman partnerlerini kaybetme korkusu taşırlar (25). Bu nedenle, geçmişte yaptıkları hataları sürekli düşünerek ilişkilerinin geleceği üzerinde olumsuz sonuçlar doğuracağına dair ruminatif bir döngü içine girebilirler (26). Özellikle, düşük öz-saygı ve yoğun bağlanma kaygısı taşıyan bireylerde, hatalara ilişkin aşırı düşünme, ilişkiye daha fazla bağımlı hale gelmeye ve işlevsiz ilişki dinamiklerinin sürdürülmesine yol açabilir (27). Bununla birlikte, kişiler arası hatalara ilişkin ruminasyon, sevgi bağımlılığı olan bireylerde öz-eleştiriye artırarak, partnerlerinin onayına daha fazla ihtiyaç duymalarına ve ilişkide kalabilmek için kendi sınırlarını aşan fedakârlıklarda bulunmalarına neden olabilir (25). Bu durum, bireyin sağlıklı ilişki döngüsünden çıkmasını zorlaştırarak, sevgi bağımlılığının sürdürülmesine katkıda bulunur (28). Dolayısıyla, kişiler arası hataya ilişkin ruminasyon, sevgi bağımlılığını destekleyen bilişsel süreçlerden biri olarak değerlendirilebilir.

Özetle, sevgi bağımlılığı, travma sonrası bilişler ve kişiler arası hataya ilişkin ruminasyon arasındaki dinamik ilişki, bireylerin romantik ilişkilerde işlevsel olmayan bağlanma örüntüleri geliştirmesinde kritik bir rol oynayabilir. Travmatik deneyimler sonrasında bireylerin dünya ve kendilik algılarında oluşan bilişsel çarpıtmalar, kişiler arası hataya ilişkin ruminatif düşünme eğilimleriyle birleşerek, işlevsel olmayan bağlanma dinamiklerini ve bağımlı ilişki örüntülerini pekiştirebilir (29). Benzer şekilde çocukluk ve yetişkinlikte yaşanan olumsuz bağlanma deneyimleri (düşük ebeveyn ilgisi, yüksek kontrol), duygusal düzensizlik ve aleksitimi de sevgi bağımlılığının gelişmesinde rol oynamaktadır (30). Bu değişkenlerin etkileşimi, sevgi bağımlılığının yalnızca bireysel bir duygu durumu değil, geçmiş travmatik yaşantılar ve bilişsel süreçlerin bir sonucu olarak ilerlemesine sebep olabilir. Sevgi bağımlılığı, romantik ilişkide duyulan mutluluğu ve cinsel memnuniyeti de olumsuz etkilemektedir. Sevgi bağımlılığı olan bireylerde cinsel ilişki, yalnızca fiziksel bir yakınlık değil, aynı zamanda yoğun duygusal onay beklentisinin bir aracı haline gelmektedir. Bu bireyler, cinsel deneyim sonrasında veya partnerle yaşanan cinsel uyumsuzluklardan sonra, yeterince sevilme, değer görmeme ya da ilişkilerinde yetersizlik hissetme gibi düşüncelerle yoğun şekilde ruminatif bir döngüye girmektedir (31). Nitekim, sevgi bağımlılığı olan bireylerde sıklıkla gözlemlenen yoğun ayrılık kaygısı ve ilişki odaklı ruminatif düşünceler, travma sonrası oluşan olumsuz şemalarla beslenebilir ve kişinin işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilir (32). Dolayısıyla, bu üç değişkenin birlikte incelenmesi, sevgi bağımlılığının gelişimsel dinamiklerini daha kapsamlı bir şekilde anlamak ve bu bağımlılığın altında yatan psikolojik süreçleri ortaya koymak açısından önem arz etmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırma sevgi bağımlılığı ile travma sonrası bilişler ve kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon arasındaki ilişkileri sistematik bir şekilde incelemeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda, romantik ilişkilerde gözlenen bağımlılık eğilimlerinin altında yatan bilişsel ve duygusal süreçlere açıklık getirilmesi hedeflenmektedir.

Yöntem

Örneklem

Bu araştırmanın çalışma grubu ölçüt örnekleme yöntemi ile elde edilmiştir. Ölçüt örnekleme yönteminde araştırmanın çalışma grubunun sahip olması gereken ölçüt önceden belirlenmektedir (33). Bu araştırmanın ölçütü hali hazırda bir eş, sevgili, flört şeklinde romantik ilişkiye sahip olmak olarak belirlenmiştir. Bu araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Komisyonunun onaylamış olduğu 21/02/2025 tarihli ve 2025/111 sayılı belge kapsamında onay alınmıştır.

Çalışma grubunun sayısı, G*Power programı kullanılarak elde edilmiştir. G*Power kullanılarak analiz yapılırken $\alpha=.05$, $\beta=.80$, $f^2=.02$ olarak kabul edilmiştir (34) ve çalışma grubunun sayısı 503 olarak belirlenmiştir. Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam formunu doldurmaları istenmiştir. Araştırmanın verileri çevrimiçi şekilde katılımcılarından toplanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 18-35 yaş aralığında eş, sevgili, flört vb., şeklinde romantik ilişkiye sahip olan 515 bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 26.33'tür ($\bar{x}=26.33$, $ss=7.67$). Tablo 1' de katılımcılara ilişkin sosyodemografik özelliklere yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri

| Değişken | Kategori | F | % |
|------------------------|----------------------|-----|-------|
| Cinsiyet | Kadın | 395 | %76.7 |
| | Erkek | 120 | %23.3 |
| Eğitim Durumu | Üniversite Öğrencisi | 291 | %56.5 |
| | Üniversite Mezunu | 224 | %43.5 |
| Romantik İlişki Süresi | 0-12 ay | 248 | %48.2 |
| | 1-2 yıl | 89 | %17.3 |
| | 2-5 yıl | 70 | %13.6 |
| | 5 yıl ve üzeri | 108 | %21.0 |

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak Sevgi Bağımlılığı Ölçeği, Travma Sonrası Bilişler Ölçeği, Kişilerarası Hataya İlişkin Ruminasyon Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Sevgi Bağımlılığı Ölçeği

Costa ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen ölçek (35) Traş ve Yakıcı (2024) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır (36). Ölçek 24 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipindedir. Ölçeğin toplam puanı alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanların artması sevgi bağımlılığı düzeyinin arttığını ifade etmektedir. Ölçeğin birinci düzey çok faktörlü model doğrulayıcı faktör analizine göre ($\chi^2/sd=4,82$, CFI=0,95, GFI=0,94, NFI=0,94, RMSEA=0,03) önerilen altı faktörlü modelin veri ile iyi uyum olduğu sonucu elde edilmiştir. Ölçeğin Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısının .97 olarak bulunmuştur. Bu araştırma için Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısı .97 olarak elde edilmiştir.

Travma Sonrası Bilişler Ölçeği

Foa ve arkadaşları (1999) tarafından geliştirilen ölçek (37) Yağcı-Yetkiner (2010) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır (38). Ölçek 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksek olması bireylerin yaşadıkları travmatik yaşantılarla ilişkili olarak hatalı bilişlerinin yoğun olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin madde-toplam puan korelasyon değerleri .34-.73 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısının .95 olarak bulunmuştur. Bu araştırma için Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısı .97 olarak elde edilmiştir.

Kişilerarası Hataya İlişkin Ruminasyon Ölçeği

Wade ve arkadaşları, (2008) tarafından geliştirilen ölçek (39) Oral ve Arslan (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır (40). Ölçek 6 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların artması bireyde kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon düzeyinin de artmasını ifade etmektedir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları orijinal formda olduğu gibi tek faktörlü yapıda olduğunu göstermiştir ($\chi^2/sd=3,82$, $p<.001$, RMSEA=0.096, SRMR=0.04, GFI=0.97, AGFI=0.92, CFI=0.98). Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları 0.48 ile 0.80 arasında değerlere sahip olduğu görülmektedir. Ölçeğin Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısının .88 olarak bulunmuştur. Bu araştırma için Cronbach-alpha iç tutarlık katsayısı .94 olarak elde edilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, romantik ilişki süresi gibi bilgilerini elde edebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Veri Analizi

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli değişkenler arasında var olan ilişkiyi saptamak amacıyla kullanılmaktadır (41). Bu araştırmada genç yetişkin bireylerde sevgi bağımlılığı, travma sonrası bilişler ve ruminasyon arasındaki ilişkilerin

incelenmesi amaçlandığı için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, ANOVA, pearson korelasyon katsayısı ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 2. Betimsel istatistikler

| Ölçek | N | \bar{x} | ss | Skewness (Çarpıklık) | Kurtosis (Basıklık) | Cronbach alfa (α) |
|--|-----|-----------|------|----------------------|---------------------|----------------------------|
| Sevgi Bağımlılığı | 515 | 70.63 | .99 | -.322 | -.175 | .97 |
| Travma Sonrası Bilişler | 515 | 110.07 | 1.98 | .666 | .004 | .97 |
| Kişilerarası Hataya İlişkin Ruminasyon | 515 | 17.18 | .31 | .023 | -.941 | .94 |

Tablo 2 incelendiğinde Sevgi Bağımlılığı Ölçeği, Travma Sonrası Bilişler Ölçeği ve Kişilerarası Hataya İlişkin Ruminasyon Ölçeği Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerleri -1 ile +1 değerleri arasında yer aldığı görülmektedir. Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerlerinin -1 ile +1 arasında yer aldığı için normal dağılım özelliği sağlandığı anlaşılmaktadır (42). Ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .70'in üzerinde olduğunda görülmektedir. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .70'in üzerinde olduğunda ölçme aracının güvenilir olduğu ifade edildiği için (33) ölçeklerim güvenilir olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Sevgi bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre bağımsız örneklem t-testi sonuçları

| | Cinsiyet | n | \bar{x} | ss | t | p | d |
|-------------------|----------|-----|-----------|------|--------|-------|------|
| Sevgi Bağımlılığı | Kadın | 395 | 69.20 | 1.46 | -2.633 | .009* | .029 |
| | Erkek | 120 | 75.36 | 1.94 | | | |

*p<.05, *p<.01

Tablo 3'e göre genç yetişkin bireylerin sevgi bağımlılığı puanı cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır (t513=-2.633, p<.05). Erkek genç yetişkin bireylerin puanları (\bar{x} =75.36), kadın genç yetişkin bireylerin puanlarından (\bar{x} =69.20) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir. Puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğüne bakıldığında ise etki büyüklüğünün (d=.029) düşük düzeyde olduğu bulgusu elde edilmiştir (43).

Tablo 4. Sevgi bağımlılığının romantik ilişki süresi değişkenine göre ANOVA testi sonuçları

| | Romantik İlişki Süresi | n | \bar{x} | ss | F | P | Anlamlı Fark (Tukey) | η^2 |
|-------------------|------------------------|-----|-----------|------|--------|-------|----------------------|----------|
| Sevgi Bağımlılığı | 0-12 ay | 248 | 62.11 | 1.54 | 29.445 | .000* | 2>1 3>1 4>1 2>4 | .027 |
| | 1-2 yıl | 89 | 82.61 | 1.81 | | | | |
| | 2-5 yıl | 70 | 80.34 | 2.13 | | | | |
| | 5 yıl ve üzeri | 108 | 74.05 | 1.59 | | | | |

*p<.05, **p<.01, 1=0-12 ay, 2=1-2 yıl, 3=2-5 yıl, 4=5 yıl ve üzeri

Tablo 5: Değişkenler arasındaki Pearson korelasyon katsayısı sonuçları

| | Sevgi Bağımlılığı |
|--|-------------------|
| Travma Sonrası Bilişler | .198** |
| Kişilerarası Hataya İlişkin Ruminasyon | .180** |

**p<.01

Tablo 4'e göre genç yetişkin bireylerin sevgi bağımlılığı puanları romantik ilişki süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır (F3-511=29.445, p<.05). Varyanslar homojen dağıldığı için yapılan Tukey testi sonucuna göre romantik ilişki süresi 1-2 yıl (\bar{x} =82.61), 2-5 yıl (\bar{x} =80.34), 5 yıl ve üzeri (\bar{x} =74.05) olan genç yetişkin bireylerin puanı, romantik ilişki süresi 0-12 ay (\bar{x} =62.11) olan bireylerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir. Romantik ilişki süresi 1-2 yıl olan genç yetişkinlerin puanları ise (\bar{x} =82.61),

5 yıl ve üzeri olan genç yetişkin bireylerin ($\bar{x}=74.05$) puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir. Puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğüne bakıldığında ise etki büyüklüğünün ($n2=.027$) yüksek düzeyde olduğu bulgusu elde edilmiştir (41).

Tablo 5'e göre genç yetişkin bireylerin sevgi bağımlılığı puanları ile travma sonrası bilişler puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ($r=.198$, $p<.01$) ve kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon puanları ile pozitif yönde düşük düzeyde ($r=.180$, $p<.01$) anlamlı bir ilişki elde edilmiştir.

Tablo 6. Sevgi bağımlılığının yordanmasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizi

| Model | | B | SE | β | T | P | Tolerans | VIF |
|---|-------------------------|--------|-------|---------|--------|---------|----------|-------|
| 1 | Sabit | 60.769 | 2.580 | | 23.550 | .000*** | | |
| | Ruminasyon | .574 | .139 | .180 | 4.135 | .000*** | 1.000 | 1.000 |
| Model 1: $R^2=.032$ | | | | | | | | |
| 2 | Sabit | 57.879 | 2.810 | | 20.598 | .000*** | | |
| | Ruminasyon | .288 | .179 | .090 | 1.614 | .107 | .599 | 1.670 |
| | Travma Sonrası Bilişler | .071 | .028 | .141 | 2.529 | .012* | .599 | 1.670 |
| Model 2: $R^2=.044$ R^2 değişimi=.012 | | | | | | | | |

Durbin-Watson: 1.797, *** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

Model 1: $R=.180$, $R^2=.032$, $\Delta R^2=.030$, $F_{1-513}=17.095$, $p<.001$

Model 2: $R=.210$, $R^2=.044$, $\Delta R^2=.040$, $F_{2-512}=11.835$, $p<.001$

Tablo 6'ya göre yapılan hiyerarşik regresyon analizinde öncelikle, bağımsız değişkenlerin modele ekleme sırası belirlenirken kuramsal temel dikkate alınmıştır (44). Travmatik yaşantılar sonrasında gelişen olumsuz bilişlerin, kişilerarası hataya ilişkin ruminasyonu da içine alan daha geniş ve temel bir bilişsel çarpıtma mekanizmasını temsil etmektedir. Gözlemlenen bu değişim, sevgi bağımlılığı gibi kompleks bir yapının yalnızca kişilerarası süreçlerle değil, daha derin bilişsel şemalarla da şekillendiğini ve özellikle travmatik deneyimlere bağlı olumsuz bilişlerin daha güçlü bir yordayıcı rolü üstlenebilecektir (14). Dolayısıyla sevgi bağımlılığının yordanmasında ruminasyon ve travma sonrası bilişlerin etkisini görebilmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.

Model 1'de kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon toplam puanı, Model 2'de ise travma sonrası bilişler toplam puanı eklenmiştir. Sevgi bağımlılığı ele alındığında, 1. modelde girilen kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon değişkeninin modele katkısının anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir ($R^2=.032$, $p<.001$). Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon sevgi bağımlılığı üzerindeki toplam varyansın %3'ünü açıklamaktadır ($R^2=.032$). Model 2'de travma sonrası bilişler değişkeninin eklenmesi ile .012'lik bir artış ile $R^2=.044$ olarak hesaplanmıştır. Model 2 de kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ve travma sonrası bilişler sevgi bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamaktadır ($R=.210$, $R^2=.044$, $\Delta R^2=.040$, $F_{2-512}=11.835$, $p<.001$). Model 2'de ilgili beta değerlerine bakıldığında kişilerarası hataya ilişkin ruminasyonun sevgi bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı ($\beta=.090$, $p>.05$), travma sonrası bilişlerin ($\beta=.141$, $p<.05$) sevgi bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisini olduğu görülmektedir. Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ve travma sonrası bilişler puanları sevgi bağımlılığı üzerindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır ($R^2=.044$).

Tartışma

Araştırmada elde edilen bulgular, genç yetişkin bireylerde sevgi bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiğini ve erkek bireylerin sevgi bağımlılığı düzeyinin kadın bireylere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Mevcut bulgu literatür ile uyumludur (45). Bu durum, erkeklerin romantik ilişkileri duygusal destek alma noktasında birincil kaynak olarak gördüğünü, buna karşın kadınların sosyal çevrelerinden (arkadaşlar ve aile gibi) daha fazla duygusal destek sağlayabildiğini gösteren önceki araştırmalarla tutarlıdır (46). Ayrıca, Rosenfeld (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, erkeklerin boşanma sonrası depresyon oranlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ve yeniden bir ilişkiye girme ihtimallerinin daha fazla olduğu bulunmuştur.

Bu bulgu, erkeklerin romantik ilişkilerde kadınlara kıyasla daha bağımlı olduğunu ve ayrılık sonrası yaşadıkları duygusal zorlukların daha fazla olduğunu göstermektedir (47). Benzer şekilde, Çetin ve Arslan (2023) tarafından yapılan çalışmada, romantik ilişkilerde adanmışlık, yoksunluk ve takıntı gibi alt boyutlarda erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek bağımlılık düzeyleri sergilediği bulunmuştur (48). Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, erkeklerin sevgi ve romantik ilişkilere bağımlılığının kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu ve bu durumun duygusal destek ihtiyacı, ilişkilere duyulan aşırı ihtiyaç ve ayrılık sonrası yaşanan psikolojik zorluklarla doğrudan ilişkili olduğu söylenebilir.

Araştırmada, romantik ilişki süresinin sevgi bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ve bu bağımlılığın zamanla değişim gösterdiğini göstermektedir. Öncelikle, romantik ilişki süresi 1-2 yıl, 2-5 yıl ve 5 yıl ve üzeri olan bireylerin sevgi bağımlılığının, romantik ilişki süresi 0-12 ay olan bireylere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olması, romantik ilişkilerde bağlanma sürecinin ve duygusal yatırımın zaman içinde arttığını göstermektedir. Bu durum, ilişkinin ilk birkaç ayında bireylerin henüz partnerleriyle güçlü bir bağ geliştirmediklerini, duygusal bağlılığın zamanla derinleştiğini ve sevgi bağımlılığı düzeylerinin ilişki süresi ilerledikçe yükseldiğini düşündürmektedir. Bu sonuç, romantik ilişkilerde partnerlerin birbirleriyle vakit geçirme süreleri arttıkça, ilişkiye yaptıkları yatırım da doğru orantılı olarak arttığı çalışma bulgularıyla uyumludur (49). Diğer yandan, romantik ilişki süresi 1-2 yıl olan bireylerin sevgi bağımlılığının, 5 yıl ve üzeri süredir ilişkisi olan bireylerden anlamlı derecede daha yüksek olması, sevgi bağımlılığının ilişkinin ilk yıllarında zirveye ulaştığını, ancak uzun süreli ilişkilerde bir miktar azalma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Bu durum, ilişkinin başlarında romantik duyguların ve tutkusal bağın (50) daha güçlü olabileceğini düşündürmektedir. Literatür, tutkulu aşkın erken evresinde olan bireylerin öfori, güçlü arzu, tolerans, duygusal ve fiziksel bağımlılık, yoksunluk belirtileri ve nüksetme gibi madde ve davranışsal bağımlılıkların birçok özelliğini sergilediğini ortaya koymaktadır. (51,52) Ancak uzun süreli ilişkilerde bireylerin birbirlerine olan bağlılıklarının daha dengeli hale gelebileceğini düşündürmektedir. Uzun süredir ilişkisi olan bireylerde duygusal bağımlılık azalsa da ilişkinin stabil ve güvenilir bir bağa dönüşme olasılığı artabilir.

Bu iki bulgu birlikte ele alındığında, sevgi bağımlılığının ilişkinin süresiyle birlikte önce arttığı, ancak uzun vadede azalma eğilimi gösterdiği söylenebilir. Romantik ilişkilerde duygusal bağlılık zamanla güçlenirken, belirli bir noktadan sonra ilişkinin doğasının değişmesi, bireylerin partnerleriyle olan bağlarını daha olgun ve dengeli bir hale getirmesiyle sevgi bağımlılığı seviyelerinde düşüş yaşanabilir.

Bu araştırmanın bir diğer bulgusuna göre ise genç yetişkinlerde travma sonrası bilişler ve kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon düzeylerinin artmasının sevgi bağımlılığının artmasına sebep olduğudur. Sevgi bağımlılığında yoğun ve sürekli tekrarlayan düşünceler baskın olup, bireyde obsesif bir zihinsel süreç gözlemlenmektedir (53, 54, 55). Mevcut çalışma ile uyumlu olarak, partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerin romantik ilişki bağlamında ortaya çıkan obsesif kompulsif semptomları olumlu yönde öngördüğü tespit edilmiştir (56). Romantik ilişkilerde ayrılıkla ilgili obsesif düşünceler travma belirtilerini artırabilir (57). Sevgi bağımlılığı olan bireylerde, bu tür obsesif düşünceler çok daha yoğun görülmektedir.

Özellikle travmaya bağlı bilişler, çiftler arasındaki iletişim, bağlılık ve ilişki kalitesini zayıflatabilir (58, 59, 60). Benzer bir çalışmada, çocuklukta (6-12 yaş) baba tarafından terk edilmenin, yetişkinlikte kaygılı, kaçınmacı ve güvensiz bağlanma kalıplarına yol açtığı açıklanmıştır. Terk edilme travması yaşayan bireyler, ilişkilerde aşırı telafi edici davranışlar sergileyerek değersizlik duygusunu bastırmaya çalışmaktadır (61). Kişiler arası travmaya maruz kalan bireylerin romantik bir ilişki içinde olma olasılığının artması da (62) sevgi bağımlılığının temel dinamiklerinden biri olan duygusal boşluk ve yalnızlık hissini doldurma ihtiyacı ile açıklanabilir.

Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon, özellikle kişiler arası hatalar ve geçmiş ilişkiler üzerine odaklanıldığında, sevgi bağımlılığını artıran önemli bir psikolojik faktör olabilir. Boso (2017) sevgi bağımlılığı ölçekleri ile öfke, kaygı, kontrol ihtiyacı, duyguların inkârı, kıskançlık, ruminasyon, mükemmeliyetçilik, utanç ve güvensizlik gibi klinik sorunlar arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur (63). Sevgi bağımlılığına sahip bireyler, ilişkiyi kaybetme korkusu veya partnerlerine karşı duydukları yoğun bağlılık nedeniyle sürekli olarak ilişkilerini ve partnerlerini düşünme eğilimindedir. Bu durumda ruminasyon, bireyin aşırı kaygı ve obsesif düşünceler geliştirmesine yol açarak, sevgi bağımlılığını sürdüren bilişsel bir mekanizma haline gelebilir. Reynaud ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan bir çalışmada, sevgi bağımlılarının beyin aktiviteleri incelenmiş ve

ruminasyon yapan bireylerde, özellikle romantik partnerleriyle ilgili ödül merkezli beyin aktivasyonlarının arttığı bulunmuştur (3). Bu bulgu, sevgi bağımlılığının tıpkı madde bağımlılığında olduğu gibi obsesif düşüncelerle beslendiğini göstermektedir. Benzer şekilde, Fisher ve Brown (2016), romantik aşkın beyin biyolojisini inceledikleri çalışmalarında, sevgi bağımlılarının ruminatif düşüncelere daha yatkın olduklarını ve romantik ilişkileriyle ilgili takıntılı bir şekilde düşündüklerini ortaya koymuştur (4). Bu araştırmalar, sevgi bağımlılığı ve ruminasyon arasındaki yakın ilişkiyi desteklemekte; bireyin ilişkiye dair düşüncelerini sürekli tekrar etmesine ve bu sürecin bir bağımlılık döngüsü haline gelmesine yol açtığını göstermektedir.

Mevcut çalışmada kişilerarası hataya ilişkin ruminasyonun sevgi bağımlılığı üzerinde başlangıçta anlamlı bir yordayıcı olduğunu, ancak travma sonrası bilişlerin modele eklenmesiyle bu anlamlılığını kaybettiğini göstermektedir. Bu durum, kişilerarası hataya ilişkin ruminasyonun sevgi bağımlılığı üzerindeki etkisinin doğrudan olmaktan ziyade travma sonrası olumsuz bilişlerle dolaylı bir biçimde ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Başka bir ifadeyle, travmatik yaşantılar sonrasında gelişen olumsuz bilişlerin, kişilerarası hataya ilişkin ruminasyonu da içine alan daha geniş ve temel bir bilişsel çarpıtma mekanizmasını temsil ettiği söylenebilir. Gözlemlenen bu değişim, sevgi bağımlılığı gibi kompleks bir yapının yalnızca kişilerarası süreçlerle değil, daha derin bilişsel şemalarla da şekillendiğini ve özellikle travmatik deneyimlere bağlı olumsuz bilişlerin daha güçlü bir yordayıcı rolü üstlendiğini ortaya koymaktadır. Travma sonrası olumsuz bilişler, bireylerde değersizlik, güvensizlik ve tehlike algısına yol açarak ilişkilerde bağımlılık ve kendinden ödün verme eğilimini artırabilir (14). Birey kendini yalnız ve değersiz hissettiğinde, var olan bir ilişkiye tutunmak için manipülasyonu tolere etmeye daha yatkın hale gelebilmektedir. Benzer bir çalışmada, sevgi bağımlılığı olan bireyler ilişkide verme hissine (kendini feda etme) ve ilişki gücünde azalmaya daha açık hale gelmekte, bu durum ise travma sonrası gelişen olumsuz bilişlerin romantik ilişki dinamikleri üzerindeki etkisini desteklemektedir (64). Mevcut çalışma bulgusu, sevgi bağımlılığının bilişsel ve duygusal temelinin anlaşılmasında travma sonrası bilişlerin dikkate alınmasının önemine işaret etmektedir.

Bu araştırmanın bulguları, romantik ilişkisi olan genç yetişkin bireylerde sevgi bağımlılığı ile travma sonrası bilişler ve kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon arasındaki ilişkilerin terapötik açıdan dikkate alınması gerektiğini göstermektedir. Özellikle travmatik yaşantılara bağlı gelişen bilişlerin, ilişkilerde bağımlılık eğilimini güçlendirebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Psikolojik danışmanlık sürecinde bu bireylerin travmaya bağlı temel inançlarının çalışılması, yalnızca ruminatif düşünce kalıplarını azaltmakla kalmayıp, ilişkisel bağımlılık dinamiklerinin de daha sağlıklı bir şekilde düzenlenmesine katkı sağlayabilir. Bu doğrultuda, bireysel terapilerde travma odaklı bilişsel yeniden yapılandırma tekniklerinin uygulanması, çift terapilerinde ise şema terapi ve duygu odaklı terapi yaklaşımlarının kullanılması etkili olabilir. Ayrıca, kabul ve kararlılık terapisi (ACT) temelinde geliştirilecek müdahale programlarının, bireylerin ilişki süreçlerinde psikolojik esneklik kazanmalarına destek sağlayabileceği düşünülmektedir. Bulgular, özellikle travma geçirmiş olan bireyler için tasarlanacak ilişki odaklı psikoeğitim ve psikolojik destek programlarına kuramsal bir temel sunarak, müdahale çalışmalarının daha hedefli ve etkili hale getirilmesine katkı sağlayabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları mevcuttur. Çalışma, kullanılan veri toplama araçlarının kapsadığı ölçümler ve bu araçların uygulandığı romantik ilişkisi olan katılımcı grubunun özellikleri ile sınırlıdır. Bu durum, araştırma sonuçlarının daha geniş bir gruba genellenebilirliğini kısıtlayabilir ve ölçülen değişkenler dışında kalan diğer olası etkenlerin gözden kaçmasına neden olabilir. Literatürde sevgi bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Ayrıca mevcut çalışmada travma sonrası bilişler ve kişilerarası hataya yönelik ruminasyonun sevgi bağımlılığını açıklama oranının düşük olmasının nedenleri arasında sevgi bağımlılığının yalnızca travma sonrası bilişler ve ruminasyonla açıklanamayacak kadar karmaşık bir yapı olduğunu düşündürmektedir. Özellikle bireylerin bağımlılık ve ilişki beklentilerine yönelik toplumsal değerler, sevgi bağımlılığı dinamiklerini şekillendirebilirken; sosyoekonomik güçlükler ise ilişkilerde bağımlılığı pekiştiren stres faktörleri olarak işlev görebilir. Bu nedenle, gelecekte yapılacak çalışmaların kültürel ve sosyoekonomik değişkenleri daha kapsamlı şekilde ele alması, elde edilen bulguların genellenebilirliğini ve terapötik müdahalelere yönelik geçerliliğini artırabilir. Bu çalışmanın bir diğer sınırlılığı, elde edilen bulguların tanısallık bir çıkarım sağlamaktan ziyade eğilim düzeyinde değerlendirilmesi gerektiğidir. Sevgi bağımlılığı kavramı, Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayımlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Beşinci Baskı (DSM-5) ile Dünya Sağlık Örgütü'nün Uluslararası Hastalık Sınıflandırması

On Birinci Revizyonu (ICD-11) gibi mevcut resmi tanı sistemlerinde yer almamakta ve sınırlarının aşk, bağlanma ve bağımlılık gibi farklı psikolojik terimlerle uyumlu olması nedeniyle literatürde tartışmalı bir alan olarak değerlendirilmektedir (3,44). Bu nedenle, çalışmanın sonuçlarının klinik uygulamalara doğrudan genellenmesinde dikkatli olunmalı ve ilerleyen araştırmalarda sevgi bağımlılığına ilişkin tanı kriterlerinin daha net tanımlanması hedeflenmesi önerilmektedir.

Kaynaklar

1. Peele S, Brodsky A. Love and addiction. New York, NY: Taplinger Publishing, 1975.
2. Sussman S. Love addiction: definition, etiology, treatment. *Sex Addict Compulsivity* 2010; 17(1): 31–45.
3. Reynaud M, Karila L, Blecha L, Benyamina A. Is love passion an addictive disorder? *Am J Drug Alcohol Abuse* 2010; 36(5): 261–267.
4. Fisher HE, Brown L, Aron A, et al. Reward, addiction, and emotion regulation systems associated with romantic love. *Neuro Endocrinol Lett* 2005; 26(3): 175–192.
5. Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 3. Loss. New York, NY: Basic Books, 1980.
6. Topino E, Cacioppo M, Dell'Amico S, Gori A. Risk factors for love addiction in a sample of young adult students: a multiple mediation model exploring the role of adult attachment, separation anxiety, and defense mechanisms. *Behav Sci (Basel)* 2024; 14(12): 1222.
7. Mikulincer M, Shaver PR. Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change. New York, NY: Guilford Press, 2010.
8. Koob GF, Le Moal M. Drug addiction, dysregulation of reward, and allostasis. *Neuropsychopharmacology* 2001; 24(2): 97–129.
9. Billieux J, Fineberg NA, King DL, Rumpf HJ. Disorders due to addictive behaviors and impulse control disorders. *Curr Opin Psychol* 2024; 60: 101056.
10. Zou Z, Song H, Zhang Y, Zhang X. Romantic love vs. drug addiction may inspire a new treatment for addiction. *Front Psychol* 2016; 7: 1436.
11. Fisher HE. The neuroscience of love and its addiction-like properties. In: Fisher ML, Garcia JR, editors. *Evolution's Empress: Darwinian Perspectives on the Nature of Women*. Oxford: Oxford University Press; 2016. p. 126–145.
12. Gori A, Russo S, Topino E. Love addiction, adult attachment patterns and self-esteem: testing for mediation using path analysis. *J Pers Med* 2023; 13(2): 247.
13. Ehlers A, Clark DM. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behav Res Ther* 2000; 38(4): 319–345.
14. Foa EB, Rothbaum BO. Treating the trauma of rape: cognitive-behavioral therapy for PTSD. New York, NY: Guilford Press, 2001.
15. Janoff-Bulman R, Berger AR. The other side of trauma: towards a psychology of appreciation. In: Harvey JH, Miller ED, editors. *Loss and Trauma*. New York, NY: Routledge, 2021. p. 29–44.
16. Dalgleish T. Cognitive approaches to posttraumatic stress disorder: the evolution of multirepresentational theorizing. *Psychol Bull* 2004; 130(2): 228–260.
17. Gori A, Topino E, Russo S, Griffiths MD. A pilot study on childhood trauma and love addiction: exploring the mediation of unbalanced family functioning. *Psychol Trauma* 2024; 16(2): 100–110.
18. Carone N, Muzi L, Benzi A, et al. The influence of childhood emotional abuse and neglect on love addiction: the indirect effect of vulnerable narcissism among female and male emerging adults. *J Interpers Violence* 2024; 39(1-2): NP1–NP20.
19. Fisher H. Anatomy of love: a natural history of mating, marriage, and why we stray. Rev. ed. New York, NY: WW Norton, 2016.
20. Robinson MS, Alloy LB. Negative cognitive styles and stress-reactive rumination interact to predict depression: a prospective study. *Cognit Ther Res* 2003; 27: 275–291.
21. Zou JB, Abbott MJ. Self-perception and rumination in social anxiety. *Behav Res Ther* 2012; 50(4): 250–257.
22. Nolen-Hoeksema S. The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *J Abnorm Psychol* 2000; 109(3): 504–511.
23. Liu X, Zhou A, Jin Z, et al. Dyadic examination of rumination and depressive symptoms in Chinese heterogeneous young couples: the differential role of gender. *Front Psychiatry* 2025; 15: 1447040.
24. Harrington R, Loffredo DA. Insight, rumination, and self-reflection as predictors of well-being. *J Psychol* 2010; 145(1): 39–57.
25. Carnes P. *The Betrayal Bond: Breaking Free of Exploitive Relationships*. Deerfield Beach, FL: Health Communications, 2019.

26. Muñoz A. Stop Overthinking Your Relationship: Break the Cycle of Anxious Rumination To Nurture Love, Trust, And Connection With Your Partner. Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2022.
27. Bugay-Sökmez A, Manuoğlu E, Coşkun M, Sümer N. Predictors of rumination and co-rumination: the role of attachment dimensions, self-compassion and self-esteem. *Curr Psychol* 2023; 42(6): 4400–4411.
28. Giacobbe C, Maggi G, Borrello L, et al. Psychological and cognitive complaints in individuals with love addiction. *J Affect Disord Rep* 2024; 16: 100785.
29. Within-Person D. Psychological trauma: theory, research, practice, and policy. *Psychol Trauma* 2024; 16(1): 45–52.
30. Salani A, Antonelli P, Salvatori G, et al. Love addiction, emotional dysregulation and attachment bonds: a quantitative study of 344 females. *Sex Health Compulsivity* 2022; 29(3–4): 127–148.
31. Rogier G, Di Marzio F, Presicci C, et al. Love addiction and sexual satisfaction within the attachment perspective: an empirical contribution. *Psychol Sex* 2024; 15(4): 694–709.
32. Bockmann T, Sanches M. Love Addiction. In: Potenza MN, Grant JE, editors. *Behavioral Addictions: Conceptual, Clinical, Assessment, and Treatment Approaches*. Cham: Springer International Publishing; 2022. p. 147–160.
33. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using Multivariate Statistics*. 5th ed. Boston, MA: Pearson, 2013.
34. Faul F, Erdfelder E, Buchner A, Lang AG. Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behav Res Methods*. 2009; 41(4): 1149–1160.
35. Costa S, Barberis N, Griffiths MD, et al. The love addiction inventory: preliminary findings of the development process and psychometric characteristics. *Int J Ment Health Addict* 2021; 19(1): 651–668.
36. Traş Z, Yakıcı HB. Sevgi Bağımlılığı Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bağımlılık Dergisi* 2024; 25(4): 368–383.
37. Foa EB, Ehlers A, Clark DM, et al. The posttraumatic cognitions inventory (PTCI): Development and validation. *Psychol Assess* 1999; 11(3): 303–310.
38. Yağcı-Yetkiner D. Travma Sonrası Bilişler Ölçeği Türkçe Uyarlama ve Üniversite Öğrencileri Üzerinde Geçerlik Güvenirlik Çalışması [Yüksek lisans tezi]. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2010.
39. Wade NG, Vogel DL, Liao KYH, Goldman DB. Measuring state-specific rumination: development of the rumination about an interpersonal offense scale. *J Couns Psychol* 2008; 55(3): 419–426.
40. Oral T, Arslan C. Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 2017; 6(3): 101–107.
41. Büyüköztürk Ş, Akgün ÖE, Demirel F, et al. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi, 2015.
42. Hair JF Jr, Hult GTM, Ringle CM, Sarstedt M. *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. Thousand Oaks, CA: Sage, 2021.
43. Cohen J. *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1988. p. 45–67.
44. Jeong Y, Jung MJ. Application and interpretation of hierarchical multiple regression. *Orthop Nurs* 2016; 35(5): 338–341.
45. Yakıcı HB, Traş Z. Sevgi bağımlılığının çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi. In: Deniz ME, Polat Ü, editors. *X. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi Bildiri Kitabı*. Online: TURKCESS, 2024. p. 423–427.
46. Barden EP, Kumar SA, Sager JC, et al. Posttraumatic stress and posttraumatic growth among female and male veterans: The contribution of romantic relationship and friendship functioning. *J Trauma Stress* 2025; 1-11.
47. Rosenfeld MJ. Who wants the breakup? Gender and breakup in heterosexual couples. In: Alwin DF, Felmlee DH, Kreager DA, editors. *Social Networks and the Life Course: Integrating the Development of Human Lives and Social Relational Networks*. Cham: Springer, 2018. p. 221–243.
48. Çetin H, Arslan K. Romantik ilişkilerde bağımlılık düzeyine etki eden faktörlerin incelenmesi. *Kalemname* 2023; 8(16): 364–376.
49. Muezzin EE, Özer M. Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ile algılanan ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2024; 26(4): 1871–1880.
50. Sternberg RJ. A triangular theory of love. *Psychol Rev* 1986;93(2):119–135.
51. Fisher HE, Xu X, Aron A, Brown LL. Intense, passionate, romantic love: a natural addiction? How the fields that investigate romance and substance abuse can inform each other. *Front Psychol* 2016; 7: 687.
52. Çolakadioğlu O, Yavuz ÇB, Yurtseveroğlu E. Bağımlılığın bileşenleri modeli ile aşk bağımlılığına bakış. *International Journal of Eurasia Social Sciences* 2023; 14(53): 123–140.
53. Fisher HE. The tyranny of love: love addiction – an anthropologist's view. In: Rosenberg KP, Feder LC, editors. *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*. Cambridge, MA: Academic Press, 2014. p. 237–267.

54. Redcay A, Simonetti C. Criteria for love and relationship addiction: distinguishing love addiction from other substance and behavioral addictions. *Sex Addict Compulsivity* 2018;25(1):80–95.
55. Griffin-Shelley E. *Sex and Love: Addiction, Treatment, And Recovery*. Westport, CT: Greenwood Publishing, 1997.
56. Abak E, Güzel HŞ. Ruminatif düşünme stili, beden algısı ve sosyal görünüş kaygısının romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif semptomlarla ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi* 2021; 24(3): 368–382.
57. Field T, Poling S, Mines S, et al. Trauma symptoms following romantic breakups. *J Psychol Clin Psychiatry* 2021; 12(2): 37–42.
58. Marshall EM, Kuijter RG. Weathering the storm? The impact of trauma on romantic relationships. *Curr Opin Psychol* 2017; 13: 54–59.
59. Chaturvedi S, Arya B. Mediating role of self-esteem and trust in the relationship between childhood trauma and romantic attachment in Indian adults. *J Res Health* 2023; 13(5): 313–324.
60. Carone N, Muzi L, Benzi IMA, et al. The influence of childhood emotional abuse and neglect on love addiction: the indirect effect of vulnerable narcissism among female and male emerging adults. *J Interpers Violence* 2024; 1-29.
61. Marcum JS. *Perceived Childhood Paternal Betrayal Trauma: The Impact to Attachment and Interpersonal Relationships as Adults*. [Doctoral dissertation]. Lynchburg, VA: Liberty University Department of Community Care and Counseling, 2024.
62. Smith RL, Dick DM, Amstadter A, et al. A longitudinal study examining the associations between interpersonal trauma and romantic relationships among college students. *Dev Psychopathol* 2023; 35(3): 1346–1357.
63. Boso OA. The phenomenon of love addiction. College of Liberal Arts' Annual Research and Creativity Conference, Poster presentation, 20.04.2017.
64. Wang Y, Li J, Zhang Y, et al. Why are we willing to tolerate manipulation? Love addiction and perceived acceptability of gaslighting: the mediating effects of sense of giving and relationship power. *Front Psychol* 2025; 16: 1525402.

Yazar Katkıları: Tüm yazarlar ICMJE'in bir yazarda bulunmasını önerdiği tüm ölçütleri karşılamışlardır

Etik Onay: Bu çalışma için ilgili Etik Kuruldan etik onay alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir

Author Contributions: All authors met criteria recommended by ICMJE for being an author

Ethical Approval: Ethical approval was obtained for this study from relevant Ethics Committee.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The authors have declared that there is no conflict of interest.

Financial Disclosure: Authors declared no financial support.