

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE YAŞANAN ÇATIŞMALAR,
BAĞLANMA STİLLERİ VE PROBLEM ÇÖZME
BECERİLERİNİN EVLİLİK DOYUMU AÇISINDAN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Yağmur TAŞ

İstanbul, 2016

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE YAŞANAN ÇATIŞMALAR,
BAĞLANMA STİLLERİ VE PROBLEM ÇÖZME
BECERİLERİNİN EVLİLİK DOYUMU AÇISINDAN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Yağmur TAŞ

Öğrenci No:

140790066

Danışman:

Yrd. Doç. Dr. Hüseyin EBADİ

İstanbul, 2016

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum **“Evli Bireylerde yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi”** başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

YAĞMUR TAŞ

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

22/..9/..2016

Enstitümüz **Psikoloji** Anabilim Dalı **Klinik Psikoloji** Programı yüksek lisans öğrencilerinden **140790066** numaralı **Yağmur TAŞ**'nin "**Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği**"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**Evli Bireylerde Yaşanan Çatışmalar, Bağlanma Stilleri ve Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu Açısından İncelenmesi**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 06.09.2016 tarih ve 2016/35 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (..5) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında **oyçokluğu/oybirliği** ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN

Yrd. Doç. Dr. Hüseyin EBADİ
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE

Yrd. Doç. Dr. Filiz SÜKRÜ GÜRBÜZ
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE

Yrd. Doç. Dr. Melek ASTAR
(Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi)

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesinde bana yardımcı olan ve yol gösteren değerli danışmanım Yrd. Doç. Dr. Hüseyin Ebadi'ye,

Dosttan öte benim kardeşim olan, varlığına her zaman inandığım ve güvendiğim, tez çalışmamda büyük yardımları olan arkadaşım Zeynep Kara'ya,

Bu süreçte benden yardımlarını esirgemeyen ve benim her zaman yanımda olan canım arkadaşlarım; Gamze Gacomer, Nida Şebnem Altun, Özge Okumuş, Betül Önal'a,

Verdiği destek ve yardımlarından dolayı Eda Özlem Ünal'a,

Tez aşamasında bana ayırdığı zaman ve sağladığı destek için Emrehan Eser'e,

Hayatımın her anında benim yanımda olan, beni hiç yalnız bırakmayan, liseden bu yana bugünlere gelmemde çok büyük emeği olan ve elimi hiç bırakmayan Oğuzhan Gül'e,

Benim için her şeye katlanan, her zaman yanımda olan ve değer biçilemeyen dünyanın en güzel ailesi Babam Ahmet Taş, Annem Ayşe Taş ve Kardeşim Atakan Taş' a sonsuz teşekkürler...

YAĞMUR TAŞ

Adı ve Soyadı : Yağmur TAŞ
Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Hüseyin EBADİ
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2016
Alanı : Klinik Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Evlilik, Evlilik Doyumu, Bağlanma Stili, Evlilik Çatışması, Problem Çözme Becerileri

ÖZET

EVLİ BİREYLERDE YAŞANAN ÇATIŞMALAR, BAĞLANMA STİLLERİ VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN EVLİLİK DOYUMU AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu araştırma evli bireylerde yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir. Bunun yanı sıra evlilik doyumu bazı sosyo-demografik değişkenler(yaş, cinsiyet, çocuk sayısı, evlilik süresi, evlenme biçimi, gelir düzeyi, eğitim düzeyi, çalışma durumu) açısından incelenmiştir.

Araştırmaya İstanbul ilinde yaşayan, gönüllülük esasına dayalı, rastlantısal olarak seçilen 170 evli birey katılmıştır. Araştırmada veri toplama amacıyla; “Kişisel Bilgi Formu”, evlilik çatışmasını ölçmek amacıyla “Evlilik Çatışma Ölçeği”, bağlanma stillerini ölçmek amacıyla “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri”, problem çözme becerilerini ölçmek için “Problem Çözme Envanteri” ve evlilik doyumunu ölçmek amacıyla “Evlilik Yaşam Ölçeği” kullanılmıştır.

Yapılan değerlendirme ve analizler sonucuna göre; evli bireylerde çatışma düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinin düşmekte olduğu; kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinin düşmekte olduğu; kaçınmalı bağlanma düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinin düşmekte olduğu ve evli bireylerin problem çözme becerileri konusunda kendilerini yetersiz hissetme düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinin düşmekte olduğu; tespit edilmiştir. Evlilik doyumu sosyo-demografik değişkenler açısından incelendiğinde ise; evlenme biçimi ile

evlilik doyumu arasında anlamlı bir fark olduğu görölmüştür. Yani evli bireylerin flört ederek(anlaşarak) evlilikten aldıkları doyum, görücü usulü evlenen bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırmanın diğ er değ işkenleri olan yaş, cinsiyet, çocuk sayısı, gelir düzeyi ve çalışma durumu gibi sosyo-demografik özelliklere göre anlamlı sonuçlar elde edilememiştir.

Sonuç olarak bulgular; evlilik çatışması, bağlanma stilleri ve problem çözme becerileri evlilik doyumu ile ilişkili olduklarını göstermiştir. Kuram ve uygulamaları destekleyen bu bilgiler literatür ışığında tartışılacaktır.



Name and Surname : Yağmur TAŞ
Adviser : Asst. Prof. Dr Hüseyin EBADİ
Type and Date : Post Graduate, 2016
Field : Clinical Psychology
Key Words : Marriage, Marital Satisfaction, Attachment Style, marital conflict, problem-solving skills

ABSTRACT

EXAMINATION OF MARRIED INDIVIDUALS' EXISTED CONFLICTS, ATTACHMENT STYLES AND PROBLEM SOLVING ABILITIES WITH MARRIAGE SATISFACTION

This study's aim is to reveal examine married individuals' existed conflicts, attachment styles and problem solving abilities with marriage satisfaction. Besides, the effects of some socio-demographic variables such as age, sex, children number, marriage duration, marriage styles, income level, education level, employment status on marriage satisfaction are examined.

170 married individuals who are living in İstanbul is participated to the research that based on voluntariness and random sampling. Also, "Personel Information Form" to collect data, "Marriage Conflict Scale" to evaluate marriage conflict, "Experience Inventory in Close Relations" to attachment styles, "Problem Solving Inventory" to evaluate problem solving abilities, and "Marriage Life Scale" to evaluate marriage satisfaction are used.

According to analysis and examination, it is found out that as conflict levels increase in married individuals, their marriage satisfaction levels decrease; as their anxious attachment levels increase, their marriage satisfaction levels decrease; as their avoidant attachment levels increase, their marriage satisfaction levels decrease; and as married individuals' self-inadequate perception levels about problem solving abilities increase, their marriage satisfaction levels decrease. When marriage satisfaction is examined by socio-demographic variables, it is seen that there is a

meaningful difference between marriage style and marriage satisfaction. Thus, married individuals who decide their marriage concurrently have higher level of marriage satisfaction than who had arranged marriage. There was no meaningful results for socio-demographic variables that take a part in the research, such as individuals' age, sex, children number, income level and employment status.

As a result, findings show that marriage satisfaction is related to marriage conflict, attachment styles and problem solving abilities. These data that support hypothesis and applications will be examined through the literature.



İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

ÖZET	i
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR	x

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.GİRİŞ	1
1.1.PROBLEM.....	5
1.1.1.Alt Problemler.....	5
1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI:.....	5
1.3.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ:.....	6
1.4.SAYILTIAR:	6
1.5.SINIRLILIKLAR:.....	6
1.6.TANIMLAR	7

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.EVLİLİK.....	8
2.1.1.Evliliğin Tanımı:	8
2.1.2.Sağlıklı ve Sağlıksız Evlilik:	10
2.1.3.Evlilik Ve Aile Kavramı:	11
2.2.EVLİLİKTE ÇATIŞMA	12
2.2.1.İletişim Çatışmaları	17

2.3.BAĞLANMA STİLLERİ:	20
2.3.1.Bağlanmanın üç boyutu:	22
2.3.2.Yetişkinlerde dörtlü bağlanma modeli:	24
2.4.PROBLEM ÇÖZME.....	25
2.5.EVLİLİK DOYUMU	29

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	33
3.2.EVREN ve ÖRNEKLEM	33
3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	33
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu	33
3.3.2.Evlilik Çatışması Ölçeği	34
3.3.3.Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri	34
3.3.4. Problem Çözme Envanteri	34
3.3.5. Evlilik Yaşam Ölçeği	35
3.4.VERİLERİN ANALİZİ	35

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

BULGULAR.....	37
---------------	----

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, YORUM VE ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA	51
5.1.1.Evli bireylerde evlilik çatışması ile evlilik doyumu arasındaki bulgu sonuçlarının tartışılması.....	52
5.1.2.Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri İle Evlilik Doyumu arasındaki bulgu sonuçlarının tartışılması	53

5.1.3.Evli Bireylerde Problem Çözme Becerileri İle Evlilik Doyumu Arasındaki Bulgu Sonuçlarının Tartışılması	55
5.1.4.Evlilik Doyumu İle Bazı Demografik Değişkenler Arasında Bulgu Sonuçlarının Tartışılması.....	56
5.2.ÖNERİLER.....	59
KAYNAKÇA	61
EKLER.....	72
EK-1 Kişisel bilgi formu	72
EK-2 Evlilik Çatışma Ölçeği	74
EK-3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri	80
EK-4 Problem Çözme Envanteri.....	83
EK-5 Evlilik Yaşam Ölçeği	87

TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa No:

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Evli Bireylerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı.....	37
Tablo 4.2: Evli Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı.....	38
Tablo 4.3: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı.....	39
Tablo 4.4: Evli Bireylerin Problem Çözme Envanterinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı.....	39
Tablo 4.5: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Ölçeğinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı.....	39
Tablo 4.6: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Ölçeği Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	40
Tablo 4.7: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stilleri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	40
Tablo 4.8: Evli Bireylerin Kaçınmalı Bağlanma Stilleri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	41
Tablo 4.9: Evli Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	41
Tablo 4.10: Evli Bireylerin Problem Çözme Envanteri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	42
Tablo 4.11: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	42
Tablo 4.12: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	43
Tablo 4.13: Evli Bireylerin Kaçınmalı Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	44
Tablo 4.14: Evli Bireylerin Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	44

Tablo 4.15: Evli Bireylerin Problem Çözme Becerisi Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	45
Tablo 4.16: Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	45
Tablo 4.17: Evli Bireylerin Yaşları ile Evlilik Yaşam Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	46
Tablo 4.18: Evli Bireylerin Çocuk Sayısı İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	46
Tablo 4.19: Evli Bireylerin Evlilik Biçimlerine Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	47
Tablo 4.20: Evli Bireylerin Evlilik Süreleri ile Evlilik Yaşam Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	48
Tablo 4.21: Evli Bireylerin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadıklarına Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	48
Tablo 4.22: Evli Bireylerin Eğitim Düzeyleri İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	49
Tablo 4.23: Evli Bireylerin Gelir Düzeyleri İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	49

KISALTMALAR

KBF: Kişisel Bilgi Formu

EÇÖ: Evlilik Çatışma Ölçeği

YİYE: Yakın ilişkilerde Yaşantılar Envanteri

PÇE: Problem Çözme Envanteri

EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.GİRİŞ

Evlilik insanın hayatında verebileceği en önemli karar, atabileceği en büyük adımdır. Atılan bu adım ben olmaktan çıkıp, biz olmaya geçişin başlangıcıdır. İnsanlar evlilik kararını verirken belki de hayatları boyunca atabilecekleri en önemli imzayı atarlar. Bu imza atılırken çiftlerin birbirini çok iyi tanınması ve birbirleriyle bir ömür geçireceklerinden emin olmaları gerekir. Aksi takdirde bu imza mutluluğun değil, çatışmanın başlangıcı olur.

İki farklı cinsin arasındaki ilişkinin toplumsal, ekonomik, tensel ve meşru yönlerini içeren evlilik; iki insanın yaşamlarını sürdürmek için birlikte olduğu, kişilerin birbirine bağlılığının üst düzeyde olduğu, tüm insanları kapsayan bir süreçtir (Demiray, 2006).

Toplumun en önemli yapı taşlarından biri olarak adlandırılan ailenin ortaya çıkışında evliliğin önemi de her geçen gün artmaktadır. Evlilik kavramı bireylerin gelişmesinde doğrudan etkin olan ve bir zaman sonucunda ortaya çıkan yapıdır. Evlilik kişinin gereksinimlerini karşılayabileceği en natürel ilişki şeklidir. İçinde bulunulan evliliğin maddi manevi tatmin oluşturması, bireylerin üstlerine düşen sorumluluğu yerine getirmesi ve bulunduğu ortama entegre olup, faydalı bir kişi olmasında oldukça önemli bir rol oynamaktadır (Çelik M., 2006).

Evlilik kavramının sosyal bir bütünlük oluşturmasının yanı sıra kişisel faydaları da bulunmaktadır. Evliliğin lüzumu ve sebepleri akla getirildiğinde iki bireyin toplumsal, ruhsal, fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamayı amaçladığı ortaya çıkmaktadır. Fizyolojik olarak; cinsel yönden tatmin, toplumsal gereksinim olarak;

karşılıklı itimat, birliktelik duygusunda olmak, ruhsal olarak ise; karşılıklı sevgi gösterisi evliliğin en temel fonksiyonudur (Çağ, 2011).

Evlilik kavramı toplum bilimlerinin farklı kollarında fazlaca irdelenmektedir. Üzerinde en çok durulan konulardan biri de evlilik doyumdur. Bütün evrende ayrılma oranları ve evlilikte yaşanan problemler sebebiyle ruhsal anlamda destek almak isteyen kişi sayısının giderek artması sebebiyle araştırmacılar evlilik doyumu ile ayrıntılı olarak çalışmalarını sürdürmektedirler (Civan, 2011).

Çiftlerin birbirleriyle olan ilişkileri, uyumları aile yaşantısının en önemli unsurunu oluşturmaktadır. Çiftler aynı yuva içinde bulunurlar ve evliliklerinde yapılacaklar konusunda birlikte söz sahibi olurlar. Bununla birlikte eşler arasında birtakım sebeplerden dolayı anlaşmazlıklar yaşanabilmektedir. Çiftlerin birbirleriyle olan etkileşimin yeterli düzeyde olmaması, hislerin geri plana atılması, problemlerin çözülmemesi olarak anlam kazanır. Bu durumda sağlıklı olmayan bir aile yaşantısını beraberinde getirmektedir (Demiray, 2006).

Evlilik sürecinde eş seçimini doğru yapmanın yanı sıra çiftlerin evlilikten neler umut ettikleri ve evliliği nasıl tanımladıkları da büyük önem taşımaktadır. Çünkü çiftler arasında uyumun en önemli belirleyicisi, evlilikten ne beklendiğidir. Çiftlerin evlilikten beklentilerinin gerçekçiliği ve bu beklentilerin birbiriyle uyuşması evlilikteki uyumun niteliğini belirler. Eşlerin birbirlerinden beklentileri ne kadar örtüşürse uyum da o kadar kolay olur (Tarhan, 2015a).

Evlilik doyumu, kişinin evlilikten umduklarının gerçekleşmesiyle ilgili algısıdır. Evliliğinde tatmin sağlayan kişi, evlilikten umdukları gerçekleştirmiş, hayatında huzurlu olan, ilişkiden ruhsal ve biyolojik olarak olumlu etkilenmiş kişidir. Bu ilişkilerde evli kişilerin beraberken yaşadıkları huzursuzlukların seviyesi, yaşadıkları mutluluktan fazla olması evlilik kalitesinin azalmasına ve sonucunda evliliğin sona ermesine neden olabilir (Çulha, 2015).

Evlilikte problemler oluşmasında çiftlerin birbirleriyle olan ilişkilerinin niteliği son derece önemlidir. Çiftler evliliklerinde çatışma çözmede, toplumsal destek sağlamada, kendilerini eşlerinin yerine koymada, birbirleriyle iletişim halinde

olmada, maddi açıdan yeterli düzeyde olamama durumunda, engellerle mücadele etmede yeterince güçlü değillerse evlilikleri huzursuz bir hale gelebilmektedir. Bunun sonucunda kişilerin evlilikten sosyal ve bireysel faydalar sağlayabilmesi olanaksızdır (Çağ, 2011).

Evlilik sürecinde çatışmaların olması son derece normal ve kaçınılmaz bir durumdur. Evlilik hayatında çiftlerin evliliklerini olumsuz yönde etkileyen çatışmaların var olması değil, tartışma sırasında problemin ana kaynağı üzerinde durmamak, intikam, tutku, saldırı gibi negatif davranışlar ortaya koyma, çatışmalardan olumlu sonuçlar elde edilememesi gibi durumlardır. Eşlerin bu sorunların üstesinden gelebilmek için problem çözme stratejileri geliştirmeleri, ilerleyen yıllarda ilişkinin sağlığı açısından büyük oranda önem taşımaktadır (Canel, 2011).

Evlilik doyumu yalnızca çiftlerin düşünme biçimlerinden ya da bilişlerinden etkilenmemektedir. Problem çözebilme yeteneği olan ve oluşan problemleri ortadan kaldırabilen çiftlerin evliliklerinden sağladıkları tatmin de büyük bir pay sahibidir. Bu sebeple evlilikte bilişin, evlilik doyumu ile olan etkileşimi incelenirken, değerlendirilen başka bir konu ise problem çözme becerileri olmuştur (Güven ve Sevim, 2007).

Evlilik doyumunda ön plana çıkan konulardan biri de evlilikte yaşanan sorunları çözme becerisidir. Evlilik hayatı boyunca çatışmanın yaşanmaması neredeyse imkânsız olmakla birlikte doğru problem çözme yöntemlerinin kullanılması ilişki adına olumlu neticeler ortaya çıkarmaktadır (Hünler ve Gençöz, 2003).

Bireyler arası problem çözme; kişinin kurduğu ilişkilerde içinde bulunduğu pozisyon ile bulunmak istediği pozisyon arasındaki ayrımın anlaşıldığı ve bunun sebep olduğu huzursuzluğu gidermeye yönelik uğraşları barındıran bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak adlandırılabilir (Çam ve Tümkeya, 2007).

Evlilik, bireylerin yaşamındaki en önemli ilişki olarak görülmektedir. Evlilik kimi bireyler için sevinç ve tatmin sağlarken, kimi bireyler için ise birtakım

problemler oluşturmaktadır. Sağlıksız, huzursuz bir evliliğin içinde olmak kişiye hayat tatmini, öz saygı ve sağlıklı olma konusunda olumsuz etki eder. Evlilik doyumu eşlerden her birisi için ayrı seviyelerde, evliliği iyi veya kötü olarak etkileyecek önemli bir etken olduğu söylenebilir (Taşköprü, 2013).

Evlilik doyumunu etkileyen bir diğer değişken ise bağlanma stilleridir. Shaver ve Hazan, (1987) Bowlby' nin bağlanma kuramına dayanarak kişinin ilerleyen yaşlarındaki duygusal bağın tanımlanabileceğini iddia etmişlerdir. Hazan ve Shaver'e göre kişiler küçük yaşlarda anne ve babalarına duydukları bağlanmanın aynısını ilerleyen yaşlarda ilişki içinde oldukları eşlerine duyarlar. Araştırmacılar iki çeşit bağlanma modelinden bahsetmektedirler. Bebeğin hislerine, gereksinimlerine karşı hassas davranan ve gereksinimlere doğru zamanda müdahale eden anne babaya karşı ortaya çıkan model güvenli bağlanma modelidir. Güvensiz olan bağlanma ise bunun zıttı durumlarda geliştirilen bağlanma biçimidir (Sığırcı, 2010).

Bağlanma kuramı baz alınarak yapılan araştırmalarda eşler arasında kurulan yakın bağlar ve geçmişte yaşananlar ile evlilik doyumu konusuna yoğunlaşmıştır. Araştırmalarda küçük yaşlarda geliştirilen bağlanma stilleri ilişki doyumunu etkileyen en önemli faktör olarak düşünülmüştür (Sarı, 2012).

Evlilik ve çift danışmanlığında kişilerin bağlanma becerilerini ve beklentilerini ortaya çıkarmak doyumsuzlukla ilgili olan çatışma davranışlarının ortaya çıkmasında büyük önem taşımaktadır (Çetin, 2010).

Bu araştırmada evlilikte yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Literatüre bakıldığında evlilik doyumu ile ilgili son yıllarda araştırmaların arttığı görülmektedir. Ancak bu üç kavramın aynı anda evlilik doyumu üzerinde etkisini araştıran ilk araştırmadır. Ayrıca bazı değişkenlerle evlilik doyumu arasında ilişkiler üzerinde durulacaktır. Bu araştırma sayesinde evlilik kuramı daha kapsamlı bir şekilde ele alınacak, evlilikte yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama da temel kavramlar olduğu vurgulanacaktır.

1.1.PROBLEM

Evlilikte yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Hipotezi:

-Evlilik çatışması, bağlanma stilleri ve problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.1.1.Alt Problemler

- 1- Evlilik çatışması ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2- Bağlanma stilleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3-Kaygılı bağlanma stili ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 4- Kaçınan bağlanma stili ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 5- Problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 6- Evlilikte yaşanan çatışmaların evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?
- 7- Bağlanma stillerinin evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?
- 8- Kaygılı bağlanma stilinin evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?
- 9- Kaçınan bağlanma stilinin evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?
- 10- Problem çözme becerilerinin evlilik doyumu üzerinde etkisi var mıdır?
- 11- Bireylerin evlilik doyumu cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, evlilik süresi, evlenme biçimi, çalışma durumu, eğitim düzeyi ve gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

1.2.Araştırmanın Amacı:

Yapılan bu araştırmada; evli bireylerde evlilik çatışması, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Aynı zamanda araştırmanın bir diğer amacı ise; evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, gelir düzeyi, çalışma durumu, evlilik süresi, eğitim düzeyi, evlenme biçimi) farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

1.3.Araştırmanın Önemi:

Bu araştırmanın konusu olan evlilikte yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumuna etkisi olup olmadığını araştıran çok fazla kaynak bulunmamaktadır. Evlilik doyumu psikolojide son dönemde çok fazla araştırılan bir konu haline gelmiştir. Ancak evlilik doyumunun, evlilik çatışması, bağlanma stili ve problem çözme becerilerine etkisini ayrıntılı bir biçimde inceleyen tek araştırma olmasıyla önem taşımaktadır. Özellikle problem çözme becerileri, daha çok ergenlerde araştırılan bir konu olup evli çiftlerde problem çözme becerilerinin evlilik doyumuna etkisini inceleyen araştırma yok denecek kadar azdır. Oysa ki yakın ilişkilerde ister istemez anlaşmazlık ve çatışmalar yaşanabilmektedir. Bu çatışmaların çözümünde ve kişilerin evliliklerinden doyum sağlamalarında problem çözme becerilerinin önemi büyüktür. Aynı zamanda bağlanma stilleri sağlıklı bir evliliğin sürdürülmesinde eşlerin birbirine olan bağlılığı, evlilikten sağlanan doyumun temelini oluşturmaktadır. Elde edilen bulguların evlilik doyumu ile ilgili yapılacak araştırmalara önemli ölçüde katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

1.4.Sayıtlar:

Araştırmaya katılan katılımcıların kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Çatışması Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Problem Çözme Envanteri ve Evlilik Yaşam Ölçeğini içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

Araştırmanın örneklemini evreni temsil edecek niteliktedir.

1.5.Sınırlılıklar:

- Bu araştırma İstanbul ilinin farklı ilçelerinde rastlantısal olarak seçilmiş araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerle sınırlıdır.
- Bu araştırmaya bireylerin çift olarak katılma zorunluluğu olmayıp, bağımsız olarak seçilen 170 evli birey ile sınırlıdır.

- Araştırma grubunun eğitim düzeyi en az ilköğretim olan ve okuma yazma bilen kişilerle sınırlıdır.
- Bu araştırma Evlilik Çatışma Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Problem Çözme Envanteri ve Evlilik Yaşam Ölçeğinin ölçtüğü değerler ile sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Evlilik Çatışması: Çiftler arasındaki çatışma; eşler arasındaki sözel ve fiziksel saldırganlığı tanımlar (Erbek ve ark.,2005).

Bağlanma Kuramı: Bowlby'e göre kişilerin diğer insanlarla kurdukları kuvvetli, romantik bağlar ve bu bağları kurma eğilimlerinin sebeplerini ortaya koyan bir kuramdır (Sümer ve Güngör, 1999).

Problem Çözme: Ailelerin yaşadıkları problemlerin üstesinden gelebilme, karşılaştıkları zorluklarla başa çıkabilme potansiyelini ifade etmektedir (Demir, 2003).

Evlilik Doyumu: Eşlerin karşılıklı isteklerinin tatmin edilme derecesi olarak tanımlanır (Güngör, 2007).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE KAPSAMINDA ELE ALINAN ARAŞTIRMALAR

2.1.EVLİLİK

2.1.1.Evliliğin Tanımı:

Evlilik tarih boyunca süregelen, insanları diğer canlılardan ayıran sosyal bir kurumdur. İnsanların aile kurma yolunda attıkları en önemli adımdır. İnsanlar bu önemli adımı atarken birbirlerine olan sevgilerinden ve bağlılıklarından emin olmaları gerekir. Temeli sağlam kurulan bir evlilik gelecekte sağlam bir ailenin de temelini oluşturacaktır. Bu açıdan evlilik her anı çok önemli olan, uzun ve sancılı bir süreçtir. Çiftler tüm bu süreçleri başarılı bir şekilde atlattırlarsa nikah günü attıkları imza onları üzüntü ve çatışmaya değil mutluluğa götürür. Bununla birlikte toplumun en temel yapı taşı olan aile depreme dayanıklı bir bina gibi sarsılmaz ve yıkılmaz olur. Evlilik ile ilgili tarih boyunca çeşitli tanımlar yapılmıştır.

Bacanlı (2001) evliliği, insan neslinin sürekliliğini sağlayan toplumsal bir yapı olarak tanımlamıştır. İnsanlar bu sayede türünün devamlılığını kesin olarak sürdürmeye çalışmıştır. Ayrıca evlilik insanın daha muntazam yaşamasını ve beraberinde toplumsal kurallara uymasını mecburi kılan bir kurumdur.

Evlenme ile iki farklı cins arasında oluşan özel ilişki şekline evlilik beraberliği denmektedir. Bu ilişkilerde ilerlemesi devam eden problemle başa çıkma reaksiyonu eşlerin birbirlerine olan bağını güçlendirir. Kısacası tensel birleşmeden karmaşık bir birleşmeye kadar oluşturabilecekleri her türlü beraberlik karşılıklı itimata ve iletişime dayanır (Özügürlü, 2013).

Evlilik, kadın ve erkek arasında insan neslinin devam etmesi amacıyla kurulan cinsel birlikteliğe izin veren bir bağdır. Evlenme ile birlikte ailenin en temel

yapı taşı oluşmakta ve bunun yanı sıra oluşan yapıdaki birçok fonksiyonun gerçekleştirilebilmesinin yasal olarak onayı da oluşmaktadır (SEKAM, 2010).

Evlilik ve aile kavramları kıyaslandığında, evlilik kavramının daha belirgin olduğu gözlenmiştir. Aile bir topluluk, evlilik ise iki farklı cinsin bir arada hayatlarını sürdürdükleri, anılarını paylaşmak, çocuk sahibi olmak ve büyütmek gibi gayelerle attıkları bir adımdır. Evlilik iki farklı cinsi eş olarak birbirine bağlayan, dünyaya gelecek çocuklara bir nitelik kazandıran, sosyal açıdan devletin üzerinde söz sahibi olduğu legal bir ilişki şeklidir (Özgüven, 2014).

Evlilik birbirini tanımayan iki insanın ayrı kültürlerle, iki farklı aile hikâyesiyle bir araya geldikleri ve kişilerin kendilerini yeniden tarifledikleri bir yapıdır. Bu yapıda bireylerin birbirleriyle sorunsuz ve dengeli bir ilişki kurmaları öngörülür. Fakat doğuştan beri farklı aile yaşantıları olan bireylerin beraberliği dönem dönem sekteye uğrayabilmektedir (Ateş, 2015).

Baltaş ve Baltaş'a (1988) göre evlilik, eski deneyimleri, yetiştikleri aile ortamı, eğitim ve tahsilleri farklılık gösteren kişilerin yaşamlarını bir arada sürdürmeye karar vermesidir. Evlilikte çiftlerin birbirlerine ruhsal, fiziksel, ekonomik açıdan uyum sağlaması gerekmektedir. Bunun yanında eşler birbirlerinin aile ortamını paylaşacak, çocuk yetiştirecek, arkadaş edinecek bunun gibi birçok konuda anlaşmak mecburiyetinde kalacaktır.

Evlilik sadece birkaç alan ile sınırlı kalmamıştır. Aynı zamanda sosyoloji, felsefe, tıp, hukuk, tarih gibi birçok alana da konu olmuştur. Evlilikle iç içe olan her alan evliliğin farklı bir noktasını ele almıştır. Bununla birlikte evlilik için birkaç tanım yapmak pek mümkün olmamaktadır.

Tarih boyunca evliliğe verilen anlam değişikliğe uğramıştır. Evlilik kavramı kültürden kültüre değişiklik gösterdiği için yalnızca bir tanımdan söz etmek mümkün değildir. Evliliğin kültürel boyutu işin aslını algılamakta oldukça önemlidir. Evlilik iki farklı cinsin belirli gayeler çerçevesinde bir araya gelmesidir. Kişilerin yalnızken gösterdikleri davranış ile bir aradayken gösterdikleri davranışlar birbirinden farklıdır. Bunun sebebi kadın ve erkeğin ortak bir paydada buluşmasıdır. Bunun

başarılabilmesi için olması gereken iki olgu hormonlar ve kültürlerdir (Tarhan, 2015b).

2.1.2.Sağlıklı ve Sağlıksız Evlilik:

Kişinin gelişiminde yetiştiği aile oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Kişiler en mühim ilişkilerini aile bireyleriyle kurmaktadır. Bu nedenle aile kişinin yaşamında oldukça etkindir. Bireyler yaşadıkları sosyal çevreden evlilik hakkında bazı çıkarımlarda bulunsalar da aile yaşantısından gözlemleyerek ve taklit ederek edinilen bilgi en etkili öğrenme biçimidir (Kahraman, 2011).

Sağlıklı bir ailede yetişmek kişinin hayatında mutlu huzurlu ilişkiler oluşturmasını yani daha sağlıklı bir evlilik yapma ihtimalini arttırmaktadır (Çavuşoğlu, 2007).

Sağlıklı evlilik etkenleri içinde en öne çıkan özellikler çatışma çözme becerileri, eşler arasındaki duygusal bağın düzeyi ve temel gereksinimleri giderme düzeyidir. Yapılan çalışmalar sağlıklı ve huzurlu evliliklerde çatışma düzeyinin düşüklüğü üzerinde durmaktadır (Kahraman, 2011).

Sağlıklı ailelerde çok nadir çatışma ve anlaşmazlıklar ortaya çıkabilmektedir. Aile fertleri ruhsal yönden sağlıklıdır ve her birey kurulan iletişimden dolayı mutludur. Sağlıklı aileler sıkıntı yaratabilen durumlara karşı problemleri daha kolay şekilde çözebilmekte, yaşanan gelişimsel değişikliklere daha kolay adapte olabilmektedir. Sağlıklı ailelerde erişkinler daha cana yakın, sevecen sorumluluklarını bilen, kendi ile barışık, yaratıcı olma gibi özellikler taşımaktadırlar (Kublay, 2013).

Sağlıklı ailelerde problem oluşması ve çatışma çıkması durumunda kişiler bu durumun üstesinden gelebilmek için ortak hareket ederler. Sağlıksız ailelerde ise kişiler arası iletişim yetersiz, aile fertlerinin birbirleriyle olan etkileşimleri zayıftır. Bu ailelerde kişiler birbirlerine bağlılık hissetmezler, birbirlerine karşı negatif duygular içinde olurlar ve bu şekilde davranış sergilerler (Alacahan, 2010).

Fonksiyonel olan ailenin ‘‘sağlıklı’’, fonksiyonel olmayan ailenin de ‘‘sağlıksız’’ olduğu öngörülmektedir. Sağlıklı evliliklerde ilişkiler daha kaliteli olmakta ve ortaya çıkan problemler pozitif iletişim ve elbirliğiyle çözülebilmektedir (Karaman, 2013).

2.1.3.Evlilik Ve Aile Kavramı:

Aile; iki farklı cinsin ilişkisini evlilik ile birleştirdiği aynı soydan gelen ve buna bağlı olarak birbirlerine yakın olan bireylerin oluşturduğu insan topluluğudur. Fakat aile kurumu cinsellik ve kan bağının dışında toplumsal ve hukuki kısıtlamaların da tesiri altındadır (Tan, 1979).

Aile geleneksel toplumlarda idare, din, ekonomi, eğitim gibi önemli müesseselerin birtakım fonksiyonlarını üstlenen en önemli yapıdır. Bu yapı modern zamanda akrabalar dışarıda bırakılarak gittikçe küçülmüştür. Yani aile zaman içinde birtakım değişikliklere uğramıştır (Balaman, 2002). Ancak bireylerin çocuk sahibi olma ve bu çocukların çeşitli gelişim evrelerinde temel gereksinimlerini sağlama, bakımını üstlenme, topluma kazandırma, toplum içinde uymak zorunda oldukları davranış kurallarının eğitimi ve bireylerin kendilerini tanıması yönünde aile; temel görevlerini titizlikle devam ettirmektedir (Kır, 2011).

Evlilik ve aile kavramlarının anlamları aynı gözükse de, evlilik ve aile terimleri birbirinden farklıdır. Aile bireylerin meydana getirdiği topluluk, evlilik ise kadın ve erkeğin aralarında yaptıkları anlaşmadır. Bu anlaşma; hayatı paylaşmak, çocuk yapmak ve büyütmek gibi amaçları içerir (Gül, 2015).

Evlilik ve aile kurma süreci genelde tekdüze bir yapıya sahipmiş gibi gözükse de aslında evlilik hayatı kişilerin hayatlarında bebeklik, çocukluk gibi dönem dönem farklılıkları içerir. Bu farklılıklar ‘aile yaşam döngüsü’ veya ailenin ‘iletişimsel aşamaları’ şekline açıklanmaktadır (Gazioğlu, 2015).

Aile yaşam döngüsü; aileyi belirli bir süre diliminde yöntem olarak kabul eden ve ailenin hayatını devam ettirebilmesi açısından gerekli olan basamak veya durumlar bütünüdür. Yani ailenin, bireylerin hayatlarına devam ettikleri sürece farklı girişimsel evrelerden geçmesidir (Zengin, 2013).

Toplum içindeki en küçük yapı taşı olan ailenin temelini evlilik oluşturmaktadır. Bütün toplumlarda evlenmekte, boşanmakta kanunlarla gerçekleştirilmektedir. Modern toplumlarda meydana gelen iktisadi ve toplumsal değişikliklerle birlikte ailede de çeşitli problemler gündeme gelmiştir. Bireylerin evlilikten umdukları şeylerin olmaması, evlilikte meydana gelen sıkıntıların çözülmemesi, problem çözme yöntemlerinin kullanılamaması çatışmaya yol açmakta ve boşanma ihtimalini arttırmaktadır (Durmaz, 2015).

Evlilik sayesinde aile birliği kurulur. Türkiye’de ve çoğunlukla legal olarak tek eşlilik sistemi uygulanmaktadır. Resmi olarak atılan imzalarla birlikte ailenin temeli oluşmaya başlar. Ailenin dağılmasını önlemek için Türk Medeni yasası çeşitli düzenlemeler ortaya çıkarmıştır. Bunlardan bazıları şu şekildedir; (Özgüven, 2014).

- 1- Bu kurallardan biri eşlerin birbirine bağlılıklarının zorunlu olduğu, birbirlerine ihanet etmemeleri ailenin mutluluğunu olumsuz etkileyecek davranışlardan kaçınmalarıdır.
- 2- Çiftler birbirlerine iyi günde kötü günde yardımcı olmak zorundadırlar. Yaşanan mutluluklar, sıkıntılar beraber yaşanmalı, ortak paydada buluşarak ailenin devamlılığı sağlanmalıdır.
- 3- Yasa evin düzenini koruma ve yönlendirme yetkisini kocaya vermiştir. Fakat zaman geçtikçe bu yasa değişime uğramıştır. Şu anki düzende eşlerin her ikisi de bu düzeni korumakla yükümlüdür.
- 4- Medeni yasa her iki tarafın da isteklerine önem vermektedir. Eşlerden biri evliliği dayanılmaz hale getiriyorsa ya da isteği dışında evliliğe dahil olmuşsa evliliğinin feshini talep edebilir.

2.2.EVLİLİKTE ÇATIŞMA

Evlilik sürecinde bireylerin birbirlerinden bekledikleri huzurlu, sakin, sorunsuz ve mutlu bir yuva kurma isteğidir. Ancak çiftler arasında zaman zaman sorunlar ortaya çıkmakta ve çatışmalar yaşanabilmektedir. Yaşanan bu çatışmalar evlilikte yaşanan doğal ve kaçınılmaz bir süreçtir.

Özgüven'e (2010) göre çatışma; çiftlerden birinin arzu ve isteklerinin partneri tarafından kısıtlandığı ya da kısıtlanmak üzere olduğu düşüncesi ile başlayan ve çiftlerin düşüncelerini, hislerini ve davranışlarını kapsayan bir süreçtir. Özgüven'in yaptığı tanımlamaya göre çiftler arasında ki çatışmayı anlayabilmek için çiftlerin karşılıklı olarak birbirlerinin isteklerini, duygularını, davranışlarını ve düşüncelerini anlamaları gerekir.

Yavuzer'e (2016) göre çatışma; kişilerin birbirlerinin gereksinimlerine müdahale etmesi sonucunda veya değerleri örtüşmediğinde bireyler arasında ortaya çıkan anlaşmazlık, zıtlasma, münakaşa ve sürtüşmeleri içermektedir. Çiftlerin birbirlerinin isteklerine karşı çıkması beraberinde birtakım sorunlar oluşturacak ve bu durumda çatışmaların yaşanılması kaçınılmaz olacaktır.

Evlenen çiftlerde yaşanan çatışmalar daha evlenir evlenmez başlayabilir. Evliliğin ilk günlerinde bireyler birbirlerine daha toleranslı davranırken, zaman geçtikçe birbirlerinin eksik ve yanlış yönlerini görmeye başlarlar. İlk zamanlarda eşler birbirlerini kırmamak için yaşanan bu problemleri söylemekten kaçınırlar. Ancak daha sonra yaşanan bu sorunlar sert tartışmalara neden olmakta ve bireyler bu sorunları halletmek için kendilerinden ödün vermektedirler. Bu ödün verme durumu eşler arasında gelecekte yaşanacak çatışmanın başlangıcını oluşturabilir. Açık açık tartışmayan çiftler birbirlerinin düşüncelerine uzaklaşmaya başlayabilirler. Zamanla ilişkilerinde ortak noktalar azalmaya başladığında ilişkileri zoraki bir evliliğe dönüşebilmektedir (Ateş, 2015). Bu yüzden eşlerin birbirlerine karşı daha anlayışlı, destekleyici, yapıcı davranmaları gerekmekte, sorunlar ciddi kavgalara dönüşmeden önce problemlerini açıkça ifade etmeleri yaşanabilecek çatışmaların en aza indirgenmesinde büyük rol oynayabilmektedir.

Tartışmaların yaşanmadığı, sorunların olmadığı bir evliliğin olması mümkün değildir. Yaşanılan ilişkide sevgi, saygı, ilgi, hoşgörü gibi olumlu duygular yaşanırken bununla birlikte olumsuz duygular da yaşanabilmektedir. Özellikle kırgınlıklar, üzüntüler, pişmanlıklar gibi olumsuz duygular açıkça belirtilmez ise eşlerin evlilik hayatına olumsuz yönde etki eder ve çiftlerin birbirleri ile olan ilişkilerini zedeler (Boran, 2003).

Evlilik çatışması sıklık, yaygınlık, çeşitlilik, içerik ve yaşanan çatışmaların belirli bir sonuca ulaşması açısından değişkenlik göstermektedir. Evlilikte çiftlerin yaşadığı sorunlar birbirinden çok farklıdır. Bazı çiftler gün içinde çok fazla çatışma yaşarken, bazı çiftler yıl içinde çok az sorun ve çatışma ile karşı karşıya kalmaktadır. Yaşanan bu çatışmalarda bazı çiftler orta yolu bulup, problemi çözümlerken bazı çiftlerde ise yaşanan bu problemler çözümsüz kalmakta, çatışmaya neden olmakta ve evliliği derinden etkilemektedir (Öner, 2013).

Evlilik hayatı çiftler için mutluluk ve sevinç göstergesi olduğu kadar aynı zamanda sorunların yaşandığı ve çatışmaların olduğu bir alan haline gelebilir. Eşler arasında çatışmaya neden olan birçok faktörden bahsedilebilir. Çiftlerin birbirinden ve evliliklerinden farklı istek ve beklentilerinin olması, maddi anlamda yaşanan sorunlar, çiftlerin farklı çevrelerde yetişmiş olmaları, iletişimsizlik, cinsel sorunlar, eşlerden birinin kötü alışkanlıklarının olması, sevgi eksikliği, aldatma bunlardan bazılarıdır (Şendil ve Kızıldağ, 2005).

Toplumumuzda kocaların meslek hayatında daha önde olmaları ve sürekli gelişmeyi istemeleri bunun yanında kadınların evde oturup çocuk büyütmeleri eskiden kabul görürken günümüz koşullarında kadınlar daha özgür olmaya başlamıştır. Ekonomik ve kültürel düzeyde hızlı değişimlerin yaşandığı toplumumuzda kadınlar iş hayatında daha etkin olmaya başlamışlardır. Bu da kadın erkek rollerinin tekrar düşünülmesine neden olmakta ve çatışmaların en potansiyel kaynağını oluşturmaktadır (İbrahimoğlu, 2004).

Günümüzde yaşanan değişimlerle birlikte geleneksel aile yapısı da değişmiştir. Kadınların iş yaşamına girmesi aile içindeki işleyişin ve sorumlulukların değişimini de beraberinde getirmiştir. Kadının aileye maddi anlamda katkıda bulunması evlilikte söz hakkının artmasını sağlamakta, kadının hem iş hem de aile yaşantısını dengede tutmaya çalışması, eşinden gerekli desteği ve yardımı görememesi, aile içi çatışmalara ve boşanmalara neden olmaktadır (Özağı, 2007).

Çatışma sebebi olarak çevresel etmenler ele alındığında yaşanan sıkıntılı durumların bireylerin ilişki hakkındaki görüşü üzerinde etkili olduğu ve bununla birlikte çatışmanın yaşanabildiği tespit edilmiştir. Çatışmanın sebepleri

araştırıldığında çevresel etmenler ve bireysel özelliklerin önemli etkenler oldukları ortaya çıkmaktadır. Bu etkenler çiftlerin birbirine olan hislerini ve birbirlerine karşı sergiledikleri tavırları etkilemektedir (Kahveci, 2016).

Evliliklerde görülmesi normal karşılanan çatışmalar çiftlerde sinir ve anksiyeteye sebep olabilir. Bu durum sağlıklı bir şekilde yönetilirse eşlerin ilişkisi kuvvetlenebilir. Ancak bu durumun zıttı yaşanırsa çiftleri negatif etkileyebilir ve ilişki zarar görebilir (Bulduk, 2015).

Çatışma her koşulda negatif bir durum değildir. Evlilikte yaşanan çatışmalar çiftlerin beraberliğinin bitişi anlamına gelmez ayrıca çatışma olmayan evlilikler yok denecek kadar azdır. Örneğin Grych ve Fincham (1990) “evlilik doyumu” ile “evlilik çatışması” kavramlarını birbirinden ayrı kavramlar olarak değerlendirmekle birlikte sağlıklı evliliklerin sebebinin her zaman çatışma olmadığını, sağlıklı bir evlilik hayatı yaşayan çiftlerin çoğunun bazı durumlarda çatışma yaşayabileceğini belirtmiştir (Turan, 2014).

Çatışma bir evlilik için hem olumlu hem olumsuz sonuçlar yaratabilir. Çok az insan çatışmadan haz alır bu yüzden genellikle çatışma için olumsuz düşünülmesi daha basittir. Aslında çatışmalar her zaman kötü sonuçlara yol açmaz. Şendil ve Kızıldağ’a (2005) göre iyi yönetilen ve iyi idare edilen çatışmanın yararları:

- Eşler arasındaki sorunların gizli saklı kalmasını engeller. Çatışmanın yaşanmadığı evliliklerde kırgınlık, kırgınlıklar birikir ve eşlerin birbirlerinden uzaklaşmasına sebep olabilmektedir.
- Ana sorunun ortaya çıkmasını sağlar. Bazen eşler gerçek sorunun dışında bazı sebepler yüzünden tartışma yaşayabilirler. Çatışmaların yaşanmasıyla birlikte gerçek problem ortaya çıkabilmektedir.
- Çatışmalar kişilerin gelişim sürecine etki edebilmektedir. İnsanlar zorluklarla başa çıkarak da kendilerini geliştirebilir. Çatışma lehte kullanılırsa farkındalık artırılabilir.
- Çatışmalar çok şiddetli tartışmalara sebep olabilir. Ancak ufak tefek yaşanan tartışmalar sorunun büyümesine engel olur.

- Eşler çatışma yaşadıklarında bir güç dengesi kurulur. Kurulan bu denge çiftler arasında daha sağlıklı bir ilişkinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Yaşanılan çatışmalarla başa çıkılması, evliliğin devam edebilmesinde oldukça önemli bir rol oynadığından evlilik kalitesini ve bununla birlikte uyumunu etkileyen çatışmayla baş etme yollarını tespit etmek önemlidir. Evlilik ilişkisi bakımından pozitif adlandırılabilen anlaşma, uyuşma, güldürüyü kullanma gibi olumlu taktikler ya da olumsuz adlandırılabilen çatışmanın devam ettirilmesi, vazgeçme ve koruyucu olma gibi negatif taktikler kullanılabilir (Hacı, 2011).

Görüldüğü gibi evlilik çatışmasının olumlu ve olumsuz sonuçları olabilmektedir. Çatışmaların olumsuz sonuçları ile birlikte çiftlerde ruhsal sorunlar ortaya çıkabilmekte ve bu durum ilişkilerin zedelenmesine neden olabilmektedir. Çatışmaların olumlu sonuçları ise daha sağlıklı ilişkiler geliştirmenin temelini oluşturmaktadır. Çatışmaların ilişkileri ne yönde etkilediği, nasıl bir süreç izlediği ve ne şekilde çözümleneceğini anlayabilmek için çatışma çözüm stratejilerine başvurmak gerekir.

Solmuş'a (2011) göre; çatışma çözüm stratejilerinden bazıları şunlardır:

- Çiftlerden biri her zaman kendi arzu ve isteklerini ön planda tutmakta, eşinin isteklerini önemsememektedir. Bu kişiler eşlerine karşı küçük düşürücü, eleştirel sözler sarf ederek eşleri üzerinde baskı oluştururlar. Bu davranışlar, çatışmaların çözümünü zorlaştırmaktadır.
- Eşler çoğunlukla tartışma sırasında olurlarına bırakma, önemsememe ya da hoşuna gitmeyen şeyleri duymak istememe gibi davranışlarda bulunabilir. Bu şekilde sergilenen kaçınma davranışı karşı tarafta önemsenmediği hissi uyandırabilir. Kaçınmacı davranış sürekli sergilendiğinde ise çatışmayı çözmek mümkün olmamaktadır.
- Eşlerden biri çözümü tümüyle karşı tarafa bırakmaktadır. Türk kültüründe genellikle böyle davranan tarafın kadınlar olduğunu söylemek mümkündür.
- Kişi birtakım isteklerinden vazgeçerken eşinin bazı isteklerini kabul edebilir. Bu gibi durumlarda eşler istediği noktaya ulaşamamış olur. Özellikle

karmaşık ve içinden çıkılamayan sorunlarda uzlaşmacı bir tavır sergilenerek problemin çözümü kolaylaştırılabilir.

- Çatışma sonucunda çiftler karşılıklı olarak bu süreci nasıl atlatacaklarına dair çözüm üretmeye çalışmalıdırlar. Ancak bunu yaparken tarafların hem kendilerine hem de karşı tarafın istek ve arzularına karşı hassas olmaları gerekmektedir. İşte o zaman atılan bu adımı problem çözme süreci olarak değerlendirebiliriz.

Her evlilikte birtakım kurallar olması gerekmektedir. Eşler karşılıklı olarak kendilerine uygun olacak şekilde bu kuralları belirlemek ve değerlendirmek zorundadırlar. Eşlerin belirlediği bu kurallarla ilgili çatışmalar üç temel durum üzerinde odaklanmaktadır. Bu durumlar: (Özgüven, 2010).

1-Eşlerin hangi kurallara uymaları gerektiği

2-Tutarsız olan kuralların evlilik hayatına uyarlanması

3-Kuralları taraflardan kimin belirlediği

Temelde evlilik çatışmaları çok sayıda nedenden kaynaklanabildiği gibi bu kurallarla ilgili anlaşmazlıklardan da kaynaklanmaktadır. Eşlerin bu kuralları evliliklerine uygun bir şekilde belirleyip, bu kurallara uymaları evlilik çatışmalarının çözüme ulaşabileceğini düşündürmektedir (Özgüven, 2010).

Evlilik çatışmasına sebep olan birçok konu olmakla birlikte, bu çatışmaların temeli eşler arasındaki iletişim eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Sağlıklı iletişim kurulamayan evliliklerde çatışmaların yaşanması da kaçınılmaz olacaktır.

2.2.1.İletişim Çatışmaları

Bireyler arasındaki iletişim toplumsal yaşamı oluşturur. Kişiler arasında etkileşimden bahsedebilmemiz için kişilerin karşılıklı olarak iletişim halinde olmaları gerekir. Birbirleri ile iletişim halinde olmayan toplumlarda doğal bütünleşmeden söz edilemez. Oysaki neslin devamlılığı doğal bütünleşmeyi gerektirir. Bu yüzden iletişim insanlığın gelişiminin kaçınılmaz gereğidir (Bolat, 2007).

İletişim; bilginin gönderici ve alıcı tarafından belirli bir ortamda göndericiden alıcıya aktarılma sürecidir. Canlıların birtakım metotlarla bilgi aktarmalarına fırsat sağlayan bir zaman bütünüdür. İletişimin sağlıklı bir şekilde kurulabilmesi için bilgi aktarımlarının yapılacağı ortak bir dile gereksinim duyulmaktadır (Baran, 2013).

Eşlerden birinin sergilediği tutum ve davranışlar diğerinin arzuları ile örtüşmez ise, onu kısıtlar ya da değerleri uyuşmadığından aralarında kavga çıkarsa, bu durum iletişimde çatışma olarak adlandırılır (Doğan ve Doğan, 2015).

Mutlu ve huzurlu bir evliliğin gerçekleşmesi için öncelikle sağlıklı bir iletişim kurulması gerekir. Sağlıklı olmayan ilişkilerde iletişim yeterli düzeyde olmayabilir. Eşlerin birbirlerine vermek istedikleri mesaj farklı anlaşılabilir. Verdikleri mesaj ile beden dili birbirine uygun olmayabilir. Eşler ufak tefek sorunlar ile uğraşmaktan gerçek sorunları göz ardı etmektedirler. İletişime başlarken seçilen sözcükler, kullanılan kelimeler, kullanılan jest ve mimikler, ses tonu, iletişim becerisi, dinleme becerileri sağlıklı iletişimin en önemli şartlarıdır (Ergin, 2003).

Graf analizine göre sekiz iletişim çatışma çeşidi üzerinde durulmaktadır (Dökmen, 2016).

1-Aktif çatışma: Kişilerin birbirlerinden hoşnut olmamaları, düşüncelerinin uyuşmaması, farklı duygu ve düşüncelerinin olması aktif çatışmayı ortaya çıkarır. Bu çatışmaya dâhil olan kişiler birbirlerinin görüşlerini önemsemeden ve hatta birbirlerini yeterli derecede dinlemeden olayı kavga boyutuna taşırlar.

2-Pasif çatışma: Kişilerin iletişim kurmasını engelleyen küslük, çekingenlik, anlaşmazlık gibi sebeplerden dolayı yaşanan çatışma türüdür. Yani bir arada yaşayan kişilerin bu nedenlerden dolayı iletişim kurmama halidir.

3-Varoluş Çatışması: Kişilerin birbirlerine anlatmak istediklerinin farklı anlamlarda anlaşılması, anlatılmak istenen ile anlatılanın birbirinden tamamen zıt olması durumudur. Bu çatışma türünde kişinin odağı tamamen kendisine yöneliktir.

4-Tümden reddetme: Kişinin kendisine yöneltilen tüm görüşleri reddedip tam tersi görüşü benimsemesi durumudur. Tümden reddetmede araştırmak, detaylara inmek, derinlemesine düşünmek gibi davranışlar görülmemektedir.

5-Önyargılı çatışma: Kişiler birbirleri ile tartışma sırasında sadece kendi fikirlerini savunurlar karşıt fikirlere tamamen kapalıdırlar.

6-Yoğunluk çatışması: Kişilerin görüşleri arasında az da olsa bir uyuşma olması durumudur.

7-Kısmi algılama çatışması: Gönderilen mesajın sadece bir bölümünün algılanması ile meydana gelmektedir. Buna bağlı olarak yanlış anlaşılmalara ortaya çıkabilmektedir.

8-Alıkoyma çatışması: Kişinin karşıdan gelen mesajı tamamıyla algılayıp üçüncü kişiye doğru bir şekilde anlatamaması durumudur. Kişi aldığı mesajı bilerek ya da farkında olmadan değişikliğe uğratarak anlatır.

Köknel (2005) çatışmayı, iletişimin en hassas zamanı olarak tanımlamıştır. Olumlu olarak kullanıldığında faydalı olan çiftlerin görüşleri arasında en doğrusunun bulunmasına yardımcı olan çatışma olumsuz olarak kullanıldığında ise iletişimin kaybolmasına azalmasına ve bitmesine sebep olur. Çatışma ya etkileşim halindeki bireylerin birbirlerini daha doğru biçimde algılamalarına, karşılıklı yapılan bilgi alışverişini doğru yorumlamalarına, ortak paydada buluşmalarına sebep olur ya da bireyler arasında gerginlik ve siniri arttıran negatif bir etki oluşturur (Özkurt, 2010).

Doğan ve Doğan'a (2015) göre iletişim çatışmalarının yaşanmaması için şu davranışlardan sakınılması gerekir:

- Senli ifadeler iletişimde çatışma nedenidir: Sen kelimesi karşı tarafta suçluluk duygusu uyandıracak ve karşı tarafın konuşma isteğinin engellenmesine sebep olacaktır.
- Nedenli ifadeler iletişimde çatışma nedenidir: Neden kelimesi karşı tarafta sorgulama anlamı ifade ettiği için kişide savunma duygusu oluşturabilmektedir.

- Alaycı ifadeler iletişimde çatışma nedenidir: Alaycı, aşağılayıcı, kırıcı, sert ses tonu, el kol hareketleri iletişimin seyrini olumsuz etkilemektedir.
- Denetim ifadeleri iletişimde çatışma nedenidir: Kişide karşıdaki kişiye karşı üstünlük kurma ve onu kontrol etme çabası iletişimin sağlıklı kurulmasını engeller.
- Üstünlük ifadeleri iletişimde çatışma nedenidir. Kişilerin karşı tarafta üstünlük ve baskı kurması iletişimde çatışmanın bir diğer nedenidir.
- Israr ifadeleri iletişimde çatışma nedenidir: Konuşanın sadece kendi görüşlerini önemsemesi, karşı tarafın görüşlerini dikkate almaması, bu konularda esneklik göstermemesi iletişimde yaşanan bir başka çatışma nedenidir.

Çatışmanın etkin bir şekilde idare edilebilmesi için öncelikli olarak her iki tarafında birbirleriyle uzlaşmaya istekli olmaları gerekmektedir. İki tarafta verdikleri kararların sorumluluğunu alabilmelidir. Çatışmanın yönetilmesinde iletişim stratejileri oldukça önemlidir. Çatışmanın yönetilmesinde destekleyici ve savunucu olmak üzere iki çeşit iletişim türü kullanılmaktadır (Gürüz ve Temel-Eğinli, 2013). Her iki iletişim türünde de ortak amaç kişilerin sağlıklı bir ilişki kurmaları ve bu ilişkinin yürütülmesinde ortaya çıkan sorunların çözümünde etkin bir strateji geliştirmelerine katkıda bulunmalarıdır.

Sonuç olarak evlilikte az ya da çok birtakım sorunlar yaşanabilmektedir. Tarih boyunca neredeyse tüm evliliklerde bazı sıkıntılar yaşanmıştır. Ortaya çıkan çatışmaları bazı çiftler iyi yönetebilmekte bazıları ise çatışmaların üstesinden gelemeyerek boşanmanın eşiğine gelebilmektedirler. Yaşanan bu sorunların çok çeşitli kaynakları olabilmektedir. Önemli olan çatışmaların yaşanması değil, çatışmaların uygun bir çözüm yolu oluşturularak üstesinden gelinmesidir.

2.3.BAĞLANMA STİLLERİ:

Bağlanma Kuramı, temel ilkeleri Bowlby tarafından ortaya konulmuş ve John Bowlby ve Mary Ainsworth'un araştırmaları ile ortaya konulmuş bir kişilik gelişim kuramıdır. Kuram etiyoloji, güdü bilimi, bilgi işleme süreci, gelişim psikolojisi ve

psikanalist gibi kavramlardan şekillenmiş ve bağlanmayı bebeklik ve çocukluk dönemine temellendirmiştir (Bretherton, 1992).

Günümüz yazarlarının büyük bir çoğunluğu, yetişkin bağlanmanın partnerlerin zihinsel iyilik halleri, samimiyetlerinin derecesi, ilişkideki güven ve ilişki doyumunu tanımlayan önemli kavramlardan biri olduğunda hem fikirdir. Bağlanma teorisi, çocuk ya da yetişkin bireyin dış dünya ile olan ilişkisinin temelini açıklayan bir teoridir. Psikinalist Jonh Bowlby bağlanma modelleri çalışmasında çocuk ile bakım veren arasındaki erken dönem ilişkinin öneminden bahsederken, Hazan ve Shaver’de yetişkin romantik bağlanma ve bebek ile bakım verenin ilişkisi arasındaki benzerlikleri belirtmiştir. Yetişkin bağlanma bebeklik dönemi bağlanma ile aynı temele sahiptir. Partnerlerden her biri bir bebek gibi problemleri durumlarda bağlanma figürü ararlar, yakın ve duyarlı davranıldığında kendilerini güvende hissederler (Juric, 2011).

Çocuklarda en çok görülen davranış bağlanma çabasıdır. İlk olarak çocuk dünyaya gelmesini sağlayan annesine bağlanma eğilimindedir. Bağlanma kavramı ile ilgili olarak birçok farklı tanımlamalar yapılmıştır. Fakat en bilinen haliyle, çocuğun kendisini güvenli bir şekilde duygusal bağ hissettiği yakınına teslim edebilmesidir. Dünyaya gelen çocukların tümü doğar doğmaz annelerine bağlanmaya başlar. Bu bağ o kadar kuvvetlidir ki anne çocuğundan biraz kendini geri çektiğinde güçlü bir tepkiyle karşılaşır. Bu güçlü bir bağıdır (Güneş, 2014).

Bireylerin çevreleriyle kurduğu ilişkiler, bu ilişkilerin nasıl geliştiği, kişiler arası iletişimin ne derecede etkin olduğu her zaman sosyal bilimcilerin araştırma konusu olmuştur. Bu araştırmalar göstermektedir ki yakın ilişkilerin temeli bebek/çocuk ve ona bakım veren arasındaki ilişkidir. Bebek dünyaya geldiği ilk günden itibaren kendisinin temel ihtiyaçlarını karşılayabilecek ve itimat edeceği birini içgüdüsel olarak arama davranışı göstermektedir (Arı, 2015).

Güvenli bağlanma’ nın olduğu durumlarda çocuklar gerginlik yaratan durumlar karşısında güvenlik hissini muhafaza edebilir. Güvenli bağlanmanın oluşması için uygun tepki veren, hassas, her an ulaşılması kolay olan bir bakım verenin olması gerekmektedir. Bakım veren ilgisiz, sürekli müdahale eden ve

önceden kestirilemeyen tutarsız tepkiler gösterirse çocukta kaygılı bağlanma davranışı gelişir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma kuramının temel prensibi, bağlanma ilişkisinin devamlılık gösterdiğini ve yaşam boyu önemini koruduğundan bahseder. Son yıllarda bağlanma modelleri ile yetişkinlerin sosyal ve duygusal uyumları arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Main, çocukluk dönemi bağlanma ilişkilerinin yetişkinlerde nasıl ifade edildiğini araştırmış ve yetişkin bağlanma görüşme ölçeğini geliştirmiştir. Hazan ve Shaver (1987) ise romantik sevgiyi bir bağlanma süreci olarak tanımlamış ve çocukluk dönemi bağlanma stilleri ile örtüşen ve yetişkinleri üç kategoride sınıflayan ölçeği geliştirmişlerdir. Güvenli bağlanma stilindeki katılımcılar ile diğer iki güvensiz gruptaki katılımcıların karşılaştırıldığı çalışmada, güvensiz gruptakilerin aşkla ilgili daha olumsuz inanç ve deneyime sahip oldukları, kısa süreli romantik ilişkilerinin olduğu ve çocukluk dönemlerinde ebeveynleri ile kurdukları ilişkinin daha az uyumlu olduğu belirtilmiştir (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Bağlanma teorisi, çocukluk döneminde yaşanan bağlanma figürü ile işlevsel olmayan bir ilişki durumunun yetişkinlikte ruhsal sıkıntı ve bozukluklara neden olabileceğini varsaymaktadır. Literatürde birçok çalışma bağlanma kuramları ile ilişki doyumu arasında kuvvetli bir bağ olduğunu göstermektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler genellikle sevecen, kişilerarası ilişkileri doyurucu, diğerlerine karşı dürüst ve güvenilirlerdir. Kaygılı-Kuşkucu bağlanan yetişkinler, sevecenlik ve arzu edilebilirlikleri konusunda şüpheleri vardır ve genellikle güvenilmezdirler. Kaçınmalı bağlanan yetişkinler, saygısız, diğerlerinin sevgi gereksinimlerini reddeden ve genellikle karşılarındakilere itimat etmezler (Scott ve Cordova, 2002).

Solmuş'a (2010) göre; bağlanmanın üç boyutu şu şekildedir;

2.3.1.Bağlanmanın üç boyutu:

1-Güvenli Tip:

- Güvenli bağlanmaya sahip kişiler eşleriyle yakın ilişki kurabilirler ve kurdukları bu yakınlıkla birlikte eşlerine bağlı olmaktan mutluluk duyarlar.

- Terk edilme ve onların kendilerine arzu ettiklerinden daha çok yakınlaşmaları konusunda endişe duymazlar.

-Kısa süreli olmayan ilişki kurmaktan hoşlanırlar. Cinsel yaşamlarında ise eşleriyle uzun süreli birliktelik kurarlar.

-Kendisine ve çevresindeki insanlara itimatları ve bağlılıkları oldukça fazladır.

-Kurdukları ilişkilerde yararlı, pozitif ve yapıcı bir davranış ortaya koyarlar.

2-Kaygılı Kararsız Tip:

-Kişiler eşlerine onların olduğundan daha fazla yakınlık arzusundadırlar ve eşlerinin kendilerine karşı mesafeli ve uzak olduğunu düşünürler.

-Terk edilme konusunda çok büyük endişe duyarlar.

-Kurdukları ilişkiler genelde kısa süreli olup isteklerinin yerine getirilmediği hissi ve ilişkilerinden memnuniyetsizlik yaşarlar.

-Romantik ilişkilere itimat etme konusunda endişe duyarlar ve ilişkinin bitmesine karşı oldukça hassastırlar.

3-Kaçınan Tip:

-Bu bağlanma stiline sahip olan kişiler eşlerine itimat etmezler ve bağlılık duygusu onlarda huzursuzluk yaratır.

- Yaşadıkları sıkıntılı durumlarda tek kalmayı seçerler, eşlerinin sıkıntılı olması halinde ise onlardan kaçınmayı tercih ederler.

-Sosyal ilişki kurmaktan kaçınırlar çünkü bu ilişkileri bunaltıcı ve lüzumsuz olarak görürler.

-Kurdukları ilişkiler hafızalarında olumsuz bir şekilde yer eder.

Bağlanma yetişkinlikte özellikle büyük ve önemli olayların yaşandığı yaşamsal geçişlerde değişikliğe uğrayabilir ve bu durum sıklıkla gerçekleşir. Egelan, Jaconvitz ve Stroufe'a göre (1988), geçmiş yaşantısında güvensiz bağlanma hikayesi olan şu anki yaşamında ise güvenli bağlanan bireylerin dört özelliği vardır. Bunlar;

1. Bu bireyler çocukluk döneminde aileleri ile kurdukları olumsuz bağlanma durumu ile duygusal anlamda barışıktırlar,
2. Erken dönemde profesyonel yardım almışlardır,
3. Doyumlu ve düzenli evliliklere sahiptir,
4. Bu bireyler ile eşlerinin ailesi arasında güçlü ve şefkatli bir bağ vardır (Haseley, 2006).

2.3.2.Yetişkinlerde dörtlü bağlanma modeli:

Bowlby (1973) kişilerin kendilerine ve diğerlerine ait fikirlerinin (benlik ve başkaları modellerinin) bağlanma kuramlarıyla olan tecrübelerinin bir fonksiyonu olarak pozitif ya da negatif olabileceğini iddia etmiştir. Bu açıdan yola çıkan Bartholomew (1990) " benlik modeli" ve " başkaları modeli" olarak iki kapsam üzerinde ayırtırılan bir erişkin bağlanma stili teklif etmiştir. Benlik ve başkaları modelleri olumlu ve olumsuz olarak iki kapsamda incelenmekte ve güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olarak dört bağlanma modeline ayrılmaktadır (Beştav, 2007).

Olumlu benlik modeli kişinin kendisine ait fikirlerinin pozitif olduğunu gösterir. Bu model fazlaca benlik saygısı, benlik değeri hoşnutluk hisleri ile açıklanırken, olumsuz benlik modeline sahip kişiler kendilerini bu özelliklerin tam tersi olan kişiler olarak tanımlarlar. Olumlu başkaları modeli diğer bireylere ait pozitif fikirlerle oluşturulur. Bu modele sahip olan kişiler başka bireyleri itimat edebilecekleri, katkı sağlayabilecekleri bireyler olarak algılarlar. Olumsuz başkaları modeline sahip kişiler ise başka bireylere ait fikirlerinin negatif olması sebebiyle onlardan uzak durur ve ilişki kurmaktan kaçınırlar (Beştav, 2007).

1-Güvenli Bağlanma:

Olumlu benlik geliştiren kişiler ile olumlu diğerlerinin bileşimini içeren bağlanma modeli güvenli bağlanma stili olarak adlandırılır. Bu bağlanma modeline sahip olan kişiler kendilerine ve çevrelerine karşı olumlu algıya sahiptirler. Güvenli kişiler, diğer insanlarla duygusal bağ kurmakta oldukça rahattır ve insanlara karşı duydukları güven oldukça fazladır (Bozkurt, 2014).

2-Saplantılı Bağlanma:

Saplantılı erişkinler doğru anlaşılmadıklarını aslında olana göre öz değerlerinin daha az idrak edildiği görüşünü benimserler ve diğer insanları güvensiz görürler. Bu kişilerin kendilerine güvenleri oldukça düşüktür bu sebeple kabul edilmemekten ve terk edilmekten büyük endişe duyarlar (Turanlı, 2010).

3-Korkulu Bağlanma:

Olumsuz benlik yapısına sahip olan kişiler ile olumsuz diğerleri korkulu bağlanma modeli olarak tanımlanır. Bu stile sahip olan kişiler, diğer insanlara karşı güven problemi yaşarlar, sürekli onaylanma ihtiyacı hissederler, reddedilmeye karşı duyarlıdırlar. Bu yüzden yakın ilişkiler kurmak konusunda kararsızlık yaşarlar. Bu durum kişilerin kaliteli ilişkiler kurmasını engellemektedir (Bozkurt, 2014).

4-Kayıtsız Bağlanma:

Kişilerin kendisine saygı duyup, önem vermesi ve diğer kişilere karşı negatif düşünce ve davranışa sahip olmasının birleşimi kayıtsız bağlanma olarak tanımlanır. Bu modelde bireyler kendi bağımsızlıklarına düşkün ve koydukları kurallara bağlı hareket ederler. Samimi bir birlikteliği, kurulan yakın bağı kabul etmezler (Sümer ve Güngör, 1999).

2.4.PROBLEM ÇÖZME

Sosyal problem çözme terimi, yaşadığımız dünyada günlük hayatta gerçekleşen problem çözme durumları için kullanılır. Geçtiğimiz son birkaç on yılda, psikolojinin farklı birçok alanlarında bu kavramı araştırma isteği hızla yayılmış ve

konu ile ilgili araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırma sonuçları, problem çözmenin uyum sağlamada önemli bir faktör olduğu görüşünü destekler niteliktedir (D' Zurilla ve Maydeu Olivares, 1995).

Geçmişte edinilen bilgileri yeni ve öğrenilmemiş durumlara uygulama; problemin varlığını tespit etme, problemi ortaya çıkarma, geçici özümmler geliştirme ve ortaya çıkan bu özümmlerin doğruluğunu kontrol etme gibi süreçlerin tamamı yaşanan problemlerin çözümü olarak tanımlanır (Koca, 2013).

Dündar'a (2008) göre problem ise; kişinin belirli bir amaca ulaşmak için karşılaştığı her türlü sıkıntılardır. Kişiler içinde, aileleriyle ilişkilerinde ve çevresiyle birtakım sıkıntılarla karşılaşır. Bu sıkıntıların çözülebilmesi yaşanan problemlerin üstesinden gelinmesine bağlıdır. Birey bu problemlerin üstesinden gelebilirse hayata daha sıkı tutunur ve hayatta daha başarılı olur.

Kişilerin problem çözmeyi bilmesi problemin çözümü için yetersizdir. Yaşanılan sorunlar karşısında kişilerin hem o problemi kendi mesuliyet dahilinde görmesi hem de problemleri çözmeye yönelik becerilerinin yüksek olması gerekmektedir. Ancak kişiler problemlerin ortaya çıkışında ve özümmlenmesinde kendisini sorumlu görmüyorsa problemin özölmesi içinde çaba göstermez (Günüşen ve Üstün, 2011).

Evliliğin yürütölmesinde eşlerde bulunması gereken en önemli beceri problem çözme becerileridir. Problemin özümmlenmesi için eşlerin belirli durumlarda ve bazı seviyelerde tepki vermesi gerektiğini bilmesi ve birtakım amaçlarının olması gerekmektedir. Yaşanılan bu süreç kişide yaşanılan sorunların özümmlünü bulma süreci olarak ortaya konmuştur (Taşköprü, 2013).

Problemlerin temel kaynağı üzerinde durulduğunda eşlerin iletişim becerilerinin eksik veya uygun problem çözme stratejileri geliştiremedikleri görülür. Etkili problem çözme stratejileri geliştirmede öncelikle problemin açık ve net bir şekilde ortaya konması, ortaya konan problem için farklı çözüm yollarının irdelenmesi ve her iki birey için de uygun bir çözüm yolunun bireylerin hayatlarına geçirmesi gerekmektedir (Akgün ve Polat-Uluocak, 2010).

Problem çözüme kişilerin yaşadıkları ortama adapte olmasına olanak sağlar. Bu nedenle tüm insanların yaşadıkları ortama adapte olabilmeleri için etkin problem çözme becerilerini öğrenmeleri gerekmektedir. Problemlerin bazılarının çözümleri varken bazılarının ise çözümleri net değildir. Problemin çözümlenebilmesi, birçok alanda bilgi sahibi olmayı, farklı açılardan düşünebilmeyi ve kreatif olmayı gerektirmektedir (Ocak ve Eğmir, 2014).

Doğan ve Doğan'a (2015) göre; problemlerin çözümünde aşağıdaki basamaklar izlenirse çözüm daha kolay ve sağlıklı olur;

1-Çatışmayı tanıyın: Asıl problemin net bir şekilde anlaşılması gerekmektedir. Problem çözme konusunda kendini yeterince donanımlı ve deneyimli hissetmek ve bunu çevreye yansıtabilmek sorunların çözümünde oldukça kolaylık sağlar.

2-Birçok çözüm yolu ortaya koyun: Kısa süre içinde akla gelen çözümleri yanlış ya da doğru olarak yorumlamak yerine akla gelen tüm çözüm yollarını ortaya koymak problem çözme aşamasında en temel amaçlardan biridir.

3-Çözüm yollarını değerlendirin: Çözüm yolları tek tek değerlendirilerek her iki tarafı da ne kadar memnun ettiği üzerinde durulmalıdır. Bu aşamada kişilerin duygularını ve düşüncelerini açıkça ifade etmeleri, sırf karşısındakinin mutluluğu için kişinin kendisinden ödün vermesi ilişkinin sağlıklı olmasına engel olabilir.

4-En iyi çözümde anlaşın: Tüm çözüm yollarından iki tarafında memnuniyet ve mutluluğu için en doğru olan çözüm yolunun seçilmesi durumudur.

5-Çözümü uygulamaya koyun: Bu aşamada çözümle ilgili plan ve programın yapılması ve detayların konuşulması gerekir. Burada önemli olan çözümün iki taraf açısından da anlaşılmış olmasıdır.

6-Çözümü gözden geçirin: Çözümü belirli bir zaman uyguladıktan sonra değerlendirmelerin yapılarak gerekli değişikliklerin yapılması gerekir. Önemli olan her iki taraf içinde olumlu çözümler üretmektir.

Bazı durumlarda problem ve sorun kuramları birbirinden ayrı anlamlarda kullanılabilir. Problem kuramı çoğunlukla birden çok çözümü olmayan, nasıl çözüleceği belli olan çözüm için ihtiyaç olan işlemlerin bilindiği durumlar için kullanılırken, sorun kuramı ise birden çok çözümü olan çözümü net bir şekilde belli olmayan durumlar için kullanılır. Karşılaşılan zorlukların üstesinden gelinmeye belirsizliğin ortadan kaldırılması adına yapılan çalışmalar problemin çözümü olarak tanımlanabilir. Zihinsel veya fiziksel bütün problemlerin çözümü zihinsel bir süreç gerektirir (Demirtaş ve Dönmez 2008; Gelbal, 1991).

Yıldız'a (2015) göre problem çözme basamakları;

- 1-Sorunları tanımlamak,
- 2- Doğru bireylerle iletişimde olarak sorunların çözülmesi
- 3- Değişik çözümler bulabilmek için doğru sistemi kurmak
- 4-Farklı çözüm yollarından birini seçmek
- 5-Seçilen çözüm yoluyla işe başlamak
- 6- Çözüm yolu işe yaradığında sonucu gözlemlemek
- 7-Problem çözme sürecinin niteliğini değerlendirmek

Problem kavramı toplumda çoğunlukla korkutucu bir anlam taşımaktadır. Çünkü problemin ortaya çıkması beraberinde zorluğu, uğraşmayı, efor harcamayı ve değişimi getirir. Bu durum da toplum tarafından meşakkatli bir süreç olarak algılanır. İnsanların bu sorunlarla başa çıkma stilleri birbirlerinden farklıdır. Birtakım insanlar problemleri yok sayarak kaçmaya çalışırken kimi insanlar ise problemin varlığını olağan görüp sorunu çözmek için uygun çözüm yolları arayarak sorunu çözmeye çalışır. Bu iki farklı kişi arasındaki esas fark birinin problemle başa çıkma yollarını öğrenmiş olması diğerrinin ise bu becerileri kazanmamış olmasıdır (Çekici, 2009).

Problem çözme becerileri kazanmış sağlıklı olan aileler; problemin çözümlenmesinde birlikte karar alırlar. Ortaya çıkan problemleri çözmek için farklı

özüm yolları denerler ve buldukları çözüm yollarının sorunu çözüp özmediğini kontrol ederler (Gültekin, 2010).

Problem özme becerileri sağıksız olan aileler; sorunlar ortaya çıktığında büyük kavgalara sebep olacağı korkusuyla sorunları bastırabilir ve hiç olmamış gibi sayabilirler. Bu tip ailelerde sorunların ortaya konmasında ve birlikte çözümlemesinde eksiklik görölmektedir (Gültekin, 2010).

2.5.EVLİLİK DOYUMU

Evlilik doyumu, evlilik beraberliğinin sürmesinde ilişkinin kalitesinin belirlenmesinde oldukça önemli faktörlerden biri olup ilişkinin geleceğı hakkında tahminde bulunmak ve kırılma davranışlarında kişilerin göstereceğı tepkilerin incelenmesinde irdelenen önemli bir kavramdır (Alpay, 2009).

Evlilik doyumu kişinin evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarını karşılama düzeyine ait algısı olarak adlandırılabilir (Tezer, 1996).

Kaynaklarda evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilik kalitesi olgularının birbirleriyle hemen hemen aynı olarak açıklandığı ver her birinin diğ erinin yerine kullanıldığı gözlemlenmiştir. Bu sebeple aşağıda evlilik doyumu ve evlilik uyumunu kapsayan araştırmaların bulguları da ele alınmıştır (Yılmaz, 2001).

Evlilik hayatı ile beraber farklı bir yaşam stili, yükümlölükler ve aile kurma düşüncesi kişinin hayatına yerleşmektedir. Evlilik hayatından haz almak her çiftin en büyük isteklerinden biridir. Evlilikte uyumu ve doyumu sağlamak adına kişinin dengeli bir ruh halinde bulunması gerekmektedir (Bozkurt, 2014).

Yuva kurduktan sonra birlikte hayatlarını sürdürmeye başlayan eşlerin aile içindeki rollerde, çocukların büyüülmesinde, maddi ihtiyaçların karşılanmasında yükümlölükleri paylaşması önemlidir. Bu yükümlölükler gerektiğı gibi yapılmadığında ilişki olumsuz yönde etkilenmektedir. Eşlerin kendi sıkıntılarına odaklanıp biz duygusunu unutması da ilişkinin seyrini olumsuz yönde etkilemektedir. Evliliğı kaliteli yapan en önemli faktörlerden biri sıkıntılı durumlarda tek kuvvet olabilmektir (Erden, 2016).

Evlilik ile ilgili konular ele alındığında demografik değişkenlerin (Eğitim, eğlerin bir iş sahibi olması, evlenme şekilleri, eğlerin çalışması) evlilik kalitesini önemli ölçüde etkilediği grlmektedir (elik M., 2006).

Fidanoğlu (2007), 270 evli çift ile yaptığı araştırma sonucunda cinsiyet, eğitim durumu, ocuk sahibi olma, evlilik süresi gibi değişkenlerin evlilik kalite seviyesi ile doğrudan etkileşim halinde olduğu grlmştr. Araştırmada ocuk sahibi olmayan kadınların eę uyumunun daha fazla olduğu saptanmıştır. Evlilik süresinin fazlalaşması ile eę uyumunun azalması arasında negatif bir ilişki grlmştr. Aynı zamanda kadınların yaşı ile eę uyumunun da negatif bir ilişki içinde olduğu saptanmıştır. Eğitim düzeyi ile eę uyumu arasında ise pozitif bir ilişki mevcuttur.

Evli bireyler evlilik ilişkisini devam ettirmeye yönelik üstlerine düşen sorumluluğu yerine getirmediğinde ruhsal gereksinimler zedelenmekte ve bunun sonucunda evlilik doyumunu azalmaktadır.

Evlilik doyumunu etkileyen ruhsal gereksinimler şunlardır (Tarhan, 2015b);

- 1-Karşılıklı sevgi gereksinimi,
- 2-İtimat etme ve edilme gereksinimi,
- 3-İlgi ve yardım görmek,
- 4-Yalnız bırakılmayacağını bilme gereksinimi,
- 5-Kıymet verilme ve önemli hissetme gereksinimi,
- 6-Güvende hissetme gereksinimi,
- 7-Anlaşılır iletişim kurma gereksinimi,
- 8-Tensel haz gereksinimi,
- 9-Bireysel bağımsızlık gereksinimi,
- 10-ocuk sahibi olma gereksinimi,

11-Zevk alma ve maddi eşitlik gereksinimi,

12-Kendini yetiştirme ve manevi değerler gereksinimi,

Evlilik çatışması bireyi psikolojik olarak olumsuz yönde etkileyen ve evliliğin kalitesini düşüren bir etken olarak tanımlanmaktadır.

Gün içinde iş hayatlarına daha fazla ilgi gösteren kişiler eşlerine yeterli zamanı ayıramayabilirler. Beraber olunan süreçte ise işte yaşanan yorgunluğun etkisiyle sağlıklı bir etkileşim kurulamayabilir. Bu durumda kendini geri planda hisseden eşin evlilikten alacağı hazzın azalacağı düşünülmektedir (Bozkurt, 2014).

Bazen edinilen tecrübelerle birlikte değişme ihtiyacı doğan görevlerin beklenildiği gibi değişmemesi, bireylerin üstlerine düşen görevleri yerine getirmemeleri sorunların temel kaynağını oluşturmaktadır. Bu durumda evlilik kalitesi bakımından mühim olan eşlerin bir arada çalışabilmeleri, birbirlerine yardımcı olabilmeleri, ihtiyaç halinde görevlerinin dışına çıkabilmeleridir. Doğum yapan eşine yardım etmek için ev işlerini yapan erkek bu duruma verilebilecek bir örnektir (Canel, 2011).

Mutlu çiftler birbirleriyle daha çok zaman geçirerek birbirlerini anlamak adına daha çok çaba sarf ederler, mutsuz çiftler ise daha az paylaşımda bulunurlar ve ortaya çıkan sıkıntıları çözmek yerine kaçmayı seçerler. Evlilikte doyum ve iletişim kurmak arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Eşler birbirleriyle ne kadar çok paylaşımda bulunup ne kadar çok zaman geçirirlerse ilişkileri de o kadar sağlıklı olacaktır (Bilici, 2009).

Sağlıklı çiftlerin evlilikten doyum sağlamaları oldukça basittir. Çünkü bu çiftler pozitif ilişkiler kurabilen çiftlerdir. Kendisini karşısındakinin yerine koyamayan, akıl dışı inançlara sahip olan, eşini doğrulamayan bireyler sağlıklı özelliklere sahip olmayan eşlerdir (Çağ, 2011).

Evlilik doyumunun değerlendirilmesinin aile ve evlilik danışmanının, mesleklerini sağlıklı bir şekilde icra etmesini kolaylaştırması açısından önemli bir yeri vardır. Danışmanın mesleğini etkin bir şekilde yapması, evlilik doyumunun

temel faktörlerini tespit etmesi ve sorunların çözümüne etkili bir şekilde müdahale edebilmesi hem danışmanın problem çözme becerisine, hem de danışanın probleminin çözülmesinde büyük rol oynamaktadır. Evlilik doyumuna etki eden değişkenlerin tespit edilmesi ve evliliğin kalitesini inceleyen birtakım ölçeklerin oluşturulmasıyla birlikte eşlerin ve ailelerin alacakları psikolojik desteğin kalitesini de yükseltebilecektir (Çelik M., 2006).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışmanın modeli tarama modeli olup, betimsel bir araştırmaya dayanmaktadır. Bu modelin amacı, iki ve daha fazla parametre arasında var olan değişim ve bu değişimin derecesini saptamaktır.

3.2.EVREN ve ÖRNEKLEM

Bu araştırma İstanbul ilinde yaşayan 170 bireye uygulanmıştır. Katılımcıların evli olmaları dikkate alınmış olup, araştırmaya çift olarak katılma zorunluluğu bulunmamaktadır. Soruların eşlerden bağımsız olarak yanıtlanması istenmiştir. Ölçekler katılımcılara; araştırmacının adını, unvanını ve ölçeklerin nasıl yapılacağını anlatan bir açıklamayla birlikte verilmiştir.

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu çalışmada evli bireylerde evlilik çatışması, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi amacıyla; Evlilik çatışma Ölçeği(EÇÖ), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE), Problem Çözme Envanteri(PÇE), Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) ve Sosyo-Demografik Bilgi Formundan yararlanılmıştır.

3.3.1.Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada bilgi toplamak için araştırmacının hazırlamış olduğu 8 sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Bu formda evli bireylerin cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, evlilik süresi, evlenme biçimi, çalışma durumu, eğitim düzeyi ve gelir düzeyine ilişkin sorular bulunmaktadır. Bu sorular etik kurallara, kişilerin mahremiyetine uygun olarak yöneltilmiştir (Ek.1).

3.3.2.Evlilik Çatışması Ölçeği

Hatipoğlu(1993) tarafından geliştirilmiş olan Evlilik Çatışma Ölçeği 70 sorudan oluşmaktadır. Bu ölçek çiftler arasında yaşanan çatışmaları ve bu çatışmaların yaygınlık ve sıklığını saptamak için geliştirilmiştir. Bu Ölçeğin cronbach-alpha güvenilirlik katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliği için; ölçek, 10 boşanmış ve 35 evli deneğe uygulanmıştır. Boşanmış olan deneklerden evliliklerinde görülen çatışmanın yaygınlığını ve sıklığını ifade etmeleri istenmiştir. Hatipoğlu (1993) çalışmasında, evlilik çatışması ölçeğinde belirtilen cevaplarda sosyal arzu edilebilirliğin etkisini incelemek için Türk kültürüne Berberoğlu ve Martin (1991) tarafından uyarlanan Marlow-Crowne Sosyal Arzu Edilebilirlik Skalası kullanmıştır. Marlow-Crowne Sosyal Arzu Edilebilirlik Skalası evlilik çatışması ölçeği ile birlikte 35 evli deneğe verilmiştir. Evlilik Çatışması Ölçeğinden elde edilen iki skor, yani çatışma yaygınlık ve çatışma sıklık puanları deneklerin Marlow-Crowne Sosyal Arzu Edilebilirlik Skalası skorlarıyla ilişkili bulunmuştur, Çatışma yaygınlık puanı ile Marlow-Crowne Sosyal Arzu Edilebilirlik Skalası puanı arasındaki korelasyon ($r = .16$) ve çatışma sıklık puanı ile Marlow-Crowne Sosyal Arzu Edilebilirlik Skalası puanı arasındaki korelasyon ($r = .12$)'dir (Öztürk, 2016) (Ek-2).

3.3.3.Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

Brennan ve arkadaşları (1998) bu envanteri yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygı olmak üzere iki boyutu ölçmek için geliştirmişlerdir. 36 maddeden meydana gelen ölçeğin 18'i kaygı, 18'i ise kaçınma boyutunu saptamak amacıyla oluşturulmuş 5'li likert tipi bir ölçektir. Türk örnekleme üzerine güvenilirliği ve geçerliliği ile ilgili uyarlama çalışması Sümer (2006) tarafından yapılmıştır. Faktör yapısı ve güvenilirliğinin de incelendiği bu çalışmada kaygı boyutu güvenilirliği .86, kaçınma boyutu güvenilirliği ise .90 düzeyinde bulunmuştur. (Kantarıcı, 2009) (Ek-3).

3.3.4. Problem Çözme Envanteri

Heppner ve Peterson (1982)'nin geliştirdiği ölçeğin Türkçeye uyarlanması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından gerçekleştirilmiş olup, 35 maddeden

oluşmaktadır. 150 kişiden oluşan öğrenci grubuna uygulanmış ve üç etken bulunmuştur. Ölçek; bireyin problem çözme becerileri konusunda kendisini nasıl değerlendirdiğini tespit etmeyi amaçlayan, likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin tümü için Cronbach-Alfa iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .72 ile .85 arasında bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçeklerinin test-tekrar test güvenirlik katsayıları $r=.83$ ile $r=.89$ arasında değişmektedir. (Taşköprü, 2013) (Ek-4).

3.3.5. Evlilik Yaşam Ölçeği

Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) 1986 yılında Tezer tarafından evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumunu belirlemek için geliştirilmiştir. 10 sorudan oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 10 en yüksek puan ise 50'dir. Alınan puanın düşük olması evlilik doyum düzeyinin düşük olduğunu ve puanın yüksek olması ise bireyin evlilik doyum düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin geçerliliğini belirlemek amacıyla, ölçek evli ve boşanmış kişilere uygulanmış ve grupların ölçekten aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($t=6.23$, $p<0.01$). Bu bulgu da ölçeğin dış ölçüte göre geçerliğinin kanıtı olarak gösterilmiştir. Ölçeğin test - tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenirlik kat sayısı 0.85, Cronbach-Alfa iç tutarlılık katsayısı ise erkek grubunda 0.88, kadın grubunda 0.91 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir (Tezer, 1996) (Ek-5).

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır.

Evlilik çatışması, kaygılı bağlanma stilleri, kaçınmalı bağlanma stilleri, problem çözme becerileri ve evlilik doyumunu ölçeklerinden ortaya çıkan değerlerin normal dağılımda olup olmadığını saptamak için yapılan tek örneklem Kolmogorov-

Smirnov testi sonucunda ölçeklerin dağılımının normal dağılmadığı saptanmıştır (Sırasıyla; $z=.196$, $p=0.001$; $z=.090$, $p=0.02$; $z=.071$, $p=0.04$; $z=0.059$, $p=.034$ ve $z=.133$, $p=0.001$). Ölçekler normal dağılım göstermediği için istatistik değerlendirmelerde nonparametrik testler kullanılmıştır. Bunun için Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann Whitney U testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Araştırmanın evlilik çatışması, kaygılı bağlanma stilleri, kaçınmalı bağlanma stilleri, problem çözme becerileri ölçekleri ile evlilik yaşam ölçeği arasındaki ilişkiye spearman korelasyon testi ile aradaki etkiyi de regresyon analiz ile bakılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde evli bireylerin evlilik çatışması, bağlanma stilleri, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu ölçeklerinden elde edilen bilgiler ile araştırmacı tarafından hazırlanan genel bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır. Araştırmaya katılan evli bireylerin demografik değişkenlere göre dağılımları Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Evli Bireylerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=170)

Demografik Özellikler		
	f	%
Cinsiyet		
Kadın	93	54.7
Erkek	77	45.3
Yaş		
21-30 yaş arası	69	40.6
31-40 yaş arası	61	35.9
41-50 yaş arası	27	15.9
51 yaş ve üzeri	13	7.6
Çocuk durumu		
Çocuğu yok	45	26.5
Bir çocuğu var	40	23.5
İki çocuğu var	47	27.6
Üç çocuğu ve üzeri	38	22.4
Evlilik biçimi		
Anlaşarak, severek	133	78.2
Görücü usulü	37	21.8
Çalışma durumu		
Çalışıyor	127	74.7
Çalışmıyor	43	25.3
Eğitim düzeyi		
Ortaokul mezunu ve altı	45	26.5
Lise mezunu	55	32.4

Üniversite mezunu	60	35.2
Yüksek lisans mezunu ve üzeri	10	5.9

Demografik Özellikler		
	f	%
Evlilik süresi		
1-5 yıl arası	68	40.0
6-10 yıl arası	35	20.6
11-15 yıl arası	18	10.6
16-20 yıl arası	16	9.4
21 yıl ve üzeri	33	19.4
Gelir düzeyi		
1500 TL ve altı	39	22.9
1501 TL – 2500 TL arası	57	33.5
2501 TL – 3500 TL arası	42	24.8
3501 TL ve üzeri	32	18.8

Araştırma dahilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 170 evli bireyin 93'ü (%54.7) kadınlardan ve 77'si (%45.3) erkeklerden oluştuğu görülmüştür. Evli bireylerin yaş ortalaması 34.67 ± 9.34 olduğu, 47'sinin (%27.6) iki çocuğu olduğu, 133'ünün (%78.2) eşiyle anlaşarak evlendiği, 127'sinin (%74.7) herhangi bir işte çalışmakta olduğu, 60'ının (%35.2) üniversite mezunu olduğu, evlilik süresi ortalaması 10.88 ± 9.72 olduğu ve 57'sinin (%33.5) gelir düzeyi 1501 TL – 2500 TL arasında olduğu görülmüştür.

Tablo 4.2. Evli Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Boyutlarının Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı

Alt boyutların puanları	Ort. ve SS
Kaygılı bağlanma stilleri alt boyutunun puanları	73.25 ± 12.35
Kaçınmalı bağlanma stilleri alt boyutunun puanları	74.21 ± 9.39

Tablo 4.2'de görüldüğü gibi; evli bireylerin kaygılı bağlanma stilleri alt boyutunun puan ortalaması 73.25 ve standart sapması 12.35 olduğu ve kaçınmalı bağlanma stilleri alt boyutunun puan ortalaması 74.21 ve standart sapması 9.39

olduğu görülmüştür. Ortalama değerlere baktığımızda grubun kaçınmalı bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür.

Tablo 4.3: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı

	Ort. ve SS
Evlilik yaşam ölçeğinin puanları	33.01±6.42

Tablo 4.3’de görüldüğü gibi; evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puan ortalaması 33.01 ve standart sapması 6.42 olduğu görülmüştür.

Tablo 4.4: Evli Bireylerin Problem Çözme Envanterinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı

	Ort. ve SS
Problem çözme envanterinin puanları	98.80±20.05

Tablo 4.4’de görüldüğü gibi; evli bireylerin problem çözme envanterinin puan ortalaması 98.80 ve standart sapması 20.05 olduğu görülmüştür.

Tablo 4.5: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Ölçeğinin Puan Ortalamalarına Göre Grubun Dağılımı

	Ort. ve SS
Evlilik çatışması ölçeğinin puanları	9.22±10.78

Tablo 4.5’de görüldüğü gibi; evli bireylerin evlilik çatışması ölçeğinin puan ortalaması 9.22 ve standart sapması 10.78 olduğu görülmüştür.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde birinci olarak “Evli bireylerin evlilik çatışması ölçeğinden aldıkları puanlar ile evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.6: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Ölçeği Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Evlilik çatışması ölçeği puanları	Evlilik yaşam ölçeği puanları	170	-.398	.001**

**p<0.01

Tablo 4.6’da görüldüğü gibi; evli bireylerin evlilik çatışması ölçeğinden aldıkları puanlarla evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasındaki ilişki negatif yönde anlamlı bulunmuştur ($r=-.398$; $p<0.01$). Bir diğer deyişle evli bireylerin evlilik çatışması düzeyleri arttıkça; evlilik doyumu düzeyleri de düşmekte olduğu görülmektedir.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde ikinci olarak “Evli bireylerin kaygılı bağlanma stillerinden aldıkları puanlar ile evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.7: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stilleri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Kaygılı bağlanma stilleri puanları	Evlilik yaşam ölçeği puanları	170	-.255	.001**

**p<0.01

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi; evli bireylerin kaygılı bağlanma stillerinden aldıkları puanlarla evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasındaki ilişki negatif yönde anlamlı bulunmuştur ($r=-.255$; $p<0.01$). Bir diğer deyişle evli bireylerin kaygılı bağlanma stilleri düzeyleri arttıkça; evlilik doyumu düzeyleri de düşmekte olduğu görülmektedir.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde üçüncü olarak “Evli bireylerin kaçınmalı bağlanma stilleri puanları ile evlilik yaşam ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.8: Evli Bireylerin Kaçınmalý Baęlanma Stilleri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeęi Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Kaçınmalý baęlanma stilleri puanları	Evlilik yaşam ölçeği puanları	170	-.078	.026*

*p<0.05

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi; evli bireylerin kaçınmalý bağlanma stillerinden aldıkları puanlarla evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasındaki ilişki negatif yönde anlamlı bulunmuştur (r=-.078; p<0.05). Bir diğer deyişle evli bireylerin kaçınmalý bağlanma stilleri düzeyleri arttıkça; evlilik doyumu düzeyleri de düşmekte olduğu görülmektedir.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde dördüncü olarak “Evli bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri aldıkları puanlar ile evlilik yaşam ölçeği puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.9: Evli Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri puanları	Evlilik yaşam ölçeği puanları	170	.122	.114

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi; evli bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinden aldıkları puanlarla evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (r=.122; p>0.05).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde beşinci olarak “Evli bireylerin problem çözme envanterinden aldıkları puanlar ile evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.10: Evli Bireylerin Problem Çözme Envanteri Puanları ile Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Problem çözme envanteri puanları	Evlilik yaşam ölçeği puanları	170	-.285	.001**

**p<0.01

Tablo 4.10’da görüldüğü gibi; evli bireylerin problem çözme envanterinden aldıkları puanlarla evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasındaki ilişki negatif yönde anlamlı bulunmuştur ($r=-.285$; $p<0.01$). Bir diğer deyişle evli bireylerin problem çözme becerileri konusunda kendisini yetersiz hissetme düzeyleri arttıkça; evlilik doyumu düzeyleri de düşmekte olduğu görülmektedir.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde altıncı olarak “ Evli bireylerin evlilik çatışması ölçeğinden aldıkları puanların evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.11: Evli Bireylerin Evlilik Çatışması Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R^2
Evlilik doyumu	Sabit	35.454	60.733	.001	41.271	.001	.197
	Evlilik çatışması	-.265	-6.424	.001			

Tablo 4.11’de görüldüğü gibi; evlilik çatışması düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=41.271$; $p<0.01$). Evlilik doyumu düzeyinin belirleyicisi olarak evlilik çatışması düzeyi ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0.197$). Bireylerin evlilik çatışması düzeyi evlilik doyumu düzeyini düşürmektedir ($\beta=-.265$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yedinci olarak “ Evli bireylerin kaygılı bağlanma stilleri alt ölçeğinden aldıkları puanların evli bireylerin evlilik doyumu ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.12: Evli Bireylerin Kaygılı Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Evlilik doyumu	Sabit	24.137	8.323	.001	9.630	.002	.054
	Kaygılı bağlanma stilleri	-.121	3.103	.002			

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi; kaygılı bağlanma stilleri düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=9.630$; $p<0.01$). Evlilik doyumu düzeyinin belirleyicisi olarak kaygılı bağlanma stilleri düzeyi ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0.054$). Bireylerin kaygılı bağlanma stilleri düzeyi evlilik doyumu düzeyini düşürmektedir ($\beta=-.121$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde sekizinci olarak “ Evli bireylerin kaçınmalı bağlanma stilleri alt ölçeğinden aldıkları puanların evli bireylerin evlilik doyumu ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.13: Evli Bireylerin Kaçınmalý Baęlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Evlilik doyumu	Sabit	40.409	10.340	.001	3.640	.003	.021
	Kaçınmalý baęlanma stilleri	-.100	-1.908	.003			

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi; kaçınmalý baęlanma stilleri düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki iliřki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuřtur (F=3.640; p<0.01). Evlilik doyumu düzeyinin belirleyicisi olarak kaçınmalý baęlanma stilleri düzeyi ile iliřkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduđu görülmüřtür (R²=0.021). Bireylerin kaçınmalý baęlanma stilleri düzeyi evlilik doyumu düzeyini düşürmektedir (β =-.100).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde dokuzuncu olarak “ Evli bireylerin bağlanma stilleri ölçeğinden aldıkları puanların evli bireylerin evlilik doyumu ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.14: Evli Bireylerin Bağlanma Stilleri Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Evlilik doyumu	Sabit	23.561	3.980	.001	2.566	.111	.015
	Bağlanma stilleri	.064	1.602				

Tablo 4.14’de görüldüğü gibi; bağlanma stilleri düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (F=2.566 ; p>0.05).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde onuncu olarak “ Evli bireylerin problem çözme becerisi ölçeğinden aldıkları puanların evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.15: Evli Bireylerin Problem Çözme Becerisi Düzeylerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	T	p	F	Model (p)	R ²
Evlilik doyumu	Sabit	42.505	17.871	.001	16.583	.001	.090
	Problem çözme becerisi	-.096	-4.072	.001			

Tablo 4.15’de görüldüğü gibi; problem çözme becerisi düzeyleri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=16.583$; $p<0.01$). Evlilik doyumu düzeyinin belirleyicisi olarak problem çözme becerisi düzeyi ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0.090$). Bireylerin problem çözme becerileri konusunda kendisini yetersiz hissetme düzeyleri arttıkça evlilik doyumu düzeyini düşürmektedir ($\beta=-.096$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on birinci olarak “Evli bireylerin cinsiyetleri ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.16: Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması

Grup		N	X	SS	U	Z	p
Evlilik yaşam ölçeği	Kadın	93	33.02	6.29	3469.00	-.350	.726
	Erkek	77	33.00	6.63			
	Toplam	170					

Tablo 4.16’da görüldüğü gibi; evli bireylerin cinsiyetlerine göre bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($U=3469.00$; $p>0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on ikinci olarak “Evli bireylerin yaşları ile evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.17: Evli Bireylerin Yaşları ile Evlilik Yaşam Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Yaş	Evlilikyaşam ölçeğinin puanları	170	-.122	.147

Tablo 4.17’de görüldüğü gibi; evli bireylerin yaşları ile bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=-.122$; $p>0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on üçüncü olarak “Evli bireylerin çocuk durumu ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır

Tablo 4.18: Evli Bireylerin Çocuk Sayısı İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması

	Grup	N	X	SS	sd	X ²	p
Evlilik yaşam ölçeği	Çocuğu yok	45	33.57	6.45	3	1.49	.683
	Bir çocuk	40	32.87	4.71			
	İki çocuk	47	32.85	7.93			
	Üç çocuk ve üzeri	38	32.68	6.07			
	Toplam	170					

Tablo 4.18’ de görüldüğü gibi örneklem grubunu oluşturan evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanların çocuk durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($\chi^2 = 1.49$; $p > 0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on dördüncü olarak “Evli bireylerin evlilik biçimleri ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.19: Evli Bireylerin Evlilik Biçimlerine Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması

<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Evlilik yaşam ölçeği	Anlaşarak	133	33.47	6.01	1903.50	-2.11	.035*
	Görücü usulü	37	31.35	7.58			
	Toplam	170					

* $p < 0.05$

Tablo 4.19’da görüldüğü gibi; evli bireylerin evlilik biçimlerine göre gruplar arasında evli bireylerin evlilik yaşam ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p < 0.05$). Evli bireylerin evlilik yaşam ölçeği puanları açısından eşleriyle anlaşarak evlenen bireylerin lehine anlamlı bir fark vardır [$U = 1903.50$, $p = .035$]. Eşleriyle anlaşarak evlenen bireylerin eşleriyle görücü usulü evlenen bireylere oranla evlilik doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on beşinci olarak “Evli bireylerin evlilik süreleri ile evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.20: Evli Bireylerin Evlilik Süreleri ile Evlilik Yaşam Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Boyut	Boyut	N	r	p
Evlilik süresi	Evlilik yaşam ölçeğinin puanları	170	-.142	.065

Tablo 4.20’de görüldüğü gibi; evli bireylerin evlilik süreleri ile bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=-.142$; $p>0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on altıncı olarak “Evli bireylerin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıkları ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.21: Evli Bireylerin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadıklarına Göre Grupların Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması

Grup	N	X	SS	U	Z	p
Evlilik yaşam ölçeği	Çalışıyor	127	33.00	5.87		
	Çalışmıyor	43	33.04	7.91	2649.50	-.292 .771
	Toplam	170				

Tablo 4.21’de görüldüğü gibi; evli bireylerin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıklarına göre bireylerin evlilik yaşam ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($U=2649.50$; $p>0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on yedinci olarak “Evli bireylerin eğitim düzeyleri ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır

Tablo 4.22: Evli Bireylerin Eğitim Düzeyleri İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>
Evlilik yaşam Ölçeği	Ortaokul mezunu	45	31.75	7.98	3	3.03	.386
	Lise mezunu	55	32.50	5.87			
	Üniversite mezunu	60	33.86	5.31			
	Yüksek lisans ve üzeri	10	36.30	6.78			
	Toplam	170					

Tablo 4.22’ de görüldüğü gibi örneklem grubunu oluşturan evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanların eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($\chi^2 = 3.03$; $p > 0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on sekizinci olarak “Evli bireylerin gelir düzeyleri ile evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.23: Evli Bireylerin Gelir Düzeyleri İle Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeğinin Puanları Açısından Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>
Evlilik Yaşam Ölçeği	1500 TL ve altı	39	31.20	7.28	3	4.11	.250
	1501 TL - 2500 TL arası	57	33.80	6.18			
	2501 TL - 3500 TL arası	42	33.09	6.67			
	3501 TL ve üzeri	32	33.68	5.13			
	Toplam	170					

Tablo 4.23’ de görüldüğü gibi örneklem grubunu oluşturan evli bireylerin evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları puanların gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($\chi^2 = 4.11$; $p > 0.05$).



BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, YORUM VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Çalışmanın bu bölümü, ortaya çıkan sonuçların bilimsel çalışmaların desteği ile tartışılmasını içermektedir.

Yapılan bu araştırmada, evli bireylerde yaşanan çatışmalar, bağlanma stilleri ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda araştırmanın bir diğer amacı ise; evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, gelir düzeyi, çalışma durumu, evlilik süresi, eğitim düzeyi, evlenme biçimi) farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Evlilikten alınan doyumun çiftler arasında sağlıklı ilişkilerin kurulmasında oldukça önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir. Evlilikten alınan doyumun azalması, mutsuz evliliklere ve buna bağlı olarak boşanmalara sebep olabilmektedir. Bu yüzden son yıllarda evlilik doyumu ile ilgili yapılan çalışmaların sayısı her geçen gün artmaktadır. Yapılan araştırmalara göre evlilikte doyumun evlilik çatışması, bağlanma modelleri ve problem çözme becerileri ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Çünkü zaman zaman yaşanan çatışmalar, doğru problem çözme becerilerinin kullanılmaması ve sağlıklı bir bağlanma biçiminin kurulamaması evlilik doyumunu düşürebilmekte ve evliliğin temelini derinden sarsabilmektedir. Aynı zamanda bunlara ek olarak birtakım demografik değişkenlerin de evlilik doyumunu etkileyebileceği öngörülmüştür. Bu değişkenler cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, gelir düzeyi, çalışma durumu, evlilik süresi, eğitim düzeyi ve evlenme biçimidir.

Elde edilen bulgular incelendiğinde evlilikte yaşanan çatışmalar, kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinin evlilik doyumunu düşürdüğü ve yetersiz problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Aynı zamanda evlenme biçiminin de evlilik doyumu ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Görücü usulü

evlenen bireylerin anlaşarak evlenen bireylere göre evlilik doyumuğunun düştüğü grlmştr.

5.1.1.Evli Bireylerde Evlilik atışması İle Evlilik Doyumu Arasındaki Bulgu Sonuçlarının Tartışılması

Bu araştırma sonucunda evlilikte yaşanan çatışmalar arttıkça, evlilik doyumu düşmektedir. Bulunan sonuca göre evliliğinde daha az çatışma yaşayan bireylerin evlilik doyumuğunun daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Konu ile ilgili yapılan çalışmalar da bu bulguları destekler niteliktedir.

Zeytinoğlu, (2013); 200 evli birey üzerinde yaptıkı çalışmada evlilik doyumu ile en çok ilişkisi bulunan değişkenin evlilik atışması olduğunu, aynı zamanda evlilik doyumu ile evlilik atışması arasında yüksek düzeyde ters yönde bir ilişkinin olduğunu belirtmektedir.

Hatipoğlu, (1993); 154 kişi üzerinde yaptıkı çalışmada, evlilik çatışmasının sıklıkla yaşanmasının evlilik doyumunu belirlemede önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır.

Tezer'in (1986) evlilikten alınan doyum ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında evli çiftler arasında meydana gelen çatışmaların yaygınlıkı, sıklıkı ve oluşturduğu gerginlik ve bunların sebeplerini hem kendisine hem de birlikte olduğu kişiye yükleme ve yaşanan çatışmaları nasıl ele aldığı ile evlilikten alınan doyum arasındaki ilişkileri incelemiştir. Çiftler arasında yaşanan çatışmalar ve evlilikten alınan doyumun birbiri ile ilişkili olduğu gösterilmektedir (Günay, 2007).

Bozoğlan, (2014); 404 kişi üzerinde sosyal destek ve yaşam doyumuğunun çatışma yaşama durumunu açıklama düzeyini araştırmıştır. Yapılan çalışmada çatışma yaşama durumu ile bireye verilen destek ve yaşam doyumu değişkenleri arasında ilişki bulunmaktadır. Bu alışma çatışmanın açıklanmasında yaşam doyumuğunun önemli bir etken olduğunu göstermektedir.

Her evlilikte eşler birtakım sıkıntılarla karşılaşabilmekte ve bu sıkıntılar büyüyerek çatışmalara sebep olabilmektedir. Yaşanan bu çatışmalar çoğunlukla

eşlerin birbirlerinin isteklerine ve ihtiyaçlarına müdahale etmesi ve engellemesi durumunda ortaya çıkabilmektedir. Eşlerin birbirlerinin isteklerine, ihtiyaçlarına saygı duymaması, bencil davranması, olumsuz bir tutum içinde olması çatışmaların daha da tırmanmasına neden olabilmektedir. Evlilikte sağlanan doyumu; kişilerin evlilik ile ilgili beklentileri büyük ölçüde etkileyebilmektedir. Bu beklentiler her birey için farklılık göstermektedir. Bazı bireyler için mutluluk, sevgi, saygı ön planda iken, bazı bireyler için ise farklı faktörler ön plana çıkabilmektedir. Evlilikten beklentilerin gerçekleşmediği, isteklerin engellendiği durumlarda çiftlerin evlilikleri olumsuz etkilenebilmektedir. Her geçen gün çatışmaların daha sık olması, bu sıkıntıları çözmek için bireylerin adım atmaması veya sorunları çözmek konusunda yetersiz olmaları evliliğin kalitesini düşürebilmektedir.

5.1.2.Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri İle Evlilik Doyumu Arasındaki Bulgu Sonuçlarının Tartışılması

Bu araştırmada bağlanma stilleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat bağlanma stillerinin alt boyutları olan kaygılı ve kaçınmalı bağlanma stilleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Evli bireylerin kaygılı bağlanma düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinin de düşmekte olduğu görülmektedir. Bir diğer alt boyut olan kaçınmalı bağlanma düzeyleri arttıkça evlilik doyumu düzeylerinin de düşmekte olduğu görülmektedir.

Erdoğan, (2007) evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri, mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkileri araştırdığı çalışmasında evliliklerinde sorun ve çatışmalar yaşayan bireylerde kadınların bağlanma stillerinde, kaçınma ve kaygı alt boyutlarından yüksek puanlar aldığı, erkeklerin ise kaçınma boyutundan yüksek puan aldığını ortaya koymuştur.

Açık, (2008) araştırmasında birliktelik durumunun, bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma düzeylerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir. Kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinden elde edilen puan arttıkça evlilik uyum ve doyumunun azaldığı görülmektedir.

Sarı, (2012) araştırmasında bağlanma stilleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi bulmak için yapılan analizler sonucunda kaygılı ve kaçınmalı bağlanma stillerine sahip bireylerin evlilik doyumlarının düşük olduğu bulunmuştur.

Sığırcı, (2010) evli çiftlerin bağlanma stilleri ve evliliğe olan inançlarının evlilikten alınan doyum ile ilişkisini inceleyen araştırmasında evlilik doyumu ile bağlanma stilleri arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki bulunmuştur. Yani kaygılı ve kaçınmalı bağlanma stilleri düzeyi yükseldikçe evlilikten alınan doyumun düştüğü görülmüştür.

Carnelley, Piedromonaco ve Jaffe tarafından yapılan bir başka çalışmada hem kaçınan hem de kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik sürecinde yeterince doyum sağlamadıkları ve eşlerinin aralarındaki uyumun da düşük olduğu görülmüştür (Yılmaz, 2015).

Erden, (2016) kişinin yakın ilişkilerde yaşadığı kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma, bağlanma pozisyonları ve kendini izleme tarzının yanı sıra, eşin algılanan kendini izleme tarzının ve algılanan eş davranışlarının evlilik doyumu üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında eşin kontrolcü biri olarak algılanmasının ve yakın ilişkilerde kaygılı olmanın ise evlilik doyumunu anlamlı bir şekilde açıkladığı bulunmuştur.

Literatürdeki çalışmalar bu araştırmayı destekler niteliktedir. Evliliklerde eşlerin birbirlerine nasıl bir bağlanma tutumu geliştirdikleri büyük önem taşımaktadır. Güvenli bağlanmanın olduğu evliliklerde eşler kolayca birbirlerine yakınlaşıp, güvenli bir şekilde uzun süreli bağlanabilirken, kaygılı ve kaçınmalı bağlanmaların olduğu evliliklerde eşler çoğunlukla birbirlerine karşı güvensiz, kaygılı ve kaçınmalı bir tutum sergilerler. Bu da evlilikten alınan doyum etkileyebilmektedir. Kaçınmalı ve kaygılı bağlanan bireyler eşlerine karşı güven duyamazlar ve yakınlık kuramazlar. Zamanla evlilikte problemler ortaya çıkmaya başlar ve ortaya çıkan problemler evliliğin kalitesini düşürebilmektedir.

5.1.3.Evli Bireylerde Problem Çözme Becerileri İle Evlilik Doyumu Arasındaki Bulgu Sonuçlarının Tartışılması

Bu çalışmada evli bireylerin problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Başka deyişle evli çiftlerin problem çözme becerileri konusunda kendilerini yetersiz hissetme düzeyleri arttıkça; evlilik doyumu düzeyleri de düşmekte olduğu görülmektedir.

Canel, (2007) ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu arttırma grup çalışmasının sonucunda evli bireylerin evlilik doyumlarını, evlilik uyumlarını, evli çiftlerin aralarındaki ilişkilerinden duydukları mutluluğu, eşlerine duydukları yakınlığı arttırmakta eşle yaşanan çatışmalarını ve eşlerine karşı öfkelerini azaltmakta etkili olduğu belirlemiş, stresle başa çıkma tarzları açısından kendilerine güvenlerini arttırmakta da etkili olduğu saptanmıştır.

Güven, (2005) yaptığı araştırma evlilik doyumunun yordayıcılarının neler olduğunu saptamak amacıyla yapılmıştır. 305 kişinin katılımı ile gerçekleştirilen bu çalışmada evlilik sürecinde problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ilk sırada, gerçekçi olmayan bilişsel çarpıtmaların ise ikinci sırada yordadığı bulunmuştur.

Hünler ve Gençöz'ün (2003) 92 evli çift üzerinde yapmış olduğu çalışmada çiftlerin ilişkilerinde yaşadıkları boyun eğici davranışlarında meydana gelen artışlar problem çözme becerilerinin azalmasına, bu da evlilik doyumlarının düşmesine sebep olmaktadır.

Taşköprü'nün (2013) yaptığı araştırma kapsamında evlilik doyumunun stresle başa çıkma yolları, problem çözme becerileri ve evlilik süresi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre problem çözme becerileri yüksek olan bireylerin evlilik doyumlarının yükseldiği, düşük problem çözme becerilerine sahip olan bireylerin ise evlilik doyumlarının düştüğü görülmektedir.

Evli çiftler arasında çeşitli sebeplerden dolayı birtakım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Tartışmaların ve çatışmaların olmadığı bir evlilik hayatının olması

mümkün değildir. Kimi zaman kadının çalışması, ekonomik faktörler, değişen yaşam koşulları kimi zaman ise kişilerin evlilikten beklentilerinin gerçekleşmemesi çatışmalara neden olabilmektedir. Evlilikte önemli olan çatışmaların var olması değil, yaşanan çatışmaların nasıl üstesinden gelindiğidir. Yaşanan çatışmalarla başa çıkılan evlilikler daha sağlam, sarsılmaz bir şekilde ayakta dururken, üstesinden gelinemeyen çatışmalarda ise evliliğin temeli derinden sarsılmaktadır. Çatışmalar her evlilikte olabilmektedir. Yaşanan bu problemleri uygun bir şekilde çözmek ve bu konuda beceri sahibi olmak evliliği daha da sağlamlaştırmaktadır. Bu yüzden evli bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları problemleri doğru çözebilme becerisine sahip olması evlilikten alınan tatmini artırırken, bireylerin bu problemleri çözme konusunda yetersiz olması evlilikten alınan tatmini azaltabilmektedir.

Yapılan araştırmalarda bu çalışmayı destekler niteliktedir.

5.1.4.Evlilik Doyumu İle Bazı Demografik Değişkenler Arasında Bulgu Sonuçlarının Tartışılması

Literatür incelendiğine evlilik doyumu ile cinsiyet arasındaki ilişki arasında farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Anar (2011) kadınların evlilik doyumlarının erkeklerin evlilik doyumundan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Güngör (2007) , Demir (2014), Çağ (2011), Aktürk (2006), Koçkan (2015) yaptıkları araştırma sonucunda erkeklerin evlilik doyumu puanlarının kadınların evlilik doyumu puanlarından daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu çalışmada cinsiyet ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışmayı destekleyen Çelik M.' nin (2006) yapmış olduğu araştırmada evlilik doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Bunun yanında Günay (2007), Güven (2005), Beştav (2007), Çınar (2008), Berk (2009), Çetin (2010), Bozkurt (2014) tarafından yapılan çalışmalar araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir. Bu araştırmada evlilik doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamasının sebebi; her iki bireyin de evlilikten beklentilerinin aynı doğrultuda olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Aslında erkekte, kadında evliliklerinde mutlu, huzurlu, güvenli bir ortamın olmasını ve evlilikte doyuma ulaşabilmeyi hedefler. Bu yüzden evli çiftlerin evlilikten aldıkları doyum ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamış olabilir.

Araştırmanın diğer değişkeni ise evlilik doyumunun yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığıdır. Araştırmamızda evlilik doyumu ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Literatürde bunu destekleyen birçok çalışma mevcuttur. Bozkurt (2014), Güven (2005), Çınar (2008), Berk (2009), Anar (2011), Çağ (2011) ve Çetin (2010) tarafından yapılan çalışmalarda evlilik doyumu ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yapılan araştırmalar bu çalışmayı desteklemektedir. Araştırma sonuçlarına göre evlilik doyumu için yaş önemli bir faktör olarak bulunamamıştır. Çünkü bireyler sadece belirli yaş dönemlerinde değil, hayatın her döneminde evliliklerinden doyum sağlayabilirler. Ancak bazı çalışmalar evlilik doyumu ile yaş arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Demiray (2006) evlilik uyumu ve yaş arasındaki ilişkiyi incelemiş ve 31-41 yaş aralığındaki bireylerin evlilik uyumu ve bağlılık puanlarının azaldığını görmüştür. İlerleyen yaşla birlikte çiftlerin evlilikten aldıkları tatmin düşmekte ve istedikleri gibi sağlıklı bir ilişki yaşanmamışsa ortaya çıkan pişmanlıklar evlilik doyumunun düşmesine yol açmaktadır.

Evlilik doyumu ile evlenme biçimi arasındaki ilişki incelenmiş, bu çalışmada eşleriyle anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulü evlenen bireylere oranla evlilik doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bunun sebepleri düşünüldüğünde; anlaşarak evlenen bireyler flört döneminde birbirlerini tanıma fırsatı bulurlar. Kendi beklentilerine, fikirlerine ve bakış açılarına göre karar verirler. Ancak görücü usulü evlenen bireyler ailelerinin ve toplumun fikirlerini daha fazla ön planda tutabilirler. Daha çok evlendikten sonra birbirlerini tanıma şansı bulurlar. Evliliklerinde sorun yaşadıklarında ise aile ve toplumun düşüncelerine kendi düşüncelerinden daha çok önem verdikleri için evliliklerini boşanma ile sonuçlandırmayıp, çoğunlukla huzursuz bir şekilde sürdürürler. Evlilikte yaşanan bu huzursuzluklar evlilik doyumunun düşmesine sebep olabilir. Houser (2009), Yaşar, (2009), Çelik C.K. (2006), Koçkan (2015) tarafından yapılan araştırmada anlaşarak evlenenlerin evlilik doyumları daha yüksek bulunmuştur. Yapılan araştırmalar bu çalışma ile paralellik göstermektedir. Ancak evlenme biçimi ile evlilik doyumu arasında ilişki bulunamayan çalışmalarda mevcuttur. Bozkurt (2014), Berk (2009), Çelik, M. (2006) ve Çağ (2011) araştırmasında bulunan sonuçlar çalışmamız ile tutarlılık göstermemektedir.

Bu araştırmada evlilik doyumu ile evlilik süresi arasında yapılan incelemelerde anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çünkü bireyler evliliğinin ilk yıllarında heyecan, heves, aşkla birlikte evliliklerinden çok fazla doyum alabildikleri gibi, ilerleyen yıllarda sevginin azalması, alışkanlıkların gündeme gelmesi, kendi evlilik hayatlarından çok çocuklara odaklanma evlilik doyumunu azaltabilmektedir. Evliliklerde bunun tam tersi durumlarda yaşanabilmektedir. Evliliğın ilk yıllarında sıkıntı çeken, birbirini tanımak için çaba sarf eden, yeni bir düzene uyum sağlamaya çalışan çiftler evliliklerinde doyum sağlayamayabilirler. Ancak ilerleyen zamanda aileye çocuklarında katılması, evlilikte düzenin kurulması ve çiftlerin birbirini çok iyi tanımaları evlilikten alınan doyumu arttırabilmektedir. Bu yüzden evlilikte geçirilen süre evlilik doyumunu belirleyen kritik bir faktör olmayabilir. Çınar (2008), Anar (2011) ve Çağ (2011) bulgu sonuçları ile bu çalışma tutarlılık göstermektedir. Bunun yanında evlilik süresinin evlilik doyumunu yordadığı çalışmalarda mevcuttur. Demir'in (2014) yapmış olduğu çalışmada 3-6 yıldır evli olan bireylerin evlilik doyumlarının, 11-14 yıldır evli olan bireylere göre daha fazla olduğu görölmüştür. Evlilik doyumu ortalama puanlarına bakıldığında ise evlilik süresi arttıkça puanların kademeli olarak düştüğü görölmektedir.

Evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çınar (2008), Çelik M. (2006), Çağ (2011), Berk (2009) tarafından yapılan araştırmalar ile bu çalışma paralellik göstermektedir. Evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamasının nedenleri; yaşam koşulları, sosyoekonomik düzey, kişilik özellikleri olabileceği düşünölmektedir. Ancak bunun yanı sıra evlilikte yaşanan doyum ile çocuk sayısı arasındaki ilişkiyi anlamlı bulan çalışmalar da vardır. Bu çalışmalar Yaşar (2009), Bozkurt (2014)' ün çalışmalarında çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumu azalmaktadır. Bu sonuçlar araştırmamız ile tutarsızlık göstermektedir.

Evli ve çalışan bireylerin gelir düzeyine göre evlilik doyumu puanları arasında önemli farklılıklar görölmemiştir. Bu sonuç, Anar (2011) ve Çağ (2011), Bozkurt (2014) tarafından yapılan araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Yani evli bireylerin aylık ortalama gelir düzeyleri ne olursa olsun evliliklerinden her zaman doyum alabilecekleri söylenebilir. Çünkü bireylerin evlilikten ve eşlerinden

beklentileri evlilikten alınan doyumu etkileyebilmektedir. Aslında evliliklerde gelir düzeyinden daha önemli olan unsur eşlerin birbiriyle kurdukları iletişim ve yakın ilişkidir. Yaşar (2009), Curun (2006) yapmış olduğu çalışmalarda araştırmamız açısından tutarlılık göstermemektedir.

Evli bireylerin aldıkları eğitim düzeylerine göre evlilik doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılığın bulunamadığı görülmüştür. Berk (2008), Çağ(2011), Bozkurt (2014)' ün yaptığı çalışmalarda eğitim düzeyleri ile evlilikten alınan doyum arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan çalışmalar bu araştırma ile paralellik göstermektedir. Araştırma sonuçları eğitim düzeyi ne olursa olsun bireylerin evliliklerinden doyum alabileceklerini düşündürmektedir. Ancak eğitim düzeyleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi açıklayan çalışmalara da rastlanmaktadır. Yaşar (2009), Anar (2011)' in çalışmaları evlilik doyumu ile bireylerin aldıkları eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir.

Evli bireylerin çalışma durumu ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Taşdemir'in (2014) evlilik doyumu ile bilişsel şemalar arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada çalışma durumu ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Demir'in (2014) yapmış olduğu çalışmada da evlilik doyumu ile çalışma durumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yapılan araştırmalar bu çalışma ile paralellik göstermektedir.

5.2.Öneriler

Sağlıklı evlilikler, sağlıklı ailelerin temelini oluşturmaktadır. Doyumlu bir evliliğin oluşmasında eşlerin yaşanan çatışmaları çözümlemesi, güvenli bir bağ oluşturmaları ve bu çatışmaları çözümlemede problem çözme becerisini etkin bir şekilde kullanmaları gerekir. Bu amaçla;

-Evlilikte yaşanan çatışmalarda eşlerin birbirine karşı daha anlayışlı, sabırlı, esnek, empati kurarak birbirlerine yaklaşmaları,

-Eşlerin karşılıklı olarak kurdukları ilişkilerde doğru iletişim yöntemlerini kullanmaları ve kurdukları iletişimde yargılayıcı ve suçlayıcı olmaktan kaçınmaları,

-Çiftlerin evliliklerinde yaşadıkları problemlerin çözümlenmesinde problem çözme becerileri konusuna ağırlık vermeleri ve gerekirse bu konularda eğitim almaları,

-Evlilikte sorunlar büyümeden çözümlenebilmesi, güvenli bir bağın oluşturulması ve çıkmaza giren bir evliliğin kurtarılması için evlilik ve aile danışmanlığından destek almaları önerilmektedir.



KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Akgün, R. ve Polat-Uluocak, G. (2010). Evlilikte Etkili İletişim ve Problem Çözme: Bir Toplum Merkezindeki Kadınlarla Gerçekleştirilen Grup Çalışması. Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi, 6(23), 9-22.
- Alacahan, O. (2010). Aile Birliğini Oluşturan Faktörler ve İşlevleri. C.Ü. İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi, 11(1), 289-298.
- Alpay, A. (2009). Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Anar, B. (2011). Evli ve Çalışan Yetişkinlerin Toplumsal Cinsiyet Rollerini ile Evlilik Doyumu ve İş Doyumu İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Arı, F. (2015). Evliliklerinde Sorun Yaşayan Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının İncelenmesi. Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ateş, R. (2015). Evlilikte İlk Yıllar, Çatışmalar ve Güç Kavramı. H. Yavuzer (Ed.), Evlilik Okulu: Evlilikte Kişilerarası ilişkiler ve İletişim Becerileri içinde (114-124), 11. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bacanlı, H. (2001). Eş Tercihleri. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(15), 7-16.
- Balaman, A.R. (2002). Evlilik ve Akrabalık Türleri: Sosyal Antropolojik Yaklaşım. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları

- Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2015). Stres ve Başa Çıkma Yolları. 32. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baran, M. (2013). Kadınlara Verilen İletişim Çatışmaları Eğitiminin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Bartholomew, K. , Horowitz, L.M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 226-244.
- Berk, M. (2009). Evli Öğretmenlerin Yükleme Tarzları ve Evlilik Doyum Algılarının Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Beştav, F.G. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bilici, Z. (2009). Çocuk Sahibi Olan ve Olmayan Ailelerin Problem Çözme Becerilerinin ve Yaşam Doyumlarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Bolat, S. (2007). İletişim ve Edebiyat. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Boran, F. (2003). Aşk ve Evlilik. İstanbul: Epsilon Yayınları.
- Bozkurt, A. (2014). Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri, Aile İçi Eşler Arası Şiddet ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Bozoğlu, B. (2014). Çatışmanın Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve Yaşam Doyumu. Kastamonu Eğitim Dergisi, 22(1), 161-175.

- Bretherton, I. (1992). The origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Bulduk, S. (2015). Annelerin Evlilik Çatışması Çözüm Stillerinin Çocuklarının Algılamasındaki Biçimleyici Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Canel, A.N. (2007). Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Canel, A.N. (2011). Evlilik ve Aile Hayatı. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. 2. Baskı, İstanbul: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Civan, A. (2011). Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzları ile Algılanan Evlilik Kalitesinin İlişkisi Duygusal Farkındalığın Rolü. Yüksek lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Çağ, P. (2011). Evli Bireylerde Eş Desteği ve Evlilik Doyumu. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çam, S. ve Tümkaya, S. (2007). Kişilerarası Problem Çözme Envanterinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 96-108.
- Çavuşoğlu, F.N. (2007). Evli Çiftlerin Kendi Aile Yapı ve İşlevselliklerinin Aile Orijinleriyle Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çekici, F. (2009). Problem Çözme Terapisine Dayalı Beceri Geliştirme Grubunun Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Problem Çözme Becerileri, Öfke İle İlişkili Davranış ve Düşünceler ile Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Çelik, C.K. (2006). Eğitim Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlikleri ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Çelik, M. (2006). Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çetin, B. (2010). Evlilik Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre Yordanması. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Çınar, L. (2008). Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutumu. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çulha, E. (2015). Hemşirelerde İş- Aile Çatışmasının Evlilik Doyumu, Psikolojik Semptomlar ve Ebeveynlik Yeterlik Algısı ile Olan İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- D' Zurilla, J.T., Maydeu-Olivares, A. (1995). Conceptual and Methodological Issues in Social Problem-Solving Assessment. Behavior Therapy, 26, 409-432.
- Demir, E. (2014). Farklı Denetim Odağına Sahip Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demiray, Ö. (2006). Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Demirtaş, H. ve Dönmez, B. (2008). Ortaöğretimde Görev Yapan Öğretmenlerin Problem Çözme Becerilerine İlişkin Algıları. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9(16), 177-198.
- Doğan, S. ve Doğan, C. (2015). Konuşmak Lazım: Evlilik Aile İçi İletişim ve Aile Sosyolojisi. İstanbul: Akıl Fikir Yayınları.

- Dökmen, Ü. (2016). Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları Ve Empati. 55.Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Durmaz, N. (2015). Boşanma Sürecindeki Çiftlerin Problem Çözme Becerileriyle Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Dündar, S. (2008). Polislerin Umutsuzluk Düzeyi ile Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Polis Bilimleri Dergisi, 10(3), 77-92.
- Erbek, E. ve ark. (2005). Evlilik Uyumu. Düşünen Adam Dergisi, 18(1), 39-47.
- Erden, A.D. (2016). Kendini İzleme Tarzı Yakın İlişkilerde Yaşanan Kaygı ve Algılanan Eş Davranışlarının Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik Uyumu ile Psikolojik Rahatsızlıklar Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
- Ergin, H. (2003). Eşler Arası İletişim Çatışmaları, Yavuzer H. (Ed.), Evlilik Okulu: Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri içinde (187-211). 11. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Fidanoğlu, O. (2006). Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gazioğlu, A.E. (2015). Aile Yaşam Döngüsü, Yavuzer H. (Ed.), Evlilik Okulu: Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri içinde (29-48). 11. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gelbal, S. (1991). Problem Çözme. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6; 167-173.

- Gül, G. (2015). Aile ve Evlilik Kurumu, Yavuzer H. (Ed.), Evlilik Okulu: Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri içinde (20-29). 11. Baskı, İstanbul:Remzi Kitabevi.
- Gültekin, Z. (2010).Bağlanma ve Aile İşlevleri Açısından Anne-Baba-Çocuk İlişkileri, Solmuş T. (Ed.), Bağlanma, Evlilik ve Aile Psikolojisi İçinde (125-141), İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Günay, S. (2007). Evlilik Çatışması, Nedensellik Sorumluluk Yüklemeleri, Eşlerin Evlilik İlişkisinden sağladıkları Genel Doyuma İlişkin Görüşleri ve Evliliğe İlişkin Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güneş, A. (2014). Güvenli Bağlanma. 2. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Güngör, H. (2007). Evlilik Doyumunu Açıklamaya Yönelik Bir Model Geliştirme. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Günüşen, N. ve Üstün, B. (2011). Hemşirelik Öğrencilerinin Problem çözme Beceri Düzeyleri ile Kontrol Odağı Arasındaki İlişki. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 4(2), 72-77.
- Gürüz, D. , Temel-Eğimli, A. (2013). İletişim Becerileri Anlamak- Anlatmak- Anlaşmak. 2.Baskı, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Güven, N. (2005). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Evlilikte Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güven, N. ve Sevim, S.A. (2007). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Algılanan Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordama Gücü. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 3 (28), 49-61.
- Hacı, Y. (2011). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, Algılanan Aile İçi İletişim ve Çatışma Çözme Stillere Göre Yordanması. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Haseley, J.H. (2006). Marital Satisfaction among Newly Married Couples: Associations with Religiosity and Romantic Attachment Style. Doctor of Philosophy. University of North Texas.
- Hatipoğlu, Z. (1993). The Role of Certain Demographic Variables and Marital Conflict in Marital Satisfaction of Husbands and Wives. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Houser, A.G. (2009). Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık Ve Duygusal Zeka Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hünler, O.S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. Türk Psikoloji Dergisi, 18 (51), 99-108.
- İbrahimoglu, D. (2004). Evlilikte Doğru Seçim Ailede Mutluluk. İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Juric, S. (2011). Difference in Relationship Satisfaction and Adult Attachment in Married and Cohabiting Couples. Antropos, 1(2), 51-69.
- Kahraman, Z. (2011). Bir Evlilik ve Aile Hayatı Eğitim Programının Evli Kadınlarda Evlilik Uyumuna ve Aile Sistemine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kahveci, G.A. (2016). Evli Çiftlerde Evlilik Uyum, Evlilik Çatışma Biçimi ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kantarcı, D. (2009). Evli Bireylerde Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimleri Ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Karaman, N. (2013). Evlilik Öncesi İlişki Değerlendirmenin Yordayıcısı Olarak Aile İletişim Kalıpları. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kır, İ. (2011). Toplumsal Bir Kurum Olarak Ailenin İşlevleri. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 10(36), 382-404.
- Koca, D. (2013). Bir Aile Eğitim Programının Evli Annelerin Evlilik Doyumu, Evlilikte Sorun Çözme Becerisi ve Psikolojik İyi Oluşuna Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Koçkan, S.Y. (2015). Evli Çiftlerde Otomatik Düşüncelerin ve Bilişsel Çarpıtmaların Evlilik Doyumuna Etkisinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kublay, D. (2013). Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ocak, G. ve Eğmir, E. (2014). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Asya Öğrenim Dergisi, 2(1), 27-45.
- Öner, D.Ş. (2013). Evli Bireylerin Evlilik Çatışması, Çatışma Çözüm Stilleri ve Evlilik Uyumlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özağı, A. (2007). Depresyon Düzeyi Yüksek Parçalanmış Aile Çocuklarıyla Yapılan Eğitsel Grup Oyunlarının Depresyon Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özgüven, İ.E. (2010). Ailede İletişim ve Yaşam. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özgüven, İ.E. (2014). Evlilik ve Aile Terapisi. 3.Baskı, Ankara: Nobel Yayınları.

- Özkurt, S. (2010). Terapötik İletişim Becerilerini Kazandırma Eğitiminin Kamu Çalışanlarının İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimlerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Öztürk, R. (2016). Üniversite Mezunu Çalışan Evli Bireylerde Evlilik Çatışmasının Nedensellik-Sorumluluk Yükleme Tarzları ve Algılanan Güç Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Melikşah Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Özüğurlu, K. (2013). Evlilik Raporu. 2.Baskı, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Sarı, T. (2012). Evli Bireylerin Ebeveyn Algıları, Otomatik Düşünceleri ve Bağlanma Stillerinin Evlilik Doyumu İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Scott, R.L., Cordova, J.V. (2002). The Influence of Adult Attachment Styles on the Association Between Marital Adjustment and Depressive Symptoms. *Journal of Family Psychology*, 16(2), 199-208.
- SEKAM, (2010). Türkiyede Aile. İstanbul: Sekam Yayınları.
- Sığırcı, A.(2010). Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Solmuş, T. (2010).Bebeklikten Yetişkinliğe; Bağlanma ve Romantik Bağlanma, Solmuş T. (Ed.), Bağlanma, Evlilik Ve Aile Psikolojisi içinde (17-23). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Solmuş, T. (2011). Çift, Evlilik ve Aile Terapisi. İstanbul: Doruk Yayınları.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler Arası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106.

- Şendil, G. ve Kızıldağ, Ö. (2005). Evlilik Çatışması ve Çocuk “Çatışmalı Evde Çocuk Büyütmek”. İstanbul: Morfa Kültür Yayınları.
- Tan, M. (1979). Çocuğun Cinsiyetine Göre Ailenin Başarıya Etkisi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 12(1), 108-125.
- Tarhan, N. (2015a). Evlilik Psikolojisi. 21. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2015b). Kadın Psikolojisi. 82. Baskı, İstanbul: Nesil Yayınları.
- Taşdemir, E. (2014). Evlilik Doyumu ile Bilişsel Şemalar Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taşköprü, M. (2013). Evlilik Doyumu ile Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 2(7), 1-7.
- Turan, E.E. (2014). 9-10 Yaş Çocuklarının Evlilik Çatışması Algıları ile Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Turanlı, P. (2010). Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yaşar, F. (2009). İlköğretime Devam Eden Öğrencilerin Anne- Çocuk İlişisini Kabul ve Reddedici Algılama Düzeyinin Annenin Evlilik Doyumu ve Evlilik Uyumu Düzeyi İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Yavuzer, H. (2016). Çocuk Eğitimi El Kitabı. 34. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Yıldız, A. (2015). Evlilikte Yaşanan Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları. Yavuzer H. (Ed.), Evlilik Okulu: Evlilikte Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri içinde (211-230). 11. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yılmaz, A. (2001). Kişiler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar. Aile Ve Toplum Dergisi, 1(4), 49-58.
- Yılmaz, M. (2015). Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin, Bireylerin Umutsuzluk Düzeyi ve Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Zengin, L.E. (2013). Ergenlerde Evden Kaçma Davranışının Sosyo-Demografik Özellikler Ve Aile İşlevleri Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Zeytinoglu, E. (2013). Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar Ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

EKLER

EK-1 Kişisel bilgi formu

Değerli katılımcılar;

Yüksek lisans tez çalışmam doğrultusunda uygulayacağım bu ankette evlilik ilişkinize dair birtakım sorular yer almaktadır. Lütfen maddeleri dikkatlice okuyup uygun yerlere (x) işaretini koyunuz. Hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Soruları eşinizden bağımsız olarak cevaplayınız. Cevaplar araştırma amacı ile kullanılacak ve araştırmacı tarafından gizli tutulacaktır. Bu nedenle isim ve adres bilgisi paylaşmayınız.

Duyarlılığınız için teşekkür ederim.

PSK. YAĞMUR TAŞ

1. Cinsiyetiniz:

☐ Kadın ☐ Erkek

2. Kaç yaşındasınız?

.....

3. Kaç çocuğunuz var?

☐ Yok ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ve üzeri

4. Evlenmeye nasıl karar verdiniz?

☐ Anlaşarak(severek) ☐ Görücü usulü ile ☐ Diğer

5. Ne kadar süredir evlisiniz? (ay veya yıl olarak yazınız)

.....

6. Çalışıyor musunuz?

☐ Evet ☐ Hayır

7. Eğitim düzeyiniz:

☐ Okur-Yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise

☐ Üniversite ☐ Yüksek lisans-Doktora

8. Aylık geliriniz ne kadardır?

☐ 1500 TL ve altı ☐ 1501-2500 TL ☐ 2501-3500 TL

☐ 35001-4500 TL ☐ 4501 TL ve üzeri

EK-2 Evlilik Çatışma Ölçeği

Bu anket evli eşler arasındaki anlaşmazlık konularını saptamak amacıyla hazırlanmıştır. Sizden istenen, ankette yer alan konuların her biri için eşinizle aranızda bu konuda bir anlaşmazlık olup olmadığına karar vermeniz ve eşinizle aranızda böyle bir durum yok ise "böyle bir durum yok" seçeneğini, var ama bu durum aranızda gerginlik yaratmıyor ise "var ama hiç gerginlik yaratmıyor" seçeneğini, var ve bu durum eşinizle aranızda bir gerginlik yaratıyor ise, ne sıklıkta gerginlik yarattığını "yılda 1-2 kez gerginlik yaratıyor", "ayda 1-2 kez gerginlik yaratıyor", "haftada 1-2 kez gerginlik yaratıyor" ve "günde 1-2 kez gerginlik yaratıyor" seçeneklerinden sizin için en uygun olanına çarpı işareti (x) koyarak belirtmenizdir.

KONULAR	Böyle bir durum yok	Var ama hiç gerginlik yaratmıyor	Yılda 1-2 kez gerginlik yaratıyor	Ayda 1-2 kez gerginlik yaratıyor	Haftada 1-2 kez gerginlik yaratıyor	Günde 1-2 kez gerginlik yaratıyor
1) Bir yere giderken geç hazırlanma						
2) Buluşma saatlerine geç kalma						
3) Özel günleri (doğum günü, evlilik yıl dönümü vb.) unutmama						
4) Giyim biçimine ve saç şekline karışma						
6) Yapılan bir işi veya davranışı beğendiğini söylememe						

7) İsteklere ve ihtiyaçlara karşı duyarsız olma ve aldırmama						
9) Davranışları yönetmeye ve düzenlemeye çalışma						
10) Eşe hükmetmeye çalışma						
11) Kendi isteklerini hep ön plana çıkarma						
12) Tartışmalarda davranışlarını ve söylediklerini kontrol edememe						
18)Uyuşturucu kullanma						
19-Kumar oynama						
20)Farklı politik görüşü benimseme						
21)Dinsel inanç konularında anlaşılamama						
22)Sadakatimden şüphe etme						
23)Birlikte sinema, tiyatro veya arkadaş toplantısı gibi yerlerde gitmeyi reddetme						

24)Temiz ve düzenli olmama						
26)Ufak tefek konuları bile abartarak sürekli olarak tartışma çıkarmaya çalışma						
27)Boş zamanları tek başına değerlendirmeyi isteme						
28)Evde başka bir şeyle ilgilenmeyip sürekli kitap, gazete vb. şeyleri okuma, tv seyretme veya uyuma						
29)Anlatılan konuya ilgisiz kalma ve dinlememe						
30)Evlilik ilişkisinin aksayan yönlerini konuşamama						
31)Evlilik ilişkisinde yeterince açık ve dürüst olmama						
32)Sürekli olarak eşini olumsuz yönde eleştirme						
33)Aile mahremiyetinde kalması gereken olayları başkasına anlatma						

34-Toplantılarda davetlerde vb. yerlerde karşı cinsten kişilerle fazla ilgilenme, sohbet etme						
35)Diğer kişilere daha ilgili ve sıcak davranma						
37)Başka bir kişiyle eşi aldatma						
39)Çocukların okul hayatı ile ilgilenmeme						
40)Çocukların ihtiyaçları ile ilgilenme						
41)Çok sayıda çocuk sahibi olmayı isteme						
42)Çocuklarla herhangi bir konuyu tartışmama						
43)Çocuklara sevgi ve şefkat göstermeme						
44)Çocukları şımartma						
45)Çocuklara gerçekleştirileme yecek sözler verme						
46)Kız veya erkek çocuk isteme						

47)Çocuklardan birini kayırma						
48)Çocukları dövme tartaklama vb. girişimlerde bulunma						
49)İş hayatında eşinin kazandığı başarıyı kıskanma						
51)İşe daha çok zaman ayırma						
52)Çok sık iş seyahatlerine çıkma						
53)İş problemlerini eve taşıma						
54)İş saatlerinin belirli olmaması						
56)Fazla ya da gereksiz harcama yapmayı isteme						
57)Aşırı cimri olma						
58)Sürekli parasal sorunları dile getirme						
59)Düzenli bir gelire sahip olmama						
60-Kayınvalide kayınpeder vb.akrabalardan maddi destek alma veya verme						

61-Cinsel bilgisizlik ve yanlış bilgi sahibi olma						
62)Cinsel soğukluk iktidarsızlık						
63)Cinsel ilişkiden zevk almama						
64)Çok sık cinsel ilişki isteği						
66)Farklı cinsel isteklerde bulunma						
67)Doğum kontrolü konusunda anlaşamama						
68)Doğum kontrolü yöntemine dikkat etmeme						

EK-3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

YÖNERGE:

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilişkilidir. Bu araştırmada yalnızca şu anda değil genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenilmektedir. Maddelerde sözü geçen ‘birlikte olduğum kişi’ ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Her bir maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (x) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Kesinlikle Katılmıyorum		Kesinlikle Katılıyorum						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.							
2	Terk edilmekten korkarım.							
4	İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım.							
5	Birlikte olduğum kişi bana yakınlaşmaya başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum.							
6	Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişelenirim.							
7	Romantik ilişkide olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.							

9	Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.								
10	Genellikle, birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin, benim onun için hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim								
11	Birlikte olduğum kişiye yakın olmak isterim ama sürekli kendimi geri çekerim.								
12	Genellikle, birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onları korkutup benden uzaklaştırır.								
13	Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir.								
14	Yalnız kalmaktan endişelenirim.								
16	Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.								
17	Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım.								
18	Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım.								
19	Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim.								
20	Birlikte olduğum kişileri bazen daha fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissedirim								
21	Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.								
23	Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.								

24	Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım.								
25	Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.								
26	Birlikte olduğum kişinin bana istediğim kadar yakın olmadığını düşünürüm.								
27	Sorunlarımı ve kaygılarımı birlikte olduğum kişiyle tartışırım.								
28	Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissederim.								
30	Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissederim.								
31	Birlikte olduğum kişiden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam.								
32	İhtiyaç duyduğumda, birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissederim.								
33	İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar.								
34	Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissederim								
35	Rahatlama ve güvencenin yanı sıra birçok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım.								
36	Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm.								

EK-4 Problem Çözme Envanteri

Bu envanterin amacı, günlük yaşantınızdaki problemlerinize (sorunlarınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Sözü ettiğimiz bu problemler, matematik ya da fen derslerindeki alışmış olduğumuz problemlerden farklıdır. Bunlar, kendini karamsar hissetme, arkadaşlarla geçinmeme, bir mesleğe yönelme konusunda yaşanan belirsizlikler ya da boşanıp boşanmama gibi karar verilmesi zor konularda ve hepimizin başına gelebilecek türden sorunlardır. Lütfen aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğince samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırın. Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek vermeniz gerekmektedir. Bunu yapabilmek için kolay bir yol olarak her soru için kendinize şu soruyu sorun: “ Burada sözü edilen davranışı ben ne sıklıkla yaparım?”

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

- | | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| 1. Her zaman böyle davranırım | 4. Arada sırada böyle davranırım |
| 2. Çoğunlukla böyle davranırım | 5. Ender olarak böyle davranırım |
| 3. Sık sık böyle davranırım | 6. Hiçbir zaman böyle davranmam |

1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Sorunlarımı çözmeye konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Bir sorunu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözmeye yeteneğim vardır.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

14. Bazen durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

17. Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tarar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

22. Bir sorunu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşündürmektir.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşıyorum.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

30. Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

EK-5 Evlilik Yaşam Ölçeği

YÖNERGE:

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerin her birinin karşısında ‘Kesinlikle katılmıyorum’, ‘Katılmıyorum’, ‘Kararsızım’, ‘Katılıyorum’ ve ‘Kesinlikle Katılıyorum’ seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uygun seçeneği çarpı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.					
3	Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.					
6	Huzurlu bir ev yaşamım var.					
7	Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.					
10	Baş başa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.					

ÖZGEÇMİŞ

06 Eylül 1993 tarihi, İstanbul doğumluyum. İlk, Orta ve Liseyi İstanbul'da tamamladıktan sonra, 2011 yılında Beykent Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümüne başladım. Bu bölümden 2014 yılında yüksek onur öğrencisi olarak mezun olduktan sonra, yine Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bilim Dalında yüksek lisans eğitimine başladım. Şu anda özel bir hastanede Psikolog olarak çalışmaktayım.

YAĞMUR TAŞ