

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİMDALI
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

EVLİ ÇİFTLERİN ÖFKE İFADE TARZLARI İLE EVLİLİK
UYUMUNUN İNCELENMESİ

ELMAS TÜFEKÇİ HOŞGÖR

İZMİR

2013

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİMDALI
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

EVLİ ÇİFTLERİN ÖFKE İFADE TARZLARI İLE EVLİLİK
UYUMUNUN İNCELENMESİ

ELMAS TÜFEKÇİ HOŞGÖR

Danışman
Prof. Dr. Ferda AYSAN

İZMİR
2013

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları İle Evlilik Uyumunun İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel, ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

...../...../2013

Elmas TÜFEKÇİ HOŞGÖR

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

İşbu çalışma, jürimiz tarafından Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Programında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Prof.Dr. Ferda AYSAN

Üye : Yard.Doç.Dr.Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ

Üye : Doç.Dr. Aslı UZ BAŞ

Ferda Aysan
Hadiye Küçükkaragöz
Aslı Uzbaş

Onay

Yukarıda imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

29/05/2013

[Signature]
Doç. Dr. Ercan AKPINAR
Enstitü Müdür Vekili

29.05.2013

Ulusal Tez Merkezi | Tez Form Yazdır

T.C
YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
ULUSAL TEZ MERKEZİ

TEZ VERİ GİRİŞİ VE YAYIMLAMA İZİN FORMU

Referans No	10001879
Yazar Adı / Soyadı	ELMAS TÜFEKÇİ HOŞGÖR
Uyruğu / T.C.Kimlik No	TÜRKİYE / 21077227008
Telefon	5323106800
E-Posta	elmazzim82@gmail.com
Tezin Dili	Türkçe
Tezin Özgün Adı	Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları İle Evlilik Uyumunun İncelenmesi
Tezin Tercümesi	An Investigation Between Anger Expression Styles and Marital Adjustment In Married Couples.
Konu	Sosyoloji ; Psikoloji ; Sosyal Hizmetler
Üniversite	Dokuz Eylül Üniversitesi
Enstitü / Hastane	Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Bölüm	
Anabilim Dalı	Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı
Bilim Dalı	Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Bilim Dalı
Tez Türü	Yüksek Lisans
Yılı	2013
Sayfa	226
Tez Danışmanları	PROF. DR. FERDA AYSAN 46219781828
Dizin Terimleri	Evlilik uyumu=Marital adjustment
Önerilen Dizin Terimleri	öfke=anger, öfke ifade tarzları=anger expression styles, evlilik=marriage, evlilik uyumu=marital adjustment
Kısıtlama	Yok

Yukarıda başlığı yazılı olan tezinin, ilgilenenlerin incelemesine sunulmak üzere Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi tarafından arşivlenmesi, kağıt, mikroform veya elektronik formatta, internet dahil olmak üzere her türlü ortamda çoğaltılması, ödünç verilmesi, dağıtımı ve yayımı için, tezime ilgili fikri mülkiyet haklarım saklı kalmak üzere hiçbir ücret (royalty) ve erteleme talep etmeksizin izin verdiğimi beyan ederim.

29.05.2013

İmza: 

ÖNSÖZ

Lisansüstü eğitimim boyunca ve tez döneminde tecrübeleriyle bana yol gösteren, her konuda desteğini gördüğüm ve yakınlık hissettiğim değerli hocam Sayın Prof. Dr. Ferda AYSAN'a ve bölümde tanıma fırsatı bulduğum, mesleki deneyimlerinden yararlandığım hocalarıma çok teşekkür ederim.

Tez savunma jürisinde yer alan ve tezin gelişimi açısından önemli katkılar sağlayan değerli hocalarım Sayın Yar. Doç. Hadiye KÜÇÜKKARAGÖZ ve Sayın Doç. Aslı UZ BAŞ'a çok teşekkür ederim.

Araştırmanın ortaya çıkışındaki zorlu süreçte gerek akademik gerekse istatistiksel analizlerinde yardım ve destek aldığım arkadaşlarıma, yüksek lisansa devam edebilmem için beni destekleyen, gerekli izinler konusunda anlayış gösteren değerli hakimim Sayın Abdullah YEŞİL'e ve mahkememiz kaleminde çalışan arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Tez çalışmam boyunca özellikle veri toplama aşamasında katkıları büyük olan, hayatım boyunca desteklerini ve sevgilerini yanımda hissettiğim annem Hurşide TÜFEKÇİ, babam Tuncay TÜFEKÇİ, kardeşim Mert TÜFEKÇİ ve ikinci annem Nevzer HEPAĞIR' a çok teşekkür ederim.

Bu süreçte sürekli yanımda olan, hayata karşı duruşu ve profesyonelliğiyle bana ışık tutan, yanında olmaktan keyif aldığım, mutlu olduğum sevgili eşim Erdem Hoşgör'e ve hayatımızda heyecanla beklediğimiz kızıma çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız, iyi ki hayatımdasınız...

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Yemin Metni	
Değerlendirme Kurulu Üyeleri	
YÖK Dokümantasyon Merkezi ve Tez Veri Formu	
Önsöz.....	iv
İçindekiler	v
Tablo Listesi.....	ix
Grafik Listesi	xv
Şekil Listesi	xvii
Özet	xviii
Abstract	xix

BÖLÜM I

GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	7
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Problem Cümlesi	7
1.5. Alt Problemler	8
1.6. Sayıtlar	10
1.7. Sınırlılıklar	10
1.8. Tanımlar	11
1.9. Kısaltmalar	11

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	12
2.1. Evlilik ve Aile	12
2.2. Evlilik Uyumuna İlişkin Kavramsal ve Kuramsal Yaklaşımlar	19
2.2.1. Evlilik Uyumunda Lewis ve Spiner Modeli	22
2.3. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler	25

2.4. Evlilik uyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi	28
2.5. Evlilik Uyumunun Ölçülmesi.....	37
2.6. Evlilik Uyumuna Yönelik İlgili Yayın ve Araştırmalar	38
2.6.1. Evlilik Uyumuna İlişkin Ülkemizde Yapılan Çalışmalar.....	38
2.6.2. Evlilik Uyumuna İlişkin Yurt dışında Yapılan Çalışmalar	42
2.7. Öfke Kavramı	46
2.8. Farklı Kuramlara Göre Öfkenin Açıklanması	49
2.8.1. Psikodinamik Kuram	49
2.8.2. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	50
2.8.3. Bilişsel Kuram	51
2.8.4. Diğer Kuramlar	53
2.9. Öfkenin Nedenleri	54
2.10. Öfkenin Fonksiyonları (İşlevleri).....	58
2.11. Öfkenin Boyutları ve İfade Etme Biçimleri	60
2.11.1.Öfkenin Fiziksel ve Fizyolojik Boyutu	60
2.11.2. Öfkenin Sosyal ve Bilişsel Boyutu.....	61
2.11.3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu.....	62
2.12. İlgili Yayın ve Araştırmalar	69
2.12.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	69
2.12.1. Ülkemizde Yapılan Araştırmalar	73

BÖLÜM III

YÖNTEM	76
3.1. Araştırma Yöntemi.....	76
3.1.1. Araştırma Modeli.....	76
3.1.2. Evren ve Örneklem	76
3.2. Veri Toplama Araçları	77
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF)	77
3.2.2. Sürekli Öfke- Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ).....	78
3.2.3. Evlilik Uyum Ölçeği	81
3.3. Verilerin Toplanması.....	83
3.4. Veri Çözümleme Teknikleri.....	84

BÖLÜM IV

BULGULAR	85
4.1. Katılımcıların Demografik Yapılarına İlişkin Bulgular	85
4.2. Evlilik Uyumu Ölçeği ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	93
4.3. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri .	94
4.4. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri.....	128
4.5. Evlilik Uyumu Ölçeği ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	148
4.6. Evlilik Uyumunu Yordayıcı Değişkenlerin Belirlenmesi	150

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM	158
5.1.1. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmaya İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	159
5.1.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmaya İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	163

BÖLÜM VI

6.1. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	172
KAYNAKÇA	176
EKLER.....	197

Ek-1. Sürekli Öfke Öfke Tarz Ölçeği.....	198
Ek-2 Evlilik Uyumu Ölçeği.....	202
Ek-3 Kişisel Bilgi Formu.....	205
Ek-4 Ölçek Uygulama İzinleri.....	207

TABLO LİSTESİ

Tablo 1 Örneklemin Cinsiyete Göre Dağılımı	85
Tablo 2 Örneklemin Yaşa Göre Dağılımı	86
Tablo 3 Örneklemin Mesleklere Göre Dağılımı	86
Tablo 4 Örneklemin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı	87
Tablo 5 Örneklemin Evlilik Sürelerine Göre Dağılımı	88
Tablo 6 Örneklemin Evlenme Yaşına Göre Dağılımı	88
Tablo 7 Örneklemin Evlenme Biçimine Göre Dağılımı.....	89
Tablo 8 Örneklemin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Dağılımı.....	89
Tablo 9 Örneklemin Evlilik Sürecinde Eş ve Çocuklar Dışında Evde Birlikte Yaşayan Kişi/Kişilere Göre Dağılımı	90
Tablo 10 Örneklemin Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Dağılımı.....	90
Tablo 11 Örneklemin Algılanan Ekonomik Duruma Göre Dağılımı	91
Tablo 12 Örneklemin Eşyle İletişim Kurmada Yaşanan Zorluklara Göre Dağılımı	91
Tablo 13 Örneklemin Evliliklerinde Kök Aileden Kaynaklı Problemlere Yönelik Dağılımı	92
Tablo 14 Örneklemin Diğer İnsanlarla Olan İlişkisinin Dağılımı	92
Tablo 15 Örneklemin Tanısı Konmuş Ruhsal Bir Hastalığı Olup Olmamasına İlişkin Dağılımı	93
Tablo 16 Ölçek Toplam Puanlar ile Alt Ölçekler Arasındaki Korelasyon.....	93
Tablo 17.1 Öfke Dışa Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları.....	94
Tablo 17.2 Öfke İçerik Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları.....	95
Tablo 17.3 Öfke Kontrol Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları	96
Tablo 17.4 Sürekli Öfke Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları	96
Tablo 18.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	97

Tablo 18.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Yaş Gruplarına Göre Varyans Analizi	
Sonuçları.....	98
Tablo 19.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	99
Tablo 19.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Eğitim Düzeylerine Göre Varyans Analizi	
Sonuçları.....	100
Tablo 20.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	101
Tablo 20.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Meslek Gruplarına Göre Varyans Analizi	
Sonuçları.....	102
Tablo 21.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	104
Tablo 21.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlilik Sürelerine Göre Varyans Analizi	
Sonuçları.....	105
Tablo 22.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara	
Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	106
Tablo 22.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlenme Yaşlarına Göre Varyans	
Analizi Sonuçları.....	107
Tablo 23.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	108
Tablo 23.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlenme Biçimine Göre Varyans Analizi	
Sonuçları.....	109
Tablo 24.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara	
Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	110
Tablo 24.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre	
Varyans Analizi Sonuçları	111
Tablo 25.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	112
Tablo 25.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Sahip Oldukları Aile Yapısına Göre	
Varyans Analizi Sonuçları	113
Tablo 26.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait	
Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	114

Tablo 26.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	115
Tablo 27.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	118
Tablo 27.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Algılanan Ekonomik Duruma Göre Varyans Analizi Sonuçları	119
Tablo 28.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	120
Tablo 28.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları	121
Tablo 29.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	123
Tablo 29.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları	124
Tablo 30.1 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	126
Tablo 30.2 SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Katılımcıların İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Durumlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları	127
Tablo 31.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları	128
Tablo 32.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	129
Tablo 32.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Yaş Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	130
Tablo 33.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	130
Tablo 33.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Eğitim Düzeylerine Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	131
Tablo 34.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	132
Tablo 34.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Meslek Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	132

Tablo 35.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerler	134
Tablo 35.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Evlilik Süresine Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	134
Tablo 36.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	135
Tablo 36.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Evlenme Yaşlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	135
Tablo 37.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	136
Tablo 37.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Evlenme Biçimine Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	136
Tablo 38.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	137
Tablo 38.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Varyans Analizi Sonuçları	138
Tablo 39.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	139
Tablo 39.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Sahip Olunan Aile Yapısına Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	139
Tablo 40.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	140
Tablo 40.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları.....	140
Tablo 41.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	142
Tablo 41.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Algılanan Ekonomik Duruma Göre Varyans Analizi Sonuçları	142
Tablo 42.1 Evlilik Uyumu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	143
Tablo 42.2 Evlilik Uyumu Ölçeğinin İletişim Problemi Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları	144

Tablo 43.1 Evlilik Uyumunu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	145
Tablo 43.2 Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları	145
Tablo 44.1 Evlilik Uyumunu Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Gruplara Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	147
Tablo 44.2 Evlilik Uyumunu Ölçeğinin İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları	147
Tablo 45 E.U.Ö ve SL.Ö-Öfke Tarz Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının t-Testi Sonuçları	149
Tablo 46.1 Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbirleriyle Negatif Yönde Olan Korelasyonlar	151
Tablo 46.2 Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbirleriyle Pozitif Yönde Olan Korelasyonlar	152
Tablo 46.3 Evlilik Uyumunun Yordamasına İlişkin R ve R ² Değişimi	153
Tablo 46.4 Evlilik Uyumunun Yordanmasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi	154

GRAFİK LİSTESİ

Grafik 1 Cinsiyete Göre Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamaları	95
Grafik 2 Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı.....	103
Grafik 3 Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı.....	103
Grafik 4 Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılım.....	116
Grafik 5 Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı.....	116
Grafik 6 Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı.....	117
Grafik 7 Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının İletişim Problemlerine Göre Dağılımı.....	122
Grafik 8 Öfke İçer Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının İletişim Problemlerine Göre Dağılımı.....	122
Grafik 9 Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Aileden Kaynaklı İletişim Problemlerine Göre Dağılımı	125
Grafik 10 Öfke İçer Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Aile Temelli İletişim Problemlerine Göre Dağılımı	126
Grafik 11 Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Katılımcıların Diğer İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirmeye Yönelik Dağılımı.....	128
Grafik 12 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı.....	131
Grafik 13 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı.....	133
Grafik 14 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Dağılımı	138
Grafik 15 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Bir İşte Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı.....	141
Grafik 16 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Algılanan Ekonomik Durumuna Göre Dağılımı.....	143

Grafik 17 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Eş İle Yaşanan İletişim Problemlerin Sıklığına Göre Dağılımı	144
Grafik 18 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Ailelerden Kaynaklı İletişim Problemlerine Göre Dağılımı	146
Grafik 19 Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Diğer İnsanlarla İlişkileri Değerlendirme Gruplarına Göre Dağılımı	148
Grafik 20 Evlilik Uyumu Ölçeği ile SL-Ö-Öfke Tarz Ölçeği Puan Karşılaştırması	150

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1 Evlilik Uyum Modeli	24
Şekil 2 Öfke Merdiveni	62

ÖZET

Araştırmanın deseni, evli bireylerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla oluşturulmuştur. Aynı zamanda, öfke ifade tarzları ve evlilik uyumu diğer bazı değişkenler açısından incelenmiş ve bu değişkenlerden evlilik uyumunu yordayanlar belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın örneklemini İzmir’de ikamet eden 216 evli birey (108 kadın ve 108 erkek) oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği, Evlilik Uyumu Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcılara ilişkin kişisel ve sosyo-demografik bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen veriler, Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı (SPSS, Statistical Package for the Social Sciences) 15.0 ile çözümlenmiştir. Araştırma verileri korelasyon ve çoklu regresyon analizi, bağımsız gruplar için t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yöntemiyle analiz edilmiştir.

Araştırma bulgularında sürekli öfke-öfke ifade tarzları ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya konmuştur. Araştırmada, Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği’nin cinsiyet, meslek çeşidi, bir işte çalışıp çalışmama, eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı, kök ailelerden kaynaklı iletişim problemleri sıklığı ve diğer insanlarla olan iletişim problemi sıklığı gibi değişkenler açısından farklılaştığı bulunmuştur. Evlilik Uyumu Ölçeğinden alınan puanların ise eğitim düzeylerine, meslek gruplarına, çocuk sayısına, çalışıp çalışmama durumuna, algılanan ekonomik duruma, eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığına, kök ailelerden kaynaklı iletişim problemleri sıklığına ve diğer insanlarla olan iletişim problemi sıklığına göre farklılaştığı bulunmuştur.

Çalışma bulgularında, eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı, kök ailelerden kaynaklı iletişim problemlerinin sıklığı ve evlilik süresinin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu elde dilmiştir. Analize giren söz konusu değişkenlerin, evlilik uyumu puanlarındaki toplam varyansın % 51'ini açıkladığı bulgulanmıştır.

Çalışmadan elde edilen bulgular, ilgili literatür ışığında tartışılmış, öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Öfke, Öfke İfade Tarzları, Evlilik, Aile, Evlilik Uyumu, Öfke Kontrol, Sürekli Öfke, Öfke Dışa, Öfke İçe.

ABSTRACT

This study is designed to examine the relationship between anger expression styles and marital adjustment in married individuals. Also, some socio-demographic variables related to anger expression styles and marital adjustment were analyzed in terms of predicting marital adjustment.

The sample of the research was selected from 216 married (108 male and 108 female) individuals residing in Izmir. State-Trait Anger Expression Styles Scale and Marital Adjustment Scale were used to collect data. In addition, personal and socio-demographic information about participants was collected by using the “Personal Information Form” which was developed by the researcher. The statistical Package for Social Sciences Version 15.0 was used to analyze the data collected in this research. Correlation and Multiple Regression analysis, t test for independent groups, one-way variance analysis (ANOVA) were conducted to analyze the data.

The results show that there is a significant relationship between anger expression styles and marital adjustment. In this study, it was found out that gender, occupation, working or nonworking, the frequency of communication problems with the partner, communication problems with families and other people are significantly related with State-Trait Anger Expression Scale. Moreover, it was found out that level of education, occupation, the number of children, working or nonworking, perceived socioeconomic status, the frequency of communication problems with the partner, the frequency of communication problems with families and other people are significantly related with marital adjustment in couples.

Among the predictors of marital adjustment were the frequency of communication problems with partner, duration of marriage and the frequency of problems with the family of origin. The three variables mentioned above were found to explain 51 percent of the total variance of marital adjustment.

The results are discussed and some suggestion are presented.

Keywords: Anger, Anger Expression Styles, Marriage, Family, Marital Adjustment, Anger Control, Trait Anger, Anger Export, Import Anger.

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Milattan önce 2000’li yıllardan günümüze kadar gelen değişip ve geliştirmekte olan evlilik ve aile, temel niteliklerini koruyan kültürel yapıda temel toplumsal birimdir. Toplumun en küçük birimi olan aile, bireylerin mutlu ya da mutsuzluğunun temel kaynağı olması nedeniyle aynı zamanda psikolojik bir birim olarak ele alınmaktadır (Özügurlu 1990, Dumon, 1991; akt; Yıldırım 1993).

Medeni Kanun kapsamında evlilik; eşlerin hayat ortaklığının yanı sıra bir medeni hukuk sözleşmesi olarak tanımlanmıştır. Yapılan resmi nikahla bu akit kurulmaktadır. Evlenme ile birlikte hukuksal anlamda bireyler bir takım hak ve yükümlülükler taşımakta, bu birliğin mutluluğunu elbirliğiyle sağlamak ve çocukların bakımına, eğitim ve gözetimine beraberce özen göstermekle yükümlüdürler. Evlilik hukuksal anlamı dışında toplumsal anlamda ise getirdiği işlevler nedeniyle önemli olmakla birlikte tüm toplumlarda görülmektedir. İşlevsel olarak evliliğin biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarının bulunduğu bildirilmiş, cinsel yaşamın düzenlenmesi, neslin devamının sağlanması biyolojik işlevlere, geleceğe güvenle bakma, dayanışma, sevgi ihtiyacını karşılama ise sosyal ve psikolojik işlevlere örnek olarak verilmiştir (Özgüven, 2000).

Evliliğin, bireysel ve toplumsal işlevlerinin bu denli önemli olması, eşler arasındaki ilişkinin araştırmacılar tarafından yoğun bir şekilde incelenmesine olanak sağlarken özellikle evlilik uyumuna yönelik çalışmalar; bireyler ve aileye yönelik iyilik halinin ve buna bağlı olarak da sağlam evliliklerin sürdürülmesinin topluma sağladığı yaralardan ötürü 1990 'lı yıllarda artış kazanmaya başlamıştır (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000; akt: Ergin, 2008). Literatürde, özellikle eşler arasındaki uyumun sosyal uyumlar üzerinde olumlu yönde etkili olduğu bilgisine yer verilmiştir.

Fincham ve Bradbury' e göre evlilik ilişkisi söz konusu olduğunda, çalışmalarda tanımlamaya yönelik evlilik uyumu, doyumu, mutluluğu gibi pek çok kavramın kullanıldığı görülmektedir. Evliliklerde yaşanan sorunların, bireylerin psikolojik yardım istemelerinde en temel problem olarak görülmekte ve yaşanan bu sorunların yıkıcı etkileri fiziksel ve psikolojik sağlık üzerinde son derece olumsuz etki yaratmaktadır. Bu etkiler nedeniyle evliliğe yönelik yapılan çalışmalarda; evliliklerde mutluluk, uyum, doyum gibi kavramların neler olduğu incelenmiştir (akt; Demiray, 2006).

Evlilik kalitesi ise bu terimleri içeren genel bir kavram olup, evlilik ilişkisinin çiftler tarafından öznel olarak değerlendirilmesi şeklinde tanımlanmıştır. Evliliğin niteliğinin değerlendirilmesinde uyumun daha önemli olduğu düşünülmekte ve evlilik üzerine yapılan araştırmalarda daha çok uyuma etkiyen faktörlerin incelenmesi ve uyumu arttırmaya yönelik yaklaşımların geliştirilmesine odaklanılmaktadır (Erdoğan, 2007).

Sosyal bir yapı olan evlilik ilişkisinin sürdürülmesinde uyumun, doyumun artmasında; çocuk sahibi olup olmama, sahip olunan çocuk sayısı ve kayıplar, çiftin geliri, sahip oldukları statüsü, kadının çalışması, ev isi paylaşımı, eğitim düzeyi gibi birçok sosyal faktör önemli rol oynamaktadır. Bunların yanında evliliğin süresi,

evlilik türü, eşlerin iletişim tarzları ve birbirlerine olan davranışlarının yanı sıra eşlerin aileleriyle iletişimleri, çatışma sıklığı ve çatışmayı yönetme stilleri de evlilik ilişkisindeki uyumu etkilemektedir (Karney ve Bradbury, 2000). Bloom, Asher, White ve birçok araştırmacı tarafından da anlamlı bir kişilerarası ilişki olan evlilik kurumu içinde yaşanan sıkıntı ya da mutsuzluğun çiftlerin ve diğer aile üyelerinin fiziksel ve duygusal sağlığı üzerinde olumsuz etkileri olduğu gösterilmiştir (akt: Kışlak, 1997).

Literatüre bakıldığında; evlilik doyumu ile ilgili olarak evlilik uyumu, evlilik mutluluğu gibi kavramlar da eş anlamlı olarak kullanıldığı görülmektedir (Donohue ve Ryder, 1982 akt; Azizoğlu-Binici ve Hovardaoğlu, 1996).

Spanier (1972), çok yönlü bir kavram olan evlilik uyumunun bir süreç olduğunu ve bu sürecin çiftler arasında sorun yaratan farklılıkların, gerilim ve kişisel kaygıların, evlilik doyumunun, çiftler arası bağlılığın ve çiftler arasında önemli konular hakkındaki fikir birliklerinin etkili olduklarını belirtmiştir. Bu özellikleri taşıyan çiftlerin evlilikleri, uyumlu evlilik olarak tanımlanmaktadır. Evlilik uyumu konusunda yapılan araştırmalarda, bazı araştırmacılar evlilik uyumunu eşlerin evlilikleri ya da birbirleriyle ilgili duygularını temel alarak değerlendirirken, bazı araştırmacılar ise çiftlerin evlilikteki çatışma alanlarının ya da iletişim özelliklerinin ilişkinin niteliğini belirleyen özellikler olarak değerlendirmeyi uygun görmüşlerdir.

Eşler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, eşler arasındaki uyum işevuruk olarak tanımlanmış ölçekler aracılığıyla yapılmıştır. Örneğin Locke ve Wallace (1959) eşler arasındaki uyumu ölçmek için, evlilik doyumunu, eşlerin günlük faaliyetlerde ne kadar birlikte olduklarını ve çatışmaları yansıtan etkileşimleri kullanmışlardır(Yılmaz, 2001). Sonraki yıllarda Spainer (1976) ise eşler arasındaki etkileşimi çabuk sinirlenme, kıskançlık ve savurganlık gibi eşlerin kişisel

özelliklerine ya da davranışlarını yansıtan evlilik problemlerini incelemeye yönelik kapsamlı bir ölçek geliştirmiştir

Larson (2002)' un geliştirdiği evlilikte üçgen modeline göre evlilik uyumu ile ilişkili faktörler 3 temel başlık altında incelenmektedir:

a. Bireysel Özellikler: *Sorunlar:* Stresle başa çıkma güçlüğü, işlevsel olmayan düşünceler, aşırı tepkisellik, aşırı kızgınlık ve saldırganlık, tedavi edilmemiş depresyon, kronik irritabilite, aşırı utangaçlık. *Olumlu özellikler:* Dışadönüklük, esneklik. Özgüven, İddialılık, teslimiyet, Aşk.; **b. Çift Özellikleri :** *Sorunlar;* Negatif ilişki tarzları. *Olumlu Özellikler:* İletişim ve çatışma çözme becerileri, yakınlık, güç paylaşımı veya kontrolü, uzlaşma.; **c. Çevresel Etmenler:** Aileden bağımsızlaşabilme, anne babanın evliliği, anne babanın ve arkadaşların desteği, iş stresi, ebeveyn olmanın stresi, dışarı uğraşlarının gerilimi, diğer stresörler- Borçlanma, sağlık, eşin yakın akrabaları- (akt; Akar, 2005).

Dolayısıyla bahsedilen faktörlerden; bireylerin kişilik ve davranışsal özelliklerin evlilik uyumuyla yakından ilişkili olduğu bu açıdan bireylerin öfke ifade tarzlarının da evlilik uyumunu etkileyeceği düşünülmektedir.

Türk Dil Kurumu tarafından hazırlanan sözlükte öfke; “engellenme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hiddet, hışım, gazap” olarak tanımlanmış, Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü’nde ise bireyin, bir kimse ya da bir nesne tarafından engellenme, incitilme ve gözdağı verilme karşısında gösterdiği saldırganlık tepkisi olarak tanımlanmıştır (Ulutürk, 2006).

Öfke, günlük hayatımızda önemli yere sahip duygularımızdan biri olmakla birlikte evrensel bir duygudur. Öfke, Biagio tarafından (1989), gerçek veya varsanılan bir engellenme, tehdit veya haksızlık karşısında oluşan bilişlerle ilgili ve kişiyi rahatsız eden uyarıcıları ortadan kaldırmaya yönelten, güçlü bir duygu olarak tanımlarken; Törestad (1990) öfkenin planlanarak ortaya çıkmadığını, çoğunlukla, engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümsenme gibi durumlarda meydana geldiğini belirtmiştir. Spielberger ve arkadaşları (1991) ise öfkeyi, basit bir “sinirlilik” veya “kızgınlık” halinden, yoğun “hiddet” durumuna kadar değişen dereceli bir duygusal durum olarak tanımlamakta; Kassinove ve Sukhodolsky (1995) de belirli bir bilişsel ve algısal çarpıtmalarla bağlantılı fenomenolojik, içsel bir duygu durumu olarak tarif etmektedirler. Novaco, öfkeyi, bilişsel-davranışsal model çerçevesinde ele almaktadır. Araştırmacıya göre öfke, bilişsel olarak öfke diye etiketlenen ve düşmanlık içerikli bilişlerin eşlik ettiği, yoğun bir fizyolojik uyarılma durumudur (Robins ve Novaco 1999 akt; Balkaya ve Şahin 2003).

Öfkenin uygun biçimde ifade edilmesi ve yaşanması son derece sağlıklı olmakla birlikte kontrolden çıkıp yıkıcı bir hale geldiğinde kişisel ilişkilerde ve bireyin sosyal yaşantısında önemli sorunlara neden olabilmektedir. Bireyin hayatında uygun ifade edilemediği takdirde sorunlara yol açan öfke birlikte aynı evi paylaşan ve ortak bir yaşam alanı olan bireylerin ilişkisini de olumsuz yönde etkilemektedir (Kökdemir, 2004). Bu açıdan bakıldığında; öfkenin ifade biçimleri çeşitlilik göstermektedir. Öfkenin ifade biçimlerinden birisi, saldırganlık olarak görülmektedir. Öfkenin, saldırganlığın ifade biçimlerinden biri olarak ele alınmaktadır. Fiziksel saldırganlığın, motor davranışlarla ilintili olup, karşıdaki kişi ya da nesneye zarar verme amacını taşıdığı belirtilmiştir. Ancak her saldırgan davranışın temelini her zaman öfke olarak değerlendirmemek gerekmektedir (Balkaya ve Şahin 2003).

Kopper ve Epperson (1996), klinik ortamda yaptıkları araştırmada öfkenin üç yolla ifade edildiğini bulgulamışlardır. Bunlar; öfkenin saldırganlıkla dışa vurulması;

öfke eğiliminin olması ve sözel ya da dolaylı olarak dışa vurulması; öfkenin bastırılması ve kızgınlık ile pasif agresifliğin oluşması (akt: Balkaya ve Şahin 2003). Genel olarak *öfke dışa vurumu*; oluşan öfke duygusunun sözel olarak veya davranışa dökülerek dışarıya aktarılması ve öfkenin yol açtığı stresle başa çıkmada verilen uyumsal bir tepki olarak tanımlanmış, *öfke içe vurumu* ise; bireyin gizleyerek ya da öfkeyi içinde tutarak öfkeye neden olan etmenlere karşı kullandığı alternatif bir uyum mekanizması olarak tanımlanmıştır. *Öfke kontrolü* ise; kişinin başkalarıyla ilişkilerinde öfkesini ne ölçüde kontrol ettiği ya da öfkeyi ifade eden bireysel tepkileri kontrol deneyimleri olarak tanımlanmıştır (Starner ve Peters 2004; akt: Albayrak ve Kutlu, 2009).

Öfke yaşantısında düşünce süreçleri ve davranışsal tepkiler bir arada bulunmaktadır. Öfkeye eşlik eden bir öncül (dışsal uyaran) bulunmakta ya da bazı uyaranların kişide bazı imgeleri geri getirmesi söz konusu olmaktadır. Bu uyaranlar birey için tehdit edici olarak algılandığında ya da birey ilgili uyaranlarla baş etme konusunda yetersiz kaldığında bilişsel-duygusal ve fizyolojik bir süreç olan öfke tepkisi ortaya çıkmakta ve birey sözel ya da fiziksel davranışlar gösterebilmektedir. İçsel bir deneyim olan öfke duygusal, fizyolojik ve bilişsel bileşenlerden oluşmaktadır. Bu bileşenler hızlı bir şekilde birbirini etkilediğinden daha çok bir bütün olarak deneyimlendiği belirtilmiştir (Dobson ve Craig, 1996 akt; Koç, 2008).

Pielage (2005)'e göre bireyin kendini nasıl algıladığı da, diğerleriyle olan kişilerarası ilişkilerini etkilemektedir. Wiseman ve arkadaşları (2006); kişilerarası ilişkilerin pek çok duyguyu ortaya çıkaran önemli bir etmen olduğunu ve ortaya çıkan bu duygulardan birinin de öfke olduğunu belirtmişlerdir. Öfkenin nasıl ifade edildiği ise bireyin kişilerarası ilişkilerinin niteliği belirleyici olmaktadır. Deffenbacher 1992 yılında yaptığı bir çalışmada öfkenin, kişinin benlik saygısını önemli ölçüde düşürdüğünü bulgulamıştır (akt: Şahin ve diğer., 2011).

Eşlerden birinin sorun çözme becerilerindeki yetersizlik de diğerini suçlayıcı ve öfkeli biri haline dönüştürebilir, bu durum da evlilik doyumunda azalma olmaktadır. Yaşam olaylarında çift uyumunu arttıran en önemli unsur eşler arasındaki sağlıklı etkileşim olduğu bildirilmiştir. Sorun çözme becerilerindeki yetersizlik, eşleri birbirlerinin hatasını aramaya daha yatkın hale getirmekte ve öfkeye, düşmanlığa, üzüntüye, yetersiz iletişime ve yetersiz duygusal paylaşımına neden olabilmektedir (Erbek ve diğer., 2005).

Tüm bu aktarılanlardan da anlaşılacağı gibi, öfke ve ifade biçimleriyle evlilik uyumu değişkenlerinin nasıl bir ilişki içinde olduklarını ve sosyodemografik değişkenler açısından inceleme olanağının da olması nedeniyle bu konuda tez çalışması yapılmasının faydalı olacağı, bununla birlikte araştırmanın, aile danışmanlarına, psikologlara ve evlilik uyumuna yönelik işlevsel olmayan davranışlara yönelik yapacakları çalışmalarda araştırmacılara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.2 Amaç ve Önem

Araştırmanın temel amacı; evli bireylerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda aşağıda belirtilmiş olan alt amaçlar oluşturulmuştur; ikinci olarak ise, evli bireylerin sosyodemografik özelliklerinin öfke ifade tarzları ve evlilik uyumu ile ilişkisi araştırılmaktadır.

1.3. Problem Cümlesi

1.3.1. Evli bireylerin Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları ile Evlilik Uyumu arasında bir ilişki var mıdır?

1.3.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

1.3.3. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

1.4. Alt Problemler

1.4.1. Farklı yaş gruplarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.2. Cinsiyete göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.3. Eğitim düzeyine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.4. Evlilik süresine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.5. Bireylerin evlenme biçimine (görücü usulü, zorla, kaçarak...) göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.6. Bireylerin eşleriyle kurdukları iletişim biçimine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.7. Ailenin algılanan ekonomik düzeyine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.8. Sahip olunan çocuk sayısına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.9. Kişinin çalışıp çalışmama durumuna göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.10. Kişinin psikiyatrik bir tanı alıp almama durumuna göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.11. Farklı yaş gruplarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.12. Cinsiyete göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.13. Eğitim düzeyine göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.14. Evlilik süresine göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.15. Bireylerin evlenme biçimine (görücü usulü, zorla, kaçarak...) göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.16. Bireylerin eşleriyle kurdukları iletişim biçimine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.17. Ailenin algılanan ekonomik düzeyine göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.18. Sahip olunan çocuk sayısına göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.19. Kişinin çalışıp çalışmama durumuna göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.20. Kişinin psikiyatrik bir tanı alıp almama durumuna göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar farklılaşmakta mıdır?

1.4.21. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği ile Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasında ilişki var mıdır?

1.4.22. Sosyodemografik değişkenler ve SL.Ö-Öfke Tarz alt ölçeklerinin evlilik uyumunu yordama gücü nedir?

Temel ve alt amaçlardan elde edilecek bulguların literatürde yer alan diğer bulgularla karşılaştırılması da hedeflenmiştir. Bireylerin öfke ifade biçimleri ilişkisel bağlamda iletişimlerini etkilemekte olup, karşılaşılan koşullarla baş edememenin, bireyin evlilik yaşamına yönelik uyumunu ve kalitesini de etkileyeceği

düşünülmektedir. Öfke ifade tarzları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin ve diğer değişkenlerin araştırılması sonucunda elde edilecek bulguların kaliteli bir evliliğin daha kapsamlı değerlendirilmesi ve farklı bakış açıları geliştirecek olması yönünden katkıda bulunabileceği düşünülmektedir.

Yapılan çalışmalarda öfke ifade tarzları ve evlilik uyumuna yönelik çalışmalara rastlanmış, ilgili değişkenlerin farklı değişkenlerle ve farklı örneklemelerle çalışıldığı görülmüştür. Öfke ifade tarzı ve evlilik uyumunun birlikte ele alınacağı bu çalışmada, elde edilecek sonuçların, literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sayıtları

Katılımcı evli bireylerin ölçek ve kişisel bilgi formuna verdikleri yanıtlar, onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtmaktadır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1.6.1. Araştırmadan elde edilen bulgular, 216 evli bireye genellenebilir.

1.6.2. Araştırmada incelenen evli bireylerin uyumu, Evlilik Uyumu Ölçeği' nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.6.3. Araştırmada incelenen evli bireylerin öfke ifade tarzları, Sürekli Öfke-Öfke İfade Biçimi Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.7.Tanımlar

Evlilik: Sosyal yapı içinde mevcut normlara uygun bir biçimde örfi veya medeni hukuk açısından meşru bir bağın kurularak, aile müessesesinin o topluluk tarafından

kabulünü sağlayan bir olgudur ifadesiyle tanımlamaktadır (DPT, 1989; akt: Canel, 2007).

Evlilik Uyumu: Eşlerin günlük yaşantıya ve yaşantı içinde değişen koşullara uyum sağlaması ve belirli bir süre içinde birbirlerine uygun olarak değişmesi şeklinde tanımlamaktadır (Spanier, 1976).

Öfke: Genellikle hafif kızgınlıktan kavga ve şiddete varan yoğun duyguları içinde alan ayrıca, doğrudan doğruya nesneleri tahrip etmeye veya insanları yaralamaya yönelik saldırgan davranışları motive eden kompleks bir grup duygu ve tutum olarak tanımlanmaktadır (Özmen, 2004).

Sürekli Öfke: Kişinin genellikle kendisini nasıl hissettiğidir (Özer, 1994).

Öfke İfade Tarzı: Hissedilen öfkenin nasıl gösterildiğidir. Öfke içe, dışa ve kontrol boyutları bulunmaktadır (Özer, 1994).

1.8.Kısaltmalar

EUÖ. : Evlilik Uyumu Ölçeği

SL-ÖFKE ve ÖFKE TARZ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

Öİ: Öfke İçe alt ölçeği

ÖD: Öfke Dışa alt ölçeği

ÖK: Öfke Kontrol alt öl

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde evlilik uyumu ile öfke-öfke ifade tarzları kavramlarına yönelik kuramsal açıklamalar ile yurt dışında ve ülkemizde yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Evlilik ve Aile

Günümüzdeki ilke ve kuralları belirlenmiş evlilik kavramı, yaklaşık M.Ö. iki bin yıllarında Mısır da başlamıştır. Yaklaşık dört bin yıllık bir geçmişi olan evlilik kurumu, toplum düzenini, kültür ve geleneklerin sürekliliğini, yeni nesillerin bakım ve eğitimini sağlayan bir kurum olarak süre gelmiş, toplum, dini kurumlar ve devlet tarafından da desteklenmiştir (Yıldırım, 1993).

Medeni Kanun kapsamında evlilik; eşlerin hayat ortaklığının yanı sıra bir medeni hukuk sözleşmesi olarak tanımlanmıştır (Yenisey, 2009). İki yetişkinin karşılıklı olarak birbirlerine evlenmeye yönelik rızalarını beyan etmeleri ile kurulmaktadır (Battal, 2008). Yapılan resmi nikah ile bu akit kurulmaktadır. Evlenme ile birlikte hukuksal anlamda bireyler bir takım hak ve yükümlülükler taşımakta, bu birliğin mutluluğunu elbirliğiyle sağlamak ve çocukların bakımına, eğitim ve gözetimine beraberce özen göstermekle yükümlüdürler. Evlilik hukuksal anlamı dışında toplumsal anlamda ise getirdiği işlevler nedeniyle önemli olmakla birlikte tüm toplumlarda görülmektedir. İşlevsel olarak evliliğin biyolojik, psikolojik ve sosyal

boyutlarının bulunduğu bildirilmiş, cinsel yaşamın düzenlenmesi, neslin devamının sağlanması biyolojik işlevlere; geleceğe güvenle bakma, dayanışma, sevgi ihtiyacını karşılama ise sosyal ve psikolojik işlevlere örnek olarak verilmiştir (Özgüven, 2000).

Evlilik; kadın ve erkeğin arasında gerçekleşen ve toplumsal olarak onaylanan bir ilişki; geçmişe yönelik birikimleri ve öğrenimleri birbirinden farklı olan iki insanın hayatlarını birlikte geçirmeye karar vermeleri olarak da tanımlanmaktadır. Saxton ise daha kapsamlı bir tanımlamada bulunmuş, evliliği; iki insanın kalıcı bir beraberlik için bir araya geldiği, aile kurmayı ve türün devamlılığını sağlamayı amaçladıkları, birbirlerine ve çocuklarına karşı ortak sorumlulukları üstlendikleri, birbirlerine bağlı olan etkileşimsel sistemlerden oluşan evrensel bir kurum olduğunu ileri sürmüştür (Gündoğdu, 1995, Saxson, 1991, Kobak ve Hazan, 1991; akt: Erdoğan, 2007). Bireylerin sosyal yaşantısının bir parçası olan evlilik hemen tüm toplumlarda doğurganlıkla birlikte ele alınmakta, doğurganlık davranışı için evlenme bir önkoşul olmamakla birlikte dünyaya bakıldığında hemen hemen tüm ülkelerde doğumların neredeyse tamamının evlilik kurumu içerisinde gerçekleştiği görülmektedir (Tezcan ve Coşkun 2004)

Sayger ve diğerlerine (2000) göre ise evlilik; ailenin oluşumunu sağlamakla birlikte üyelerinin maddi ve manevi ihtiyaçlarını giderebildiği, güven ihtiyaçlarının karşılandığı, üyelerinin karşılıksız biçimde birbirlerine yardım ettiği ve sempati duyduğu yapı olarak tanımlamışlardır (akt; Çetin, 2010).

Aile birimindeki üyelerin sayısına (örn; çocuksuz, tek ebeveynli, çekirdek, geniş, hiç evlenmemiş vb.) bağlı olmaksızın aile kavramı dünyada çok çeşitli kombinasyonları, yakın ve etkili ilişkilerin kalıcılığı ölçüsüne bağlı olarak içine almaktadır. Aile ile ilgili akademik ya da mesleki çalışmalarda genelgeçer tanımına yönelik bir görüş birliği sağlanamamakla birlikte, çok çeşitli özelliklere göre sınıflama (örn; ailelerin büyüklüklerine, güç ilişkilerine, fonksiyonlarına ..vb) yapılabilmektedir (Nazlı, 2009). Aile Özel İhtisas Komisyonu, aileyi; aralarında kan

bağı olan, evlilik ve diğer yasal yollardan aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evi paylaşan bireylerden oluşan; bireylerin cinsel, psikolojik, sosyal ve ekonomik ihtiyaçlarının karşılandığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel birim olarak tanımlamıştır (Ünalın 1988;akt: Çamur, 1998).

Gladding (2012)'e göre aile; biyolojik ve psikolojik bağları olan ve aralarında duygusal, tarihsel ve ekonomik açıdan birliktelik bulunan ve kendilerini aynı evin üyeleri olarak hisseden bireylerin oluşturdukları birlik olarak değerlendirilmektedir.

Genel yaklaşımlar, aileyi bir sistemler bütünü olarak ele alırken özellikle karı koca sisteminin aile kurumunun temelinde yer aldığı görülmektedir. Cutler ve Radford (1999); geleceğe iyimser bakan, aralarında iyi bir ilişki bulunan, çocuklarının geleceğini, güvenliğini düşünen bireylerden oluşan yapının sağlıklı aile yapısı özellikleri taşıdığını belirtmişlerdir. Birbirlerine karşı sorumluluk duygusu taşıyan, sosyal açıdan destekleyen, birlikte isteyerek zaman geçiren, aralarında açık bir iletişimin olduğu, kriz durumunda ise birbirine kenetlenen bireylerin oluşturduğu sistemi evlilik olarak nitelemektedirler (Erdoğan, 2007).

Devletin üzerinde kontrol ve yetki iddiası bulunan, evlilik bu anlamıyla kurumsallaşmış bir ilişki biçimi halini almıştır. Bu kurumsal çatıda, kadın ve erkek, “karıkoca” olarak birbirine bağlanmakta, doğacak çocuklarına da belli bir statü sağlanmaktadır (Şıpka, 2006, akt: Aktaş, 2009).

Türkiye’ de aile kavramının nasıl algılandığına yönelik yapılan bir çalışmada, ailenin %35,55 oranında neslin devamını sağlama ihtiyacı, %32,33 oranında sevgi ve şefkat ihtiyacı, %26,77 oranında düzenli bir yaşam ve %18,07 oranında ise toplum hayatına katılma maksadıyla kurulduğu belirtilmektedir (Çakır, 2011).

Birlikte ortak bir yaşam sürme ihtiyacı, fiziksel gereksinimler insanın paylaşım ve kabul görme arzuları evliliğin nedenleri olarak açıklanmaktadır. Temelde birlikte yaşam sürme ifadesinin altında bu ihtiyaçların giderilmesi/doyurulması yatmaktadır. Eşler birlikte olmak istediklerinde, olumlu-olumsuz yaşam olaylarında yan yana ilerlediklerinde ve her iki taraf birbirine kendini adadığında psikolojik yönden doygunluğa ulaşmakta, evlilik kurumu içinde kendilerini daha iyi bir yerde görmektedirler (Özgüven, 2000). Bradbury ve Karney (2004) 'e göre çiftlerin evlenme sebeplerinin, büyük oranda, birbirlerinin varlığıyla huzur ve mutluluk bulmalarıyla ilintili olduğunu belirtmişlerdir.

Evliliğin, bireysel ve toplumsal işlevlerinin bu denli önemli olması, eşler arasındaki ilişkinin araştırmacılar tarafından yoğun bir şekilde incelenmesine olanak sağlarken özellikle evlilik uyumuna yönelik çalışmalar; bireyler ve aileye yönelik iyilik halinin ve buna bağlı olarak da sağlam evliliklerin sürdürülmesinin topluma sağladığı yararlarından ötürü 1990' lı yıllarda artış kazanmaya başlamıştır (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000 akt; Ergin, 2008). Literatürde, özellikle eşler arasındaki uyumun sosyal uyumlar üzerinde olumlu yönde etkili olduğu bilgisine yer verilmiştir.

Boran (2003); evlilik kurumuna yönelik genel olarak üç temel motivasyondan bahsetmektedir:

- a) *Biyolojik Motivasyon*: kendi cinsinden nesiler üretme arzusu, ilişkiden haz elde etme, beraberliğini ve kendini koruma arzusudur.
- b) *Psikolojik Motivasyon*: Arzu duyduğu karşı cins tarafından beğenilme, sevilme, sevmeye, seçilme, kendi çocukları ile beraberliğin sürekli oluşundan duyulan güven ve hazdır.
- c) *Sosyal Motivasyon*: Toplumun beklentilerine, kurallara uyarak yaşamanın verdiği rahatlık, toplumda kabul edilen değerlere uyumla birlikte kazanılan saygınlık hazzı ve güvendir (akt: Akar, 2005).

Velidedeoğlu (2006) 'na göre çiftlerin evlilik öncesi içinde bulundukları aile yapısı, evlilik ilişkilerinin şekillenmesinde önemli rol oynamakta, bireyler kendi aile yapılarında gördükleri ilişki biçimlerini, görenekleri kendi kurdukları aile ilişkilerine taşımakta, eşlerinin de buna göre davranmalarını beklemektedir (akt: Aktaş, 2009).

Aile, aynı zamanda sosyolojik boyutu olan aile terapilerinin temelini oluşturan da bir kavramdır. Aile terapilerinde tanımsal olarak ele alınabilecek pek çok yaklaşım mevcuttur. Sistem yaklaşımı, yapısalcı yaklaşım, bilişsel-davranışçı yaklaşım, stratejik yaklaşım, yaşantısal yaklaşım, dinamik yaklaşım gibi kuramsal açıdan pek çok yaklaşım aile kavramını farklı bakış açılarından ele almış, tanımlamaya çalışmıştır.

Aile sistem yaklaşımına göre; aile içerisindeki bireylerin hem birbirlerine hem de aile içi kurallara saygılı olunması gereken bir sistem olarak düşünülmüştür. Bu sistem içerisinde alt sistemler bulunmakta ve 3 ilişkinin niteliği aile sistemini yakından etkilediği belirtilmiştir. Belirtilen alt sistemler; *ebeveynin birbiriyle olan ilişkisi, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve kardeşlerin birbiriyle olan ilişkileridir.* Alt sistemlerden birindeki duygu ve davranışların niteliği diğer alt sistemleri de etkilemektedir. Bu nedenle alt sistemlerin diğer alt sistemlerle olan ilişki biçimi evlilik uyumunu da aynı yönde etkileyebilmektedir. Aile üyelerinin birbirleriyle kurdukları iletişim biçiminden etkilenen evlilik uyumu da, eşlerin hem bedensel hem de ruh sağlığı üzerinde önemli etki yaratmaktadır. Kişilerarası ilişkilerin algılanış biçimi, eşlerin sorun çözme becerileri evlilik uyumunda önemli faktörler olarak ele alınmaktadır (Erdoğan, 2007; Hakvoort vd.,2010).

Yapısalcı yaklaşıma göre; aile sosyal bir yapı olup, bu yapıyı bir sistem olarak değerlendirmektedir. Bu sistemin 3 temel özelliği bulunmaktadır. Bunlar; aile yapısı sosyokültürel bir sistem olarak sürekli değişim içinde olması, ailenin yeniden yapılanmayı gerektiren değişik dönemlerden geçen bir gelişim süreci taşıması ve aile

üyelerinin psikososyal gelişimlerini artırmaya yarayan adaptif özelliğinin bulunmasıdır. Ailenin var olan yapısı Minuchin ‘ e göre, bireylerin oluşturduğu alt sistemler aracılığıyla işlevini yerine getirmektedir. Belirtilen en belirgin alt sistemler ise karı-koca, anne-baba ve çocuklar alt sistemleridir (Fıfıloğlu, 1992).

Davranışçı yaklaşımda ise ailedeki tüm davranışların öğrenme yoluyla kazanıldığını ve karşılıklı etkileşimlerin üzerinde çalışılarak istenmeyen davranış kalıplarının değiştirilebileceği vurgulanmaktadır. Farklı yaklaşımlar ortaya atılmasına rağmen, ortak olarak vurgulanmak istenen aile kavramını oluşturan öğeleri tanımlamak ve sağlamlık yönündeki engelleri belirleyerek kuram çerçevesinde çözüm yolları geliştirmektir (Çelik, 2006).

Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre; öğrenme teorilerinin teknikleri kullanılarak aile sisteminde işlevsel olmayan davranış örüntülerini sonlandırılması sağlanır. Bu yaklaşımda aile üyelerinin neler hissettikleri ve nasıl davrandıklarının yanı sıra, onların neler düşündüklerine de odaklanılır. Aile üyeleri arasındaki ilişkinin niteliği ve bireylerin bunda nasıl rol oynadıkları önemlidir (Nazlı, 2009). Evlilik doyumunu açıklamaya çalışan bu yaklaşıma göre çiftler etkileşimlerinin temelini öğrenmekte ve ilişkilerine bir değer biçmektedirler (Güven, 2010).

Psikodinamik yaklaşıma göre; evlilikte meydana gelen sorunlar, ilişkinin iç dengesindeki bozulmalardan kaynaklanmaktadır. İlişki içinde, eşlerin birbirlerine yönelik beklentileri hem bilinç hem de bilinç dışı düzeyde olmaktadır. İlişkinin niteliğini, ortak fanteziler ve savunmalardan oluşan sistem meydana getirmektedir. İlişki içinde beklentiler karşılandığı sürece evlilik uyumu devam ederken, karşılanamadığı durumda ise uyum sorunları meydana gelmekte, gelişen yeni durum için eşlerin nasıl bir karşılık vereceklerini, eşlerin karakter özellikleri ve aralarındaki interaksyonun özellikleri belirlemektedir (Kastro, 1998; akt: Yaşar, 2009).

Yaşantısal yaklaşıma göre; ailedeki bireyler duygularının farkında değildir, farkında oldukları zaman ise bastırma eğilimindedir, duygular yaşanmadığı zaman ise ailenin bir ya da birkaç üyesinde duygusal rahatsızlıklar meydana gelebilir. Duyguların paylaşılamaması bireyleri ortak faaliyetlerden uzaklaştırır, dolayısıyla ailede fonksiyonelsizliğe yol açar. Bu yaklaşımda duygular, öznel yaşantılar, şimdi ve burada davranabilme önemli kavramlar arasında yer almaktadır (Nazlı, 2009).

Stratejik yaklaşıma göre; aile sistemi içerisinde problem olan birey, ailenin diğer üyelerini de çaresizlik içine düşürerek kontrol etmek ister. Bu yaklaşımda ailenin sınırlarının yeniden düzenlenmesi ve yapılandırılması sağlanmaktadır. Ailede uyumun yeniden sağlanması için sisteme bir takım stratejik müdahalelerde bulunulur (Kerimoğlu, 1996).

Temel sosyal grup olarak tanımlanan ailenin bir takım fonksiyonlara sahip olduğu belirtilmekte, bu fonksiyonlar ise şu şekilde özetlenmektedir:

- a) Aileyi oluşturan çift arasında toplumun onayladığı bir seks ilişkisi sağlar. b) Aile ekonomik bağlamda işbirliğinin ve işbölümünün sağlandığı uygun bir ortamdır. Değişik biçimlerde ortaya çıkan bu işbirliği eşleri birbirine bağlamakla kalmaz, toplumun devamını sağlayan neslin bakılıp büyütülmesini sağlar. c) Yeni doğan çocuğun potansiyelini geliştirmesi, eğitimi vb. konularda işlev görür. d) Yetişmekte olan bireye içinde yaşadığı toplumun kültürel mirası ve değer sisteminin aktarılmasından sorumludur (Aktaş, 1998; akt: Akar, 2005).

İnsan neslinin devamlılığını sağlama, çocuk yetiştirme, aile üyelerinin bakımını ve disiplinini sağlama ve destekleyici bir çevre temin etme ailenin temel işlevlerini arasında yer almaktadır. Bu temel işlevler farklı yazarlarca ele alınmış, aileyi etkileyen bu 7 temel işlev üzerinde durulmuştur. Bunlar; ekonomik ihtiyaçları karşılamak, statü sağlamak, çocukların eğitimi planlamak, din eğitimi vermek, boş zaman faaliyetlerini geçirmek, aile üyelerinin birbirlerinin korunması ve karşılıklı sevgi ortamı yaratmak gibi işlevlerdir (Erürker 2007; Günsel, 2010).

Bireyin evlenmesi kadar evliliğe nasıl bir anlam yüklediği, evlilikten beklentilerinin neler olduğu ve bunların ne kadarının karşılandığı da oldukça önemlidir. Kadın ve erkek kimliğinin altında, çiftlerin birbirlerini nasıl tanımladıkları ve anlamlandırdıkları da evliliğin niteliğini ve uyumunun kalitesini belirlemektedir (Tarhan, 2006).

Kültürümüzde ise; Türk ailesinin sorun alanları yapılan araştırmalarda aşağıdaki gibi belirlenmiştir:

a) Aile içi ilişkilerden kaynaklanan (eşler ve ebeveyn- çocuk iletişimi gibi) sorunlar, b) Aile yapısından kaynaklanan sorunlar, c) Ailenin sorun çözme kabiliyetini kaybetmesi, d) Aile kurumuyla birlikte yaşanan ahlak ve değerlerin aşınmasından kaynaklanan sorunlar, e) Şiddet, suç, kötü alışkanlıkların hızla artması, f) Özürlü bireye sahip ailelerin sorunları, g) Ekonomik nedenlerden kaynaklanan sorunlar, h) Boşanma, terk nedeniyle kadın ve çocukların yaşadığı sorunlar (Demirkan, 2006).

2.2. Evlilik Uyumuna İlişkin Kavramsal ve Kuramsal Yaklaşımlar

Eşlerin birbirlerine ve evliliklerine duydukları memnuniyet ve mutlulukların olduğu durum; evlilik uyumu olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle evlilik; kabul anlayış, ortak düşünce ve karşılıklı destek arasındaki ilişki olarak tanımlanmaktadır (Taşçı ve diğer., 2008). Evlilik ilişkisini anlama ve evlilikte uyumu etkileyen değişkenlerin neler olduğuna dair pek çok çalışma yapılmış, ve araştırmacılar farklı değişkenler aracılığıyla evlilik uyumunu açıklamaya çalışmışlardır.

Evlilik kurumu hemen hemen tüm toplumlarda görülen evrensel bir kurum olmakla birlikte, kendi içinde farklılıklar gösterebilmektedir. Aile kavramı, evlilik

ilişkisiyle başlar; toplumun sosyal, ahlaki ve kültürel sürekliliğin sağlanmasında önemli bir sistem olarak ele alınmaktadır. Sağlıklı bir aile yapısının oluşması, evlilik ilişkisinin devamlılığı temelde iki farklı bireyin, iki farklı kişilik yapısının uyumu çerçevesinde gerçekleşmektedir. Kendilerine özgü özellikler gösteren iki bireyin ortak bir yaşam sürdürebilmeleri, hangi kişilik yapılarındaki bireylerin daha uyumlu birliktelikler yaşayabildiği veya çiftlerin birbirinin kişilik özelliklerini nasıl etkilediği ve değiştirdiği konuları kişilik ve evlilik doyumu/uyumu ile yakından ilişkilidir (Kansız ve Arkar, 2011).

Toplumsal boyutu bulunan evliliğin bilimsel araştırmalara konu olması 19. yüzyılın ortalarını bulmaktadır. Yapılan çalışmalarda evlilik uyumu/doyumu birçok değişken açısından ele alınarak açıklanmaya çalışılmıştır. Kişilik değişkeni, ele alınan değişkenlerden bir tanesi olmakla birlikte, yapılan sınırlı sayıdaki araştırmalarda dışa dönük veya içe dönük kişilik özelliklerine sahip bireylerin; tedbirli olma, başarıya odaklı olma, negativistik özellikler gösterme, güvensiz, kaygılı olma gibi özellikler gösterme gibi kişilik özelliklerin evlilik uyumuna etkisi üzerinde durulmuştur. Bu çalışmalarda düşük anksiyete düzeyi, yüksek olumlu duygulanım, kontrol düzeyinin yüksek olması, gelişime açıklık gibi özelliklerin eşlerin evlilik uyumunu olumlu yönde etkileyen özellikler olması yanı sıra eşlerin agresif olma, nörotisizm düzeyinin yüksek olması gibi özelliklerin de evlilik uyumunu olumsuz yönde etkileyen özellikler olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kansız ve Arkar, 2011).

Uyumlu bir evlilik ilişkisinin sağlanması eşlerin evlilikten ve birbirlerinden sağladığı doyumu ve mutluluğu artırmakla birlikte, eşlerin diğer değişkenlerle birlikte gittikçe zorlaşan sosyo-ekonomik koşullar karşısında psikolojik sağlıklarını da korumaktadır. Spanier (1976)'e göre evlilik uyumu; eşlerin günlük yaşantıya ve yaşantı içinde değişen koşullara uyum sağlaması ve belirli bir süre içinde birbirlerine uygun olarak değişmesi biçiminde tanımlanmıştır. Sabatelli (1988) ise uyumlu evliliği eşlerin birbirleriyle iletişim kurabildiği, evliliğin önemli alanlarında uzlaşmanın sağlanabildiği, anlaşmazlıkların her iki tarafı da hoşnut edecek şekilde

çözömlenebildiği evlilik olarak tanımlamaktadır. Nelson-Jones (1986), insan ilişkilerinin başlama, geliştirme, sürdürme ve sonlandırma şeklinde dört aşama da gerçekleştiğini; uyumlu evlilik ilişkilerinde sonlandırma aşamasının yalnızca eşlerden birinin ölümüyle mümkün olabileceğini belirtmekte, sürdürme aşamasının ise evlilikte yüksek uyumu gerektirdiğini belirtmişlerdir (akt: Fidanoğlu, 2007).

Evlilikle birlikte bireyin yaşamında çeşitli değişiklikler olmakta, bekarlık rollerinden sıyrılarak evli çift rolüne geçilmektedir. Edinilen bu yeni rol bireylerin eşleriyle ve çevreleriyle (ebeveynleri) olan ilişkilerini etkileyebilmektedir. Evliliğin ilk döneminin en önemli görevi, her iki kişiyi de mutlu edecek ortak bir yaşam alanı oluşturmak ve doyurucu cinsel örüntüleri keşfetmektir. Diğer önemli görevler ise; evin sorumluluklarının paylaşılması, ortak kararlar alabilme, çıkan çatışmalara yönelik çözüm yolları üretebilmektir. Bu dönemde karşılanamayan beklentiler çatışmalara, hayal kırıklıklarına dolayısıyla erken boşanmalara dahi yol açabilmektedir (Sevim, 1999). Evliliği sürdürme ve ilişkinin devamlılığın sağlanabilmesi için, gerekli iletişim ve problem çözme becerilerine sahip olup evlilikle ilgili rol ve beklentilere yönelik farkındalık gerekmektedir (Hamamcı ve diğer., 2011).

Evlilikteki uyuma yönelik davranışlar ailenin yaşam kalitesini de ortaya koymaktadır. Ebeveynlerin birbirleriyle yaşadıkları olumsuz ilişkilerin varlığı, ailenin diğer üyelerini de birçok farklı olumsuz davranışlara yöneltebilmekte, hem eşler hem çocuklar üzerinde travmaya dönüşebilmektedir (Sardoğan ve Karahan, 2005).

Uyumlu bir evlilik, eşlerin yaşantılarında akılcıca planlamaları ve çabalar sonunda kazanıp korunması gereken bir beraberliktir. Ailede birlik ve beraberliğin oluşabilmesi için eşler arasında ekonomik, yönetsel ve psikososyal konularda anlaşmaya varılmalı ve uyum sağlanması gerekmektedir. Eşlerin, aile yaşantısına ilişkin konuları planlama ve uygulamaya yönelik görüş birliğinde olmaları, aile içi ilişkilerde işbirliğine özen göstermeleri sağlam bir aile yapısının oluşmasında önemli

rol oynamaktadır. Uyumsuz evlilikler ise, kuşaklar yoluyla mutsuz ve uyumsuz evliliklere yol açabilmekte, bunun nedeni ise evlilikle ilgili olumsuz duygu ve yargıların uyumsuz ve başarısız evliliklerin zincirleme sürüp gitmesinden kaynaklanmakta, bu durum ailelerden meydana gelen toplumun yapısını da olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Bilen, 1983 akt: Şener ve Terzioğlu, 2008).

2.2.1. Evlilik Uyumunda Lewis ve Spiner Modeli

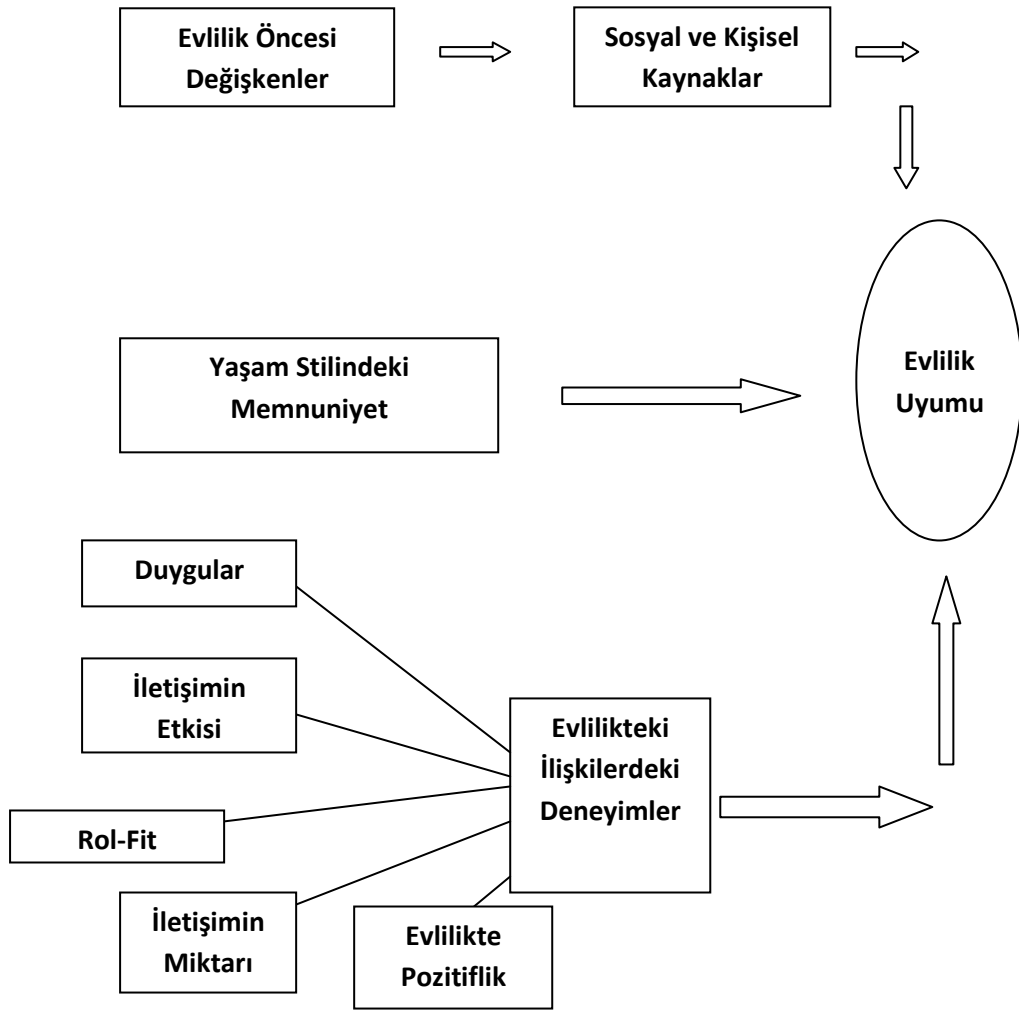
Çiftler genellikle birbirlerine âşık olarak evlenmelerine rağmen, evlendikten sonra ilişkilerinde neler olduğu tam olarak bilinmemektedir (Udry, 1966). Bu yüzden, aileye yönelik çalışmalarda, 80’li yıllarda evlilik ilişkisinin kalitesine odaklanılmaya başlanmıştır. Bu yıllarda, evlilik kalitesi ve ilişkili kavramların-uyum, mutluluk ve doyum- alanda en çok çalışılan değişkenler olduğu düşünülmektedir. Evlilik ilişkisiyle ilgilenen araştırmacılar, evlilik kalitesi ve sürekliliğini açıklayabilecek ilişkili değişkenleri ortaya çıkarmaya çalışmaktadırlar (Spanier ve Lewis, 1980 akt; Hacı, 2011).

Spanier (1972), çok yönlü bir kavram olan evlilik uyumunun bir süreç olduğunu ve bu sürecin çiftler arasında sorun yaratan farklılıkların, gerilim ve kişisel kaygıların, evlilik doyumunun, çiftler arası bağlılığın ve çiftler arasında önemli konular hakkındaki fikir birliğinin etkili olduğunu belirtmiştir. Bu özellikleri taşıyan çiftlerin evlilikleri, uyumlu evlilik olarak tanımlanmaktadır. Evlilik uyumu konusunda yapılan araştırmalarda, bazı araştırmacılar evlilik uyumunu eşlerin evlilikleri ya da birbirleriyle ilgili duygularını temel alarak değerlendirirken, bazı araştırmacılar ise çiftlerin evlilikteki çatışma alanlarının ya da iletişim özelliklerinin ilişkinin niteliğini belirleyen özellikler olarak değerlendirmeyi uygun görmüşlerdir (akt: Süataç,2010). Böylelikle 1970 li yıllardan itibaren Spanier’in hem bireysel hem de ilişkiyi ifade eden maddelerin bir araya getirildiği çok boyutlu Çiftler Uyum Ölçeği yaygın bir biçimde kullanılmaya başlanmıştır (Yılmaz, 2001).

Evlilik uyumu, mutluluğu ve kalitesi üzerine Lewis ve Spainer’in birçok çalışması olmakla birlikte yapılan çalışmalarda amaç olarak evlilikte uyumun ve devamlılığın sağlanmasının destekleyen değişkenler üzerinde durulmuş ve bir model oluşturulmaya çalışılmıştır. “Uyumlu Evlilik Modeli ” adını verdikleri bu modelde 3 değişkenden bahsedilmiştir;

1.Sosyal ve bireysel kaynaklar (bireyin evlilik kurumuna getirdiği kaynaklar, mental ve fiziksel beceriler, sağlık, kendine güven) 2. Yaşam stilindeki memnuniyet (arkadaş ve aile desteği, sosyal statü, çalışmalarındaki memnuniyet) 3. Evlilik ilişkisinden kazanılan ödüller (etkili iletişim, iletişimin miktarı, uygun iletişim)

Lewis ve Spainer ayrıca modelde önemle vurgulanan birkaç temel öğeden de bahsetmektedir. Bunlar; evlilik için pozitif yaklaşım, etkili iletişim, rol uyumu ve etkileşim miktarıdır. Evliliğin merkezinde olan bu değişkenler, çiftlerin gündelik hayatını şekillendirdiği gibi evlilik uyumlarını da anlamada faydalı olacağı düşünülmektedir. Modele ilişkin değişkenler tablosu aşağıdaki gibidir:



Şekil 1: Evlilik Uyum Modeli (Süataç, 2010).

2.3. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumu, evlilik ilişkisi, evlilik doyumu gibi pek çok kavram son yıllarda yalnızca psikologlar ve psikiyatrlar tarafından değil farklı alanlardaki araştırmacının da çalışmalarında temel oluşturmuş, ilgi uyandırmıştır. Farklı uzmanlık alanları çerçevesinde bu kavramları temel alan çok sayıda araştırma yapıldığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında evlilik 2 biçimde değerlendirilmektedir. İlk terim evliliğin iptali olup, boşanma, ayrılık, terk etme gibi

konuları içeren evliliğin sürekliliği kavramıdır. Sürekliliği olan bir evlilik eşlerden birinin ölümüyle sonlanır, istikrarsız evlilik ise eşlerden birinin ya da her ikisinin isteği ile evliliğin sonlandırılmasıdır. Diğer terim ise, evlilik devam ediyorsa evlilik kalitesi kavramıdır. İlgili kavram; evlilik süresi içinde evliliğin nasıl olduğu, eşlerin neler hissettiği ve bu durumdan nasıl etkilendiğiyle ilintilidir. Evlilik uyumu, doyumu, mutluluğu kavramları evlilik ilişkisini tanımlamak için kullanılan kavramlar arasındadır. Genel olarak evlilik kalitesi uyum ve doyumu içeren genel bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Evlilik uyumu subjektif bir değerlendirme olup, yüksek evlilik kalitesi, iyi uyum, yeterli iletişim olup doyum ve mutluluğun yüksek olduğu düşünülmektedir (Spainer, 1979). Yapılan çalışmalarda bahsedilen kavramların nasıl ölçüleceği ve nasıl tanımlanacağı konusunda fikir birliği oluşturulamasa da bu kavramların içeriklerinin benzer olduğu, her birinin etkileşimi ve tutumları betimlediği ileri sürülmektedir. Özellikle evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları, aralarında korelatif bir ilişki olması nedeniyle çok sık birbirine karıştırmakta ve eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Doyumlu çiftlerin aynı zamanda uyumlu çiftler olduğu bu iki kavramın birbirinden farklı kavramlar olmadığı belirtilmektedir. Çiftlerin uyumundan söz edildiğinde evlilik doyumunda da olduğu üzere genellikle eşlerin öznel algılarının aralarındaki ilişkinin niteliğini belirlemektedir. Evlilik uyumu ayrıca bireylerin evliliklerinden ya da birlikteliklerinden duyduğu memnuniyeti ve mutluluğu olarak da tanımlanmaktadır. (Erberk ve diğer., 2005).

Evlilik uyumu; eşlerin evliliklerini tüm yönleriyle gözden geçirip, bireysel olarak hissettikleri memnuniyet düzeyi olarak tanımlanırken başka bir tanımda ise bireylerin evlilik ilişkisinde öznel gereksinimlerini karşılama derecesine yönelik algısı olarak tanımlanmaktadır. 1984-1995 yılları içinde yapılan uzun soluklu çalışmalarda 24 bin bireyle çalışılmış, bireylerin evlenmeleriyle birlikte kısa dönem bir iyilik halinin olduğunu, nihayetinde evlenmeden önceki durumlarına dönecekleri, bu nedenle evlenmeden önceki yaşamlarından memnun olanların evliliklerinin devamlılığının sağlanmasının daha olası olduğu sonucuna varılmıştır. (Demiray, 2006).

Locke ve Williamson (1958) ise evlilik uyumunu; çatışmaların çözümlenebildiği, evlilikten ve eşler arası doyumun hissedilebildiği, ortak aktivite/faaliyetlerin ve karşılıklı beklentilerin karşılanması olarak tanımlamıştır.

Bazı yazarlar, evlilik uyumu bir süreç olarak tanımlanmış, bu tanımlamaya göre de evlilikte uyum; eşlerin belli bir süre içinde, birbirlerine uygun olarak değişimleri biçiminde yorumlanmıştır. Belli bir zamanda, bir çiftin uyumu, birçok farklı durumun dengesi ve ilişkiyi etkileyen birçok unsurun bir araya gelmesi ile belirlenmektedir. Evlilik uyumunu etkileyen faktörler şu şekilde sıralanmıştır:

1- Eşler arasında fikir birliği, 2- Fikir ayrılığını düzeltmek için kullanılan yöntemler, 3- Evli olmaktan duyulan memnuniyet/pişmanlık, 4- Evlilikte sürdürme/ayrılmanın ya da boşanmanın düşünülmesi, 5- Eşe karşı şikâyetlerin ifadesi, 6- Eşlerin evlilikten aldıkları doyumun bireysel değerlendirilmesidir (Çakır, 2008).

Evlilik uyumu sürecinin sonuçları da şu etkenlere göre belirtilmiştir:

1- Çiftler arasında sorun yaratan farklılıklar, 2- Kişilerarası gerilim ve bireysel kaygı, 3- Çift doyum, 4- Çift birlikteliği, 5- Çiftlerin işlevselliğinde önemli olabilecek konularda görüş birliğidir (Çakır, 2008).

Evlilik yaşantısının hem bireyler hem de toplumlar açısından önemli olması sebebiyle eşler arasındaki uyuma odaklanan araştırmacılar bunun nedenin; evlilik uyumunun hem aile içi hem de aile dışı ilişkilerin belirleyicisi olarak giderek önem kazanmasından kaynaklı olduğunu düşünmelerinden ileri geldiğini belirtmektedirler. Kişilerin evlilik uyumlarının sosyal uyumları üzerinde etkili olduğunu, evlilik uyumu ile sosyal uyum arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar, bu

görüşü destekler niteliktedir (Fıfıloğlu, 1992; akt: Ergin, 2008; Kitamura ve diğlerleri., 1998,).

Aile sorunlarına neden olan faktörlerin araştırılmasında evlilik uyumu en çok üzerinde durulan değışkenlerden birisidir. Bunun nedeni, evlilik uyumunun hem aile içi, hem de aile dışı ilişkilerin belirleyicisi olarak gittikçe önem kazanmasıdır (Fidanoğlu, 2007).

Akar (2005)' a göre ise çiftlerin uyumunda bireylerin öznel algısı dışında aralarındaki ilişkinin niteliğı değıerlendirilmeli, bu nedenle eşlerin her birinin evlilik uyumuna yönelik ilişkiyi sürdürebilme kapasiteleri üzerinde durulmalıdır.

Eşler arasındaki uyum çeşitli değışkenler açısından incelendiğinde, 5 faktör üzerinde durulmuştur. Bu faktörler aşağıdaki biçimde ele alınmaktadır.

(a)Bireyin evliliğine ilişkin doyum hissi **mutluluk faktörü**, (b) eşlerin günlük aktivitelerin ne kadarını birlikte yaptığını içeren **etkileşim faktörü**, (c) ilişkideki sözel ve fiziksel çatışmanın sıklığı ve yoğunluğunu gösteren **anlaşmazlık faktörü**, (d) eşlerin kişisel özellikleri ya da davranışsal özelliklerinden (kıskançlık, kolay incinme, çabuk sinirlenme, savurganlık, alkol alma gibi) kaynaklanan **problemler faktörü** ve (e) evliliğın problemlı olduğunu ve boşanma olasılığını düşünme, eş ya da arkadaşlarla boşanma olasılığı hakkında konuşmayı içeren **boşanma eğilimi faktörüdür**. (Johnson ve diğlerleri, 1986; akt: Ergin, 2008).

Larson 'un 2002 yılında yaptığı çalışmada evliliğı etkileyen faktörler üzerinde bir model oluşturmuş, çalışmasına "Evlilikte Üçgen Modeli" adını vermiştir. Larson 'un kuramına göre model 3 temel başlık altında ele alınmıştır;

a. Bireysel Özellikler: *Sorunlar:* Stresle başa çıkma güçlüğü, işlevsel olmayan düşünceler, aşırı tepkisellik, aşırı kızgınlık ve saldırganlık, tedavi edilmemiş depresyon, kronik irritabilite, aşırı utangaçlık. *Olumlu özellikler:* Dışadönüklük, esneklik. Özgüven, iddialılık, teslimiyet, Aşk.; **b. Çift Özellikleri :** *Sorunlar;* Negatif ilişki tarzları. *Olumlu Özellikler:* İletişim ve çatışma çözme becerileri, yakınlık, güç paylaşımı veya kontrolü, uzlaşma.; **c. Çevresel Etmenler:** Aileden bağımsızlaşabilme, anne babanın evliliği, anne babanın ve arkadaşların desteği, iş stresi, ebeveyn olmanın stresi, dışarı uğraşlarının gerilimi, diğer stresörler - borçlanma, sağlık, eşin yakın akrabaları- (akt; Akar, 2005).

2.4. Evlilik Uyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Genel olarak bakıldığında, evlilik ilişkisinin kalitesini tanımlamada, evlilik doyumu, evlilik uyumu, mutluluk gibi kavramların kullanıldığı görülmektedir. Spainer (1979) 'e göre evlilik kalitesi kavramı genel bir kavram olmakla birlikte kalitenin daha çok evli çiftlerin kendi evliliklerine yönelik öznel değerlendirmelerinden oluştuğunu belirtmiştir. Buna göre; yüksek evlilik kalitesinin, iyi uyum, yeterli iletişim, evlilik ilişkisinde yüksek doyum ve mutluluk derecesi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yıldırım (1993)'a göre ise; evliliğin niteliğini yordamada uyumun daha önemli olduğu düşünülmektedir. Evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları, aralarında yüksek korelasyon olması nedeniyle çok sık birbirine karıştırılmakta ve eş anlamlı olarak kullanılmakta, dolayısıyla doyumlu çiftlerin aynı zamanda uyumlu çiftler olduğu belirtilerek bu iki kavramın birbirinden farklı kavramlar olmadığı ileri sürülmektedir. Evlilik uyumunun tek bir tanımını yapmak ve hakkında bir konsensüse varmak zordur. Bunun nedeni çeşitli toplumsal, psikolojik, kişisel ve sosyo-demografik değişkenlerin evlilik uyumuyla yakından ilişkili olmasından kaynaklanmaktadır (Glenn, 1990; Robinson ve Blanton,1993; akt: Fidanoğlu, 2007).

Evlilik kalitesi ise bu terimleri içeren genel bir kavram olup, evlilik ilişkisinin çiftler tarafından öznel olarak değerlendirilmesi şeklinde tanımlanmıştır. Evliliğin niteliğinin değerlendirilmesinde uyumun daha önemli olduğu düşünülmekte ve evlilik üzerine yapılan araştırmalarda daha çok uyuma etkiyen faktörlerin incelenmesi ve uyumu arttırmaya yönelik yaklaşımların geliştirilmesine odaklanılmıştır (Erdoğan, 2007).

Eşlerin evlilik ilişkilerinde beklentileri düzeyinde ya da onun üzerinde sonuçlarla karşılaştıklarında evliliklerini “mutlu” olarak tanımlayacakları söylenebilir. Sabatelli (1988)’nin çalışmasında eşlerin, beklentilerine uygun sonuçlarla karşılaştıklarında doyum aldıkları, düşük sonuçlarda ise beklentilerini değiştirip azaltma eğilimine girdiklerini bulgulamıştır. Bir başka çalışmada ise evlilik doyumunun özellikle ekonomik zorlanmalarla yakından ilişkili olduğudur.

Mitchell (1993)’e göre; evlilikte mutluluk; çiftler arasındaki ilişki kurma becerileriyle yakından ilişkilidir. Aynı zamanda etkili sorun çözme becerilerinin evlilik doyumuna yönelik olumlu katkıları bulunmaktadır. Evlilikte doyum sağlayamayan çiftlerin sorun çözme becerilerinin daha az sonuç verici olduğu bilinmekle birlikte, eşlerin hangi sıklıkla sorun yaşadıkları, sorunların çözümünde gerçek yaşam koşullarını hangi oranda dikkate aldıkları ve ne sıklıkla çözüm yolları ürettikleri konularıyla yakından ilişkili olduğu bulunmuştur (akt: Erberk ve diğer., 2005). İlişkideki tüm alanları etkileyen en önemli kavramın eşler arasındaki uyum olduğu gösterilmektedir. Evlilik birliğinin sürdürülmesi ya da sonlandırılmasında zamana bağlı olarak eşler arasındaki olumlu ve olumsuz faktörlerin işlerlik kazandığı dengeler üzerine kurulmaktadır. Eşler arasında sabit bir işlev gören bu dengeler, sosyal, ekonomik, kültürel ve bireysel (hastalık, kişilik, sadakatsizlik, ..vb.) kökenli bozucu etkilerle sarsılabilmekte, kimi zaman kırılğan zemin üzerine kurulmuş evlilikleri sonlandırabilecek kadar güçlü olabilmektedir. ABD’de yapılan çalışmalarda insanların psikolojik yardım için başvurma nedenleri arasında evlilik sorunlarının ve uyumsuzluğun en sık bildirilen nedenler arasında olduğu belirtilmiştir

(Gölsün ve diğeri., 2009). Ayrıca evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin sorunlarının sıklığının daha az, problem alanlarının daha sınırlı olduğu görölmüştür. Sorun çözme becerilerinin bu açıdan çiftler üzerinde düşük ve yüksek evlilik doyumunu öngörmede güçlü bir belirleyici olabileceği ileri sürölmektedir. Lavee, Mc Cubbin ve Olson ‘un çalışmalarında; geçmiş yaşam olaylarının bireyin evlilikteki rolleri ve daha çok kişisel çatışmalarla ilişkili olduğu, bu durumun da evlilik uyumunda azalmaya neden olduğunu ileri sürmüşlerdir (Mitchell, 1993, Lavee ve diğeri., 1987; akt: Erberk ve diğeri., 2005).

Uyum sağlayıcı problem çözme becerilerine sahip kişilerin evlilik içi sorunlarının azaldığı, uyumlarının ise arttığı bilinmektedir. Bu beceriler eşleri yaşam olaylarına karşı daha esnek hale getirirken uyumsuz sorun çözme becerilerine sahip kişilerin yaşam olaylarına karşı daha duyarlı hale getirebilir. Uyum becerileri olan bir çift sorunlara karşı savunmacı olmayan bir tutum sergiler, nötral ses tonuyla birbirlerinin görüşünü öğrenmek ister ve sohbetlerine mizahı katar. Eşler arasında gelişen sağlıklı etkileşim, çift uyumuna da olumlu katkı sağlar. Bilişsel yetersizlikler, duygusal huzursuzluk, olumsuz yaşam olayları sorun çözme davranışında kötüleşmeye ve stresin artmasına dolayısıyla eşlerin birbirlerinin hatasını aramaya daha duyarlı gelmesine, öfkeye, düşmanlığa, yetersiz iletişime ve yetersiz duygusal paylaşımına neden olmaktadır.

Eşler arasındaki kişisel benzerlik ve eşin doğru algısı, eşler arasındaki yakınlığı artırmaktadır. Evliliğin dört önemli boyutu faktör analizleriyle ortaya konmuştur. Bunlar; kişisel özellikler, yakınlık, evlilikte uyum ve problem çözmedir. Özellikle; Robinson ve Blanton’a göre (1993), yaklaşık 30 yıldır evliliği devam eden bireylerin ilişkilerinde belirleyici olan temel 2 faktörün yakınlık ve iletişim becerileri olduğunu belirtmişlerdir (Fidanoğlu, 2007).

Yakın ilişkilerin fiziksel ve psikolojik sağlığımız üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Yaşanan evlilik güçlükleri ve söz konusu etkileri nedeniyle, evlilik araştırmalarında sıklıkla evlilikte başarı, uyum, mutluluk, doyum, görüş birliği, dostluk, problem çözme etkileşimleri, eş seçimi, rol beklentileri..vb gibi konular çalışılmaktadır. İnsanların ilişkilerinde birbirlerini algılama ve değerlendirme aşamalarında özellikle duyguların önemli bir rolü olduğuna işaret eden çalışmalar yapılmıştır. Duygular; ilişkilerin nasıl değerlendirildiğini yakından etkilemektedir. Örneğin, mutlu eşler ilişkinin niteliğini artıran yüklemeler üretirken, mutsuz, uyumsuz, depresif eşler ise yaşadıkları sıkıntıları sürdüren yüklemelerde bulunmaktadır Söz konusu yüklemelerden odak, istikrarlılık, genellik boyutları nedensellik yüklemelerini oluştururken, suçlama, kasıt, güdü boyutları ise sorumluluk yüklemelerini oluşturmaktadır. (Spanier ve Lewis, 1980; Bradbury ve Fincham, 1990; Fletcher ve ark.,1990; Forgas ve ark., 1994; Tutarel-Kışlak,1997; akt: Kışlak, 1999). Karney ve Bradbury'nin (2000) yapmış oldukları boylamsal çalışmalarda; yükleme ve doyum arasındaki ilişki çift yönlü olup, doyum arttıkça olumsuz yüklemelerin azaldığı bulgulanmıştır. Araştırmacılar zaman içinde yüklemelerin değişebileceğini, katı değişmez özellikler olmadığını belirtirken, evliliğin ilk zamanlarında yapılan olumsuz yüklemelerin sonraki evlilik uyumu/doyumunda azalmaya neden olduğunu ileri sürmüşlerdir (Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Araştırmalar, sorumluluk yüklemesinin evlilik uyumu ile yakından ilişkili olduğunu, evlilik ilişkilerinde eşlerini suçlayan kadınların evlilik doyumlarının daha az olup, evliliklerinde doyumsuzluk yaşayan kişilerin eşlerini daha çok kasıtlı ve bencil güdülü olarak değerlendirdiklerini; olumsuz davranışlar gösterdiklerinde ise eşlerini fazlasıyla suçladıklarını ortaya koymaktadır. İlişki doyum verici olduğunda eşin olumsuz davranışlarına daha az sorumluluk yüklenmekte, uyumsuz eşler ise olumsuz eş davranışlarını daha fazla dikkate almakta ve dolayısıyla yaptıkları yüklemeler de ilişkilerindeki olumsuzluğu sürdürücü nitelikte olmaktadır (Kışlak, 1999). Problemlerin eşten kaynaklandığının düşünülmesi benliği koruyan bir yol olmasına rağmen, ilişkinin bütününde etkin bir iletişime, duygu ve düşünce

paylaşımına sahip çiftlerin, çatışmalarını uzlaşarak çözebildikleri ve problemin kaynağını doğru olarak belirleyebildikleri görülmektedir. (Işıklı, 1993)

Yapılan araştırmalarda evlilikte uyum ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Eşlerde gözlenen irrasyonel düşünceler (Müller, Zyl, 1991); çocuk yetiştirmede ortaya çıkan fikir uyuşmazlıkları (Jouriles ve Ark. 1991); eşlerden birinde var olan herhangi bir kronik hastalık (Carter, Carter, 1994); eşlerin benzer kişilik özelliklerine sahip olması (Nemeczek, Olson, 1999); eşlerin hastalıkları algılama tarzı ve hastalıklar karşısında gösterdikleri tepkiler (Ming, 2002); eşlerden birinde gözlenen yüksek kaygı (Dehle, Weiss, 2002); erkeğin geleneksel cinsiyet rollerinin dışına çıkması ev işlerine yardım etmesi (McGovern, Meyers, 2002); eşlerden birinde kısırlık ortaya çıkması (Peterson, Newton, Rosen, 2003) ve ailede engelli bir çocuğun bulunması (Risdal, Singer, 2004) bu değişkenlerden bazılarıdır. (akt: Fidanoğlu, 2007).

Eşin olaylara empatik yaklaşımı ile evlilik uyumu arasındaki ilişki de çeşitli araştırmaların konusu olmuştur. Franzoi ve arkadaşları eşlerle yaptıkları çalışmalarda; empatik yaklaşımın evlilikte yaşanan gerilimi azaltmada yardımcı olduğunu belirtmiş, Davis ve Oathout (1987) yaptıkları bir çalışmada ise 264 çiftle çalışılmış ve empatik yaklaşımın eş doyumunu etkileyen çeşitli davranışların güçlü yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır (Tutarel ve Çabukça, 2002). Sillars ve arkadaşlarına göre; eşler arasındaki tartışmanın odağı ilişkiyi daha az tehdit eden ya da az çatışmaya yol açan bir konuya ilişki olumlu, ancak yüzleşilmesi gerekenler ilişkiyi tehdit edici ya da çatışma yaratacak bir konu ise ilişki olumsuz olmaktadır. Eşler arasındaki iletişimde mesajların anlaşılır olması, karşısındakine verilen destek ilişkiyi olgunlaştırmanın yanı sıra etkin iletişim, çatışmaların çözülmesini, ilişkiden doyum elde edilmesini dolayısıyla eşlerin birbirlerini tanımlarına ve kendilerini daha iyi hissetmelerine yol açtığı görülmektedir (Gülsün ve diğer., 2009).

Cinsel işlev bozukluğu da evlilik uyumu kadar ilişkinin niteliğini ve yakınlığını belirleyebilmekte, aile içi dengeleri bozabilmektedir. Eşlerden birinde ortaya çıkan cinsel işlev bozukluğu, eşler arasında ilişki ve yakınlığı olumsuz etkileyebilmektedir. Cinsiyet açısından bakıldığında; cinsel alanda problem yaşayan erkeklerde kaçınma davranışları gelişebilmekte iken, kadınlarda ise bu durum daha çok çekiciliklerini kaybettikleri ve istenmedikleri tarzında yorumlanabilmektedir. Erkekler, fiziksel teması içeren tüm davranış biçimlerini cinsel ilişkiye başlangıç gibi algılayarak yakınlaşmadan kaçınabilmekte, bu durum cinsel alan dışına da yansyarak tüm ilişkiyi bozmakta, eşler diğer alanlarda da uzaklaşmaya başlamaktadır. Erkekler, cinsel işlev bozukluğunu kimliklerindeki yetersizlik olarak görebildikleri, bu nedenle rol çatışmalarına girebilmekte, günlük yaşamlarında daha eleştirel bir tutum benimseyebilmektedirler. Bu da genel olarak ilişkinin niteliğini olumsuz etkilemektedir (Lo Piccolo ve diğer., 1986, Rust ve diğer., 1985; akt: Gülsün ve diğer., 2009).

Çocukların evlilikte mutluluğu ve uyumu etkileyen en önemli faktörlerden biri olarak değerlendirilmekte, çocukların varlığının, mutluluk üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkileri olduğu bildirilmektedir. Çocukların varlığı, aile ortamında sevgi ve aile bağlarının güçlenmesini sağlarken aynı zamanda bakımı deneyim gerektiren zor bir iş olduğundan genellikle sorumluluk kadınlara yüklenmektedir. Bu da eşler arasında gizli bir gerginliğe dolayısıyla çiftlerin mutluluklarına olumsuz bir etki yaratabilmektedir (Hasta, 1996). Bir çok araştırmacı, çocukların dünyaya gelmesiyle birlikte yaşanan evlilik doyumu yada uyumunda azalmaların olduğunu belirtmişlerdir (Spainer ve diğer., 1975).

Bireylerin meslekleri, statüleri de evliliklerindeki uyumla ilişkili oldukları görünmektedir. Mesleki olarak statüsü yüksek olan kişilerin, orta ya da düşük kişilere kıyasla yaşam standardı daha yüksek olmaktadır. Mesleki statüleri yüksek olan bireyler ve eşlerin evlilik doyumları, mesleki statüsü düşük bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu açıdan bakıldığında eğitim değişkeni evlilik uyumuyla

yakından ilişkili görülmektedir. Aynı eğitim düzeylerine sahip çiftlerin sorumlulukların paylaşımı konusunda da eşit davranmakta dolayısıyla her ikisinin memnuniyet düzeylerinin arttığı bildirilmiştir (Hasta, 1996).

Evlilik ilişkisinin devamlılığında uyumun ve doyumun sağlanmasında; çiftin geliri, kadının çalışması, ev işlerinin paylaşımı, eğitim düzeyleri, çocuk sahip olup olmadıkları gibi bir takım faktörlerin önemi üzerinde durulmuştur. Uyumun gelişmesinde; evliliğin süresi, evlilik türü, eşler arasındaki iletişim biçimleri, çatışmanın sıklığı, kök aile ile olan ilişkiler de etkili olmaktadır (Veroff, et., 1997; Feeney, 1994; Karney ve Bradbury, 2000; Twenge, 2003; akt: Demiray, 2006).

Evlilik ilişkisi içinde uyumun sağlanması mutluluk, tatmin ve beklentilerin karşılanmasıyla mümkün olmaktadır. Bu açıdan bakıldığında; evlilik uyumunu olumsuz etkileyen faktörler, direkt olarak bireylerin fiziksel ve ruhsal açıdan tatmin olmalarını de engellediği düşünülmektedir. Evlilikte uyuma yönelik çalışmalarda çeşitli sonuçlar elde edilmiş, genel olarak eşlerin kişilik yapıları, bağlanma özellikleri, eşler arasındaki cinsel yaşamın niteliği, eşlerin fiziksel ve ruhsal durumları evliliği etkileyebilecek sosyodemografik özellikler olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda kişinin kendisini ve eşini algılayış biçiminin yani kişilerarası ilişkilerdeki algının evlilik uyumu üzerinde önemli bir göstergesi olduğu da vurgulanmaktadır (Ertan, 2002).

Eşlerin evliliklerinde uyum ve mutluluğu sağlayabilmeleri konusunda ev içi sorumlulukların paylaşımı, akrabalarla olan ilişkiler, boş zamanın değerlendirilmesi, iletişim, çocuklara yönelik görev ve sorunların paylaşımı, aile bütçesinin idaresi gibi bir takım ortak sorumluluk alanlarının paylaşılması, görüş ve çabalarının benzer olması gerekmektedir (Şener ve Terzioğlu 2002).

Evliliklerde uyumu etkileyen diğer faktörlerden olan ailenin yapısı, eşlerin evlenme biçimi ve evliliklerinde geçirdikleri süre de oldukça önemli bir yere sahiptir. Geniş ailelerde özellikle kayınpeder ve kayınvalide evliliklerde sorun kaynağı olarak değerlendirilmekte geniş aile yapısında anne ve babaların ebeveynlik görevlerini gereği gibi yerine getirmeleri konusunda aile büyükleri tarafından engellendikleri belirtilmektedir (Özbey, 2012).

Son yıllarda aile içi iletişim ve etkileşim ve bunun bireyler üzerindeki etkisi üzerinde durulmakta, özellikle eşler arasındaki iletişimin niteliğinin tüm ailede var olan iletişimin kalitesi ve yönü hakkında temel belirleyici olduğu vurgulanmaktadır. Anne-babanın ilişkisini kalitesi psikolojik sağlıklarının yerinde olmasına bağlı iken günümüz koşullarında ise psikolojik sağlığı tehdit eden bireysel, ailesel, sosyo-ekonomik olmak üzere çok sayıda faktör bulunmaktadır (Yıldırım, 1993).

Kudiaki (2002); eşler arasındaki ilişkide mutluluğun; paylaşım, toplumsallık ve hoş giden etkinliklerin ne ölçüde yaşandığıyla yakından ilişkili olduğunu belirtmiştir. Evliliğin, iyi ve kötü yanları birbirinden bağımsız olarak işlemekte, her evlilikte iyi ve kötü olayların yaşanması olağan karşılanmaktadır. Mutlu bir evlilikte, gelir düzeyi, benzer kültürlere sahip olma, aşk, iyi bir cinsel yaşam gibi pek çok etkenin toplanmasıyla sağlanabilmektedir (akt: Çavuşoğlu, 2011).

Ebeveynlerin evlilik uyumlarında algıladıkları sosyal destek kaynakları da önemli rol oynamaktadır. Sosyal destek; bireyde stres meydana getiren durumların olumsuz sonuçlarını azaltan değerlerin ve duyguların paylaşılmasına yardımcı olan, sosyal rollerin ve yaşamın getirdiği yeniliklere ve rollere uyum becerisini destekleyen bir sistem olarak tanımlanmaktadır. Sosyal destek sistemi ebeveynlerin ve çocukların davranışlarını ve yeterliliklerini güçlendirmekte, bu açıdan eğitici bir işlev görmektedir. Diğer yandan sosyal desteğin; bedensel ve ruhsal rahatsızlıklarda iyileştirici rol üstlendiği de belirtilmiştir. Sosyal destek sistemi, aile bireylerine gereksinim duydukları noktada yardımcı olmakta ve stresli durumlarda kişiler arası

ilişkileri sağlayarak stresin birey üzerindeki etkisini hafifletmektedir (Kaner,2010). Okanlı vd.(2003) eşlerinden sosyal destek gören annelerin problem çözme becerilerinin önemli ölçüde geliştiğini saptamıştır (Özbey, 2012).

Uyumlu bir evliliğin sürdürülmesinde anlamlı ve sağlıklı bir iletişim ön koşul olarak değerlendirilmektedir. Eşlerin birbirlerine duygularını paylaşabilmeleri, kendilerine ifade edebilmeleri, bir konu hakkında fikir alışverişinde bulunabilmeleri eşler arasındaki uyumu azami ölçüde etkilemektedir. Ayrıca evlilik süresince eşler arasındaki rollerde bir takım değişimlerin olması, bekâr hayatından evli bir yaşama geçme, hayatın farklı alanlarında farklı sorumluluklar alma ve bu sorumlulukları taşıyabilme becerileri de evlilik uyumunu olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Ek olarak çiftlerin evliliklerinin ilk yıllarında gerçekçi olmayan beklentiler içinde girmeleri ve sonrasında bu beklentilerin karşılanamaması, yaşanan hayal kırıklıkları yine evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Ersanlı & Kalkan, 2008).

Evliliklerdeki uyumsuzluğa ilk aşamada müdahale edilmesi gerektiği belirtilmiştir. Bu aşamada; çatışma çözümleme teknikleri ve iletişim becerilerini öğretme gibi sosyal beceri eğitimleri verilebilir. İletişim ve problem çözme becerilerinin öğrenilmesi, eşlerin birbirlerine karşı olan duygularının olumlu hale gelmesine yardımcı olmaktadır. Bu açıdan bireylerin yaşanan sorunları şiddetlenmeden önce, bir iletişim eğitimine katılmaları yararına olmaktadır. Oysa çiftler genellikle problemlerini büyüdükten ve aile bireyleri üzerinde olumsuz sonuçları ortaya çıktıktan sonra, çözüm aramak maksadıyla bir uzmandan yardım almakta, alınan gecikmiş yardım ise eşlerin yaşadığı stresin azalmasına yardımcı olurken, her zaman mutlu olmalarına katkı sağlayamayabilmektedir (Hahlweg ve Markman, 1988; Jacobson ve ark.; 1984; akt: Sevim, 1999).

2.5. Evlilik Uyumunun Ölçülmesi

Evlilik uyumuna yönelik yapılan çalışmalarda, bazı araştırmacılar eşler arasındaki uyumu eşlerin evliliklerinde neler hissettikleriyle ilgilenmiş, doğrudan eşlerin evlilik doyumu ve mutluluğuna yönelik bizzat kendi bilgilerinden yola çıkmışlardır. Bazı araştırmacılar ise; eşler arasındaki uyumu, ayrı ayrı öznel duygular yerine aralarındaki ilişkinin iletişim, çatışma gibi ilişkiyi kapsayan özellikleri kullanmışlardır. Yapılan çalışmalarda; mutluluk ve etkileşimin zaman içinde azaldığı ancak boşanma eğilimi ve anlaşmazlığın ise değişmediği görülmüştür (Yılmaz, 2001; Erberk ve diğer., 2005).

Erel ve Burman (1995) ise, yaptıkları meta-analiz çalışmasında eşler arasındaki uyumu incelemiş ve bu çalışmalar 3 boyuttan birine yerleştirilmiştir. Bu boyutlar aşağıda belirtildiği gibidir:

- a) Eşler arasındaki doyum (eşler arasındaki uyumu; olumlu ya da olumsuz olarak değerlendiren çalışmalar- ahenk, doyum, gerilim çerçevesinde- b) Eşler arasındaki çatışma (eşler arasındaki fiziksel ve sözel saldırganlığın sıklığı ve yoğunluğunu ölçmeye çalışan araştırmalar) c) Ebeveyn çocuk ilişkisi (evlilik ilişkisini ebeveyn-çocuk ilişkisine göre değerlendiren çalışmalar (akt: Erberk ve diğer., 2005).

Başarılı evlilik; eşlerin çabaları ve planladıkları yaşantıları sonucunda kazanılıp, korunması gereken bir birlikteliktir. Uyumlu olarak addedilen evlilikler aynı zamanda başarılı sayılmaktadır. Eşler arasındaki geçimsizlikler, yaşanan çatışmalar katlanılması zor olumsuz sonuçlara yol açmakta, bu olumsuzluklardan en çok çocuklar zarar görmektedir (Bilen 1994; akt: Vaizoğlu, 2008).

Grych ve Fincham (1990), eşler arasındaki doyum ile eşler arasındaki çatışma birbirine zıt kavramlar olarak algılanmalarına karşın, mutsuz evliliklerin daima

çatışma ile tanımlanmayacağını, doyumlu bir ilişki yaşayan birçok evli çiftin çatışma içinde olabileceğini belirtmiştir (Erberk ve diğer., 2005).

Araştırmada; evlilik uyumundan ve evlilik uyumu üzerinde etkili olan değişkenler ele alınırken, evlilik doyumu konusunda yapılmış araştırma sonuçlarına da yer verilecektir. Literatüre bakıldığında, evlilik doyumu ve evlilik uyumu kavramlarının birbirlerinin yerine geçecek biçimde kullanıldığı görülmektedir.

2.6. Evlilik Uyumuna Yönelik İlgili Yayın ve Araştırmalar

2.6.1. Evlilik Uyumuna İlişkin Ülkemizde Yapılan Çalışmalar

Evlilik uyumuna yönelik yapılan çalışmalar son dönemlerde ülkemizde de dikkat çeken bir çalışma alanı haline gelmiştir. Yapılan ilk araştırmalar genellikle batı literatüründeki ölçeklerin kültürümüze uyarlama çalışmaları biçiminde yapılmıştır. (Tutarel-Kışlak 1999; Kabakçı, Tuğrul ve Ertan 1993; Fışıloğlu ve Demir, 2000; akt: Turanlı, 2010). Kışlak – Tutarel (1999)'in Evlilikte Uyum Ölçeği - EUÖ (Marital Adjustment Scale) ile Fışıloğlu ve Demir (2000)'in Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ (Dyadic Adjustment Scale) uyarlamalarının ardından Türkiye’de evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar artmıştır (akt: İdiz, 2009). Ülkemizde geçerlilik güvenilirlik çalışmaları yapılan ve mevcut araştırmalarda sıklıkla kullanıldığı görülen diğer ölçekler ise Evlilik Ölçeği (Marriage Questionnaire), Evlilikte Problem Çözme Ölçeği (Marital Problem Solving Scale), İlişki Doyumu Ölçeği (Relationship Assessment Scale), Birtchnell Eş Değerlendirme Ölçeği (Birtchnell Marital Partner Evaluation Scale) gibi ölçeklerdir (akt: Büyükşahin, 2004).

Evlilik uyumuna ilişkin yapılan çalışmalarda; yalnızlık (Demir ve Fışıloğlu, 1999), akraba evliliği (Fışıloğlu, 2001), bağlanma biçimleri (Açık, 2008; Erdoğan,

2007; Özmen ve Atik, 2010; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006), benlik saygısı (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006), evlilik tipi - görücü usulü, aile içerikli anlaşarak ve anlaşarak evlenme- (Gündoğdu, 2007), işlevsel olmayan ilişki inancı (Hamamcı, 2005), kişilik özellikleri (Erdoğan, 2007), bağışlama (Taysi, 2010), mükemmeliyetçilik (Tuncay, 2006), iletişim (Malkoç, 2001; Akar, 2005; Şener ve Terzioğlu, 2008), eş seçimi (Özgüven, 1994; Kayadibi, 1992), evlilik uyumu mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki (Fidanoğlu, 2006), evli çiftlerin birbirlerini kontrolcülük ve bağımlılık boyutlarında algılamaları ve bunun evlilik doyumuna etkisi (Gökmen, 2001), evlilikte uyum sorunları yarattığı düşünülen çatışma odakları ve iletişim sorunları (Tümer, 1998), empati ve demografik değişkenler ile evlilik uyumu ilişkisi (Tutarel-Kışlak, 2002), evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler (Tutarel-Kışlak, 1997) gibi konularda araştırmaların yapıldığı görülmektedir (akt: Turanlı, 2010 ve Hacı, 2011). Bulgularda evlilik uyumu puanları düşük olan bireylerin, evlilik uyumu puanları yüksek olanlara oranla iletişim biçimlerinin daha yıkıcı nitelikte olduklarını göstermektedir (İdiz, 2009).

Hünler ve Gençöz (2003), boyun eğici davranışların evlilik doyumuna üzerindeki etkilerini inceleme ve aralarındaki ilişkinin evlilik problemlerini çözümüleme becerisinde oynadığı rolü araştırmak amacıyla, çocuklarından en az biri üniversite öğrencisi olan evli çiftler ile görüşme yapmışlardır. Araştırma sonuçlarında; çiftlerin algıladıkları problem çözme becerilerinde düşme yaşandığında boyun eğici davranışlarında artışların meydana geldiğini, bu durumun da evlilik doyumunda azalmaya neden olduğu belirtilmektedirler. Evlilik doyumuna ve boyun eğici davranışlar ve boyun eğici davranışlar ile problem çözme becerileri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Günay'ın 2000 yılında evlilik uyumu ile kişisel düşünme modelleri arasındaki ilişkiye yönelik yaptığı araştırmada; evlilik uyumunu yüksek tanımlayan çiftlerin, evlilik uyumunu düşük tanımlayan çiftlere oranla benzer yönlerinin fazla olduğu, buna bağlı olarak fikir birliği düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Uyumlu olan çiftler, aynı zamanda, duygularını ifade etme düzeyleriyle de uyumsuz çiftlerden daha yüksek puan elde etmişlerdir (Çınar, 2008).

Evlilik ilişkisi içinde şiddet ve şiddetin evliliğin niteliğini nasıl etkilediği konusunda yapılan bir çalışmada; erkeklerin kadınlara göre daha saldırgan olduğu ve saldırganlığın evlilik uyumsuzluğunu ve istikrarsızlığını belirgin biçimde arttırdığı saptanmıştır. Literatürde evliliğin ilk yıllarında görülen, yüksek olan evlilik uyumsuzluğunun bu çalışmada fiziksel saldırganlıkla ilişkili olabileceği belirtilmiştir. Ayrıca eşler arasında görülen saldırganlığın bir takım psikiyatrik bozukluklarla da ilişkili olabileceğine vurgu yapılmıştır (Lawrence ve diğer., 2001).

Gürsoy (2004) 'un 100 evli çift ile yaptığı çalışmasında (50 evli kadın ve 50 evli erkek) evlilik süresi, evlenmeden önceki tanışıklık süresi, evlilik biçimleri çocuk sahibi olma gibi bir takım demografik değişkenler ile kaygının evlilik uyumunu yordayıp yordamadığını araştırmış, yapılan analizlerde; eğitim ve kaygı düzeyinin kadınlar için evlilik uyumunu yordayıcısı olduğu, kadınlarda eğitim düzeyi arttıkça evlilik uyumunun arttığı, erkeklerde ise sadece kaygı ve bir işte çalışıp çalışmama durumunun evlilik uyumu açısından yordayıcı olduğu diğer değişkenlerin ise cinsiyetler açısından yordayıcı olmadığı bulunmuştur. Benzer biçimde Tutarel-Kışlak (2002)'da yaş, cinsiyet, ev işlerini üstlenme, evlilik yılı, çocuk sayısı, iş ve eğitim düzeyleri gibi demografik değişkenler ile empati düzeyinin evlilik uyumunu yordayıp yordamadığını araştırdıklarında; demografik değişkenlerin evlilik uyumunu yordamadığı bulunmuştur. Yalnızca empati düzeyinin evlilik uyumunu yordadığı belirtilmektedir (Turanlı, 2010).

Büyükaşahin (2006) araştırmasında evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye odaklanmış, evlilik uyumu puanı en yüksek kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip olduğunu göstermiştir. Evlilikte uyum puanı en düşük olanların ise korkulu bağlanma stiline sahip bireyler olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca araştırmada; saplantılı bağlananların evlilik uyum puanlarının, güvenli bağlanan

bireylerin uyum puanlarına yakın olup, ancak korkulu bağlananlarınkinden yüksek olduğu bulunmuştur. Bir başka ifadeyle, bu çalışma, saplantılı bağlananların evlilik uyumlarının düşük olmadığını göstermektedir.

Şener ve Terzioğlu (2008), sosyo-demografik değişkenlerin çiftlerin genel evlilik uyumlarına etkilerini inceledikleri çalışmalarında; erkeklerin evlilik uyumu puan ortalamalarının kadınlardan daha yüksek olduğu, bazı farklılıklar olmakla birlikte genel olarak hem kadınlar hem de erkeklerde; öğrenim düzeyi, ekonomik geliri, 35 ve üzeri yaş grubuna kadar evlenme yaşı, sağlıklı iletişim düzeyi ve iletişimden memnuniyet düzeyleri arttıkça evlilik uyum puan ortalamalarının da arttığı bulgulanmıştır.

Işiloğlu (2006); araştırmasında kaygı ve evlilik uyumu ilişkisini incelemiş, Hamilton Anksiyete Ölçeği ile Evlilik Uyumu Ölçeği'ni kullanmıştır. Hamilton Anksiyete Ölçeği'nden elde edilen puanlar ile Çift Uyum Ölçeği'nde elde edilen puanlar karşılaştırıldığında; anksiyete ölçeğinden alınan puanlar arttıkça, çift uyumu ölçeğinden alınan puanların azaldığı, sonuç olarak kaygının evlilik uyumunu negatif yönde etkilediği görülmüştür.

2.6.2. Evlilik Uyumuna İlişkin Yurt dışında Yapılan Çalışmalar

Yurtdışında yapılan bilimsel çalışmalarda evlilik uyumu ile birçok farklı değişkenler birlikte incelenmiştir. Araştırmalarda otomatik düşünceler (Müller, Zyl, 1991); eşlerin benzer kişilik özelliklerine sahip olması (Nemeczek, Olson, 1999); eşlerden birinde gözlenen yüksek kaygı (Dehle, Weiss, 2002); sosyal anksiyete (Filsinger ve Wilson, 1983); erkeğin geleneksel cinsiyet rollerinin dışına çıkması, ev işlerine yardım etmesi (Mc Govern, Meyers, 2002), evlilikte yaşanan ekonomik sıkıntılar (Kinnunen & Feldt, 2004); bağlanma stilleri (Scott ve Cordova, 2002;

Parker ve Schannell, 1998); kocaların sözsüz iletişimi (Koerner ve Fitzpatrick, 2002); depresif semptomlar (Scott ve Cordova, 2002) gibi değişkenler ile evlilik uyumu arasında önemli ilişkilerin bulunduğunu ortaya koymaktadır (akt: İdiz, 2009).

Bireylerin evlilik süreciyle birlikte yaşadıkları bir takım sorunlar yıkıcı fiziksel ve psikolojik sorunlarını da beraberinde getirmekte, bu durum bireylerin psikolojik yardım istemelerindeki en temel konu haline gelmiştir (Fincham ve Bradbury, 1987; akt: Demiray, 2006). Yine Davila, Bradbury ve Fincham (1998)'ın eşlerin birbirlerine yönelik negatif etkileşimlerinin, bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ne yönde etkilediğini ortaya koyan başka bir çalışmada; negatif etkileşimin, evlilikte doyumsuzluğu ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkiyi desteklediği görülmektedir (akt: Turanlı, 2010).

Bowman'ın yaptığı çalışmada; evlilik süresi ve çocuk sayısının evlilik doyumu üzerinde birinci derecede önem arz etmekte; eşler arasındaki evlilik doyumunun ilk iki yıldan sonra giderek azaldığı, çocukların doğmasıyla birlikte de bu düşüşün hızlandığı belirtilmektedir (akt: Erdoğan, 2007). Anderson, Russel ve Schumm (1983) ise; evliliğin ilk yıllarının, özellikle çocuğun aileyle birlikte olduğu dönemlerde evlilik uyumlarının düşük olduğunu, çocukların evden ayrıldıktan sonra eşler arasındaki uyumun yükseldiğini, sonrasında ise tekrar düştüğünü bulgulamışlardır (akt: Çavuşoğlu, 2011). Ne var ki Belsky (1990) çocuğun eşler arasında sorunlara yol açmasının, çiftlerin önceden varolan iletişim problemlerinden kaynaklı olduğunu, dolayısıyla çocuk yetiştirme konusunda da sorunların yaşanabildiğini savunmaktadır. Bu nedenle çocuğun, evlilikte problem yaratan bir neden görünmesinin tersine önceden var olan veya gizli iletişim sorunlarının ortaya çıkmasını sağlayan bir etken olarak değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir (akt: Yaşar, 2009).

Robins , Caspi., Moffitt (2002) çalışmalarında; doyumsuz ve saldırgan ilişkilerin kişiyi daha anksiyeteli, kızgın ve yabancılaşmış yaptığını ve aynı zamanda ilişki

içinde bireyin duygularını düşüncelerini ve davranışlarını sınırlandığı, kişiyi daha ihtiyatlı yaptığını belirtmişlerdir ve genç erişkinlikteki ilişki deneyimlerinin kişilik değişikliklerine yol açabileceğini saptamışlardır (akt: Akar, 2005 ve Aktaş, 2009).

Worthington (1989); evliliği zenginleştirme programı adı altında 36 gönüllü çift ile çalışmış, çiftler arasındaki tartışma ve evlilik hayatına ilişkin bilgi alınmıştır. Bilgi, değerlendirme, yapılandırılmamış tartışma grubu ve yapılandırılmış tartışma grubu altında dört grup belirlenmiş, bilginin evli çiftler üzerinde etkili olduğu, davranış ve kendini değerlendirme ölçümlerinin de iletişim, uyum-yakınlık ve çatışma çözümünün uyum üzerinde bağımsız olarak etkilerinin olduğu bildirilmiştir (Demiray, 2006).

Litzinger ve Coop Gordon (2005); mutsuz çiftlerin evliliklerine yönelik hoşnutsuzluklarındaki temel unsurlardan birinin de iletişim kurma becerilerindeki yetersizlik olduğunu belirtmiş, bulgulara göre; başarılı bir iletişim kurma becerisine sahip olmayan, duygusal ifadelerini düzenlemede yetersiz olan çiftlerin çatışma durumlarında geri çekilme eğiliminde olduklarını, süregelen biçimde yapılan bu davranışın ise ilişkide hoşnutsuzluğa ve çözümsüzlüğe dönüştüğünü, tam tersi bir biçimde yapıcı çatışma çözümlerinin ise, evlilikte duygusal yakınlık kurmayı ve uyumu kolaylaştırdığı vurgulanmıştır (Bal, 2007).

Başka bir çalışmada, kadın ve erkeklerin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri karşılaştırılmış, ilişki doyum verici ise bireyler eşlerinin davranışlarına daha az sorumluluk yükledikleri, evlilik doyumunu ile yüklemeler arasında negatif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır (Fincham ve Bradbury 1987; Thompson ve Kelley, 1981; Kışlak,1997; akt: Demiray, 2006). Kışlak (1997)'a göre; eşleriyle uyumlu olan bireylerin kasıt, suçlama yükleme boyutlarının, eşleriyle uyumsuz olan bireylerden daha düşük olduğunu, cinsiyet açısından bakıldığında ise kadınların erkeklere oranla daha fazla yüklemede bulundukları bulgulanmıştır.

Evlilik ilişkisinde duyguların ifadesi önemli bir yer tutarken, öfke, anlaşmazlık türünden duyguların ifadesi orta düzeyde ilişkisel sorunlara yol açtığı ancak uzun vadede evlilik ilişkisine daha çok zarar verecek olan inatçılık, geri çekilme gibi savunma biçimlerinden kıyasla daha yararlı olduğu, cinsiyet açısından ise kadınların öfke ve kızgınlığını ifade edişlerinin evlilik uyumuna olumlu katkısı olduğu belirtilmiştir. Bazı çalışmalarda ise olumlu duygusal ifadelerle evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgulanmıştır. (Staffort ve Canarye, 1991; Gottman ve ark., 1998; Flora ve Segrin, 2000; akt: Demiray, 2006).

Amato ve Rogers (1997)'ın, 12 yıl süren evlilik sorunları ve boşanmaya ilişkin boyamsal çalışmalarında (1980-1992) düşüncesizce para harcama, alkol ya da uyuşturucu bağımlılığı veya her ikisinin birlikte olması, kıskançlık, sadakatsizlik, huysuzluk ve sinirlendirici alışkanlıkların, boşanmayı öngören en önemli evlilik sorunları olduğu sonucuna ulaşmışlardır (akt: Yanar, 2009).

Blood ve Wolfe tarafından yapılan bir çalışmada eşler arasında en çok tartışılan konuların sırasıyla para, çocuklar, serbest zamanların değerlendirilmesi, kişilik çatışmaları, anne ve babalarla ilişkiler ve cinsiyet rolleriyle ilgili olduğu bulgulanmıştır (akt: Şener ve Terzioğlu, 2008).

Yapılan çalışmalar, uyumunun evliliklerde önemli bir role sahip olduğunu göstermekte uyum sorunu yaşanan evli çiftlerin evlilik ilişkilerinde sağladıkları doyumun, olumsuz olaylardan ve birçok sosyal koşuldaki kolaylıkla etkilendiği görülmektedir.

2.7. Öfke Kavramı

Öfke kavramına yönelik dikkatlerin yöneltilmesi 1800 'lü yıllar, öfkenin tek başına bir duygu olarak ele alınması ise 1970 'li yılları bulmuştur. Uzun yıllar

boyunca öfkenin; saldırganlık kavramı ile birbirlerine karıştırılması ve öfkenin saldırganlığın bir boyutu olarak ele alınmasından kaynaklı olarak araştırmacılar tarafından ihmal edildiği bildirilmiştir. Sonraki yıllarda yapılan çalışmalarda, araştırmacılar saldırganlığı gözleyebildikleri biçimde değerlendirmiş, fakat öfkenin bileşenlerinin daha öznel olması sebebiyle tanımının tam ve nesnel yapılması zorlaşmıştır. Öfke kavramıyla ilgili olarak yapılmış olan çalışmalar incelendiğinde, bilimsel anlamda bu kavrama duyulan ilginin, 1975 yılında Novaco ile başladığı ve günümüzde de devam ettiği, öfkenin araştırmacılar tarafından farklı biçimlerde tanımlandığı görülmektedir (Özmen, 2006).

Öfke doğuştan getirilen ve yaşamın ilk yıllarında gelişen bir duygu olmakla birlikte evrensel nitelikte olup gerçekte hayatın sürdürülmesi için gerekli olan bir duygusal tepki olarak tanımlanmaktadır.

Türk Dil Kurumu tarafından hazırlanan sözlükte öfke; “engellenme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hiddet, hışım, gazap” olarak tanımlanırken, Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü’nde ise bireyin, bir kimse ya da bir nesne tarafından engellenme, incitilme ve gözdağı verilme karşısında gösterdiği saldırganlık tepkisi olarak tanımlanmıştır (Ulutürk, 2006).

Öfke; sevinç, üzüntü, korku gibi dört temel duygudan biri olarak kabul edilmektedir (Oatley, 2004 akt; Koç, 2008). Kassinove ve Sukhodolsky (1995)’e göre; öfke, özgün bilişsel, algısal çarpıtmalar, yetersizlikler (örn; yanlış yorumlamalar, hatalar ve suçlayıcı atıflar), öznel etiketleme, fizyolojik değişimler ve hareket eğilimi ile ilişkili olumsuz ve fenomenolojik (ya da içsel) duygusal durum olarak tanımlanmaktadır (Sütçü, 2006).

Abrahamson, düşmanlık ve nefreti duygusal olgunlaşmışlık olarak değerlendirirken, öfkenin duygusal ya da psikolojik olgunluğun bir işareti olduğunu düşünmektedir (Gülbüz, 2008)

Bedell and Lennnox (1997)'a göre öfke; kişinin istediği bir şeyi elde edememesi ve hala onu elde etmek istediği üzerine yaşadığı duygu olarak tanımlanmıştır (akt: Bedel, 2011).

Lerner (2005) ise öfkeyi, bir tür dans olarak tanımlamış, yakın ilişki içindeki partnerlerin her birinin davranışının diğerinin davranışını provoke ederek sürdürdüğünü vurgulamıştır.

Adler (1994); öfkeyi bir insanın güçlülük eğilimini ve egemenlik hırsını simgeleyen heyecan olarak tanımlamıştır. Öfke; bireyin planları, istek ve ihtiyaçları engellendiğinde, haksızlık, adaletsizlik ve kendi benliğine yönelik bir tehdit olarak algılandığında tehdidin özelliğine göre yaşanan güçsüzlüğün, yetersizliğin yarattığı bunalıya karşı gelişen, hoşnutsuzluktan doğan kızgınlıktan ve şiddete kadar değişebilen bir duygu durumu olarak tanımlanmaktadır (Üstün ve Yavuzaslan, 1995; Terakye, 1998; Kısaç, 1999; Doğan, 2001; Sheila, 2001; Boyd, 2002; akt: Yıldırım, 2006).

Biagio (1989), öfkeyi gerçek ya da varsanılan bir tehdit ya da engellenme karşısında oluşan bilişlerle ilgili olup, kişiyi rahatsız eden uyarıcıları ortadan kaldırmaya yönelten, güçlü bir duygu olarak tanımlarken; Törestad (1990) ise öfkenin planlanarak ortaya çıkan bir durum olmadığını, çoğunlukla, engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümsenme gibi durumlarda ortaya çıktığını belirtmektedir. Spielberger ve arkadaşları (1991) öfkeyi, kademeli olarak basitten (sinirlilik veya kızgınlık halleri) yoğun koşullara (hiddet) kadar giden duygusal durum olarak tanımlamakta; Novaco ise öfkeye, bilişsel-davranışsal model çerçevesinde bir açıklama getirmekte; ona göre öfke, bilişsel anlamda öfke olarak

etiketlenen ve düşmanlık (antagonist) içerikli bilişlerin eşlik ettiği yoğun bir psikolojik durum tarif edilmektedir (Robins ve Novaco 1999; akt: Balkaya ve Şahin, 2003).

Hayatı zenginleştiren ve yaşamın sürdürülmesi için gerekli olan öfke; insanın doğuştan getirdiği ve yaşamın ilk yıllarında gelişen, gündelik hayatta sıkça kullanılan, özellikle doyurulmamış istekler, istenmeyen sonuçlar ve karşılanmayan beklentilere verilen tepki olarak tanımlanmaktadır (Avcı 2006; Balkaya 2006; Balkaya ve Şahin 2003; Batıgün 2004; Erkek, Özgür ve Babacan Gümüş 2006; Eşiyok, Yasak ve Korkusuz 2007; Modrcin-McCarthy, Pullen, Flannery Barnes ve Alpert 1998; Özmen 2006; Soykan 2003; Strayer ve Roberts 2004; Tambağ ve Öz 2005; akt: Albayrak ve Kutlu, 2009).

Öfke, haklarımız ihlal edildiğinde, incindiğimizde, istek ya da ihtiyaçlarımız engellendiğinde ya da işler beklediğimiz gibi gitmediğinde yaşanan duygu olarak tanımlanmaktadır (Kısaç, 1997). Öfke, kişiyi rahatsız eden duruma, bir olaya ya da başka bir kişinin davranışlarına karşı gösterilen heyecansal tepki olarak değerlendirilmektedir (Sala, 1997; akt: Ulutürk, 2006).

Hankins ve Hankins (1988) öfkeyi bir takım özelliklerinden yola çıkarak tanımlamakta ve bu özellikleri ise şöyle sıralamaktadırlar:

1. Öfke içsel bir yaşantı ve bir duygu durumu olup bu duygu kendiliğinden ifade edilmekte dolayısıyla planlı bir davranışı içermemektedir. 2. Evrensel bir duygudur. 3. Belirli bir saldırı, engellenme ya da eleştiri sonucu öfke belirtileri ortaya çıkmakta kişi daha fazla saldırı ve eleştiriye açık hale gelmektedir. 4. Öfkenin ifade ediliş biçimi kişiden kişiye kültürden kültüre farklılık gösterebilmektedir (Akt: Balkaya, 2001).

Öfke uygun ifade edildiğinde, sağlıklı ve doğal bir duygu olmakla birlikte, kontrolden çıktığı zamanlarda ise son derece yıkıcı hale dönüşmekte, kişinin okul-iş hayatında, kişisel ilişkilerde ve genel yaşam kalitesinde sorunlara yol açmaktadır. Pek çok kişisel ve sosyal problemlerin (örneğin, çocuk istismarı, aile içi şiddet, fiziksel ya da sözel saldırganlık, toplumsal şiddet) temelinde öfkenin olduğu düşünülmektedir. Öfke dışsal ve içsel kaynaklı bazı olaylar sonucu ortaya çıkmaktadır (Kökdemir, 2004).

Deffenbacher (1992); öfkenin planlanan değil, içsel bir duygu olup, herkes tarafından yaşanabildiğini, ancak çok farklı görünümelerde ortaya çıktığını belirtmektedir. Öfkenin insan yaşamında, kişileri psikolojik yönden uyarılmış durumda tutan etkisinin yanı sıra, insanları incitebilir duruma getirdiği, öfke duygusunun ardında ortaya çıkan davranışsal tepkilerin ise öğrenilen tepkiler olduğu ve bu nedenle değişebileceğini vurgulamıştır. Öfkenin aniden ortaya çıkabilen bir duygu olduğunu, bu nedenle bastırılması kadar kontrolsüz biçimde yaşanmasının da sağlıklı olmadığı belirtilmiştir (Balkaya, 2001).

Fiziksel sağlık üzerinde önemli etkileri olan öfke duygusu (sağlıklı bir şekilde ifade edilmediğinde) aynı zamanda psikolojik sağlığı da olumsuz yönde etkilemektedir. DSM-IV’de öfke olarak tanımlanan psikopatoloji sınıfı yer almamasına rağmen, birçok psikolojik rahatsızlığın belirtilerinde öfkenin bulunduğu görülmektedir. Widiger ve Sankis (2000) sosyal ve klinik anlamda önem teşkil etmelerinden ötürü, öfke, saldırganlık ve düşmanlığı “kontrol edilmeyen ya da düzenlenemeyen” bozukluklar olarak adlandırmışlardır (akt: Cogner ve diğer., 2003). Yapılan araştırmalara göre, öfke ile diğer duygular arasında bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Öfke, uygun biçimde ve zamanda ifade edilmediğinde bireyin yaşamında duygusal ve bedensel sorunlara neden olabilmekte, tanımlara bakıldığında öfkeyi, engellenme ve bireyin kendini tehdit altında hissettiği durumlarda kendini koruma ya da isteklerini yerine getirmeye yönelik tepkilere neden olan bir duygu olarak ele alındığı görülmektedir (Gültekin, 2008).

Öfke, çeşitli araştırmacılar tarafında temel bir duygu gibi ele alınarak farklı bir özellik yüklenmesine karşın, Kassinove ve Eckhart öfkeyi, toplumsal mutluluğun ve bireysel huzurun baş düşmanı olarak tanımlamışlardır (akt: Şahin, 2005).

Literatürde öfkeyi ölçmek üzere geliştirilen birçok ölçek bulunmaktadır. Bu ölçeklere yönelik yapılan eleştirilerde, aralarında bazı yaş grupları için uygun olmayanların bulunduğunu, güvenilirlikle ilgili sorun yaşadıkları bilişsel düzeydeki değişimleri tam olarak yansıtmadıkları ifade edilmektedir (Tangney ve Fischer 1995; akt: Balkaya ve Şahin, 2003).

2.8. Farklı Kuramlara Göre Öfkenin Açıklanması

2.8.1. Psikodinamik Kuram

Dinamik yaklaşıma göre; içgüdüler zihin üzerinde biyolojik ve somatik talepleri temsil etmektedir. Freud'a göre yaşam ve ölüm içgüdüleri olmak üzere iki temel içgüdü bulunmakta, içgüdülerin bireysel yaşamın ve insan ırkının sürekliliğini sağladığını savunmaktadır. Ölüm içgüdüleri olarak kastedilen; insanın kendi kendini yıkıcı ve yok etmeye çalışan içgüdüleridir (Avcı, 2006).

Öfkeyi temel bir dürtü olarak tanımlayan Freud'un, öfkenin sağlıklı bir biçimde ifadesi olan saldırganlığı "ölüm içgüdüleri" olarak adlandırdığı ve biyolojik bir temele dayandırdığı görülmüştür. Freud 'a göre saldırganlık kontrol edilebilen bir özellik değildir, ölüm dürtüsünün bir ifadesidir. Saldırganlık ifade edilemediğinde belirli bir türden enerji olarak içte kalacağını bunun da bir takım davranış sorunlarına neden olacağını belirtmektedir. Dürtü gücü nedeniyle zarar verici davranışlara ve öfkeye eğilimli olan insanın enerjisi başlangıçta kişinin kendisine yönelikken,

sonradan dış dünyadaki nesnelere yönelmektedir (Burns 2006, Cüceloğlu 1991, Çam ve Baysal 1996, Olmuş 2001; akt: Bayrı, 2007).

2.8.2. Sosyal Öğrenme Kuramı

Bu kuramda; insanın doğuştan saldırgan olmadığını, toplumsallaşmanın bir sonucu olarak saldırganlığın ortaya çıktığı belirtilmektedir. Kuram bireyi saldırganlığa iten gücün daha çok dışsal olaylardan kaynaklandığını vurgulamaktadır (Engin, 2004). Bandura (1977); temel refleksler dışında insanların doğuştan getirdikleri davranış repertuarlarının bulunmadığını, davranışların öğrenme yoluyla kazanıldığını belirtmiştir. Bu açıdan bakıldığında; öfke ve öfke ifade etme biçimleri taklit, özdeşleşme, rol alma ve model alma sonucu öğrenilen tepkilerdir (Schuerger 1979, Uslu, 2004; akt: Yıldırım, 2006).

Sosyal öğrenme kuramı, çocukların, çevrelerindeki davranışsal tepkileri, başkalarından gözlemleyerek öğrendiklerini iddia etmektedir (Altıntaş ve Gültekin, 2005). Çocuklar sosyal etkileşimler (ebeveynler, arkadaşlar, televizyon..) yoluyla çeşitli davranış biçimlerine tanık olmakta aynı zamanda kendi davranışlarının da yenilenmesine olanak sağlamaktadır. Şayet tanık olunan davranış için ödül veriliyorsa taklit etme eğilimi kazanırken, ceza veriliyorsa, bu davranışları taklit etmemeye eğilim kazanacağı belirtilmektedir. Zamanla çocuklar davranışları nasıl kazanacaklarını ve yorumlayacaklarını öğrenir ve kendilerine özgü davranış kalıpları oluşturmaya başlar. Bu davranış kalıpları, sosyal etkileşim sonucunda alınan dönütlere göre pekiştirilmektedir (Carnagey ve Anderson, 2003; akt: Danışık, 2005). Yapılan deneysel çalışmalar sonucunda hemen hemen tüm insanlarda saldırganlığın sadece doğuştan gelen faktörlere indirgenemeyeceğini, saldırganlık davranışının türü ve miktarı üzerinde öğrenmenin önemli etkisi olduğunu yinelenmektedir. Bu kurama göre; bireyin davranış örüntülerinin ardında öğrenme geçmişleri bulunmakta, şayet birey saldırgan davranışlar sergiliyorsa, geçmiş deneyimlerine bakmak gerekmektedir. Birey farklı durumlarda saldırgan davranışları sayesinde istediklerini

elde etmiş ise bu davranışı pekiştirmiş olmakta, büyük ihtimalle saldırgan davranışa devam edeceği belirtilmektedir (Cüceloğlu, 2000).

2.8.3. Bilişsel Kuram

Bu yaklaşım, öfkeyi mantık dışı düşüncelerin bir ürünü olarak ele almaktadır. Ellis'e göre duygular büyük ölçüde insan düşüncelerinin ürünleridir. ABC modeline göre (C) duygusal ve davranışsal sonuçtur: Öfke; (A) olayı sonucu harekete geçirmeyi başlatan olaydır. Başlatan olay duygusal sonuca direkt olarak katkıda bulunur fakat tek nedeni değildir. (A) ve (C) arasında davranışı etkileyen bir düşünce süreci vardır. Bu da (B) noktası yani inanç sistemidir. (B); kişinin (A) hakkındaki inançlarından ve sözel olarak ifade ettiklerinden meydana gelmektedir. Bu inanç sistemi (C)'yi ve buradaki tepkileri etkileyebilir. Bu etkileşim süreci öfke yaşantısı üzerinde de aynı şekilde işler (Saçar, 2007). Ayrıca Ellis, bireylerin bir olaya yönelik öncelikle kötü olduğuna dair düşündüğünü sonrasında o şey hakkında olumsuz duygu yaşadığını, bu nedenle yaşanan duygusal karmaşa bireye özgü olmakla birlikte, akılcı olmayan bireysel inançların olumsuz etkisi sonucu ortaya çıktığını belirtmektedir (Bıyık, 2004).

Bu yaklaşıma göre; öfke, bireydeki mantıkdışı inançların sonucunda oluşmakta ve devam etmektedir. Olaylar kişiyi öfkelendirmemekte aksine kişi kendi kendine, inançları doğrultusunda öfkelenmektedir (Karataş, 2009).

Beck (1999)'e göre duygu ve davranışlarımızın ortaya çıkmasında düşünce ve inançlarımız oldukça belirleyicidir. Yani, kişiyi öfkelendiren insanların yaptıklarından öte kişinin yaptıklarına ilişkin değerlendirmelerdir (Rosenberg, 2007). Öfke duygusu ile ilgili inançlara yönelik olarak örneğin, “Benimle aynı ırktan olmayanlar tehlikelidir” ve “Biri bana saygı göstermiyorsa, onu dövmem gerekir”i gösterebiliriz. Gerçekte; insanları öfkelendiren noktanın, durumlardan öte onlara

yüklenilen anlam, onlarla ilgili düşünce ve inançlarımız olduğu belirtilmektedir. Örneğin, beklediğimiz dolmuş yavaşlamadan geçip gidince çaresizlik duyabilir ve “Beni görmezden geldi” diye düşünüp öfkelenebiliriz; fakat dolmuşta boş yer olmadığını fark edince öfkemiz yatışabilir. Burada öfkelenmemize yol açan şoförün keyfi bir biçimde bizi görmezden gelmiş olduğuna ilişkin yaptığımız yorumdan kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Akmaz, 2009). Dolayısıyla; Karaca ve Aşkın (1996)’ın belirttiği gibi; kişinin olayları yorumlama biçimi onun duygusal tepkisinin nasıl olacağını belirlemekte, ancak olaya verilen farklı kişisel anlamlar, aynı olay karşısında farklı duygusal tepkilerin oluşmasına neden olmaktadır (akt: Arslan ve diğer., 1998). Bireyin öfke duygusuna hangi inançların katkı yaptığını keşfetmelerine ve bu inançların mantık dışı olduklarını görmelerine ve onların yerine neleri koyabileceklerini bulmalarına yardım edilmelidir (Kısaç, 1997). Bu anlamda; duygusal sorunların çözülmesinde inanç ve düşünce sistemlerine müdahale etmek gerektiği savunulmaktadır.

2.8.4. Davranışçı Kuram

Bu yaklaşıma göre öfke; korku, sevgi gibi koşullanmamış refleks tepkisi olmakla birlikte, uyarıcılara verilen öğrenilmemiş duygusal tepkilerden biri olarak değerlendirilmektedir. Duygusal sorunlar insandaki bu üç temel duygu ile ilgili olarak yaşamın erken yıllarında koşullanmış ya da aktarılmış tepkilerden oluşmaktadır (Nelson-Jones, 1995; akt: Soyaldın, 2007).

Davranışçı yaklaşıma göre; öfkenin formülasyonunda düşünce süreçlerinin önemine vurgu yapılmaktadır. Skinner, öfkenin çevresel uyarıcılara verilen öğrenilmiş tepkiler olduğunu ve her ödüllendirilen davranışın tekrar ettiğini belirtmiştir. Örneğin; çocuk öfkeyle tepinmeye başladığında, isteklerini elde ediyor ise, öfkenin işe yaradığına karar verecek ve isteklerini elde etme için sürekli öfkesini kullanacaktır (Tambağ ve Öz, 2005).

Bilişsel-davranışçı yaklaşımda ise genel olarak; düşünceler (ya da bilişler) duyguları, duygular da davranışları belirlemektedir. Uyumlu-uyumsuz tüm davranışların ve ruhsal bozuklukların oluşmasında çevresel uyaranların rolü yadsınmamakla birlikte, bu çevresel uyaranların nasıl algılandığı, yorumlandığı yani bilişsel süreçlerin rolü de önemle vurgulanmaktadır. Bu bilişsel süreçler, düşünceler, beklentiler, atıflar ya da kendi kendine yapılan konuşmalar olabilmektedir (Kendall, Krain ve Heinn, 2000; akt: Sütçü, 2006).

2.8.5. Diğer Kuramlar

Engellenme-Saldırganlık Hipotezi: Engellenme-saldırganlık hipotezi olarak bilinen kuram Dollard ve diğerleri (1939) tarafından ortaya atılmakta, bu kurama göre saldırgan hareketler çevredeki engellenmelere tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Engellenme duygusu sonucu ortaya çıkan dürtü, saldırganlık davranışının temelini oluşturmaktadır (Gök, 2009). Saldırganlığın doğuştan gelen bir dürtü ya da içgüdü olmadığı, saldırganlığın engellenmeden kaynaklanan bir dürtü olduğu savunulan bu yaklaşımda; kişinin hedefe ulaşma yolunda sergilediği çabalar engellendiğinde, engellenmeye neden olan kişi ya da nesneye zarar vermeye yönelik davranış güdüleyen saldırgan bir dürtü ortaya çıktığı varsayılmaktadır (Dollard, Dood, Miller, Mowrer ve Sears, 1939; Moeller, 2001; akt: Avcı, 2006). Saldırganlığın dışı vurumu, bu dürtüyü azaltmaktadır. Birey, saldırgan davranışından ötürü cezalandırılacağından korkarsa, saldırganlığı bastırıp başka durumlara yöneltmektedir. Birey böylesi durumlarda genellikle saldırganlığı yer değiştirerek, gizlice tepki vereceği kişinin eşyalarına zarar verebilmektedir (Berkowitz, 1990). Yeniden formüle edilmiş engellenme-saldırganlık hipotezinde ise; yine öfke odak noktası olarak ele alınmış ve engellenme-öfke-saldırganlık şeklinde yeni bir hipotez oluşturulmuştur. Engellenme, haksızlık, hakaret gibi dışsal kaynaklı bir olay bilişsel süreçlerden geçerek değerlendirilmekte ve değerlendirme sonucunda davranışsal tepkiler ve öfke meydana gelmektedir (akt: Yıldırım, 2006).

Berkowitz'in Öfkeye Yeni Yaklaşımı: Engellenme-saldırganlık hipotezinin eksik kalan yönlerini tamamlamak amacıyla ortaya atılmıştır. Berkowitz bu modelde istenmeyen nahoş olaylar başlangıç noktası olarak değerlendirilir. Hoş olmayan olay, hoş olmayan duyguları uyarmakta ve eşleşmekte böylelikle öfke ve saldırganlık duyguları ortaya çıkmaktadır. Tüm bu duygular oluşurken düşünce, hafıza gibi bilişsel ve fiziksel/motor tepki düzeyinde şebeke ağı türünden bağlar meydana gelmektedir. Kurulan bu ağlar sayesinde herhangi bir uyarıcı, ağın diğer tarafının da harekete geçmesine olanak sağlamaktadır (Berkowitz, 1990; akt: İmaamoğlu, 2003)

Novaco Modeli: Klinik çalışmalarda patolojik öfke için en etkili model olduğu düşünülmektedir. Modele göre; dış uyaranlar öncelikle bilişsel olarak işlenir, üzerinde düşünülür ve sonrasında duygusal uyarım ortaya çıkmaktadır. Bu uyarımın nasıl bir fizyolojik tepki olacağını kişilik özelliklerimiz ve olayı yorumlama biçimlerimiz belirlemektedir. Ortaya çıkan bu duygu öfke olduğunda fiziksel saldırı, sözel saldırı, pasif agresyon (bir mücadele vardır, ancak doğrudan değildir, küsmek, konuşmamak gibi..) ve engellenme-geri çekilme (çekilmek ya da pes etmek de denebilir, bireyin öfke duygusu ortadan kalkar ve geriye üzüntüsü kalır) olmak üzere dört ana davranışsal tepki oluşmaktadır. Muhtemel davranışlardan hangisinin seçileceği, kişinin olayı nasıl yorumladığına, geçmiş deneyimlerine bağlıdır (Şakiroğlu, 2012).

2.9. Öfkenin Nedenleri

Öfkenin ortaya çıkışı genellikle, ulaşmak istediğimiz hedeflere varmamızın engellendiği ya da dışsal bir kaynaktan algıladığımız saldırganca ya da tehdit edici davranışlarla karşılaşmamızdan dolayı ortaya çıkmaktadır (Strickland, 2001; akt: Koç, 2008). Öznel nedenler üzerine kurulan öfke; her birey için farklılık göstereceğinden bireylerin ne zaman öfkelenecekleri konusunda kesin yargılarda bulunmak olası gözükmemektedir.

Yaş değişkeni, bireyin yaşamında yapmak istedikleri ve yapmak istemedikleri üzerinde etkili olmakta, öfke nedenlerinin yaş ile birlikte değiştiği ileri sürülmektedir. Süt çocuklarında faaliyetin engellenmesi gibi basit sınırlamalar öfkeye neden olurken çocuklarda nesnelerin elinden alınması, yalnız bırakılmak, ilgi yoksunluğu ya da bir etkinlikte gösterdikleri başarısızlık gibi nedenler öfkeye yol açmaktadır. Yaşça daha büyük çocuklar ve ergenlerde ise; sosyal engellenmeler, düş kırıklıkları öfke nedenleri arasında yer almaktadır. İğneleyici sözler, büyüklük taslanması, başkalarınca hor görülmek öfkenin sık rastlanan nedenlerindendir (Morgan, 1991; akt: Danışık, 2005). Çocukluk döneminde öfke; vurma, ısırma, nesne atma gibi doğrudan yollarla dışa vurulurken, yaş ilerleyip çocuk sosyalleştikçe bu anlatım biçimi bazen denetim altına alınmakta, bazen de yön değiştirerek farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır. Yetişkinlik dönemine bakıldığında rekabet şartları, sorumlulukların getirdiği zorunluluklar birey üzerinde engellenme hissine ve öfkeye neden olmaktadır (Saçar, 2007).

Kişide öfkeye yol açan nedenler arasında gösterilen engellenmenin özellikle olumsuz bir duyguya yol açtığı durumlarda çatışmaya neden olabileceği vurgulanmaktadır (Berkowitz, 1989).

Stearns (1972)' e göre; gürültü, şiddetli ışık, ani ve beklenmedik durumlar öfke kaynağı olabilen uyarıcılar olarak değerlendirilmektedir. Bu türden uyarılara verilen tepkilerin türü kişiden kişiye değişmekle birlikte, aynı kişide dahi farklı zamanlarda farklı tepkiler görülebilmektedir. Bu durum bazen uyarıcının gücüyle ilintili olabileceği gibi, bireyin fizyolojik durumuyla da ilgili olabilir. Ağrı ya da acı çeken, yorgunluk yaşayan bireyler daha kolay öfkelenmekte, Adrenalkortikal hormon düzensizlikleri, sempatik sinir sistemine bağlı rahatsızlıklar, kronik kabızlık, kronik ağrı, alerjik hastalıklar yaşayan ve menstruasyon dönemindeki bireylerin de daha kolay öfke duygusuna kapıldıkları ve daha yoğun öfke yaşadıkları görülmektedir(akt: Elmas, 2009)

Izard (1991); öfkeyi genellikle istenmeyen ve insanlar açısından mümkün olduğunca kaçınılması duygulardan biri olarak değerlendirmektedir. Kişi çoğunlukla öfke yaşantısından sonra huzursuzluk duymakta, bu durum genellikle kişinin kontrolünü kaybedip öfkesini açık biçimde ifade ettiğinde yaşanmaktadır. Power ve Dalglish (1997) ‘e göre öfke genellikle sıkıntı verici bir duygu olmakla birlikte bazen de kontrol edilemeyen saldırganlık ve şiddetle de birleşmektedir (Güleç, 2002). Gentry (1999), öfkenin ortaya çıkmasında, küçük düşürülme ya da benlik saygısına yönelik saldırı, amaca yönelmeyi engelleyici durumlar, bireye ait temel prensiplere/değerlere saygısızlık, çaresizlik duyguları gibi nedenlerin olduğunu belirtmiştir (Akt: Annak,2002; Yıldırım, 2006).

Averill (1983)’e göre kimlere karşı öfke davranışı göstereceğimiz “hoşlanmama” ile yakından ilişkilidir. Kişi hoşlanmadığı kişilere karşı öfke ve saldırganlık davranışları gösterebilmektedir. Bu durum birey dışında toplumsal yapıyı da büyük oranda etkilemektedir. Kişilerin yüksek düzeyde öfke hissetmeleri, yaşamaları ise doğrudan stres ve algılanan sosyal destek, dolaylı olarak ise düşük psikolojik iyilik hali ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Diong ve ark. 2005).

Köknel (1999) ‘e göre öfke, engellenme ve korku durumlarında ortaya çıkan bir tepki olmakta, köpürme (feveran, rage) adı verilen aşırı derecede bilinç bulanıklığına ve davranış bozukluğuna yol açabilmektedir. Berkowitz (1962), öfkeyi engellenme sonrasında saldırgan olma eğilimi olarak tanımlamıştır (akt: Güleç, 2002). Averill’e göre kışkırtma, öfkeyi ortaya çıkaran en önemli durumlardan biridir. Kışkırtma genellikle karşıdaki kişiyi uyaran ve onu bir davranışı yapmaya yöneltten uyarılar içermektedir. Bilişsel kuramcılardan Beck’e göre kışkırtma ve tehdit, öfkenin temel nedenleri arasındadır. Öfke tepkisinin gücünü ise; değer yargıları, benlik saygısı ve beklentiler gibi çeşitli bilişsel etkenler belirlemektedir (akt: Yıldız, 2008).

Spielberger ve arkadaşları (1988) 'na göre; durumluluk öfke; öznel duyguların ve fizyolojik etkinliklerin birleşiminden oluşan geçici duygusal-fizyolojik durumu tanımlamaktadır. Duygusal olarak; durumluluk öfke azdan çoğa doğru giden bir öfke yelpazesini içermektedir. Sürekli öfke; öfkenin sabit bir kişilik yönünü ya da durumluk öfke yaşama eğilimini yansıtmakta, aynı zamanda daha kolay öfkelenme eğilimini de göstermektedir. Sürekli öfke düzeyi yüksek olan bireyler daha sık ve daha yoğun durumluk öfke yaşamakta olduğu belirtilmektedir (akt: Güleç, 2002).

Bazı bireyler öfkelerini o anda, bazıları ise ilgili durum sona erdikten sonra fark edilebilmektedir. Bazı kişiler öfkelerini o denli bastırmışlardır ki, yaşam boyu kişinin bilincine ulaşmayabilir. Kızgınlık yaşadığımız kişi, şayet yitirmekten korktuğumuz ya da bizi sevmesini istediğimiz kişiye öfkenin bastırılma olasılığı çok daha yüksek olmaktadır. Böylesi durumlarda bastırılan öfke, kızgınlık gibi duygular bileşik kaplar yasası uyarınca nasıl olsa yitirmeyeceğimizi düşündüğümüz kişilere yöneltilebilir. Öfkesini bastıran kişilerin dışında, boşaltım yolu olarak sürekli diğerlerini "iğneleyerek " ya da "şakaya vurarak" konuşan, öfkesini bu biçimde dışa vurarak boşaltan insanlar da bulunmaktadır, bu tarz imalı yaklaşımlar genellikle karşı taraftaki kişide suçluluk duygularına yol açmaktadır. Oysa ki, öfkenin yapıcı tartışma yolu ile ifade etmek, kişilerin birbirlerini daha kolay anlamalarını sağlamakta, kişilerin birbirlerini kırmalarının önüne geçmektedir (Gençtan 1999, Cüceloğlu 1991; akt: Güleç, 2002).

Dryden (1990)' e göre; öfkenin derecesinin, genellikle kişinin benlik saygısı ile doğru orantılı olduğunu, düşük benlik saygısı olan kişilerin, yüksek benlik saygısı olan kişilere oranla daha kolay öfkelenme eğiliminde olduklarını belirtmektedir (Soyaldın, 2007).

Araştırmacılar; öfkelendiğimizde birbiriyle ilişkili ve eşzamanlı olarak aktif olan 5 boyutun varlığından bahsetmiş, bu boyutlar aşağıdaki biçimde ele alınmışlardır:

a) **Biliş**- o andaki düşüncelerimizdir. b) **Duygu**- Öfkenin yol açtığı fiziksel uyarılmadır. c) **İletişim**- Öfkemizi çevremizdekilere yansıtma biçimimizdir d) **Etkileniş**- Öfkeli olduğumuzda hayatı algılayış biçimimizdir. e) **Davranış**- Öfkeli olduğumuzda sergilediğimiz davranışlardır (Kökdemir, 2004).

Bazen yaşanan ya da algılanan engeller maskelenmiş ya da kolaylıkla fark edilemeyecek nitelikte ise hemen ardından gelen tepki öfke olmayabilmektedir. Öfke duygusunun ortaya çıkmasında, sosyal ve bilişsel yapılanmalarla birlikte birçok durumsal faktör de etkili olabilmektedir (Kısaç 1997).

2.10. Öfkenin Fonksiyonları (İşlevleri)

Sevinç, üzüntü, korku gibi temel duygulardan biri olan öfke, günlük yaşantıyı olumsuz yönde etkilemesinin ötesinde, insanlar için adaptasyon işlevi bulunmasından ötürü oldukça önemli bir duygudur. Çünkü çatışmaya yol açan duygu öfke olabileceği gibi, her öfke çatışmaya ya da saldırganlığa yol açmayabilir ve işlevsel bir öfke söz konusu olabilmektedir (Oatley, 2004; Plutchik, 2000, Averill, 1983 akt: Koç, 2008). Öfke ile bağlantılı olan enerji yapıcı olarak kullanıldığında bireyin güçlülük, üstünlük, olaylara yönelik kontrol duygularının yaşamasına olanak sağlamaktadır. Bireyin ilişkilerinin sağlıklı hale gelmesine, yaşadığı iletişim çatışmalarının önlenmesinde, yeni baş etme yollarının aranmasına yönelik gereken değişim için güdülenmesine katkı sağlamaktadır. Bu anlamda öfkenin de, bireylerin hayatını kolaylaştıran olumlu işlevleri bulunmaktadır (Karataş, 2009). Köknel (1986)'ın belirttiği gibi öfke, belirli sınırlar içinde, bireyin varlığını koruması, tanıtmayı ve çevreye kabul ettirmesi için gereklidir.

Novaco (1975), öfkenin fonksiyonlarını altı maddede özetlemiş, sonraki yapılan çalışmalarda destekleyici sonuçlar elde edilmiştir. İlgili maddeler şu şekilde ele alınmıştır.

a.Öfke, kişide öfke yaratan durumu ya da engeli aşma konusunda gerekli enerjiyi vermekle birlikte, birey nahoş durumdan kurtulmak için duruma uygun davranışları geliştirmekte, bu da bireyin benlik kavramının gelişimine olumlu katkı sağlamaktadır. b. Öfke, bireyin kırıldığı, incindiği, engellendiği veya bir şeylerin yolunda olmadığına dair gönderilen bir sinyal olarak değerlendirilmelidir. c. Öfke, süregelen davranışı ortadan kaldırır veya engeller. d. Öfke, başkalarına olan olumsuz duyguların açıklanmasını kolaylaştırır. e. Öfkede; kaygının dışsal çatışmalara yönelmesi egonun zarar görme ihtimaline karşı yapılan bir savunmadır. f. Öfke bir haklılık algısıdır (akt: Şahin, 2005). Ayrıca yapılan çalışmalarda; öfkeye hedef olan bireyler diğer kişinin öfkesi sayesinde hatalarının farkına vardıklarını, ilişkisel bağlamda öfke duyan ile duyulan kişi arasında ilişkinin zayıflaması beklenirken aksi bir biçimde öfke duyan kişiye saygılarını kaybetmek yerine saygı duyduklarını, ilişkilerinin güçlendiğini belirtmişlerdir. Ayrıca, açıkça ve doğrudan ifade edilen öfkenin ilişkilerin daha sağlıklı ve anlamlı olmasına katkıda bulunduğu vurgulanmıştır (Şahin, 2009).

Deffenbacher ve arkadaşları (2004)'na göre; öfkenin ifade edilememesi, öfkeyi ortadan kaldırmayacağını, aksine ifade edilemeyen ya da bastırılan öfkenin beklenmedik ve kontrolsüz bir biçimde ifade edileceğinden bahsetmişlerdir. Öfkenin olumsuz işlevlerine bakıldığında; ifade edilemeyen öfkenin hem bireyin enerjisini hem de davranışları üzerinde kontrol yitimine yol açmaktadır. Yaşanan yoğun kızgınlık duyguları kişilerarası iletişimi de bozmakta dolayısıyla bireylerde etkin olmayan sorun çözümlerine ve sosyal geri çekilmeye neden olmaktadır. İfade edilmeyen öfke bastırıldığında hipertansiyon, mide ülseri, migren gibi psikosomatik hastalıklara ve depresyona neden olurken; yaşanan yoğun öfke patlamaları da uygun olmayan pasif-agresif davranışlar ve bireyin kendisine veya çevreye yönelik

saldırgan davranışlara neden olmaktadır (Sala, 1997, Terakye, 1998, Üstün, 1995, Smith ve Furlon 1998, Koçak, 2008; akt: Ulutürk, 2006).

2.11. Öfkenin Boyutları ve İfade Etme Biçimleri

Öfke içsel bir deneyim olmakla birlikte duygusal, fizyolojik ve bilişsel bileşenlerden meydana gelmektedir. Bu bileşenler hızlı bir şekilde birbirini etkilemekte ve daha çok bir bütün olarak deneyimlenmektedir (Dobson ve Craig, 1996; akt: Koç, 2008).

Öfke yaşantısında ve öfkenin ifade edilmesinde etkili olan boyutlar üç başlık altında ele alınmıştır. Bunlar:

2.11.1. Öfkenin Fiziksel ve Fizyolojik Boyutu:

Bu boyut, bireyin herhangi bir öfkeye yol açan bir durum ya da engellenme karşısında bedeninde oluşan bir takım fizyolojik ve fiziksel değişimlerle ilgilidir. Öfke belirtileri, adrenalin ve noradrenalin hormonlarının birleşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır. Hipotalamus ve ön hipofizden salgılanan Adrenalin hormonları sayesinde otonom sinir sistemi aktive olur böylelikle sempatik sinir sisteminin etkisindeki bütün organlar harekete geçer. Kalbi uyarır, kalp damarlarını genişletir, midedeki kan damarlarını daraltır ve sindirimi yavaşlatır Adrenalin ve noradrenalin hormonlarının öğrenmeye olumlu katkıları da olduğu bilinmektedir. Vücutta adrenalin ve noradrenalin seviyesi arttıkça hafıza, yoğunlaşma ve performansın da keskinleştiği daha ileri düzeye çıktığı belirtilmektedir. Kısaç, Martin Luther King’in “öfkeli olduğimde bütün mizacımla canlanır. Anlayışım keskinleşir” sözüne değinerek insan vücudundaki adrenalinin öfke ile yükseldiğini ve ne derece önemli olduğunu vurgulamıştır (Kısaç, 1997).

Heyecanlarla ilgili vücutta oluşan temel bir takım fizyolojik değişimlerin temelinde olan sempatik ve parasempatik sinir sistemleri rol oynamaktadır. Sempatik sistem, kişinin korku veya öfke gibi yüksek uyarılmışlık hallerinde faaliyet gösterirken, kişiyi durumla mücadele etmeye hazırlamaktadır. Parasempatik sistem ise; sempatik sisteme karşı koyar ve kişiyi dinlenme haline getirmeye çalışır (Cüceloglu,1991; Morgan, 1995; akt: Yıldırım, 2006).

Öfkeye yönelik olarak; kas geriliminin artması, kaşların çatılması, dişlerin gıcırdatılması, ters ters bakma, yumrukları sıkma, yüzün kızarması, titreme hissi (özellikle el ve ayakta), uyuşma hissi, tıkanma hissi (nefes almakta zorluk), vücudun çeşitli bölgelerinde seyirmelerin olması, terleme, kontrol kaybı, sıcaklık hissi, burundan soluma, beynin zonklaması, baş ağrısı gibi bir takım fizyolojik belirtiler de eşlik etmektedir (Tavris 1989; akt: Balkaya ve Şahin, 2003).

2.11.2. Öfkenin Sosyal ve Bilişsel Boyutu:

Herhangi engellenme, aşağılanma, haksızlık ya da saldırı gibi olay karşısında, duygusal bir uyarılma oluşmakta, gösterilen tepki ise kişinin bilişsel olayı nasıl yapılandığıyla ilişkilidir (Süataç, 2010).

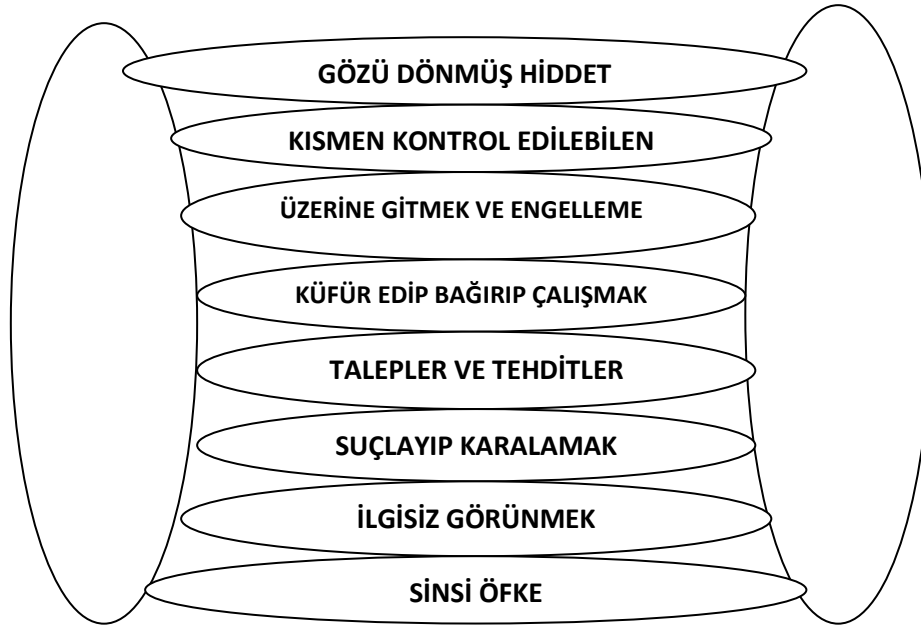
Bu boyut kişinin algıladığı öfkeyi nasıl yorumladığı oldukça belirleyici olmakla birlikte, bu yorumlama esnasında sosyal ve bilişsel faktörler oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Sosyal öğrenme kuramına göre, öfke ve saldırganlık gözlemsel öğrenme, taklit, kopyalama ve rol alma yollarıyla öğrenilmektedir. Sosyal ilişkilerde olduğu gibi, kişinin bilgi, inanç ve geçmiş deneyimleri ve olaylara yönelik çağrışımları da öfke yaşantısında belirleyici olmaktadır. Diğer bir ifadeyle, bir takım düşünce biçimleri bireyin öfke yaşantısını yoğunlaştırmakta ya da zayıflatmaktadır (Johnson, 1972; Berkowitz,1990; akt: Yıldırım 2006).

2.11.3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu:

Bu boyut ise; bireyin öfke duygusu karşısında gösterdiği davranışları içermektedir. Öfke duygusuna verilen tepkiler birçok duruma hatta toplumdan topluma dahi değişiklik gösterebilmektedir (Köknel, 1999; akt: Yıldırım, 2006). Bazı bireyler içinde bulunduğu toplumun ve sosyal sistemin etkisiyle öfkesini bastırma veya içine atma ya da kontrol etme yoluna giderken, bazılarında öfkelerini çeşitli şekillerde dışa vurmaya çalıştıkları belirtilmektedir (Kısaç,1997) .

Ellis, Alberti ve Emmons’ a göre; uzmanların öfkeyle başa çıkmada iki seçenek sunduklarını, bu seçeneklerden birinin “öfkeyi hisset ve özgürce ifade et” diğerinin ise “öfkeyi hisset ama bastır, sustur inkar et”, biçiminde ifade edildiğini belirtmektedirler. Bastırılan öfkenin bireyi bir yere götürmeyeceği gibi öfkenin özgürce ifade edilmesinin de duygulardan çok daha fazla zarar verici olduğu düşünülmektedir (Şahin, 2005; Gülveren,2008).

Efron (1997), “Öfke Merdiveni” adını verdiği tabloda, öfkenin basamaklarını şekildeki gibi göstermektedir.



Şekil 2. Öfke Merdiveni (Efron 1997:58; akt: Şahin, 2005)

Şekilde de belirtildiği üzere, öfke merdiveni önce ortaya konmayan öfkeden başlayıp, gittikçe davranışlarla ortaya konulan ve şiddetlenen öfke duygusuna doğru ilerlediği görülmektedir.

Deffenbacher ve ark. (1996)'na göre; sürekli öfke gösteren bireyler daha kolay öfkelenmektedir. Bu bireyler, daha yoğun ve güçlü öfke tepkisi verdiklerinden, öfkeyle baş etmede daha az iyi oldukları belirtilmiştir. Bu bireyler kendilerini ifade ederken daha az olumlu ve daha az yapıcı yollar kullanmaktadırlar (Karlı, 2008).

Öfkeyi bastırmak ya da saldırgan davranışlar sergilemek öfkenin sağlıklı şekilde ifadeleri olarak ele alınmaktadır. Öfke duygusunun tanınması, uygun zamanda kontrollü şekilde ifade edilmesi sağlıklı ifade yollarından biri olarak gösterilmektedir. Bireyin öfke kontrolüne yönelik davranışları, kişiler arası ilişkileri geliştirmesinde, psikolojik ve fiziksel olarak sağlıklı bir yaşam sürdürmesinde

önemli katkılar sağlamaktadır (Danışık, 2005). Öfke duygusunun ifade edilme biçimi; kültürel özelliklerin, beklentilerin, aileden ve çevreden öğrenilmiş davranışların, eğitim durumunun, yaşın ve cinsiyetin önemli etkisi olduğu belirtilmektedir (Ulutürk, 2006).

Bireyin yaşadığı kültüre uygun olarak öfke duygusu da sosyalleşmektedir. İnsanlar, çocukluk dönemlerinde ailedeki etkileşimleri sayesinde ne zaman nerede ve nasıl öfkeleneceklerini öğrenmektedirler. Böylelikle; öfke belirli bir sosyalleşme sürecinden geçmekte ve her kültür kendi içinde kabul edilebilir öfke ifadesine yönelik temel kuralları ortaya çıkmaktadır. Çocuğun sosyalleşmesinde önemli rol oynayan ailede, öfkenin açıkça ifade edilmesi kabul edilebilirken sonraki dönemlerde daha az kabul edici olmaktadır. Ancak bireyler içinde bulundukları toplum tarafından kabul görmeyen biçimde öfkelerini ifade ettiklerinde, öfkelerini kontrol altına alamadıklarında ya da öfkeleri ile başa çıkamadıklarında, bireyin fizyolojik ve ruhsal sağlığından, sosyal hayatına kadar zarar veren bir duygu haline gelmektedir. Bu bağlamda bireylerin öfke tepkilerini kontrol edebilmeleri son derece önem kazanmaktadır (Kanoğlu, 2008). Türk toplumunda ise; geleneksel özellikler taşıyan ailelerde; toplumun beklentileri ve belirlediği davranış kalıpları, bireyin davranışını yönlendirmede oldukça önemlidir. Öfkenin sözel olarak ifadesi engellenirken ya da hoş karşılanmazken, uysallık, boyun eğme, konuşmama, bastırma gibi davranışlar ise kabul görmektedir (Yıldız, 2008).

Yaşla birlikte bireyin deneyimlerinin artması, kendini geliştirmesi durumları kişinin öfkelenme sıklığını dolayısıyla öfke ifade şeklini de etkilemektedir. Sala (1997) yaptığı bir çalışmada, özellikle genç yaş grubundaki bireylerin öfke düzeyinin yüksek olduğunu, yaş ilerledikçe öfke düzeyinin azaldığını bulgulamıştır (akt:Ulutürk, 2006).

Cinsiyet de öfke ifadesini etkileyen önemli bir faktör olmakla birlikte cinsiyet açısından farklılıkların toplumdaki erkeklik ve kadınlık rolleri algılamalarından

kaynaklı olduğu düşünölmektedir. Birçok toplumda saldırganlık erkeklik özelliği olarak görölmekte, bu nedenle erkeklerin öfkelenmesine izin verilmekte, hatta teşvik bile edildiği düşünölmektedir. Kadınlarda beklenen davranış modeli ise; öfkelerini bastırmaya yönelik olmakta bunun nedeni ise öfke gösteriminin kadınlara yakışmadığı düşüncesinden ileri gelmektedir (Kısaç, 1997).

Beklentiler nedeniyle de birçok insanın öfkelerini ifade etmesi engellenmekte, öfkeyi anormal ve istenmedik bir duygu olarak algılanmasına neden olmaktadır. Engellenme sonucunda sürekli baskılanan öfke, agresif davranışların birikmesine ve şiddetlenmesine yol açmaktadır. Oysa ki; bireylerin öfkelerini uygun ifade etme yollarını bulduklarında daha sonraki yaşantılarında saldırganlık düzeylerinin belirgin bir biçimde düşeceği gösterilmektedir. Duyguları sürekli denetim altında tutmak, bireyin duygusal yoğunluğunu arttırırken, duyguların uygun yollarla boşalmasının sağlanmasının bireyin duygusal yoğunluğunu da azaltacağı düşünölmektedir (Sala, 1997, akt; Ulutürk, 2006).

Öfkeye neden olan diğer etkenlerin, rahatsız edici ve hoş olmayan uyaranlar, model alma, memnuniyetsizlik, kişisel haklara ve benliğe saygı gösterilmemesi ve benlik saygısının kaybolması, kabul edilen sosyal normların ihlal edilmesi olduğu düşünölmektedir (Yıldız, 2008).

Öfke; ifade ediliş tarzına göre yorumlanmakta, dolayısıyla nasıl ifade edildiği oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Öfkenin ifade edilişindeki sonuçlar, ilişkilerde sorunlar yaratmaktadır (Batıgün 2004; Erkek ve ark. 2006). Spielberger, bireylerde değişik biçimlerde ortaya çıkan öfkeyi; öfke içe vurumu, öfke dışa vurumu ve öfke kontrolü olarak üç boyutta ele almıştır (Bostancı, Çoban, Tekin ve Özen 2006; Lerner 2007; Özer 1997; Starner ve Peters 2004; Sung, Puskar ve Sereika 2006; Bayrı, 2007; Tambağ ve Öz 2005; Korkut, 2012). Bunlardan **öfke dışa vurumu**; oluşan öfkenin sözel ya da davranışsal dışarı aktarılmasıdır. Gerçekte öfkenin yol

açtığı stresle başa çıkmada uyumsal bir tepki olarak değerlendirilmektedir. Öfkeyi gözden geçirmeksizin açığa vurmakta sakınca olmayabilir ancak ne var ki; patlamak ya da kavga etmek geçici bir rahatlama sağlasa bile, fırtına dindiğinde genellikle hiçbir şeyin değişmediği görülür (Özer 1997; Lerner 2007. **Öfke içe vurumu**; bireyin öfkesini içinde tutarak, gizleyerek var olan öfke etkenlerine karşı kullandığı bir uyum mekanizmasıdır. **Öfke kontrolü boyutu** ise; kişinin başkalarıyla ilişkilerinde öfkesini ne ölçüde kontrol ettiği ya da öfkeyi ifade eden bireysel tepkileri kontrol deneyimleridir Kişinin; başkalarıyla ilişkisinde, ne ölçüde sakinleşme eğiliminin olduğunu belirten durumlardır (Starner ve Peters 2004; akt: Albayrak ve Kutlu, 2009).

Eatough ve Smith (2006)'e göre, öfke uygun biçimde ifade edilmediğinde, bireylerde hem ruhsal hem de fiziksel hastalıklara açık hale getirmekte, bireyler öfkelerini açık biçimde ifade etmenin risk taşıdığını düşünmelerinden ötürü öfkeyi doğrudan ifade etme yerine bastırma, inkâr etme, yok sayma, konuşmama ya da mantığa bürünme gibi bir takım savunma mekanizmaları ile öfke kontrol altına almaya çalışmaktadır (Lerner 1996; Sala, 1997; Soykan 2003; akt: Çelikkaleli, 2010). Bu sayede kişi başkalarına karşı sabırlı davranır, öfkesi kontrolden çıkmadan kendini durdurabilir, sakinleşme yollarını düşünür, hoşgörölü ve anlayışlı olmaya çalışarak duygularını ve davranışlarını kontrol etmeye çalışır. Sakin ve sabırlı yaklaşım, iletişimi olumsuz yönde etkileyecek olan öfkenin gerginliğini yatıştırılmasında yapıcı bir rol oynamaktadır. Öfkenin kısa süreli olarak bu mekanizmalar sayesinde kontrolü sağlanabilir ve faydalı da olduğu düşünülmektedir. Ancak; birey duygu yoğunluğu azaldıktan sonra yeniden bu duyguyu ele alması gerekmektedir. Burada istenilen şey, öfkesini kontrol etmesi fakat sonrasında açıkça konuşarak sorunu çözümlemeye çalışmasıdır (Özer 1994).

Öfkenin ifade biçimlerine yönelik çeşitlilik arasında en önemli olanı şüphesiz saldırganlık olarak görülmektedir. Öfke ve saldırganlık, çoğu zaman birbiriyle ilişkili olarak ele alınmakta ancak kavramsal olarak aynı olmadıkları belirtilmektedir.

Saldırganlık bir davranış, öfke ise bir duygudur. Birçok saldırgan davranışların ardında öfke güdü/dürtüsü bulunmakta iken bazen de her saldırgan davranışın başlatıcısı olarak değerlendirilmesinin doğru olmayacağı düşünülmektedir (Yavuzer, 2007). Fiziksel saldırganlık motor davranışlarla ilişkili olup, hedef yönelimlidir. Burada amaç karşıdaki kişiye ya da objeye zarar vermektir. Saldırganlığın ikinci şekli olan, sözel saldırganlık boyutu ise daha çok dışa vurulmuş öfke olarak tanımlanmaktadır (Kassinove ve Sukhodolsky 1995; akt: Balkaya ve Şahin, 2003). Balkaya (2001)' ya göre; bu durumda birey öfkesini başkalarına iğneli sözler söyleme, sık sık tartışma, kapıları çarpma, bir yerlere yumruk ve tekme atma, kötü sözler söyleme, sinirlerine hâkim olamayarak kavga etme gibi davranışlarla dışa yöneltebileceği gibi, öfkesini bir başkasına yönelterek onları sürekli olumsuz yönde eleştirerek, kabahat bularak da ifade edebilmektedir. Yansıtmalı baş etme olarak bilinen bu durumda, birey öfkesini başka birini suçlamak yoluyla yansıtmakta böylelikle öfkeyi dışsallaştırmaktadır. Ancak belirtildiği üzere; her saldırgan davranışın temelinde her zaman öfke olmayabilir. Örneğin profesyonel tetikçi olan birisi, bir başkasına zarar verirken bunu öfke duygusuyla değil, muhtemelen başka ihtiyaçları yüzünden (maddi nedenler gibi) yapmış olacaktır. Saldırganlığın diğer ifade biçimi olan, sözel saldırganlık boyutu ise daha çok, dışa vurulmuş öfke olarak tarif edilmiştir Saldırganlık, başka kişilere ya da objelere yönelik, tahrip edici ve zarar verici davranışları kapsamaktadır. Hostilite, öfke duyguları içermesine rağmen saldırganca davranışları da harekete geçiren bir anlama sahiptir. Bu açıdan bakıldığında; öfke ve hostalite daha çok duygu ve tutumlarla ilgili iken saldırganlık ise başka kişilere ya da objelere yönelik zarar verici davranışları kapsamaktadır (Berkowitz 1990; Kassinove ve Sukhodolsky 1995; Spielberger ve ark. 1995; akt: Balkaya ve Şahin 2003).

Evlilik ilişkisi içinde bakıldığında, eşlerden birinin sorun çözme becerilerindeki yetersizlik de diğerini suçlayıcı ve öfkeli biri haline dönüştürebilmekte, bu durum da evlilik uyumunda azalmalara neden olmaktadır. Yaşam olaylarında çift uyumunu arttıran en önemli unsurun, eşler arasındaki sağlıklı etkileşim olduğu bildirilmiştir. Sorun çözme becerilerindeki yetersizlik, eşleri birbirlerinin hatasını aramaya daha

yatkın hale getirmekte ve öfkeye, düşmanlığa, üzüntüye, yetersiz iletişime ve yetersiz duygusal paylaşıma neden olabilmektedir (Erbek, Beştepe ve Eradaamlar 2005). Bireyin hayatında uygun ifade edilemediği taktirde sorunlara yol açan öfke, birlikte aynı evi paylaşan ve ortak bir yaşam alanı olan bireylerin ilişkisini de olumsuz yönde etkilemektedir (Kökdemir, 2004). Bu açıdan bakıldığında; öfkenin ifade biçimleri çeşitlilik göstermektedir. Kimi zaman kısa süreli hatta kişiye faydalı olan öfke; kimi zaman ise, çok şiddetli, yoğun, sürekli ve tahrip edici olabilmektedir (Alkan, 2008).

Öfkenin ifade ediliş biçimindeki olumsuzluklar, insanların öfkelenen kişiden uzaklaşmalarına neden olabilmektedir. Bu durum öfkelenen kişide olumsuz benlik kavramına, kişilerarası ve aile içi iletişim çatışmalarına ve suçluluk duygularına neden olabilmektedir (Erdem ve ark. 2008; Özer 1997). Bir başka anlatımla, insanlar kültürel nedenler ve öfkenin neden olduğu olumsuz sonuçlardan ötürü öfkesini göstermek istememekte, oysa öfkenin bastırılması var olan enerjinin içe döndürülmesine neden olmakta ve bireye zarar vermektedir (Erdem ve diğer., 2008). Bastırılmış öfkenin bireyde; yüksek tansiyon, koroner arter hastalığı ve kanser gibi pek çok fiziksel rahatsızlıklarla yakından ilişkili olduğu ileri sürülmektedir (Bitti ve ark. 1995, Siegman 1993, Spielberger ve ark. 1991; akt: Balkaya ve Şahin, 2003). Bu nedenle baskılanan ya da ifade edilmeyen öfke istenen, kabul edilen bir durum olmamakla birlikte bedensel ve ruhsal açısından son derece sağlıksız görülmekte, işlevsel ve yararlı olanın ise, bireyin duygu yoğunluğu azaldıktan sonra bu duyguyu tekrar ele alması ve sorunu açık biçimde ifade ederek çözümlemeye çalışması olduğu düşünülmektedir. Öfkeyi doğru biçimde ifade etme becerisi kazanmaya “öfke kontrolü” denilmektedir (Özer,1994; Kökdemir, 2004).

2.12. İlgili Yayın ve Araştırmalar

Bu bölümde, öfke kavramına ilişkin yurt içinde ve yurt dışında yapılmış çalışmalara yer verilmiştir.

2.12.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Yapılan çalışmalarda öfke duygusunun cinsiyet açısından farklılık gösterdiği, Averill (1983)'e göre öfkelenme sıklığı açısından kadınların erkekler kadar, onlara benzer yoğunlukta ve benzer nedenlerle öfkelenildiğini belirtmektedir. Erkeklerin öfke duygularını yansıtmada ise kadınlara oranla doğrudan oldukları, kadınların ifade biçiminin ise daha dolaylı olduğu belirtilmiştir (Lerner,2004).

Sharkin (1993)'in; öfke deneyimine ilişkin yine cinsiyetler arası karşılaştırma çalışmasında; kadınların öfkeyi tanımada ve ifade etmede daha fazla zorluk çektikleri ileri sürülmüştür. Evers, Fischer, Mosquera ve Manstead (2005) çalışmalarında cinsiyet farklılıklarına yönelik “sosyal koşul” ve “sosyal olmayan koşul” olmak üzere öfkenin ifade biçimini iki farklı durumda ele almışlar, sosyal koşulda öfke dışa vurumunun erkeklerde; fakat sosyal olmayan koşulda da kadınlarla erkeklerin öfkelerini ifade etme biçimlerinin (yani şiddetinin) farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Çalışmadaki diğer önemli bulgu da, öfkeyi dışa vurma derecesi farklılaşsa da, kadınlarla erkeklerin bildirdiği öfke deneyiminin aynı olduğudur. Literatürde cinsiyet açısından farklılığı destekleyen ve desteklemeyen araştırmalar bulunmaktadır. Bu nedenle çalışılan grubun özellikleri ve öfke konusunu ele alma biçiminin farklı sonuçlara yol açtığı düşünülmektedir. Bununla birlikte Averill (1983), öfke duygusunun daha çok sevdiğimiz ve tanıdığımız kişilere yönelik olduğunu ve bunun sık olmakla birlikte ya da sevdiklerimizin tepkilerini kestirebilmekle ilişkili olabileceğini belirtmiştir (Akt: Koç, 2008).

Thomas 'ın 1974 yılında yaptığı bir çalışmada eğitim seviyesinin öfke kontrolü ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu, eğitim seviyesi yükseldikçe hem kadınlarda hem de erkeklerde öfke kontrolünün arttığı, eğitim seviyesi düştükçe ise öfkenin semptomlarla ifade edilmesinin arttığı saptanmıştır (Sala 1997; akt: Ulutürk,2006).

Lutwak, Panish, Ferrari ve Razzino (2001) ‘un utanma ve öfke ifadesi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, çekingen kişilerin bastırma yoluyla öfkelerini içlerine attıklarını belirlemişlerdir (Saçar 2007).

Tangney ve arkadaşlarının 1996 yılında yaptıkları çalışmada; üniversite öğrencilerinin utanç duygusu ile incinme ve olumsuz olaylar yüzünden öfke duygusunun uyanması ile başkalarını suçlama eğilimi arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Biaggio ve Godwin (1987) depresyon ile bastırılmış duygulara arasındaki ilişkiye odaklanırken benzer biçimde Bridewell ve Chang (1997) da, içselleştirilmiş öfkenin, depresyonu yordamada önemli bir role sahip olduğunu ileri sürmektedir. Ülkemizde bu görüşü destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin; Türkçapar ve arkadaşları (2001) öfkenin fazla kontrol edilmesinin depresyonla ilgili olduğu şeklindeki görüşü destekleyen bir çalışma yürütmüşlerdir. Öfke, intihar davranışı için de önemli risk faktörü olarak görülmektedir (Batıgün 2002, Horesh ve ark. 1997). Öfke ile kaygı bozuklukları arasında da bir ilişki bulunmaktadır. Fava ve arkadaşları (1990) öfke atakları olan pek çok hastanın kaygı veya panik düzeylerinin yüksek olduğunu vurgulamaktadırlar. Benzer şekilde, Hazaleus ve Deffenbacher (1986), de kaygının öfkenin sonuçlarından birisi olduğunu belirtmekte ve öfke azaltıldığı zaman, kaygı belirtilerinin de azaldığını belirtmektedirler (akt: Balkaya ve Şahin, 2003). Begley (1994)’ın birkaç boyutta bastırılmış öfkeye yönelik çalışmalarında; bastırılmış öfkenin; depresyon, kaygı ve somatik yakınmalarla ilintili olduğu bulunmuş; ancak, ifade edilen öfke ile aynı ilişki arasında benzer sonuçlara ulaşılamamıştır. Bununla birlikte Cox, Stabb ve Hulgus’un (2000) çalışmalarında, depresyonun, öfkenin bastırılmasıyla ilişkili benzer sonuçlar elde edememiş, aralarında anlamlı bir ilişkiye rastlamamışlardır (akt: Koç, 2008).

Gottman ‘ın 1979 yılında yaptığı çalışmasında, evliliğinden memnun olmayan çiftlerin konuşmalarında, bir tarafta olumsuz duygu iletişimi gerçekleştiğinde bunun diğer eş üzerinde olumsuz duygu ifadesine yol açtığını ve iletişimde duygusal karşılıklığının kanıtlarının yer aldığı gösterilmiştir (Alkan, 2008).

Anksiyete ve öfke arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarda, öfke ve anksiyetenin benzer özelliklere sahip olduğu bulgulanmış, Russell ve Mehrabian (1974) çalışmalarında her iki duygunun da yüksek uyarılma ve düşük memnuniyet (pleasure) düzeylerini içerdiğini; öfkenin daha baskın duygu ve davranışlar içerirken, anksiyetenin ise daha çok pasif duygu ve davranışları içerdiğini bulgulamışlardır (Uzun, 2008).

Cummings, Vogel, Cummings, & Sheikh (1989)'in, yetişkinlerin öfke ifade tarzları ve öfkeli iletişiminin çocuklar üzerindeki etkisini ve çocuklarının bu davranışlara tepkilerini inceledikleri çalışmalarında; 63 kişilik örneklem grubundan elde edilen sonuçlarda, yetişkinlerin öfkeli etkileşimlerinin çocuklarda stres ve öfke yarattığı, çocukların bu duruma olumsuz tepkiler gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, çocukların öfkeli etkileşimleri normal etkileşimden ayırt edebildikleri ve bu durumun nedenlerini anlamaya çalıştıklarını gözlemlemişlerdir (Yıldırım, 2006).

Milovchevich, Howels & Day (2001)'in 203 kadın, 158 erkek olmak üzere toplamda 368 kişi ile yaptıkları çalışmada cinsiyet, cinsiyet rolleri ile öfke yaşantıları arasındaki ilişki incelenmiş ve dört aşamalı bir değerlendirme kullanılmıştır. Çalışmada; Kendini Değerlendirme Envanteri ve cinsel rol kimliklerini ölçmek amacıyla 40 karakteristik cinsiyet rolünü tanımlayan likert tipi bir ölçek kullanılmıştır. Elde edilen bulgularda, cinsiyet yerine cinsiyet rol kimliğinin sürekli öfke düzeyi ve öfkenin ifade tarzları ile ilişkili olduğu, erkeksi cinsiyet rolünün, öfkeyi ifade etme ve dışa yöneltmede kadınsı cinsiyet rolüne göre daha fazla eğilimli olduğu görülmüştür (Yıldırım, 2006).

Tavris (1982) 'in öfkeyle ilgili laboratuvar çalışmalarında öfkenin kan basıncında, kas gerginliğinde, galvanik deri tepkisinde artışa, kalp atışında ise azalmaya neden olduğu bulgulanmıştır. Adrenalin ve noradrenalin hormonlarının bileşimi öfke belirtilerine yol açmaktadır. Bahsedilen hormonlardan adrenalin;

vücudu tehlikeye karşı cevap vermeye hazırlarken, noradrenalin yine adrenalinin başka bir salgısı olduğu, her iki hormonunda sempatik sinir sistemini uyardığı, organları aktif hale getirdiği belirtilmektedir. Dolayısıyla, birey öfkelenildiğinde savunma pozisyonuna geçmekte ve fizyolojik olarak bir takım değişimler meydana gelmektedir. Örneğin; daha fazla enerji için daha fazla şeker yıkımı yapılmaktadır. Öfke dışarı boşaltılamadığı takdirde baş ve mide ağrıları, cilt rahatsızlıkları, cinsel problemler gibi fizyolojik rahatsızlıklar ortaya çıkmaktadır (Madow,1972; akt: Güleç, 2002).

Phillips, Henry, Hosie ve Milne (2006)'ın çalışmalarında yaşla (18-88 yaş arası) birlikte öfke tepkisi incelenmiş, yaşlı bireylerin öfkelerini daha az şiddetle dışa vurdukları, içsel olarak öfkelerini kontrol etmeye çalıştıkları ve sakinleşme stratejileri daha sık kullandıkları görülmüştür. Yine aynı çalışmada araştırmacılar; yaşlı bireylerin iyilik hallerinin daha iyi düzeyde olduğunu ve bu durumun en azından bir nedeninin ise öfkeyi etkili biçimde kontrol etme ile ilintili olduğunu vurgulamışlardır. Benzer biçimde ülkemizde de ileri yaşlarda öfke yaşantılarında ve tepkilerinde belirgin bir azalmanın olduğu ve sakin davranış örüntülerinin arttığını bildirilmektedir.

Öfkenin, somatizasyon gelişiminde önemli bir faktör olduğu belirtilmiş, Koh (2003) 'un öfke ifade tarzları ve somatik belirtiler arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmasında, içe dönük öfkenin, daha çok psikosomatik bozukluklarda, somatoform bozukluklarda ve kaygı bozukluklarında; öfke dışavurumunun ise depresif bozukluklardaki somatizasyonla anlamlı ilişkiler olduğu bulgulanmıştır (Karslı, 2008).

Öfke, bireyin bilgi işleme sürecinden de etkilendiği belirtilmektedir. Özer(1998) 'e göre, bireylerin bu olaylarla ilgili yerleşmiş inançları, yorumları, değerlendirme kalıpları ve bunlardan türetilen düşünceleri öfke, korku, tedirginlik

gibi duygularının nedeni olarak gösterilmektedir. Genellikle öfkeli insanlarda, normal öfke seviyesini abartan bir bilişsel bilgi sürecinin olduğunu belirtilmektedir (Cogner ve ark., 2003). Benzer biçimde, Berkowitz (1990), bireyin sahip olduğu mantıklı ve mantık dışı inanışları, geçmiş yaşantıları ve olayla ilgili çağrışımları öfke tepkisinin ne şekilde ve nasıl olacağını belirtmektedir (akt: Danışık, 2005).

2.12.2. Ülkemizde Yapılan Araştırmalar

Batıgün (2002)'ün 13-62 yaş arası 619 bireyle yaptığı çalışmasında, 13-24 yaş arasındaki bireylerin diğer yaş gruplarına oranla öfke alt ölçeklerinden daha yüksek puanlar aldıklarını bulgulanmıştır.

Güngör (1996)'ün çalışmasında; sosyal destek, negatif yaşam olayları, öfkenin ifade ediliş biçimi, kendini suçlama ile fiziksel sağlık ve sosyal uyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Fiziksel sağlık ile sosyal uyumla ilgili değişkenlerin yordayıcılarını saptama ve aralarındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmada; fiziksel sağlık yordayıcısı değişkenlerin sosyal destek, negatif yaşam olayları ve kendini suçlama olduğunu ($p<.001$), sosyal uyumu yordayan değişkenlerin ise sosyal destek ve öfkenin ifade ediliş biçimi olduğu ($p<.001$) sonucu elde edilmiştir (Yazgan, 2007).

Özer (1994) yaptığı çalışmada; öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısını, öfke, kaygı ve depresif duygulanım eğilimlerinin temelinde yatan düşünce biçimlerini incelemek istemiş, örnekleme lise, üniversite ve yönetici gruplarından oluşan nörotik 225 kişi dahil etmiştir. Elde edilen sonuçlarda, kaygının bilişsel alt yapısında sadece “iyiliğe karşılık vermek gerekir” düşüncesinin yattığı, öfke duygusunun temelinde ise “başkalarının gözündeki kişilik değerinin düşmemesi için hata yapılmaması gerekir” gibi bir düşünce biçiminin olduğu belirlenmiştir. Depresif duygulanımın bilişsel alt yapısında ise, “kişinin başkalarının gözündeki

değere duyarlı olması ve onlara yük olmaması” gerektiğine ilişkin bir düşünce biçiminin olduğu görülmüştür. “Kişinin kendisini ispatlaması gerektiği, başkalarının kişinin mutluluğunu engellediği ve ilişkilerin planlandığı gibi yürümesi” gerektiğine ilişkin düşünce biçimlerinin hem kaygı ve hem de depresif duygulanımların yanı sıra öfke bilişsel alt yapılarında da varolduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Karagüven (1997) ‘in dokuz adet Türk ve iki adet İngiliz tekstil fabrikasında iş kazaları ile öfke, kaygı, stres ve eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptığı çalışmada; eğitim ve stres düzeyi ile kaza yapmaya eğilimli olmanın, iş kazası geçirme durumunu etkilediğini, kaygı öfke, sürekli öfke ve öfke davranışları ile iş kazaları arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (akt: Yazgan, 2007).

Balkaya ve Şahin (2003), 14- 50 yaş arasında değişen 756 kişilik örneklem grubuna uyguladıkları “Çok Boyutlu Öfke Ölçeği” geliştirme çalışmada; ölçek boyutlarından bazılarının verdikleri bilgilerde, öfke ile ilgili değişkenler ve duygular hakkında ipuçları verdiği görülmüştür. Buna göre, Öfke Belirtileri alt boyutunda, cinsiyet arasında farklılaşmanın olmadığı, Öfke ile İlgili Davranışlar alt boyutunda ise, erkeklerde saldırganlık düzeylerinin kadınlara oranla daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Öfke ile İlgili Düşünceler alt boyutunda, öfkenin kaygı, depresyon, düşmanlık, olumsuz benlik, somatizasyon ve intihar eğilimi ile aralarında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu, ayrıca “Ciddiye Alınmama” alt ölçeği hariç, diğer tüm boyutlarda yaş değişkeninin öfkeyi belirleyici bir faktör olduğu ve yaş ilerledikçe öfkede düşme yaşandığı bulgulanmıştır.

Pirim(2002)’in yeme bozukluklarının öfke tarzı üzerindeki etkilerini incelediği çalışmada, yeme bozuklukları tanısı almış olan ile bu tanıyı almamış olan iki grubu karşılaştırmış, elde edilen sonuçlarda yeme bozukluğu tanısı almış gruptakilerin öfkelerini ifade etmek yerine kontrol ederek bastırmayı tercih

ettiklerini, diğer grupta ise böyle bir duruma rastlanmadığı bulgulanmıştır (akt:Yazgan, 2007).

Özkamalı (2005) çalışmasında, kamu veya özel sektöre ait kurumlarda çalışan 20–30 yaş grubu bireylerin cinsiyet ve öğrenim düzeyleri ile sürekli öfke, öfkeyi içte tutma, öfkeyi dışa vurma ve öfkeyi kontrol etme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş, elde edilen bulgularda cinsiyete bakımından erkeklerin kadınlara göre anlamlı olarak öfkelerini daha fazla kontrol edebildikleri, öğrenim düzeylerine göre ise ilkokul ve ortaokul mezunlarının anlamlı olarak lise, üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre sürekli öfke düzeylerinin daha yüksek olduğu, ilkokul mezunu bireylerin diğer bireylere göre öfkelerinin içte tutma ve öfkelerini dışa vurma düzeylerinin yüksek olduğunu görülmüştür (akt: Yıldız, 2008).

Cömert (2004), klinik çalışmalarda, depresyon tanısı almış bireylerde, anksiyete ile sürekli öfke arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu; tanı almamış grupta ise anksiyete ile öfkenin içte tutulması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgulanmıştır. Depresyon tanısı almış hastaların, depresyon bozukluğu almamış gruba oranla daha öfkeli oldukları ve öfkelerini daha fazla içte tuttukları görülmüştür (akt: Akmaz, 2009).

BÖLÜM III

3.1. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

3.1.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada evli bireylerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığının incelenmesidir. Bu çalışmada yöntemsel olarak, Karasar (1999)' ın iki ya da daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan model olarak ifade ettiği ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmadaki değişkenler ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki inceleneceğinden ötürü araştırma, betimsel bir nitelik de taşımaktadır.

3.1.2. Evren ve Örneklem

Araştırmada, soruları cevaplamak ve ihtiyaç duyulan ölçümlerin elde edildiği canlı ya da cansız varlıklardan oluşan grup; evren olarak tanımlanmıştır. Yapılacak bir araştırmada iki tür evrenden söz edilmektedir, bunlar: hedef evren ve ulaşılabilir evren kavramlarıdır. Hedef evren, ulaşılması imkansız ve ideal olanı temsil etmekte; ulaşılabilir evren ise araştırmacının gerçekçi ve ulaşılabilir seçimi olarak değerlendirilmektedir (Büyüköztürk, 2008). Araştırmanın sonuçlarının geçerli

olacağı, yorumlanacağı olan evren için bu araştırma kapsamında hedef evren Türkiye’ de yaşayan evli bireyler olarak tasarlanmış, ulaşılabilir evren ise İzmir ilinde yaşayan evli bireyler olarak belirlenmiştir.

Örneklem ise evrenin sınırlı bir parçası olarak tanımlanmaktadır. Örneklem seçkisiz (random, tesadüfi) ve seçkisiz olmayan olarak belirlenmektedir (Büyüköztürk, 2008). Bu araştırmanın örneklemini, ulaşılabilir evrenden seçkisiz (random) olarak oluşturulmuştur. Bu örnekleme türünde, örnekleme dahil edilen birey ya da objelerin yerine başka bir birey ya da obje koymadan örneklemin çekilmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu yöntem; örneklem sürecindeki herhangi bir aşamada bireylerin seçilme şansları eşit ise yeterli bir yöntem olarak kabul edilmektedir (Aziz, 2003).

İlişkisel tarama niteliğindeki bu çalışmanın örneklemini İzmir’de ikamet eden, aralarında resmi nikah bulunan ve birlikte yaşayan 120 evli çift toplamda 240 kişi olması planlanmış ancak uygulama sırasında geçersiz sayılan ölçek uygulamaları nedeniyle 216 evli birey (108 kadın ve 108 erkek) üzerinden analiz edilmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada evli bireylerin evlilik uyumu düzeylerini ölçmek için Evlilik Uyumu Ölçeği, sürekli öfke ve öfke ifade düzeylerini ölçmek için ise Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği kullanılacak olup, örnekleme giren evli bireyleri çeşitli yönleri ile tanımak için Kişisel Bilgi Formu kullanılacaktır. Veri toplama araçlarına ait ayrıntılı bilgiler aşağıda verilmiştir.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu bu araştırma için düzenlenmiş olup, 15 sorudan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu kişinin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, evlilik süresi, sahip olunan çocuk sayısı, meslek grubu, eğitim düzeyi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, aile tipi, bir işte çalışıp çalışmama, algılanan ekonomik durum, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök ailelerden kaynaklanan iletişim problemi sıklığı ve çevredeki diğer bireylerle olan iletişimin değerlendirilmesine yönelik demografik bilgileri içermektedir. Kişisel bilgi formu Ek 4’de sunulmuştur.

3.2.2. Sürekli Öfke- Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ)

Sürekli Öfke (SL-ÖFKE) ölçeği ile ilgili çalışmalar Charles D. Spielberger ve grubu tarafından 1980 ‘li yıllarda başlatılmış, sonraki yıllarda (1985-1988) öfkenin ne şekilde ifade edildiğinin de araştırılmasının önemli olduğu ortaya konularak Öfke İfade Tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçeği de geliştirilmiştir.

SL-ÖFKE ölçeğinin yönergesi kişinin kendisini genelde nasıl hissettiğini, ÖFKE-TARZ ölçeğinde ise; genelde sözü edilen davranışı ne sıklıkla yaptığını belirtmesi istenmektedir. ÖFKE-TARZ ölçeğinde maddeler İngilizce orijinaline bağlı kalınarak rastgele bir dağılıma göre sıralanmışlardır. Ölçeklerdeki her bir madde düz olmakla birlikte, maddeler öfkenin yokluğundan değil, varlığından hareketle ölçüm yapmaktadır. Tepkilerin verilmesinde likert tipi puanlama yapılmış “ Hemen Hiçbir Zaman” (1); “Bazen” (2); “Çoğu Zaman” (3) ve “Hemen Her Zaman” (4) puan verilmiştir (Özer, 1994).

Öfke duygusu ve ifadesini ölçen, bir kendini değerlendirme ölçeği özelliği taşımaktadır (Erdem ve diğ., 2005).

SL-ÖFKE ve ÖFKE-TARZ ölçeklerinin Türkçe'ye çeviri çalışması iki aşamada gerçekleşmiştir. İlk aşamada, ölçek maddeleri Türkçe ve İngilizce dillerine eşdeğerde hakim beş psikologa verilmiş, her bir psikologdan ölçek maddelerini, içeriğini en iyi biçimde yansıtacak ölçüde Türkçeye çevirmeleri istenmiştir. Her bir maddenin İngilizce orijinalinin altına hakemlerce elde edilen seçenekler sıralanmıştır. Bu biçimde oluşturulan ölçekler, ikinci aşamada yine her iki dile hakim 25 kişilik başka bir gruba verilmiş, gruptaki her bir bireyden İngilizce maddeleri okumaları ve Türkçe çevirileri arasından, anlamı en iyi yansıtan ifadeyi işaretlemeleri istenmiştir (Özer; 1994).

SL-ÖFKE ve ÖFKE-TARZ ölçekleri ilk olarak üniversite (52), lise son (53), hemşirelik meslek lisesi (113) öğrencilerine, yöneticilere (78) ve psikolojik danışma için başvuruda bulunan “nörotik gruba” uygulanmış sonrasında ise gerekli düzeltmeler yapılarak 81 hipertansiyon hasta grubuna daha uygulanarak kavram geçerliği araştırılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılıkla ilgili değerlerinin de kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmektedir. Güvenirlik çalışmasına yönelik yapılan çeşitli örneklemeler yönelik çalışmalarda SL-ÖFKE ölçeğinin alfa değerlerinin .67 ile .92 arasında olduğu görülmüştür. ÖFKE-TARZ ölçeğine ait 3 alt ölçekteki alfa değerleri ise ÖFKE-KONTROL için; .80 ile .90, ÖFKE-DİŞA için .69 ile .91, ÖFKE-İÇTE alt ölçeğinin alfa boyutu ise .58 ile .76 arasında bulunmuştur (Özer; 1994).

Ölçeğe yönelik bir başka güvenirlik çalışması da Kısaç (1997) tarafından yapılmıştır. “Testin Tekrarı” yöntemine göre yapılan bu güvenirlik çalışmasında, ölçek dört hafta arayla aynı örneklem grubuna iki defa uygulanmıştır. Her iki uygulamadan elde edilen sonuçlar arasındaki ilişkinin derecesi analiz edilmiştir. Yapılan istatistiksel analizlerde SL-ÖFKE ölçeğinin güvenirlik katsayısı .72, öfke ifade biçimiyle ilgili alt ölçeklerden ÖFKE-DİŞA alt ölçeğinin güvenirlik katsayısı .72, ÖFKE-İÇE alt ölçeğinin .76 ve ÖFKE-KONTROL ölçeğinin ise .76 bulunmuştur (Ulutürk, 2006).

Geçerlik kapsamında SL-ÖFKE ve ÖFKE-TARZ ölçeklerinin, Sürekli Kaygı, Depresif Sıfatlar Listesi ile ve Öfke Envanteri ile korelasyonlarına bakılmış, elde edilen korelasyonlar .01 ve .001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ayrıca Sürekli Öfke ve Öfke Dışa Ölçekleri korelasyonları yüksek, ÖFKE-KONTROL ölçeği arasında da beklenen yönde ters ve yüksek korelasyon olduğu görülmüştür (Gürbüz, 2008).

Ölçek toplam 34 maddelik 4'lü likert tipi bir ölçek olup, ölçeğin ilk on maddesi SÜREKLİ ÖFKE (SL-ÖFKE) ölçeğine, geriye kalan 24 madde ise ÖFKE - TARZ ölçeğine ait maddeleri kapsamaktadır. SÜREKLİ ÖFKE; durumsal öfkenin genelde ne sıklıkta yaşandığını yansıtan bir kavram olarak ele alınmıştır. ÖFKE-TARZ ise ne şekilde ifade edildiğini ortaya koyan bir kavram olmakla birlikte alt ölçeklerinden ÖFKE-İÇE; hissedilen öfkenin bastırılarak içte tutulmasını, ÖFKE-DİŞA alt ölçeği öfkenin dışa vurumunu, ÖFKE-KONTROL ise öfkenin mantığa bürünme, bastırma ve inkar gibi savunmalarla kontrol edilmesini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Özer, 1994).

SÜREKLİ ÖFKE (SL-ÖFKE) ölçeğinden alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; ÖFKE-KONTROL alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini; ÖFKE-DİŞA alt ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin kolayca ifade ediliyor olduğunu ve ÖFKE-İÇE alt ölçeğindeki yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir (Savaşır ve Şahin 1997:71-72 akt; Yazgan, 2007).

ÖFKE-TARZ ölçeği; 8 maddelik ÖFKE-İÇTE, 8 maddelik ÖFKE-DİŞA ve 8 maddelik ÖFKE-KONTROL olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Aşağıda ilgili alt ölçeklere ait maddelere yer verilmiştir.

ÖFKE-İÇTE: 13,15,16,20,23,26,27 ve 31

ÖFKE-DİŞA: 12,17,19,22,24,29,32 ve 33

ÖFKE-KONTROL: 11,14,18,21,25,28,30 ve 34

Toplam puanlar ölçeklerde yer alan maddelere likert ölçeğinde verilen puanların toplamıyla elde edilmektedir. Ölçeklerden elde edilecek puanlar araştırma ve klinik tanılama amacıyla kullanıldıklarında ortalama ve standart sapmaların kullanılması uygun bulunmuştur (Özer, 1994).

Ölçek, normal kişilerde, psikolojik sorunu olanlarda, alkoliklerde, koroner hastalıkları olanlarda, kanser hastalarında, yüksek tansiyonu olanlarda kullanılmış ve normları oluşturulmuştur. Ölçeğin yorumlanmasında bu normlara başvurulmasının önemli olduğu belirtilmektedir (Spielberger ve Sydeman, 1994 akt; Gürbüz 2008).

3.2.3. Evlilik Uyumu Ölçeği (EUÖ)

Evlilikte Uyum Ölçeği, evlilik ilişkisinden alınan doyum düzeyini ve genel olarak evliliğin niteliğini ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir (Büyükşakin, 2004). Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal adı Locke ve Wallace Marital Adjustment Scale olup 1999 yılında Tutarel-Kışlak tarafından Türkçe'ye Evlilikte Uyum Ölçeği –EUÖ olarak uyarlanmıştır. Evlilik uyumunu ölçmek için geliştirilen ölçek 15 maddeden oluşmaktadır. EUÖ, genel bir uyum sorusu, olası anlaşma alanlarını ölçen sekiz soru ile çatışma çözme, bağlılık (cohesion) ve iletişimi ölçen altı soruyu içermektedir. Ölçeğin geçerliği ile ilgili olarak yapılan çalışmada, ölçeğin uyumlu ve uyumsuz grubu anlamlı olarak ayırdettiği anlaşılmıştır. Yapılan klinik görüşmelerde; uyumsuz olarak belirlenen grubun sadece %17'si, uyumlu grubun ise %96'sı evlilik uyumunu ifade eden 100 ve üzeri puan aldıkları bulgulanmıştır (Kışlak, 1997).

Hunt (1978) ise orijinal puanlamayı basit hale getirerek, toplam puanı 158 den 60'a indirmiş ve yapılan güvenirlik çalışması sonucu Locke ve Wallace 'ın orijinal testi (iç tutarlılık .90) ile aynı sonuçları elde etmiştir (kadınlar için $r = .92$, erkekler için $r = .94$). Ölçekteki puanlar uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmakta, buna göre en düşük uyumsuzluk puanı 1, en yüksek uyum puanı ise 60 olarak belirlenmiştir (Kışlak, 1997).

EUÖ ile ilgili olarak yapılan ön çalışmada, iki yarım güvenirlik değeri .67, iç tutarlılık değeri .80, Aile yapısını Değerlendirme Aracı: AYDA ile elde edilen ölçüt bağımlı geçerlik değeri .66 (kadınlarda: .76, erkeklerde: .54) olarak bulgulanmıştır. 15 maddenin madde toplam korelasyon değerleri ise istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (ranj= .22-.80, $p < .05$) (Kışlak, 1997).

Ölçeğin orijinalinin geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapıldığı örneklemede birbirleriyle evli olmayan 118 evli erkek ve 118 evli kadından oluşmuştur. Geçerlik çalışması için boşanmış, ayrı yaşayan ya da ya da evlilik terapisi gören 22 erkek ve 26 kadın ile yakınları tarafından uyumlu olarak tanımlanan 48 kişinin uyum puanları karşılaştırılmıştır. Ölçeğin uyumlu ve uyumsuz grubu anlamlı bir biçimde ayırt edebildiği görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur (Kışlak, 1999).

Ölçeğin değerlendirilmesinde Hunt'un puanlama sistemi dikkate alınmış sonrasında ise Freeston ve Plechaty 'nin önerileri doğrultusunda 10 ve 12. maddelerin puanlamasında değişikliğe gidilmiştir. Freeston ve Plechaty, çatışma çözümü ile ilgili olan 10. maddede, uyumsuzlukların erkeğin susması ile sonuçlanması durumunda daha düşük puan alınmasını uygun bulmamaktadırlar. 12. maddeyle ilgili olarak da Fredman ve Sherman tarafından "birlikte evde oturmaktansa, birlikte dışarıya çıkmak isteyen çiftler daha uyumsuz mu

olacaklardır?” sorusundan hareketle puanlama biçiminin değiştirilmesini önermişlerdir (Kışlak, 1999).

Ölçeğin maddelerine yönelik puanlamalarının Freeston ve Plechaty ‘nin düzenlediği şekilde yapılmasının uygun olduğu belirtilmekle birlikte, yeni puanlamaya göre, madde test korelasyonu tekrar hesaplanmış, 10. ve 12. maddelerin korelasyon değerleri anlamlı bulunmuştur (10. Madde: $r = .12$ ve 12. Madde: $r = .21$, $p < .05$). Ölçeğin iç tutarlık katsayı değeri ise değişmemiştir. Yeni puanlamaya göre, uyumlu ve uyumsuz evli kişilerin ayırt etmesini sağlayan puan değeri ise 43,5 olarak belirlenmiştir. Ölçek klinikte tanı koymak maksadıyla uygulandığında kişiler 43 puanın üzerinde puanlar almışlarsa evliliklerinde uyumlu, 43 ve altında puan almışlarsa evliliklerinde uyumsuz olarak değerlendirilebilir. Ölçek, araştırma amaçlı kullanıldığında gruplama yapılacak ise grup ortalaması yerine kesme noktasının kullanılmasının daha sağlıklı olacağı belirtilmektedir. Şayet araştırmada gruplama yapılmayacaksa toplam puanın dikkate alınması uygun olacaktır (Kışlak, 1999).

Maddelerin önerilenler doğrultusundaki puanlama sistemi aşağıda belirtilmiştir :

1. madde = 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 puan; **2 ile 9 arası maddeler** = 5, 4, 3, 2, 1, 0 puan; **10. madde** = 0, 0, 1 puan; **11. madde** = 3, 2, 1, 0 puan; **12. madde** = anlaşılmazlık: 0 puan dışarıda bir şeyler yapmak: 1 puan, evde oturmak: 1 puan; **13. madde** = 0, 1, 2, 3 puan; **14. madde** = 2, 1, 0 puan; **15. madde** = 0, 1, 2, 2 puandır. Ölçekten elde edilecek toplam puan 58 ‘dir.

Genel olarak Evlilikte Uyum Ölçeği kültürümüz için geçerli ve güvenilir bir ölçek olup, uyumu belirten 15 maddesiyle pratik olarak hızlı bir değerlendirme imkanı sunmaktadır. Ölçeğin bu özelliğinden ötürü evlilik üzerine yapılan çalışmalarda kullanılması önerilmektedir (Kışlak, 1999).

3.3. Verilerin Toplanması

Katılımcılara; Kişisel bilgi formu, Evlilik Uyumu Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nden oluşan test bataryası uygulanmıştır. Hazırlanan batarya; zarf içerisinde araştırmaya dahil edilen çiftlere verilmiş ve kapalı biçimde toplanmıştır. Zarf içerisindeki batarya çiftlere verilmeden önce, soruları birbirlerinden bağımsız olarak yanıtlamaları ve yanıtlar üzerinde tartışmamaları konusunda gerekli bilgilendirme hem sözel hem yazılı biçimde (zarfın ön yüzüne eklenerek) yapılmıştır. Araştırmaya katılım, gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir.

3.4. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için SPSS paket programının 15.0 versiyonu kullanılmıştır. Sürekli öfke- Öfke ifade tarzı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler ile sosyodemografik değişkenler (yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı, algılanan ekonomik düzey..vb.) açısından farklılaşmanın olup olmadığı ise t-Testi ve Varyans Analizi yöntemleri kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Yapılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyete, yaşa, meslek grubuna, eğitim düzeyine, evlilik sürelerine, evlenme yaşlarına, evlenme biçimlerine, sahip oldukları çocuk sayısına, evlilik sürecinde eşi ve çocuklar dışında evde başka bireylerin yaşama durumuna, algılanan ekonomik duruma, bir işte çalışıp çalışmama durumlarına, eşiyle olan iletişim biçimine, kök aile sorunlarının yaşanıp yaşanmamasına, çevredeki insanlarla olan ilişkinin niteliğine ve tanısı konmuş ruhsal bir hastalığının olup olmamasına göre dağılımları Tablo 1, Tablo 2, Tablo 3, Tablo 4, Tablo 5, Tablo 6, Tablo 7, Tablo 8, Tablo 9, Tablo 10, Tablo 11, Tablo 12, Tablo 13, Tablo 14 ve Tablo 15’de sunulmuştur.

Tablo 1. Örneklemenin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	n	%	Birikimli %
Kadın	108	50.0	50.0
Erkek	108	50.0	100
Toplam	216	100	100

Tablo 1’de görüldüğü üzere araştırma örnekleminin % 50’si kadınlardan, % 50 ise erkek katılımcılardan oluşmaktadır.

Tablo 2. Örneklemin Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	K		E	
	n	%	n	%
18- 24 yaş	3	2.8	1	0.9
25-30 yaş	33	30.6	18	16.7
31-45 yaş	55	50.9	66	61.1
45-59 yaş	14	13.0	17	15.7
60 yaş ve üstü	3	2.8	6	5.6
Toplam	108	100	108	100

Tablo 2’ de görüldüğü üzere, 18-24 yaş aralığındaki örneklemin % 2.8’i kadınlardan, % 0.9’u erkeklerden; 25-30 yaş aralığındaki örneklemin %30,6’sı kadınlardan, %16.7’si erkeklerden; 31-45 yaş aralığındaki örneklemin % 50,9’u kadınlardan, %61.1’i erkeklerden; 45-59 yaş aralığındaki örneklemin %13.0’ü kadınlardan, %15.7’si erkeklerden; 60 yaş ve üstü aralığındaki örneklemin %2.8’si kadınlardan, %5.6’sı ise erkeklerden oluşmaktadır.

Tablo 3. Örneklemin Mesleklere Göre Dağılımı

Meslek	K		E	
	n	%	n	%
Özel Sektör	39	36.1	74	68.5
Ev hanımı	36	33.3	0	0
Devlet Memuru	29	26.9	19	17.6
Emekli	4	3.7	15	13.9
Toplam	108	100	108	100

Tablo 3’de görüldüğü üzere, özel sektörde çalışan kadınlar örneklemin %36.1’ini, erkekler %68.5’ini; ev hanımı olan kadınlar örneklemin %33.3’ünü, erkekler %0’ını; devlet memuru olan kadınlar örneklemin %26.9’unu, erkekler %17.6’sını ve emekli olan kadınlar %3.7’sini, erkekler ise %13.9’unu oluşturmaktadır.

Tablo 4. Örneklemin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Eğitim	K		E	
	n	%	n	%
Okur yazar	0	0	2	1.9
İlköğretim	21	19.4	20	18.4
Lise	31	28.7	32	29.6
Üniversite	48	44.4	44	40.7
Lisans üstü	8	7.4	10	9.3
Toplam	108	100	108	100

Tablo 4’de görüldüğü üzere; okur-yazar düzeydeki kadınlar örneklemin %0’ını, erkekler %1.9’unu; ilköğretim mezunu kadınlar örneklemin %19.4’ünü, erkekler %18.4’ünü; lise mezunu kadınlar örneklemin %28.7’sini, erkekler %29.6’sını; üniversite mezunu kadınlar örneklemin %44.4’ünü, erkekler %40.7’sini; lisansüstü kadınlar örneklemin %7.4’ünü ve erkekler ise %9.3’ünü oluşturmaktadır.

Tablo 5. Örneklemin Evlenme Yaşına Göre Dağılımı

Evlenme Yaşı	K		E	
	n	%	n	%
20 yaş ve altı	15	13.9	2	1.9
20-30 yaş	81	75.0	81	75.0
31-40 yaş	12	11.1	24	22.2
41 yaş ve sonrası	0	0.0	1	0.9
Toplam	108	100	108	100

Tablo 5’de görüldüğü üzere 20 yaş ve altında evlenen kadınlar örneklemin %13.9’unu, erkekler %1.9’unu; 20-30 yaş arasında evlenen kadınlar örneklemin %75’ini, erkekler %75’ini; 31-40 yaş arasında evlenen kadınlar örneklemin %11.1’sını, erkekler %22.2’sini; 41 yaş ve sonrasında evlenen kadınlar örneklemin %0’ını ve erkekler ise %0.9’unu oluşturmaktadır.

Tablo 6. Örneklemin Evlilik Sürelerine Göre Dağılımı

Evlilik süresi	K		E	
	n	%	n	%
1-5 yıl arası	39	36.1	40	37.0
6-10 yıl arası	27	25.0	26	24.1
11-15 yıl arası	13	12.0	14	13.0
16-20 yıl arası	4	3.7	4	3.7
21 yıl ve üstü	25	23.1	24	22,4
Toplam	108	100	108	100

Tablo 6’da görüldüğü üzere; 1-5 yıl arası evli olan kadınlar örneklemin % 36.1’sını, erkekler, %37’sini; 6-10 yıl arası evli olan kadınlar örneklemin %25’ini, erkekler %24.1’ünü; 11-15 yıl arası evli olan kadınlar örneklemin %12’sini, erkekler %13’ünü; 16-20 yıl arası evli olan kadınlar örneklemin % 3.7’sini, erkekler % 3.7’ünü; 21 yıl ve üstü evli olan kadınlar örneklemin %23.1’ünü ve erkekler ise % 22.4’ünü oluşturmaktadır.

Tablo 7. Örneklemin Evlenme Biçimine Göre Dağılımı

Evlenme Biçimi	K		E	
	n	%	n	%
Görücü Usulü	23	21.3	22	20.4
Anlaşarak	82	75.9	80	74.1
Zorla	0	0	1	0.9
Kaçarak	3	2.8	5	4.6
Toplam	108	100	108	100

Tablo 7’de görüldüğü üzere; görücü usulü evlenen kadınlar örneklemin % 21.3’ünü, erkekler % 20.4’ünü, anlaşarak evlenen kadınlar örneklemin % 75.9’unu, erkekler %74.1’ini; zorla evlenen kadınlar örneklemin % 0’ını, erkekler %0.9’unu; kaçarak evlenen kadınlar örneklemin %2.8’sini ve erkekler ise %4.6’sını oluşturmaktadır.

Tablo 8. Örneklemin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Dağılımı

Çocuk Sayısı	K		E	
	n	%	n	%
Yok	22	20.4	23	21.3
Bir Çocuk	46	42.6	46	42.6
İki Çocuk	34	31.5	33	30.6
Üç Çocuk	5	4.6	5	4.6
Daha fazla..	1	0.9	1	0.9
Toplam	108	100	108	100

Tablo 8’de görüldüğü üzere; çocuğu olmaya kadınlar örneklemin %20.4’unu, erkekler ise %21.3’ünü; tek çocuğu olan kadınlar örneklemin %42.6’sını, erkekler %42.6’sını; iki çocuğu olan kadınlar örneklemin %31.5’ini, erkekler %30.6’sını, üç çocuğu olan kadınlar örneklemin %4.6’sını, erkekler %4.6’sını; daha fazla çocuğu olan kadınlar örneklemin %0.9 ‘unu ve erkekler ise %0.9 ‘unu oluşturmaktadır.

Tablo 9. Örneklemin Evlilik Sürecinde Eş ve Çocuklar Dışında Evde Birlikte Yaşayan Kişi/Kişilere Göre Dağılımı

Birlikte Yaşama	K		E	
	n	%	n	%
Eşimin Ailesi	5	4.6	2	1.9
Eşimin Diğer Çocukları	1	0.9	0	0
Benim Ailem	4	3.7	5	4.6
Benim Diğer Çocuklarım	1	0.9	2	1.9
Diğer	97	89.8	99	91.7
Toplam	108	100	108	100

Tablo 9’da görüldüğü üzere; evlilik süresince eş ve çocuklarının dışında eşinin ailesiyle yaşayan kadınlar örneklemin %4.6’sını, erkekler %1.9’unu; eşinin diğer çocuklarıyla yaşayan kadınlar örneklemin %0.9’unu, erkekler %0’ını; kendi ailesiyle yaşayan kadınlar örneklemin % 3.7’sini, erkekler %4.6’sını; kendisine ait diğer çocuklarıyla yaşayan kadınlar örneklemin %0.9’unu, erkekler %1.9’unu, diğer koşullar için kadınlar örneklemin %89.8’unu ve erkekler ise %91.7’ini oluşturmaktadır.

Tablo 10. Örneklemen Bir İşte Çalışma Durumuna Göre Dağılımı

Çalışma Durumu	K		E	
	n	%	n	%
Çalışıyor	63	58.3	89	82.4
Çalışmıyor	39	36.1	3	3.8
Emekli	6	5.6	16	14.8
Toplam	108	100	108	100

Tablo 10’da görüldüğü üzere bir işte çalışan kadınlar örneklemen %58.3’ünü, erkekler %82.4’ünü; çalışmayan kadınlar örneklemen %36.1’sını, erkekler % 3.8’ini, emekli olan kadınlar örneklemen % 5.6’sını ve erkekler ise % 14.8 ‘ini oluşturmaktadır.

Tablo 11. Örneklemen Algılanan Ekonomik Duruma Göre Dağılımı

Ekonomik Durum	K		E	
	n	%	n	%
Yoksul	1	0.9	4	3.7
Ortanın altı	10	9.3	10	9.3
Orta	82	75.9	76	70.4
Ortanın üstü	14	13.0	18	16.7
Zengin	1	0.9	0	0
Toplam	108	100	108	100

Tablo 11 ‘de görüldüğü üzere; ekonomik durumunu yoksul olarak algılayan kadınlar örneklemen %0.9’unu, erkekler %3.7’sini; ortanın altı olarak algılayan kadınlar örneklemen %9.3’ünü, erkekler %9.3’ünü; orta düzey olarak algılayan kadınlar örneklemen %75.9’unu, erkekler 70,4’ünü; ortanın üstü olarak algılayan kadınlar örneklemen %13’ünü, erkekler 16.7’sini; zengin olarak algılayan kadınlar örneklemen %0.9’unu ve erkekler ise %0 ‘ını oluşturmaktadır.

Tablo 12. Örneklemin Eşiyle İletişim Kurmada Yaşanan Zorluklara Göre Dağılımı

İletişimde zorluk	K		E	
	n	%	n	%
Sık sık	8	7.4	4	3.7
Arada sırada	57	52.8	43	39.8
Çok seyrek	28	25.9	33	30.6
Hiçbir zaman	15	13.9	28	25.9
Toplam	108	100	108	100

Tablo 12’ de görüldüğü üzere; iletişimde eşiyle sık sık zorluk yaşayan kadınlar örneklemin %7.4’ünü, erkekler % 3.7’sini; arada sırada zorluk yaşayan kadınlar örneklemin %52.8’ini, erkekler % 39.8’ini; çok seyrek zorluk yaşayan kadınlar örneklemin % 25.9’unu, erkekler %30.6’sını; hiç zorluk yaşamayan kadınlar örneklemin %13.9’unu ve erkekler ise %25.9’unu oluşturmaktadır.

Tablo 13. Örneklemin Evliliklerinde Kök Aileden Kaynaklı Problemlere Yönelik Dağılımı

Kök aile sorunları	K		E	
	n	%	n	%
Sık sık	10	9.3	5	4.6
Arada sırada	35	32.4	26	24.1
Çok seyrek	36	33.3	30	27.8
Hiçbir zaman	27	25.0	47	43.5
Toplam	108	100	108	100

Tablo 13’de görüldüğü üzere; kök ailelerden kaynaklı evliliğinde sık sık problem yaşayan kadınlar örneklemin %9.3’ünü, erkekler %4.6’sını; arada sırada

problem yaşayan kadınlar örneklemin %32.4'ünü, erkekler %24.1'sini; çok seyrek problem yaşayan kadınlar örneklemin %33.3'ünü, erkekler %27.8'ini; hiç problem yaşamayan kadınlar örneklemin %25'ini, erkekler ise %43.5 'ini oluşturmaktadır.

Tablo 14. Örneklemin Diğer İnsanlarla Olan İlişkisinin Dağılımı

İlişki	K		E	
	n	%	n	%
İyi	90	83.3	86	79.6
Orta	18	16.7	22	20.4
Kötü	0	0	0	0
Kararsız	0	0	0	0
Toplam	108	100	108	100

Tablo 14' de görüldüğü üzere; çevredeki diğer insanlarla ilişkisini iyi düzeyde değerlendiren kadınlar örneklemin %83.3'ünü, erkekler % 79.6'sını; orta düzeyde değerlendiren kadınlar örneklemin % 16.7'sini, erkekler ise % 20.4' ünü oluşturmaktadır. Örnekleimde çevresiyle iletişimini kötü ya da kararsız değerlendiren kadın ve erkekler ise %0 'dır

Tablo 15. Örneklemin Tanısı Konmuş Ruhsal Bir Hastalığı Olup Olmamasına İlişkin Dağılımı

	K		E	
	n	%	n	%
Tanısı Konmuş Ruhsal Hastalık				
Evet	5	4.6	4	3.7
Hayır	103	95.4	104	96.3
Toplam	108	100	108	100

Tablo 15'de görüldüğü üzere; tanısı konmuş ruhsal hastalığı olan kadınlar %4.6'sını, erkekler %3.7'ünü; tanısı konmuş ruhsal hastalığı bulunmayan kadınlar %95.4'ünü ve erkekler ise %96.3'ünü oluşturmaktadır.

4.2. Evlilik Uyumu Ölçeği ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puanı ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeğinin alt ölçekleri toplam puanları arasında önemli düzeyde ilişkiler olduğu saptanmıştır ($p<0.001$). Ölçek toplam puanları ile alt ölçekler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16. Ölçek Toplam Puanlar ile Alt Ölçekler Arasındaki Korelasyon

ÖLÇEKLER	SL-Ö	Öİ	ÖD	ÖK	EU
SL-Ö	1	,353(**)	,637(**)	-,550(**)	-,176(**)
Öİ		-	,273(**)	-,073(**)	-,231(**)
ÖD			-	-,512(**)	-,220(**)
ÖK				-	,187(**)
EU					-

** $p<.01$

Not: SL-Ö=Sürekli Öfke Ölçeği Toplam Puan, Öİ=Öfke İçer Alt Ölçeği Toplam Puan, ÖD=Öfke Dışa Ölçeği Alt Toplam Puan, ÖK= Öfke Kontrol Alt Ölçeği Toplam Puan, EU=Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puan

Sürekli Öfke Ölçeği'nden alınan puanlar ile Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasındaki korelasyon Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Sürekli Öfke Ölçeği'nden alınan puanlar ile Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasında negatif yönde ($r= -0.176$, $p<.01$); Öfke İçer alt ölçeğinden alınan puanlar ile Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasında negatif yönde ($r=-0,231$, $p<.01$); Öfke Dışa alt ölçeğinden alınan puanlar ile Evlilik Uyumu Ölçeğinden alınan puanlar arasında negatif yönde ($r=-0,220$, $p<.01$) ve Öfke kontrol alt ölçeği puanları ile Evlilik Uyumu Ölçeği puanları arasında ise pozitif yönde ($r=0.187$, $p<.01$) anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmektedir.

4.3. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin alt ölçek puan ortalamalarının cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik yapılan t-testi analizlerinde, 'sürekli öfke', 'öfke içe' ve 'öfke kontrol' alt ölçeklerinde farklılaşma görülmezken, 'öfke dışı' alt ölçeği puan ortalamalarında cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu belirlenmiştir.

Tablo 17.1. Öfke Dışa Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

Ö.D. Alt Ölçek	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	108	14.55	3.22	214	-2.07	.04*
Erkek	108	15.67	4.60			

$p < .05$

Tablo 17. 1'de görüldüğü üzere; *Öfke Dışa* alt ölçeği puan ortalamalarında; erkeklerin ortalamalarının ($\bar{x} = 15,67$, $ss = 4,61$), kadınların ortalamasından ($\bar{x} = 14,55$, $ss = 3,22$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır, [$t_{(214)} = -2,070$; $p < .05$]. Cinsiyete göre Öfke Dışa alt ölçeği puan ortalamaları Grafik 1'de gösterilmiştir.



Grafik 1.1. Cinsiyete Göre Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamaları

Tablo 17.2. Öfke İçer Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

Ö.İ. Alt Ölçek	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	108	16.31	3.53	214	-.04	.96
Erkek	108	16.33	3.09			

Tablo 17.2’de görüldüğü üzere; *Öfke İçer* alt ölçeği puan ortalamalarında; erkeklerin ortalamaları ile ($\bar{x}=16,33$, $ss=3,09$) kadınların ortalamaları ($\bar{x}=16,31$, $ss=3,53$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır, [$t_{(214)} = -.041$; $p>0.05$].

Tablo 17.3. Öfke Kontrol Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

Ö.K. Alt Ölçek	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	108	23.01	4.54	214	1.29	.19
Erkek	108	22.15	5.20			

Tablo 17.3’de görüldüğü üzere; *Öfke Kontrol* alt ölçeği puan ortalamalarında; erkeklerin ortalamaları ($\bar{x}=22,15$, $ss=5,20$) ile kadınların ortalamaları ($\bar{x}=23,01$, $ss=4,54$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır [$t_{(214)} = 1.294$; $p>.05$].

Tablo 17.4. Sürekli Öfke Alt Ölçeğinin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

SL.Ö. Alt Ölçek	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	108	19.30	4.71	214	-1.05	.29
Erkek	108	20.05	5.72			

Tablo 17.4’de görüldüğü üzere; *Sürekli Öfke* Ölçeği puan ortalamalarında; erkeklerin ortalamaları ($\bar{x}=20,5$ ss=5,72) ile kadınların ortalamaları ($\bar{x}=19,30$, ss=4,71) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır [$t_{(214)}=-1.051$; $p>.05$].

Yaş gruplarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçeklerin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Yaş gruplarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 18.1’de sunulmuştur.

Tablo 18.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanlar İle Yaş Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	18-24 yaş	4	14.75	4.11
	25-30 yaş	51	16.78	3.64
	31-45 yaş	121	16.20	3.19
	45-59 yaş	31	16.39	3.13
	60 yaş ve üstü	9	15.89	3.48
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	18-24 yaş	4	22.50	4.35
	25-30 yaş	51	22.53	4.81
	31-45 yaş	121	22.63	4.75
	45-59 yaş	31	22.81	5.51
	60 yaş ve üstü	9	21.44	6.12
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö Top.Puan	18-24 yaş	4	20.00	4.69
	25-30 yaş	51	20.43	4.91
	31-45 yaş	121	19.00	4.99
	45-59 yaş	31	20.48	6.28
	60 yaş ve üstü	9	21.44	6.40
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	18-24 yaş	4	14.50	2.51
	25-30 yaş	51	15.06	3.46
	31-45 yaş	121	15.02	4.06
	45-59 yaş	31	15.48	4.07
	60 yaş ve üstü	9	15.44	6.61
	T	216	15.11	4.00

Tablo 18.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin yaş gruplarına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 18.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Yaş Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	24.45	4	6.11	.55	.69
	Gruplariçi	2332.86	211	11.05		
	T	2357.315	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	13.631	4	3.40	1.40	.96
	Gruplariçi	5141.03	211	24.36		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	133.188	4	33.29	1.21	.30
	Gruplariçi	5784.474	211	27.41		
	T	5917.662	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	7.83	1	1.95	.120	.97
	Gruplariçi	3444.71	211	16.32		
	T	3452.55	215			

Tablo 18.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların yaşlarına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılaşma belirlenmemektedir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(4, 215)} = 0.553$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(4, 215)} = .12$; $p > .05$], *Öfke Kontrol* [$F_{(4, 215)} = 1.40$; $p > .05$] ve *Sürekli Öfke* için [$F_{(4, 215)} = 1.21$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Eğitim düzeyine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçeklerin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Eğitim düzeyine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 19.1’de sunulmuştur.

Tablo 19.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanlar İle Eğitim Düzeyi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
SLÖ Top.Puan	Okur-yazar	2	23.50	6.36
	İlköğretim	41	20.51	5.69
	Lise	63	19.98	5.44
	Üniversite	92	19.61	4.99
	YL/Doktora	18	16.56	3.66
	T	216	19.67	5.24
Ö.İ. Top.Puan	Okur-yazar	2	19.00	5.65
	İlköğretim	41	16.56	3.24
	Lise	63	16.35	3.91
	Üniversite	92	16.23	2.90
	YL/Doktora	18	15.89	3.12
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	Okur-yazar	2	17.00	4.24
	İlköğretim	41	22.41	5.27
	Lise	63	21.67	4.81
	Üniversite	92	22.90	4.91
	YL/Doktora	18	25.11	2.90
	T	216	22.58	4.89
Ö.D. Top.Puan	Okur-yazar	2	22.00	9.89
	İlköğretim	41	15.10	4.23
	Lise	63	15.40	4.14
	Üniversite	92	14.80	3.26
	YL/Doktora	18	14.89	5.36
	T	216	15.11	4.00

Tablo 19.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin eğitim düzeyine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 19.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Eğitim Düzeylerine Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	20.91	4	5.22	.47	.75
	Gruplariçi	2336.39	211	11.07		
	T	2357.31	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	109.60	4	27.40	1.73	.14
	Gruplariçi	3342.94	211	15.84		
	T	3452.55	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	240.81	4	60.20	2.58	.03*
	Gruplariçi	4913.84	211	23.28		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	239.57	4	59.89	2.22	.06
	Gruplariçi	5678.08	211	26.91		
	T	5917.66	215			

* p<.05

Tablo 19.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların eğitim düzeylerine göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmemektedir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(4, 215)} = 0.472$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(4, 215)} = 1.730$; $p > .05$] ve *Sürekli Öfke* için [$F_{(4, 215)} = 2.22$; $p > .05$] olduğu görülmüştür. *Öfke Kontrol* alt ölçeğinde anlamlı bir farklılaşmanın olduğu [$F_{(4, 215)} = 2.58$; $p < .05$] saptanmış ancak hangi eğitim grupları arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.

Meslek gruplarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçeklerin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Meslek gruplarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 20.1’de sunulmuştur.

Tablo 20.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanlar İle Meslek Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan			
Özel Sektör	113	16.41	3.15
Ev Hanımı	36	16.61	3.98
Devlet Memuru	48	16.23	3.22
Emekli	19	15.53	3.16
T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan			
Özel Sektör	113	22.29	4.77
Ev Hanımı	36	22.83	4.96
Devlet Memuru	48	24.00	4.65
Emekli	19	20.21	5.28
T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan			
Özel Sektör	113	19.94	5.35
Ev Hanımı	36	19.72	4.43
Devlet Memuru	48	17.85	4.50
Emekli	19	22.58	6.38
T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan			
Özel Sektör	113	15.47	4.39
Ev Hanımı	36	14.42	3.12
Devlet Memuru	48	14.19	2.48
Emekli	19	16.58	5.49
T	216	15.11	4.00

Tablo 20.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin meslek gruplarına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 20.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Meslek Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

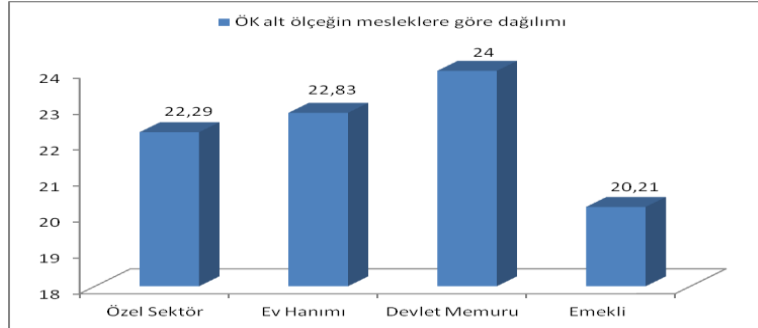
SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	16.26	3	5.42	.49	.68
	Gruplariçi	2341.04	212	11.04		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	215.14	3	71.71	3.07	.02*
	Gruplariçi	4939.52	212	23.3		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	327.26	3	109.08	4.13	.007**
	Gruplariçi	5590.39	212	26.37		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	113.715	3	37.90	2.40	.06
	Gruplariçi	3338.83	212	15.74		
	T	3452.55	215			

* p<.05 ** p<.01

Tablo 20.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların mesleklerine göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında *Öfke İçer* [$F_{(3, 215)} = 0.491$; $p > .05$] ve *Öfke Dışa* [$F_{(3, 215)} = 2.40$; $p > .05$] alt ölçeklerinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmezken, *Sürekli Öfke* ve *Öfke Kontrol* alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi meslek grupları arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ;

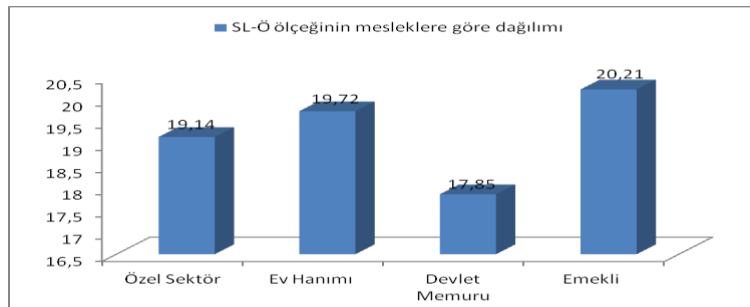
- *Öfke Kontrol* alt ölçeği toplam puanlarında; Devlet memuru olan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 24.00$, $ss = 4.65$), emekli olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 20.21$, $ss = 5.28$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 3.07$; $p <$

.05]. Meslek gruplarına göre OK alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 2’de gösterilmiştir.



Grafik 2. Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

- *Sürekli Öfke* alt ölçeği toplam puanlarında; Emekli olan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 20.58$, $ss = 6.38$) devlet memuru olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 17.85$, $ss = 4.50$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 4.13$; $p < .01$]. Meslek gruplarına göre SL-Ö ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 3’de gösterilmiştir.



Grafik 3. Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

Katılımcıların evlilik sürelerine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini

saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlilik sürelerine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 21.1’de sunulmuştur.

Tablo 21.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanlar İle Evlilik Süresi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	1-5 yıl	79	16.58	3.49
	6-10 yıl	53	16.09	3.18
	11-15 yıl	27	15.63	2.91
	16-20 yıl	8	18.50	4.00
	21 yıl ve sonra	49	16.18	3.18
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	1-5 yıl	79	22.49	4.67
	6-10 yıl	53	22.94	5.08
	11-15 yıl	27	23.59	4.22
	16-20 yıl	8	22.13	5.11
	21 yıl ve sonra	49	21.84	5.39
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	1-5 yıl	79	19.76	5.01
	6-10 yıl	53	20.26	5.18
	11-15 yıl	27	17.04	4.47
	16-20 yıl	8	19.63	4.10
	21 yıl ve sonra	49	20.35	5.93
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	1-5 yıl	79	15.30	3.84
	6-10 yıl	53	15.45	4.22
	11-15 yıl	27	13.30	3.29
	16-20 yıl	8	15.63	2.06
	21 yıl ve sonra	49	15.33	4.46
	T	216	15.11	4.00

Tablo 21.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin evlilik sürelerine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 21.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlilik Sürelerine Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	59.92	4	14.98	1.37	.24
	Gruplariçi	2297.38	211	10.88		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	63.99	4	15.99	.66	.61
	Gruplariçi	5090.66	211	24.12		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	228.99	4	57.24	2.12	.07
	Gruplariçi	5688.67	211	26.96		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	102.43	4	25.60	1.61	.17
	Gruplariçi	3350.12	211	15.87		
	T	3452.55	215			

Tablo 21.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların evlilik sürelerine göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmemiştir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(4, 215)} = 1.37$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(4, 215)} = 1.61$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(4, 215)} = 2.12$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(4, 215)} = .663$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların evlenme yaşlarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlenme yaşlarına göre

ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 22.1’de sunulmuştur.

Tablo 22.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Evlenme Yaşı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	20 yaş ve altı	17	16.18	3.76
	20-30 yaş arası	162	16.43	3.25
	31-40 yaş arası	36	16.00	3.43
	41 yaş ve sonrası	1	14.00	-
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	20 yaş ve altı	17	22.59	5.03
	20-30 yaş arası	162	22.48	4.94
	31-40 yaş arası	36	23.03	4.80
	41 yaş ve sonrası	1	23.00	-
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	20 yaş ve altı	17	18.76	4.32
	20-30 yaş arası	162	19.99	5.27
	31-40 yaş arası	36	18.92	5.39
	41 yaş ve sonrası	1	11.00	-
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	20 yaş ve altı	17	14.12	2.80
	20-30 yaş arası	162	15.38	4.17
	31-40 yaş arası	36	14.53	3.50
	41 yaş ve sonrası	1	8.00	-
	T	216	15.11	4.00

Tablo 22.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin evlenme yaşı gruplarına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 22.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlenme Yaşlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	11.23	3	3.744	.33	.79
	Gruplariçi	2346.08	212	11.06		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	9.17	3	3.05	.12	.94
	Gruplariçi	5145.49	212	24.27		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	125.87	3	41.95	1.53	.20
	Gruplariçi	5791.78	212	27.32		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	91.542	3	30.51	1.92	.12
	Gruplariçi	3361.00	212	15.85		
	T	3452.55	215			

Tablo 22.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların evlenme yaşlarına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmemiştir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(3, 215)} = .338$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(3, 215)} = 1.92$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(3, 215)} = 1,53$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(3, 215)} = ,126$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların evlenme biçimlerine göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlenme biçimine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 23.1’de sunulmuştur.

Tablo 23.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Evlenme Biçimi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	Görücü	45	16.51	3.30
	Anlaşarak	162	16.35	3.32
	Zorla	1	20.00	-
	Kaçarak	8	14.38	2.82
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	Görücü	45	22.24	5.41
	Anlaşarak	162	22.74	4.74
	Zorla	1	25.00	-
	Kaçarak	8	20.88	5.27
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	Görücü	45	20.62	6.20
	Anlaşarak	162	19.38	4.96
	Zorla	1	15.00	-
	Kaçarak	8	20.75	4.86
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	Görücü	45	15.29	4.34
	Anlaşarak	162	14.98	3.93
	Zorla	1	16.00	-
	Kaçarak	8	16.63	3.85
	T	216	15.11	4.00

Tablo 23.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin evlenme biçimine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 23.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Evlenme Biçimine Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	45.55	3	15.184	1.39	.24
	Gruplariçi	2311.76	212	10.90		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	38.36	3	12.78	.53	.66
	Gruplariçi	5116.29	212	24.13		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	85.31	3	28.43	1.03	.37
	Gruplariçi	5832.34	212	27.51		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	23.53	3	7.84	.48	.69
	Gruplariçi	3429.02	212	16.17		
	T	3452.55	215			

Tablo 23.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların evlenme biçimine göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(3, 215)} = 1.39$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(3, 215)} = .485$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(3, 215)} = 1.03$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(3, 215)} = .530$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Sahip olunan çocuk sayısına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 24.1’de sunulmuştur

Tablo 24.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Sahip Olunan Çocuk Sayısı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	Yok	45	16.22	3.50
	Tek Çocuk	92	16.78	3.07
	İki Çocuk ve fazlası	79	15.85	3.43
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	Yok	45	22.56	4.37
	Tek Çocuk	92	22.93	4.95
	İki Çocuk ve fazlası	79	22.18	5.13
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	Yok	45	19.47	5.03
	Tek Çocuk	92	19.38	5.10
	İki Çocuk ve fazlası	79	20.13	5.55
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	Yok	45	14.78	2.96
	Tek Çocuk	92	15.25	4.59
	İki Çocuk ve fazlası	79	15.13	3.82
	T	216	15.11	4.00

Tablo 24.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin sahip olunan çocuk sayısına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 24.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	37.70	2	18.85	1.73	.18
	Gruplariçi	2319.60	213	10.89		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	24.42	2	12.21	.50	.60
	Gruplariçi	5130.23	213	24.08		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	26.04	2	13.02	.47	.62
	Gruplariçi	5891.61	213	27.66		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	6.78	2	3.39	.21	.81
	Gruplariçi	3445.76	213	16.17		
	T	3452.55	215			

Tablo 24.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. Grubun homojen dağılımının sağlanması için 5 kategoriden oluşan çocuk sayısı 3 kategoriye (çocuk sahibi olmama, tek çocuk, iki çocuk ve fazlası) indirgenmiştir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(2, 215)} = 1.73$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(2, 215)} = .21$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(2, 215)} = .47$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(2, 215)} = .50$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların, çekirdek ya da geniş aileye mensup olmalarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Katılımcıların sahip oldukları aile özelliğine göre ölçekten alınan

puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 25.1’de sunulmuştur.

Tablo 25.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Sahip Olunan Aile Yapısı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	Eşimin Ailesi	7	17.14	4.45
	Eşimin Çocukları	1	14.00	-
	Benim Ailem	9	17.22	3.73
	Benim Diğer Çocuklarım	3	14.33	2.30
	Diğer	196	16.30	3.27
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	Eşimin Ailesi	7	21.29	5.93
	Eşimin Çocukları	1	12.00	-
	Benim Ailem	9	22.22	5.04
	Benim Diğer Çocuklarım	3	23.33	7.50
	Diğer	196	22.68	4.80
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	Eşimin Ailesi	7	20.57	3.69
	Eşimin Çocukları	1	30.00	-
	Benim Ailem	9	22.22	7.19
	Benim Diğer Çocuklarım	3	15.00	1.00
	Diğer	196	19.54	5.15
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	Eşimin Ailesi	7	15.29	2.43
	Eşimin Çocukları	1	15.00	-
	Benim Ailem	9	16.11	4.80
	Benim Diğer Çocuklarım	3	12.67	1.52
	Diğer	196	15.09	4.05
	T	216	15.11	4.00

Tablo 25.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin sahip olunan ailenin özelliklerine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 25.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Sahip Oldukları Aile Yapısına Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	29.399	4	7.35	.66	.61
	Gruplariçi	2327.91	211	11.03		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	128.62	4	32.15	1.35	.25
	Gruplariçi	5026.03	211	23.82		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	239.71	4	59.93	2.22	.06
	Gruplariçi	5677.94	211	26.91		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	27.22	4	6.80	.41	.79
	Gruplariçi	3425.33	211	16.23		
	T	3452.55	215			

Tablo 25.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların sahip oldukları aile yapısına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(4, 215)} = .666$; $p > .05$], *Öfke Dışa* [$F_{(4, 215)} = .419$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(4, 215)} = 2.22$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(4, 215)} = 1.35$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların bir işte çalışıp çalışmama durumuna göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekler puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Katılımcıların çalışıp çalışmama durumlarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 26.1’de sunulmuştur.

Tablo 26.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Çalışıp Çalışmama Durumu Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan			
Çalışıyorum	152	16.28	3.19
Çalışmıyorum	42	16.29	3.75
Emekliyim	22	16.73	3.55
T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan			
Çalışıyorum	152	22.76	4.73
Çalışmıyorum	42	23.29	4.93
Emekliyim	22	20.00	5.37
T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan			
Çalışıyorum	152	19.18	4.98
Çalışmıyorum	42	19.93	4.55
Emekliyim	22	22.59	7.19
T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan			
Çalışıyorum	152	14.97	3.90
Çalışmıyorum	42	14.48	3.13
Emekliyim	22	17.27	4.47
T	216	15.11	4.00

Tablo 26.2'deki SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği'nin çalışıp çalışmama durumuna göre varyans analizi sonuçları görülmektedir.

Tablo 26.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları

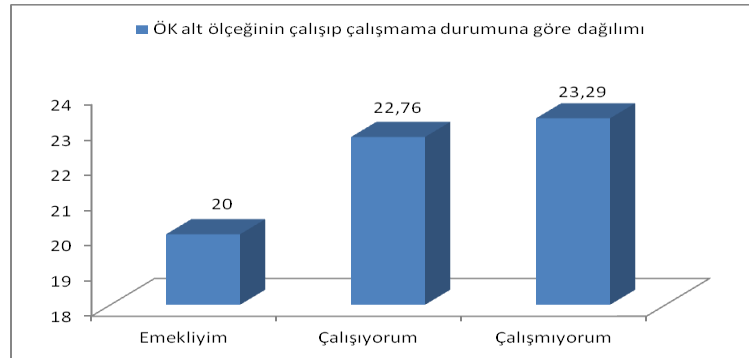
SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	3.98	2	1.99	.18	.83
	Gruplariçi	2353.33	213	11.04		
	T	2357.31	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	172.09	2	86.04	3.67	.02*
	Gruplariçi	4982.56	213	23.39		
	T	5154.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	227.354	2	113.67	4.25	.01*
	Gruplariçi	5690.30	213	26.71		
	T	5917.66	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	122.87	2	61.43	3.93	.02*
	Gruplariçi	3329.67	213	15.63		
	T	3452.55	215			

* $p < .05$

Tablo 26.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların çalışıp çalışmama durumlarına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden *Öfke İçer* [$F_{(2, 215)} = .180$; $p > .05$] alt ölçeğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmezken, *Sürekli Öfke*, *Öfke Kontrol* ve *Öfke Dışa* alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi grupları arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ;

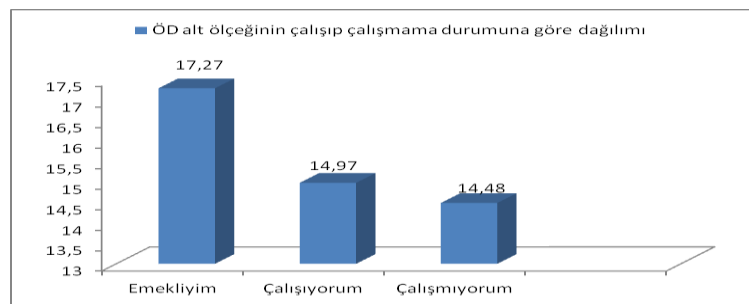
- *Öfke Kontrol* alt ölçeği toplam puanlarında; bir işte çalışmayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 23.29$, $ss=4.93$) ve bir işte çalışan katılımcıların puan

ortalamalarının($\bar{x}=22.76$, $ss=4.73$) emekli olan katılımcıların puan ortalamalarından($\bar{x}=20.00$, $ss= 5.37$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(2, 215)} = 3.67$; $p < .05$]. Bir işte çalışıp çalışmamaya göre ÖK alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 4'te gösterilmiştir.



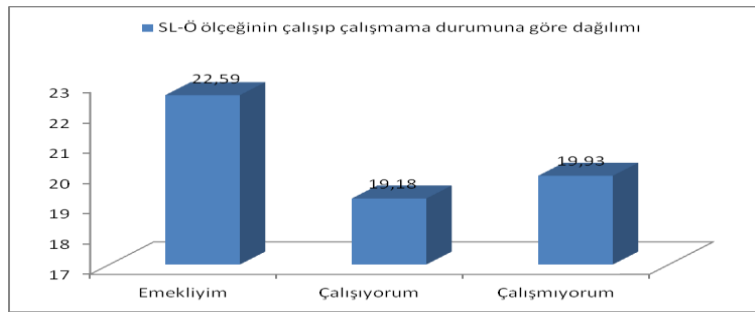
Grafik 4. Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı

- *Öfke Dışa* alt ölçeği toplam puanlarında; Emekli olan katılımcıların puan ortalamalarının($\bar{x}=17.27$, $ss= 5.47$); bir işte çalışan($\bar{x}=14.97$, $ss=3.90$) ve çalışmayan ($\bar{x}= 14.48$, $ss=3.13$) katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(2, 215)} = 3.93$; $p < .05$]. Bir işte çalışıp çalışmamaya göre ÖD alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 5’de gösterilmiştir.



Grafik 5. Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı

- *Sürekli Öfke* ölçeği toplam puanlarında; emekli olan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x}=22.59$, $ss=7.19$), bir işte çalışan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x}=19.18$, $ss=4.98$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(2, 215)} = 4.25$; $p < .05$]. Bir işte çalışıp çalışmamaya göre SL-Ö ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 6’da gösterilmiştir.



Grafik 6. Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı

Katılımcıların algıladıkları ekonomik duruma göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Algılanan ekonomik duruma göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 27.1’de sunulmuştur.

Tablo 27.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Algılanan Ekonomik Durum Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.İ. Top.Puan	Yoksul	5	15.40	4.09
	Ortanın Altı	20	18.00	3.67
	Orta	158	16.31	3.18
	Ortanın Üstü	33	15.52	3.33
	T	216	16.32	3.31
Ö.K. Top.Puan	Yoksul	5	21.00	5.52
	Ortanın Altı	20	24.25	5.32
	Orta	158	22.16	4.78
	Ortanın Üstü	33	23.79	4.88
	T	216	22.58	4.89
SL.Ö. Top.Puan	Yoksul	5	18.80	6.76
	Ortanın Altı	20	19.90	7.10
	Orta	158	19.63	4.75
	Ortanın Üstü	33	19.85	6.17
	T	216	19.67	5.24
Ö.D. Top.Puan	Yoksul	5	18.80	4.14
	Ortanın Altı	20	14.95	5.21
	Orta	158	15.13	3.87
	Ortanın Üstü	33	14.52	3.68
	T	216	15.11	4.00

Tablo 27.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin algılanan ekonomik duruma göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır

Tablo 27.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Algılanan Ekonomik Duruma Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke İçer	Gruplararası	82.06	3	27.35	2.54	.05
	Gruplariçi	2275.24	212	10.73		
	T	2357.31	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	143.67	3	26.78	1.68	.17
	Gruplariçi	5010.98	212	15.90		
	T	5154.66	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	6.11	3	47.89	2.02	.11
	Gruplariçi	5911.55	212	23.63		
	T	5917.66	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	80.35	3	2.03	.07	.97
	Gruplariçi	3372.20	212	27.88		
	T	3452.55	215			

Tablo 27.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların algıladıkları ekonomik duruma göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. Alt ölçeklerin anlamlılık derecelerinin *Öfke İçer* [$F_{(4, 215)} = 2.54$; $p > .05$] *Öfke Dışa* [$F_{(4, 215)} = 1.68$; $p > .05$], *Sürekli Öfke* [$F_{(4, 215)} = .073$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* için [$F_{(4, 215)} = 2.02$; $p > .05$] olduğu görülmüştür.

Katılımcıların eşleriyle yaşadıkları iletişim problemi sıklığının Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekleri puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Katılımcıların eşleriyle yaşadıkları iletişim problemi sıklığına göre ölçekten alınan

puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 28.1’de sunulmuştur.

Tablo 28.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.D. Top.Puan	Sık Sık	12	15.75	5.08
	Arada Sırada	100	15.83	4.28
	Çok Seyrek	61	14.39	3.29
	Hiçbir Zaman	43	14.26	3.71
	T	216	15.11	4.00
Ö.K. Top.Puan	Sık Sık	12	18.92	5.36
	Arada Sırada	100	21.94	4.91
	Çok Seyrek	61	23.79	4.37
	Hiçbir Zaman	43	23.37	4.83
	T	216	22.58	4.89
Ö.İ. Top.Puan	Sık Sık	12	19.92	3.70
	Arada Sırada	100	16.62	3.18
	Çok Seyrek	61	15.80	3.34
	Hiçbir Zaman	43	15.26	2.65
	T	216	16.32	3.31
SL.Ö. Top.Puan	Sık Sık	12	22.67	6.03
	Arada Sırada	100	20.15	5.01
	Çok Seyrek	61	18.74	5.05
	Hiçbir Zaman	43	19.05	5.55
	T	216	19.67	5.24

Tablo 28.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin eşlerle yaşanılan iletişim problemi sıklığına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 28.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları

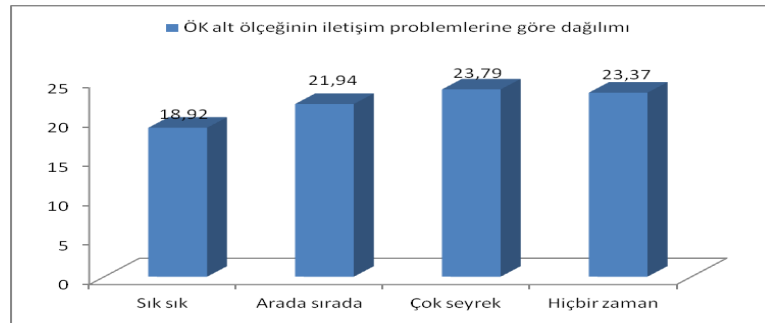
SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke Dışa	Gruplararası	119.44	3	39.81	2.53	.05
	Gruplariçi	3333.10	212	15.72		
	Toplam	3452.55	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	317.82	3	105.94	4.64	.004**
	Gruplariçi	4836.83	212	22.81		
	Toplam	5154.66	215			
Öfke İçe	Gruplararası	232.46	3	77.48	7.73	.000*
	Gruplariçi	2124.85	212	10.02		
	Toplam	2357.31	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	200.53	3	66.84	2.47	.06
	Gruplariçi	5717.12	212	26.96		
	Toplam	5917.66	215			

* p< .001 ** p< .01

Tablo 28.2 ‘de görüldüğü üzere eşle yaşanılan iletişim problemi sıklığına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında *Öfke Dışa* [$F_{(3, 215)} = 2.53$; $p > .05$] ve *Sürekli Öfke* [$F_{(3, 215)} = 2.47$; $p > .05$] alt ölçeklerinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmezken, *Öfke İçe* ve *Öfke Kontrol* alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ;

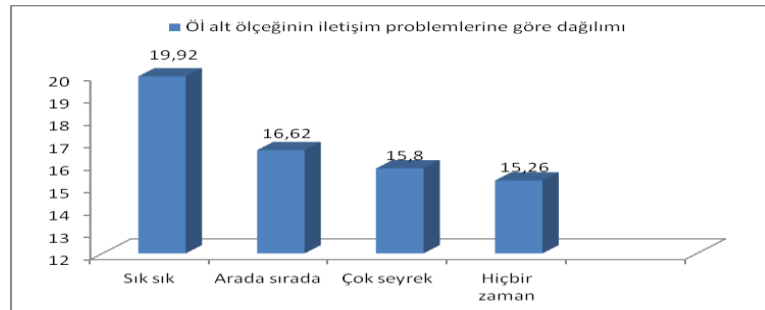
- *Öfke Kontrol* alt ölçeği toplam puanlarında; Eşiyle iletişimlerinde çok seyrek ($\bar{x} = 23.79$, $ss = 4.37$) ve hiç problem yaşamayan katılımcıların puan

ortalamalarının ($\bar{x}=23.27$, $ss= 4.83$); sık sık sorunlar yaşayan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x}=18.92$, $ss= 5.36$), anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 4.64$; $p < .01$]. Eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığına göre Öfke Kontrol alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 7’da gösterilmiştir.



Grafik 7. Öfke Kontrol Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının İletişim Problemlerine Göre Dağılımı

- *Öfke İçer alt ölçeği* toplam puanlarında; eşyle iletişimlerinde sık sık ($\bar{x}=19.92$, $ss= 3.70$) problem yaşayan katılımcıların puan ortalamalarının, arada sırada ($\bar{x}=16.62$, $ss= 3.18$), çok seyrek ($\bar{x}=15.80$, $ss= 3.34$) ve hiç sorun yaşamayan ($\bar{x}=15.26$, $ss= 2.65$) katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 7.73$; $p < .001$]. Eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığına göre Öfke İçer alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 8’de gösterilmiştir.



Grafik 8. Öfke İçer Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının İletişim Problemlerine Göre Dağılımı

Katılımcıların evliliklerinde kök ailelerinden kaynaklı problem yaşama sıklığının Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekler puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Katılımcıların kök ailelerinden kaynaklı iletişim problemi sıklığına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 29.1’de sunulmuştur.

Tablo 29.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
Ö.D. Top.Puan	Sık Sık	15	17.87	6.52
	Arada Sırada	61	15.79	4.04
	Çok Seyrek	66	14.36	2.87
	Hiçbir Zaman	74	14.65	3.95
	T	216	15.11	4.00
Ö.K. Top.Puan	Sık Sık	15	21.00	5.52
	Arada Sırada	61	22.13	5.00
	Çok Seyrek	66	23.27	4.89
	Hiçbir Zaman	74	22.65	4.66
	T	216	22.58	4.89
Ö.İ. Top.Puan	Sık Sık	15	18.47	3.88
	Arada Sırada	61	17.31	3.13
	Çok Seyrek	66	15.73	3.19
	Hiçbir Zaman	74	16.61	3.10
	T	216	16.32	3.31
SL.Ö. Top.Puan	Sık Sık	15	19.60	5.62
	Arada Sırada	61	21.02	5.26
	Çok Seyrek	66	18.68	4.63
	Hiçbir Zaman	74	19.46	5.53
	T	216	19.67	5.24

Tablo 29.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin kök ailelerden kaynaklı iletişim problemi yaşama sıklığına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

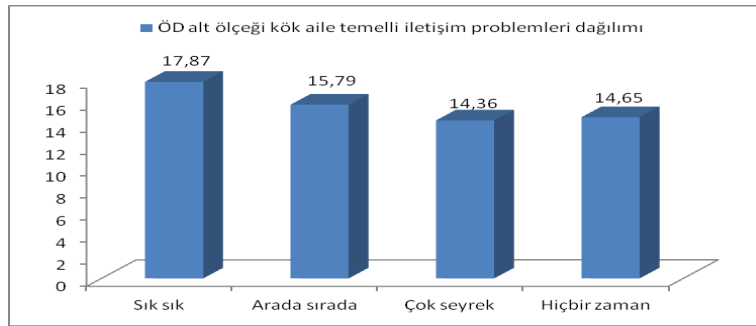
Tablo 29.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları

SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Öfke Dışa	Gruplararası	194.45	3	64.81	4.21	.006*
	Gruplariçi	3258.10	212	15.36		
	T	3452.55	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	81.75	3	27.25	1.13	.33
	Gruplariçi	5072.90	212	23.92		
	T	5154.66	215			
Öfke İçe	Gruplararası	189.77	3	63.25	6.18	.000**
	Gruplariçi	2167.54	212	10.22		
	T	2357.31	215			
Sürekli Öfke	Gruplararası	178.38	3	59.46	2.19	.09
	Gruplariçi	5739.28	212	27.07		
	T	5917.66	215			

* p< .05 ** p< .001

Tablo 29.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların kök ailelerinden kaynaklı problem yaşama sıklığına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında *Sürekli Öfke* [$F_{(3, 215)} = 2.19$; $p > .05$] ve *Öfke Kontrol* [$F_{(3, 215)} = 1.13$; $p > .05$] alt ölçeklerinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmezken, *Öfke İçe* ve *Öfke Dışa* alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi grupları arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ;

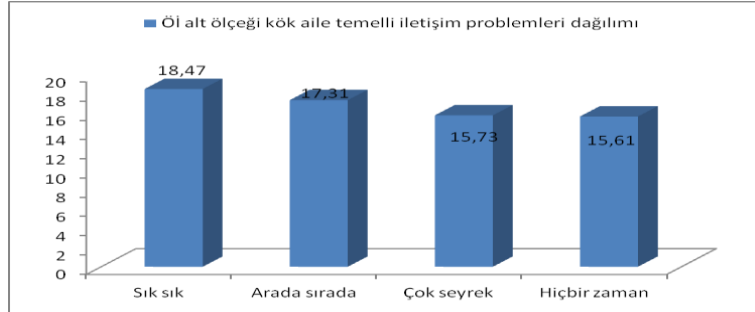
- *Öfke Dışa alt ölçeği* toplam puanlarında; kök ailelerden kaynaklı eşiyile iletişimlerinde sık sık ($\bar{x}=17.87$, $ss= 6.52$) problem yaşayan katılımcıların puan ortalamalarının, çok seyrek($\bar{x}=14.36$, $ss= 2.87$) ve hiç sorun yaşamayan ($\bar{x}=14.65$, $ss= 3.95$) katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır $F_{(3, 215)} = 4.21$; $p < .05$]. Eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığına göre *Öfke Dışa alt ölçeği* toplam puan ortalamaları Grafik 9’da gösterilmiştir.



Grafik 9. *Öfke Dışa Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Aileden Kaynaklı İletişim Problemlerine Göre Dağılımı*

- *Öfke İçe alt ölçeği* toplam puanlarında; kök ailelerden kaynaklı eşiyile iletişimlerinde sık sık ($\bar{x}=18.47$, $ss= 3.88$) problem yaşayan katılımcıların puan ortalamalarının, çok seyrek($\bar{x}=15.73$, $ss= 3.19$) ve hiç sorun yaşamayan ($\bar{x}=15.61$, $ss= 3.10$) katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve kök ailelerden kaynaklı eşiyile iletişimlerinde arada sırada ($\bar{x}=17.31$, $ss= 3.13$) problem yaşayan katılımcıların puan ortalamalarının, çok seyrek($\bar{x}=15.73$, $ss= 3.19$) ve hiç sorun yaşamayan ($\bar{x}=15.61$, $ss= 3.10$) katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır $[F_{(3, 215)} = 6.18$; $p < .001]$. Eş ile kök aile temelli

yaşanan iletişim problemi sıklığına göre, Öfke İçe alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 10’da gösterilmiştir.



Grafik 10. Öfke İçe Alt Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Aile Temelli İletişim Problemlerine Göre Dağılımı

Katılımcıların diğer insanlarla olan ilişkilerini değerlendirme gruplarının Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğine ait alt ölçekler puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. . Katılımcıların diğer insanlarla yaşadıkları iletişim problemi sıklığına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 30.1’de sunulmuştur.

Tablo 30.1. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinden Alınan Toplam Puanları İle Katılımcıların İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
SL.Ö. Top.Puan				
	İyi	176	19.22	4.90
	Orta	40	21.68	6.22
	T	216	19.67	5.24
Ö.İ. Top.Puan				
	İyi	176	16.17	3.34
	Orta	40	17.00	3.10
	T	216	16.32	3.31
Ö.D. Top.Puan				
	İyi	176	15.02	3.87
	Orta	40	15.50	4.59
	T	216	15.11	4.00
Ö.K. Top.Puan				
	İyi	176	22.89	4.68
	Orta	40	21.23	5.60
	T	216	22.58	4.89

Tablo 30.2’de SLÖ-Öfke Tarz Ölçeği’nin diğer insanlarla olan iletişim problemi sıklığına göre varyans analiz sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 30.2. SLÖ-Öfke Tarz Ölçeğinin Katılımcıların İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Durumlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

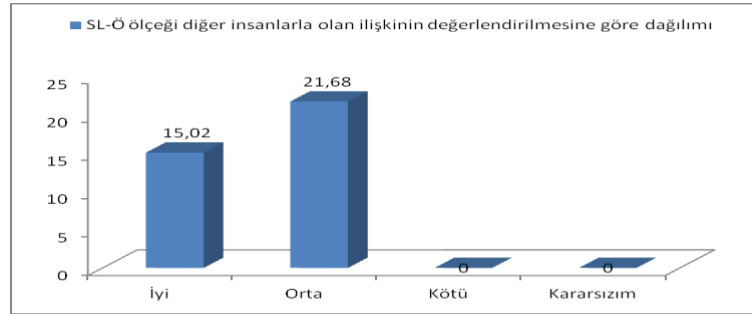
SLÖ-Öfke Tarz ALTÖLÇEKLERİ	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sürekli Öfke	Gruplararası	197.09	1	197.09	7.37	.007*
	Gruplariçi	5720.57	214	26.73		
	T	5917.66	215			
Öfke İçer	Gruplararası	22.42	1	22.42	2.05	.15
	Gruplariçi	2334.88	214	10.91		
	T	2357.31	215			
Öfke Dışa	Gruplararası	7.602	1	7.60	.472	.49
	Gruplariçi	3444.94	214	16.09		
	T	3452.55	215			
Öfke Kontrol	Gruplararası	89.960	1	89.96	.3.80	.053
	Gruplariçi	5064.70	214	23.66		
	T	5154.66	215			

* $p < .01$

Tablo 30.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların diğer insanlarla ilişkilerini değerlendirme durumlarına göre SLÖ-Öfke Tarz alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında *Öfke İçer* [$F_{(1, 215)} = 2.05$; $p > .05$], *Öfke Kontrol* [$F_{(1, 215)} = 3.80$; $p > .05$] ve *Öfke Dışa* [$F_{(1, 215)} = .472$; $p > .05$] alt ölçeklerinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma belirlenmezken, yalnızca Sürekli Öfke alt ölçeğinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda ;

- Sürekli Öfke ölçeğinden alınan toplam puanlarda; “kötü” ve “kararsızım” şıklarının işaretlenmediği, diğer insanlarla iletişimlerini orta değerlendiren

katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 21.23$, $ss = 5.60$) iyi değerlendiren katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 16.17$, $ss = 3.34$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu [$F_{(1, 215)} = 7.37$; $p < .01$] belirlenmiştir. Diğer insanlarla olan ilişkiyi değerlendirmeye yönelik Öfke İçer alt ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 11’de gösterilmiştir.



Grafik 11. Sürekli Öfke Ölçeği Puan Ortalamalarının Katılımcıların Diğer İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirmeye Yönelik Dağılımı

4.4. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sosyo-Demografik Özelliklerle İlişkileri

Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik yapılan bağlantısız örneklemeler için t – testi analizinde anlamlı düzeyde farklılaşma göstermediği bulunmuştur.

Tablo 31.1. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Cinsiyet Açısından Ortalama Puanların t-Testi Sonuçları

E.U. Ölçek	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	108	42.44	8.59	214	-1.86	.06
Erkek	108	44.49	7.54			

Tablo 17. 1’de görüldüğü üzere; kadın ve erkeklerin *Evlilik Uyumu* ölçeği puan ortalamalarında; erkek katılımcıların ortalamalarının ($\bar{x}=44,49$, $ss=7.54$) ile kadınların ortalamaları ($\bar{x}=42,44$, $ss=8.59$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. ($t_{(214)}=-1,860$; $p<.05$).

Yaş gruplarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Yaş gruplarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 32.1’de sunulmuştur.

Tablo 32.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Yaş Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
18-24 Yaş	4	46.00	7.16
25-30 Yaş	51	44.96	7.10
31-45 Yaş	121	43.70	7.36
45-59 Yaş	31	40.35	11.89
60 Yaş ve üstü	9	41.44	6.16
T	216	43.47	8.13

Tablo 32.2’de EU Ölçeği’nin yaş gruplarına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 32.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Yaş Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	483.24	4	120.81	1.85	.11
Gruplariçi	13732.53	211	65.08		
Toplam	14215.77	215			

Tablo 32.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların yaşlarına göre Evlilik Uyumu ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. [$F_{(4, 215)} = 1.85$; $p > .05$].

Eğitim düzeyine göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Eğitim düzeyine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 33.1'de sunulmuştur.

Tablo 33.1. Evlilik Uyumu Ölçeği'nden Alınan Toplam Puanları İle Eğitim Düzeyi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Okur-yazar	4	37.00	9.89
İlköğretim	41	39.56	8.51
Lise	63	43.57	9.22
Üniversite	92	44.72	6.84
YL/Doktora	18	46.33	6.34
T	216	43.47	8.13

Tablo 33.2'de EU Ölçeği'nin eğitim düzeyine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

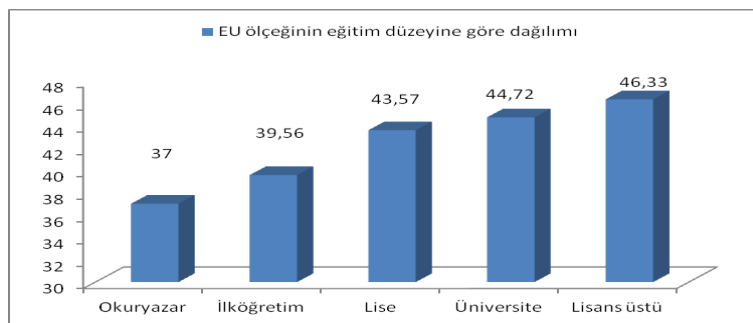
Tablo 33.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Eğitim Düzeylerine Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	1001.59	4	250.39	3.99	.004*
Gruplariçi	13214.17	211	62.62		
T	14215.77	215			

* $p < .01$

Tablo 33.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların eğitim düzeylerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi eğitim grupları arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda;

Üniversite mezunu katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 44.72$, $ss = 6.84$) ve lisansüstü mezunu katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 46.33$, $ss = 6.34$); ilköğretim mezunu katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 39.56$, $ss = 8.51$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(4, 215)} = 3.99$; $p < .01$]. Eğitim düzeyine göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 12'de gösterilmiştir.



Grafik 12. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

Meslek gruplarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi

uygulanmıştır. Meslek gruplarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 34.1’de sunulmuştur.

Tablo 34.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Meslek Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Özel Sektör	113	44.12	7.22
Ev Hanımı	36	40.06	10.48
Devlet Memuru	48	45.75	7.20
Emekli	19	40.26	8.05
T	216	43.47	8.13

Tablo 34.2’de EU Ölçeği’nin meslek gruplarına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 34.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Meslek Gruplarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	912.93	3	304.31	4.85	.003*
Gruplariçi	13302.83	212	62.79		
T	14215.77	215			

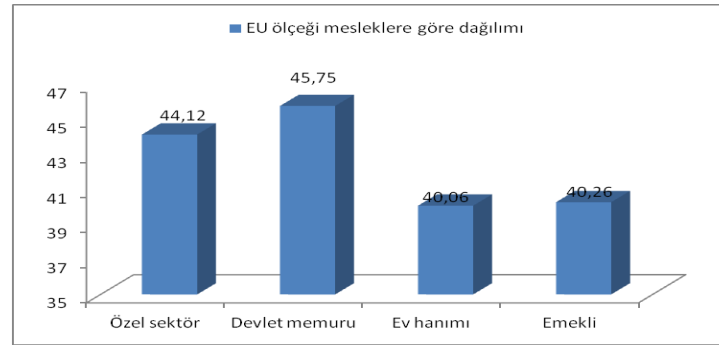
* $p < .01$

Tablo 34.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların meslek gruplarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda

Özel sektörde çalışan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 44.12$, $ss = 7.22$) ve devlet memuru olan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 45.75$,

ss= 7.20); ev hanımı olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 40.06$, ss=10.48) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($p < 0.05$),

Devlet memuru olan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 45.75$, ss= 7.20) emekli olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 40.26$, ss= 8.05) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu [$F_{(3, 215)} = 4.85$; $p < .01$] saptanmıştır. Meslek gruplarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 13’de gösterilmiştir.



Grafik 13. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

Katılımcıların evlilik sürelerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlilik sürelerine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 35.1’de sunulmuştur.

Tablo 35.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Evlilik Süresi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerler

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
1-5 Yıl	79	44.61	7.84
6-10 Yıl	53	44.06	6.38
11-15 Yıl	27	45.56	7.79
16-20 Yıl	8	38.63	5.97
21 Yıl ve sonrası	49	40.63	9.84
T	216	43.47	8.13

Tablo 35.2’de EU Ölçeği’nin evlilik sürelerine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 35.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Evlilik Süresine Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	820.17	4	205.04	3.23	.01*
Gruplariçi	13395.59	211	65.48		
T	14215.77	215			

* $p < .05$

Tablo 35.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların evlilik sürelerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir [$F_{(4, 215)} = 3.23$; $p < .05$]. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda gruplar arasında farklılaşma olduğuna ilişkin bir bulgu elde edilememiştir.

Katılımcıların evlenme yaşlarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlenme yaşlarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 36.1’de sunulmuştur.

Tablo 36.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Evlenme Yaşı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
20 Yaş ve altı	17	42.53	7.85
20-30 Yaş arası	162	43.01	7.95
31-40 Yaş arası	36	45.64	8.72
41 Yaş ve üstü	1	56.00	-
T	216	43.47	8.13

Tablo 36.2’de EU Ölçeği’nin evlenme yaşına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 36.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Evlenme Yaşlarına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	376.23	3	125.41	1.92	.12
Gruplariçi	13839.53	212	65.28		
T	14215.77	215			

Tablo 36.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların evlenme yaşlarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir [$F_{(3, 215)} = 1.92$; $p > .05$].

Katılımcıların evlenme biçimlerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Evlenme biçimlerine göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 37.1’de sunulmuştur.

Tablo 37.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Evlenme Biçimi Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Görücü	45	41.67	7.66
Anlaşarak	162	44.02	8.19
Zorla	1	43.00	-
Kaçarak	8	42.50	9.32
T	216	43.47	8.13

Tablo 37.2’de EU Ölçeği’nin evlenme biçimlerine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 37.2 Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Evlenme Biçimine Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	202.82	3	67.61	1.02	.38
Gruplariçi	14012.94	212	66.09		
Toplam	14215.77	215			

Tablo 37.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların evlenme biçimlerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir [$F_{(3, 215)} = 1.02$; $p > .05$].

Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Sahip olunan çocuk sayısına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 38.1'de sunulmuştur.

Tablo 38.1. Evlilik Uyumu Ölçeği'nden Alınan Toplam Puanları İle Sahip Olunan Çocuk Sayısı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Yok	45	46.38	6.27
Tek Çocuk	92	42.20	8.15
2 Çocuk ve fazlası	79	43.29	8.69
T	216	43.47	8.13

Tablo 38.2'de EU Ölçeği'nin sahip olunan çocuk sayısına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

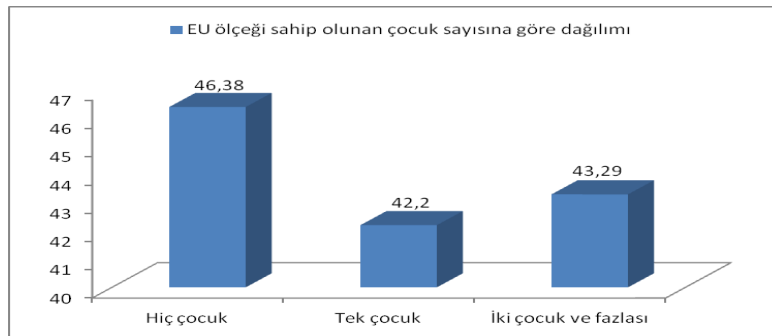
Tablo 38.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	532.41	2	266.20	4.14	.01*
Gruplariçi	13683.36	213	64.24		
Toplam	14215.77	215			

* $p < .05$

Tablo 38.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısına göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir. Grubun homojen dağılımının sağlanması için 5 kategoriden oluşan çocuk sayısı 3 kategoriye (çocuk sahibi olmama, tek çocuk, iki çocuk ve fazlası) indirgenmiştir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda;

Çocuk sahibi olmayan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x}=46.38$, $ss=6.27$), tek çocuk sahibi olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x}=42.20$, $ss=8.15$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(2, 215)} = 4.14$; $p < .05$]. Sahip olunan çocuk sayısına göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 14’de gösterilmiştir.



Grafik 14. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Dağılımı

Çekirdek ya da geniş aileye mensup olan katılımcıların göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Katılımcıların sahip oldukları aile yapısına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 39.1’de sunulmuştur.

Tablo 39.1. Evlilik Uyumu Ölçeği'nden Alınan Toplam Puanları İle Sahip Olunan Aile Yapısı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Eşimin Ailesi	7	43.14	12.19
Eşimin Çocukları	1	40.00	-
Benim Ailem	9	40.00	12.20
Benim Diğer Çocuklarım	3	46.67	14.57
Diğer	196	43.61	7.69
T	216	43.47	8.13

Tablo 39.2'de EU Ölçeği'nin sahip olunan aile yapısına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır

Tablo 39.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sahip Olunan Aile Yapısına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	155.49	4	38.87	.58	.67
Gruplariçi	14060.27	211	66.63		
T	14215.77	215			

Tablo 39.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların sahip oldukları aile yapısına göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir [$F_{(4, 215)} = .583$; $p > .05$].

Katılımcıların bir işte çalışıp çalışmama durumuna göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Bir işte çalışma durumuna göre

ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 40.1’de sunulmuştur.

Tablo 40.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Çalışıp Çalışmama Durumu Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Çalışıyorum	152	44.74	7.19
Çalışmıyorum	42	41.60	8.82
Emekliyim	22	38.27	10.26
T	216	43.47	8.13

Tablo 40.2’de EU Ölçeği’nin bir işte çalışma durumuna göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

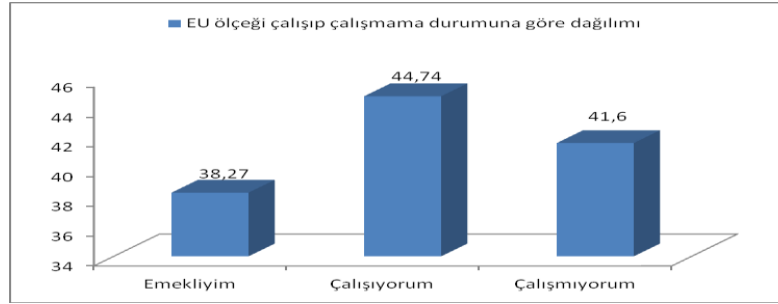
Tablo 40.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	985.81	2	492.90	7.93	.00*
Gruplariçi	13229.95	213	62.11		
T	14215.77	215			

* $p < .001$

Tablo 40.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların bir işte çalışıp çalışmama durumuna göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda;

Bir işte çalışan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 44.74$, $ss = 7.19$) emekli olan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 38.27$, $ss = 10.26$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(2, 215)} = 7.93$; $p < .001$]. Bir işte çalışıp çalışmama durumuna göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 15’de gösterilmiştir.



Grafik 15. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Bir İşte Çalışıp Çalışmama Durumuna Göre Dağılımı

Katılımcıların algıladıkları ekonomik duruma göre Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Algılanan ekonomik duruma göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 41.1’de sunulmuştur.

Tablo 41.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Algılanan Ekonomik Durum Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Yoksul	5	42.20	6.38
Ortanın Altı	20	40.40	8.79
Orta	158	43.00	8.09
Ortanın Üstü	33	47.76	6.75
T	216	43.47	8.13

Tablo 41.2’de EU Ölçeği’nin algılanan ekonomik duruma göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

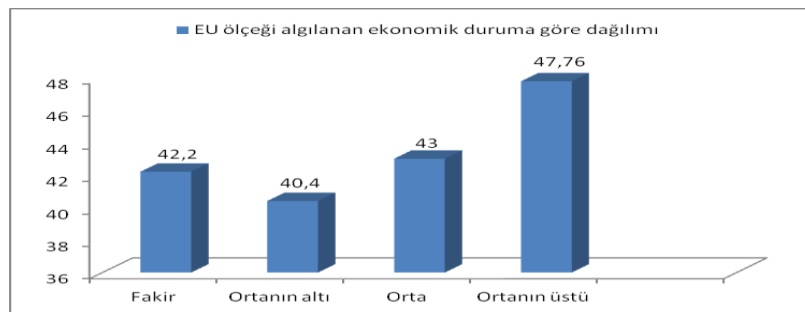
Tablo 41.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Algılanan Ekonomik Duruma Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	838.11	3	279.37	4.42	.005*
Gruplarıçi	13377.66	212	63.10		
Toplam	14215.77	215			

* $p < .01$

Tablo 41.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların algıladıkları ekonomik duruma göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda

Ekonomik açıdan durumunu ortanın üstü algılayan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x} = 47.76$, $ss = 6.75$) orta algılayan katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x} = 43.00$, $ss = 8.09$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 4.42$; $p < .01$]. Algılanan ekonomik duruma göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 16'da gösterilmiştir.



Grafik 16. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Algılanan Ekonomik Duruma Göre Dağılımı

Katılımcıların eşleriyle yaşadıkları iletişim problemi sıklığının Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Eşle yaşanan iletişim problemi sıklığına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 42.1’de sunulmuştur.

Tablo 42.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Sık sık	12	28.58	10.12
Arada Sırada	100	40.75	6.20
Çok Seyrek	61	46.26	5.78
Hiçbir Zaman	43	50.02	6.09
T	216	43.47	8.13

Tablo 42.2’de EU Ölçeği’nin eşle yaşanan iletişim problemi sıklığına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 42.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	5710.34	3	1903.44	47.44	.000*
Gruplarıçi	8505.43	212	40.12		
T	14215.77	215			

* $p < .001$

Tablo 42.2 'de görüldüğü üzere katılımcıların eşleriyle yaşadığı iletişim problemi sıklığına göre Evlilik Uyumu Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu; yapılan Tukey HSD testi sonucunda ise tüm grupların puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma olduğu saptanmıştır. Grupların puan ortalamaları aşağıdaki gibidir;

Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puanlarında; Eşiyle iletişimlerinde sık sık sorunlar yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x}=28.58$, $ss= 10.12$), arada sırada sorunlar yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x}=40.75$, $ss= 6.20$), çok seyrek problem yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x}=46.23$, $ss= 5.78$) ve hiç problem yaşamayan katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x}=50.02$, $ss= 6.09$) olduğu saptanmıştır [$F_{(3, 215)} = 47.44$; $p < .001$]. Eş ile yaşanan iletişim problemlerin sıklığına göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 17'de gösterilmiştir.



Grafik 17. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Eş İle Yaşanan İletişim Problemlerin Sıklığına Göre Dağılımı

Katılımcıların evliliklerinde kök ailelerinden kaynaklı problem yaşama sıklığının Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığına göre ölçekten alınan puan

ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 43.1’de sunulmuştur.

Tablo 43.1. Evlilik Uyumu Ölçeği’nden Alınan Toplam Puanları İle Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığı Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
Sık sık	15	32.07	9.75
Arada Sırada	61	38.43	6.47
Çok Seyrek	66	45.35	6.14
Hiçbir Zaman	74	48.26	5.83
T	216	43.47	8.13

Tablo 43.2’de EU Ölçeği’nin kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığına göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 43.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin Kök Ailelerden Kaynaklı Problem Yaşama Sıklığına Göre Varyans Analizi Sonuçları

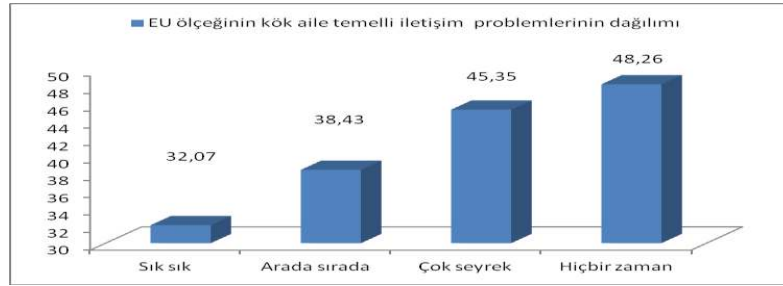
<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	5430.81	3	1810.27	43.68	.000*
Gruplariçi	8784.95	212	41.43		
T	14215.77	215			

* $p < .001$

Tablo 43.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların kök ailelerinden kaynaklı yaşanan iletişim problemi sıklığına göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu; yapılan Tukey HSD testi

sonucunda ise tüm grupların puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma olduğu saptanmıştır. Grupların puan ortalamaları aşağıdaki gibidir;

Eşiyle iletişimlerinde kök ailelerinden kaynaklı sık sık sorunlar yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 32.07$, $ss = 9.75$), arada sırada sorunlar yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 38.43$, $ss = 6.47$), çok seyrek problem yaşayan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{x} = 45.35$, $ss = 6.14$) ve hiç problem yaşamayan katılımcıların puan ortalamaları ise ($\bar{x} = 48.26$, $ss = 5.83$) olduğu bulgulanmıştır [$F_{(3, 215)} = 43.68$; $p < .001$]. Eş ile yaşanan kök ailelerden kaynaklı iletişim problemleri sıklığına göre Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 18’de gösterilmiştir.



Grafik 18. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Kök Ailelerden Kaynaklı İletişim Problemlerine Göre Dağılımı

Katılımcıların diğer insanlarla olan ilişkilerini değerlendirme durumlarının Evlilik Uyumu Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediğini saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Diğer insanlarla olan ilişkileri değerlendirme durumlarına göre ölçekten alınan puan ortalamalarının sayısal dağılımı, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 44.1’de sunulmuştur.

Tablo 44.1. Evlilik Uyumu Ölçeği'nden Alınan Toplam Puanları İle İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Gruplarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>
E.U.Ö.Top.Puan			
İyi	176	44.11	7.62
Orta	40	40.65	9.69
T	216	43.47	8.13

Tablo 44.2’de EU Ölçeği’nin diğer insanlarla iletişimlerini değerlendirmelerine göre varyans analizi sonuçları sunulmaktadır.

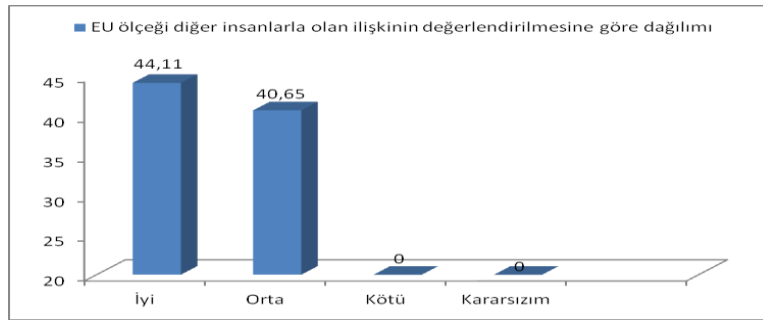
Tablo 44.2. Evlilik Uyumu Ölçeği’nin İnsanlarla Olan İlişkilerini Değerlendirme Durumuna Göre Varyans Analizi Sonuçları

<i>Varyansın Kaynağı</i>	<i>Kareler Toplamı</i>	<i>sd</i>	<i>Kareler Ortalaması</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Gruplararası	389.72	1	389.72	6.03	.01*
Gruplarıçi	13826.04	214	64.60		
T	14215.77	215			

* $p < .05$

Tablo 44.2 ‘de görüldüğü üzere katılımcıların diğer insanlarla olan ilişkilerini değerlendirme durumlarına göre Evlilik Uyumu Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla yapılan Tukey HSD testi sonucunda

Diğer insanlarla iletişimlerini iyi değerlendiren katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x}=44.11$, $ss= 7.62$) orta değerlendiren katılımcıların puan ortalamalarından ($\bar{x}=40.65$, $ss= 9.69$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır [$F_{(1, 215)} = 6.03$; $p < .05$]. Katılımcıların diğer insanlarla olan ilişkilerini değerlendirdikleri gruplamalara göre Evlilik Uyumu ölçeği toplam puan ortalamaları Grafik 19’da gösterilmiştir.



Grafik 19. Evlilik Uyumu Ölçeği Puan Ortalamalarının Diğer İnsanlarla İlişkileri Değerlendirme Gruplarına Göre Dağılımı

4.5. Evlilik Uyumu Ölçeği ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Evlilik Uyumu ölçeğini araştırmada gruplama yapmak amacıyla kesme noktasının kullanılmasının daha sağlıklı olacağı belirtilmiş, ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasını yapan araştırmacılar tarafından kesme puanı 43 olarak belirlenmiştir. Buna göre kişiler 43 puanın üzerinde puanlar almışlarsa evliliklerinde uyumlu, 43 ve altında puan almışlarsa evliliklerinde uyumsuz olarak değerlendirilmiştir (Kışlak, 1999). Buradan hareketle araştırmada Evlilik Uyumu ölçeği toplam puanları üzerinden gruplama yapılarak, 43 puan kesme noktası alınmış, toplam puanlar arasında 1,00= evliliklerinde uyumsuz, 2=00 evliliklerinde uyumlu olacak biçimde puanlar kategorik hale getirilmiştir.

Evliliklerinde uyumlu ve uyumsuz olan bireylerin Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının farklılaşıp farklılaşmadıklarına “bağılantısız örneklem için t testi” ile bakılmıştır.

Tablo 45. E.U.Ö ve SL.Ö-Öfke Tarz Ölçeklerinin Ortalama Puanlarının t-Testi Sonuçları

Öfke Alt ölç.	E.U.	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
SL.Ö	UYUMSUZ	104	20.63	5.50	214		
	UYUMLU	112	18.78	4.84	214	2.63	.009**
Ö.i.	UYUMSUZ	104	17.04	3.55	214		
	UYUMLU	112	15.66	2.92	214	3.11	.002**
Ö.D	UYUMSUZ	104	15.91	4.58	214		
	UYUMLU	112	14.36	3.22	214	2.90	.004**
Ö.K.	UYUMSUZ	104	21.90	4.97	214		
	UYUMLU	112	23.21	4.75	214	-1.96	.05

**p<.01

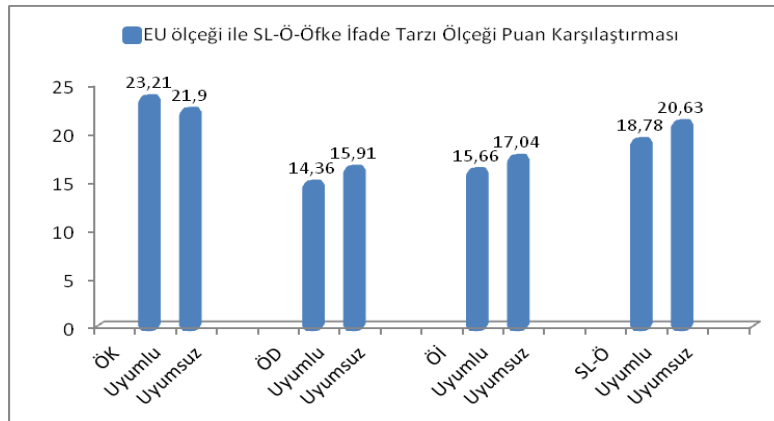
Tablo 45’de görüldüğü üzere; “Öfke Kontrol” alt ölçek puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma göstermediği [$t_{(214)} = -1.96$; $p > 0.05$],

“Sürekli Öfke” ölçeği puan ortalamaları arasında uyumsuz evli bireylerin puan ortalamalarının ($\bar{x} = 20.63$, $ss = 5.50$) uyumlu evli bireylerin puan ortalamalarından

($\bar{x}=18.78$, $ss=4.84$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu [$t_{(214)}=2.63$; $p<.01$],

“Öfke İçer” alt ölçeği puan ortalamaları arasında uyumsuz evli bireylerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=17.04$, $ss=3.55$) uyumlu evli bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=15.66$, $ss=2.92$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu [$t_{(214)}=3.11$; $p<.01$].

“Öfke Dışa” alt ölçeği puan ortalamaları arasında uyumsuz evli bireylerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=15.91$, $ss=4.58$) uyumlu evli bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=14.36$, $ss=3.22$) istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu [$t_{(214)}=2.90$; $p<.01$] saptanmıştır. Evliliklerinde uyumlu ve uyumsuz olarak kategorik hale getirilen katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarz ölçeği alt boyutları ile karşılaştırma tablosu Grafik 20 ‘de sunulmuştur.



Grafik 20. Evlilik Uyumu Ölçeği ile SL-Ö-Öfke Tarz Ölçeği Puan Karşılaştırması

4.6. Evlilik Uyumunu Yordayıcı Değişkenlerin Belirlenmesi

Evlilik Uyumu ölçeğinden alınan puanların bağımsız değişkenler (sosyodemografik özellikler) tarafından ne ölçüde yordandığını saptamak amacıyla çok yönlü regresyon analizi kullanılmıştır. Öncelikle evlilik uyumu ve

sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkiye, daha sonra korelasyonları anlamlı olan bağımsız değişkenlerin evlilik uyumunu yordamasına ilişkin regresyon analizine bakılmıştır. Bağımsız değişkenlerden hangilerinin evlilik uyumunu yordamada anlamlı katkı sağladığını belirlemek amacıyla da aşamalı regresyon (stepwise) yöntemi uygulanmıştır. Aşamalı regresyon yöntemi kullanılarak evlilik uyumunun yordanmasında anlamlı katkı sağlayan değişkenler ve bu değişkenlerin her birinin evlilik uyumunun yordanmasında açıklanan toplam varyansa katkısı belirlenmiştir.

Tablo 46.1. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerden Birbirleriyle Negatif Yönde Olan Korelasyonlar

Değişken	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
Yaş	1	,71**	,47**	,067	,074	,018	-,030	,037	-,012	-,166*
Evlilik Süresi		1	,47**	,095	,118	,012	-,023	-,018	-,050	-,194**
Çalışma Durumu			1	,20**	,073	,18**	,034	,120	-,119	-,26**
Eşle İletişim Zorluk				1	,13*	,15*	,27**	,167*	-,2**	-,60**
Diğer İnsanlar la İlişki					1	,18**	,09	,047	-,132	-,16*
S1-Ö						1	,35**	,63**	-,5**	-,17**
Ö.İ							1	,27**	-,073	-,23**
Ö.D								1	-,5**	-,22**
Ö.K									1	,18**
E.U										1

**p<.01; *p<.05

1=Yaş, 2= Evlilik süresi, 3= Bir işte çalışma/çalışmama, 4=Eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, 5=Diğer insanlarla iletişim problemleri, 6=Sürekli Öfke, 7=Öfke İçer alt ölçek, 8=Öfke Dışa alt ölçek, 9=Öfke Kontrol alt ölçek, 10=Evlilik Uyumu toplam puan

Tablo 46.2. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerden Birbirleriyle Pozitif Yönde Olan Korelasyonlar

Değişken	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Eğitim	1	,310**	,321**	,155*	,252**
Evlenme Yaşı		1	,138*	,032	,135*
Alg. Ekon. Durum			1	,036	,212**
Ö.K				1	,187**
E.U					1

**p<.01; *p<.05

1=Eğitim durumu, 2= Evlenme yaşı, 3=Algılanan ekonomik durum, 4=Öfke Kontrol alt ölçek toplam puan, 5=Evlilik uyumu toplam puan

Tablo 46.1’de görüldüğü üzere evlilik uyumu puanları ile yaş ($r=-.17$, $p<.05$), evlilik süresi ($r=-.19$, $p<.01$), çalışıp çalışmama ($r=-.26$, $p<.01$), diğer insanlarla olan iletişim problemleri sıklığı ($r=-.17$, $p<.05$), kök ailelerden kaynaklı iletişim problemi sıklığı ($r=-.60$, $p<.01$), eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı ($r=-.60$, $p<.01$), sürekli öfke ($r=-.18$, $p<.01$), öfke içe ($r=-.23$, $p<.01$) ve öfke dışa ($r=-.22$, $p<.01$) alt ölçekleri arasında anlamlı ve negatif yönde; Tablo 46.2’de ise evlilik uyumu puanları ile eğitim düzeyi ($r=.25$, $p<.01$), evlenme yaşı ($r=.13$, $p<.05$), algılanan ekonomik durum ($r=.21$, $p<.01$) ve öfke kontrol ($r=.18$, $p<.01$) alt ölçeği arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Korelasyon tablosunda evlilik uyumu puanları ile arasında anlamlı bir ilişki görülen bağımsız değişkenlerden hangilerinin uyumu yordamada anlamlı katkı sağladığını belirlemek amacıyla da aşamalı regresyon (stepwise) yöntemi uygulanmıştır.

Tablo 46.3. Evlilik Uyumunun Yordanmasına İlişkin R ve R² Değişimi

DEĞİŞKEN n=216	Çoklu R	R ²	R ² Değişim	F Değişimi	sd1	sd2	F Değişim p
KökAilelerden Kaynaklı Evlilikte Problem Yaşama Sıklığı	.605	.36	.36	123.59	1	214	.000
Eşle Yaşanılan İletişim Problemleri Sıklığı	.70	.49	.48	102.76	1	213	.000
Evlilik Süresi	.71	.51	.50	75.29	1	212	.000

Birinci aşamada, evlilik uyumu puanlarındaki varyansın en fazla açıklayıcısı olarak “KökAilelerden Kaynaklı Evlilikte Problem Yaşama Sıklığı” değişkeni analize girmiş ve toplam varyansın %36’sını açıklamıştır. KökAilelerden Kaynaklı Evlilikte Problem Yaşama Sıklığı ile evlilik uyumu puanları arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı olarak bulunmuştur ($R=-.605$, $R^2=.36$, $F(1,214)=123.59, p<.01$).

İkinci aşamada, KökAilelerden Kaynaklı Evlilikte Problem Yaşama Sıklığı değişkenine ek olarak analize “Eşle Yaşanılan İletişim Problemleri Sıklığı” değişkeni girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı %13 olup, iki değişken birlikte evlilik uyumu puanlarındaki toplam varyansı %49’a yükseltmiştir. Eşle Yaşanılan İletişim Problemi Sıklığı değişkeni ile evlilik uyumu arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R=.70$, $R^2=.49$, $F(1,213)=10276$, $p<.01$).

Üçüncü aşamada ise, KökAilelerden Kaynaklı Evlilikte Problem Yaşama Sıklığı, Eşle Yaşanılan İletişim Problemleri Sıklığı değişkenlerine ek olarak “Evlilik Süresi” değişkeni analize girmiştir. Bu değişkenin getirdiği ek katkı %2’dir. Bu üç

değişkenle birlikte evlilik uyumu puanlarındaki toplam varyansın %51'i açıklanmıştır. Evlilik süresi ile evlilik uyumu puanları arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R=.71$, $R^2=.51$, $F(3,215)=75.29$, $p<.01$).

Tablo 46.4. Evlilik Uyumunun Yordanmasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi

DEĞİŞKEN n= 216	B	std Hata	Beta	t	p
(1.Adım)					
(Sabit)	54.24	1.06		50.92	.000
Kök ailelerden kaynaklı evlilikte problem yaşama sıklığı	-5.18	.47	-.605	-11.11	.000
(2.Adım)					
(Sabit)	59.78	1.22		48.78	.000
Kök ailelerden kaynaklı evlilikte problem yaşama sıklığı	-3.50	.48	-.40	-7.31	.000
Eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı	-3.80	.53	-.40	-7.23	.000
(3.Adım)					
(Sabit)	61.69	1.31		46.72	.000
Kök ailelerden kaynaklı evlilikte problem yaşama sıklığı	-3.59	.47	-.42	-7.64	.000
Eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı	-3.61	.52	-.38	-6.99	.000
Evlilik süresi	-.83	.25	-.16	-3.29	.001

Özetle, kök ailelerden kaynaklı problem yaşama, eşle kurulan iletişimde zorluklar ve evlilik süresi değişkenleri evlilik uyumu puanlarındaki toplam varyansın %51'ini açıkladığı görülmüştür.

Regresyon analizi sonuçlarına göre, evlilik uyumunun yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{UYUM} = 54.24 - 3.59 * (\text{KÖK AİLELERDEN KAYNAKLI PROBLEM YAŞAMA SIKLIĞI}) - 3.61 * (\text{EŞLE YAŞANILAN İLETİŞİM PROBLEMİ SIKLIĞI}) - 0.83 * (\text{EVLİLİK SÜRESİ})$$

Regresyon eşitliği incelendiğinde, kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı ve evlilik süresi sabit tutulduğunda eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı değişkeni şöyle yorumlanabilir: eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı değişkenindeki 1 puanlık artış, evlilik uyumu puanlarında ortalama 3.61 puanlık azalmaya neden olmaktadır.

Benzer biçimde; eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı ve evlilik süresi sabit tutulduğunda kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı değişkeni şöyle yorumlanabilir: kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı değişkenindeki 1 puanlık artış, evlilik uyumu puanlarında ortalama 3.59 puanlık azalmaya neden olmaktadır.

Son olarak; kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı ve eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı sabit tutulduğunda ise evlilik süresi değişkeni şöyle yorumlanabilir: evlilik süresi değişkenindeki 1 yıllık artış, evlilik uyumu puanlarında ortalama 0.83 puanlık azalmaya neden olmaktadır.

Yaş, bir işte çalışıp çalışmama, çevredeki diğer insanlarla iletişim, eğitim düzeyi, evlenme yaşı, algılanan ekonomik durum ve SL.Öfke-Öfke Tarz alt ölçeklerine ilişkin değişkenler ise, aşamalı çoklu regresyon analizinin dışında kalmıştır.

BÖLÜM V

5.1 TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu bölümde, amaç ve problemler için yapılan çözümlemeler doğrultusunda elde edilen bulgular, alanyazın ışığında tartışılacaktır.

Bu araştırma, evli bireylerin Sürekli Öfke- Öfke İfade Tarzları ile Evlilik Uyumları ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin bulunup bulunmadığını saptamak amacıyla yapılmıştır. Katılımcıların evlilik uyumlarını ölçmek amacıyla Evlilik Uyumu Ölçeği, öfke ifadelerine yönelik ise Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda, İzmir’de ikamet eden, aralarında resmi nikah bulunan ve birlikte yaşayan 120 evli çiftte Sürekli Öfke-Öfke Tarz, Evlilik Uyumu ölçekleri uygulanmış; geçerli sayılan 216 evli bireye (108 kadın ve 108 erkek) ilişkin veriler çözümlenmiştir.

Araştırmanın alt amaçları arasında sürekli öfke-öfke ifade tarzları ile ilişkili olduğu düşünülen bazı sosyo-demografik değişkenleri test etmek bulunmaktadır. Bu bağlamda sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının cinsiyet, yaş grupları, eğitim düzeyi, meslek grupları, evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, sahip olunan çocuk sayısı, aile tipi(geniş ya da çekirdek aile), çalışıp çalışmama durumu, algılanan ekonomik durum, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök aile sorunları ve diğer bireylerle olan iletişimlerin niteliği gibi değişkenler açısından farklılaşp

farklılaşmadığına bakılmıştır. Çalışmada son olarak, araştırma kapsamında belirlenen değişkenlerin evlilik uyumunu yordama özellikleri çözümlenmiştir.

Aşağıda; Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ve Evlilik Uyumu'nun sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşma durumuna ilişkin bulgular tartışılmış ve konu ile ilgili yorum sunulmuştur.

5.1.1. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının bazı sosyo- demografik değişkenler açısından farklılaşmanın incelendiği bu çalışmada SL.Ö-Öfke Tarz ölçeğinin alt ölçeklerinden alınan puanların cinsiyet (Bkz. Tablo:17), meslek grupları (Bkz. Tablo:20.2), bir işte çalışma/çalışmama (Bkz. Tablo:26.2), eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı (Bkz. Tablo: 28.2), kök ailelerden kaynaklanan problem yaşama sıklığı (Bkz. Tablo: 29.2) ve çevredeki diğer bireylerle olan iletişimin değerlendirilmesi (Bkz. Tablo:30.2) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.

İlgili alanyazın incelendiğinde; Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği kullanılarak yapılan çalışmalarda örneklem grubunun, ölçeğin Türkçeye uyarlamasında da kullanılan üniversite ve meslek lisesi öğrencileri, hipertansiyon hastaları ve psikolojik danışma için başvuruda bulunan “nörotik” gruplar olduğu görülmektedir. Ülkemizde ilgili örneklemle çalışılmış çok sayıda araştırmalar bulunmaktadır(Yıldırım, 2005; Oral, 2006; Ulutürk, 2006; Yorgun, 2007; Yıldız, 2008; Çelik, 2009; Fiyakalı, 2008; Bedel, 2011). Ancak, ölçeğin normal popülasyonda çalışıldığı sınırlı sayıda araştırmanın bulunduğu görülmektedir.

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği alt ölçeklerinden elde edilen toplam puanların algılanan ekonomik düzey, yaş, sahip olunan çocuk sayısı ve eğitim seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu durum alan yazında Engin (2004)'in hemşire grubuyla yürüttüğü çalışmasıyla benzerlik göstermektedir. Engin'in çalışmasında; hemşirelerin gelir durumları, yaş grupları, çocuk sayısı ve eğitim düzeyleri ile Sürekli Öfke-Öfke Tarz ölçeği toplam puanları arasında anlamlı bir farklılaşma belirlenmemiştir. Benzer biçimde; Karabulut, Kılıç ve Köse (2004)'nin öfke ve anksiyete düzeyinin belirlenmesine yönelik çalışmalarında da eğitim durumu ile öfke ifadesi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını bulgulamışlardır (akt; Ulutürk, 2006). Ancak yaş değişkeniyle ilgili farklı araştırma sonuçları bulunmaktadır. Örneğin; Phillips, Henry, Hosie ve Milne (2006)'nin 18-88 yaş arası katılımcılarla yürüttükleri çalışmada öfke tepkisini incelemiş, yaşlı bireylerin öfkelerini daha az şiddetle dışa vurduklarını, içsel olarak öfkelerini kontrol etmeye çalıştıklarını ve sakinleşme stratejilerini daha sık kullandıklarını görmüşlerdir. Benzer biçimde ülkemizde de ileri yaşlardaki öfke yaşantılarında ve tepkilerinde belirgin bir azalmanın olduğu, sakin davranış örüntülerinin arttığı bildirilmektedir. Yine Batıgün (2002)'ün 13-62 yaş arası 619 bireyle yaptığı çalışmasında, 13-24 yaş arasındaki bireylerin diğer yaş gruplarına oranla öfke alt ölçeklerinden daha yüksek puanlar aldıkları belirlenmiştir.

Sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının, cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında; öfke içe, öfke kontrol ve sürekli öfke alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma belirlenmezken, öfke dışa alt boyutunda erkeklerin kadınlara oranla öfkelerini daha kolay ifade edebildiği bulgulanmıştır. Araştırmada elde edilen bu bulgu, literatürdeki bazı araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (Savaşan ve Özgür, 2010). Teorik düzeyde; öfke yaşantısı ve öfkenin ifade edilmesi konusunda cinsiyet bakımından farklılık bulunmaktadır. Collier (1982)'e göre kadınların çoğu öfkeyi bastırmakta ya da dolaylı yollarla ifade etme eğiliminde olduklarını, Lemkau ve Landau (1986) da, kadınların kendi özel ihtiyaçlarını görmezden gelme eğiliminde oldukları için öfkelerini ifade etmede güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir. Milovchevich, Howels & Day (2001)'in çalışmalarından elde ettikleri bulgularda, cinsiyet yerine cinsiyet rol kimliğinin

sürekli öfke düzeyi ve öfkenin ifade tarzlarıyla ilişkili olduğu, erkeksi cinsiyet rolünün, öfkeyi ifade etme ve dışa yöneltme konusunda kadınsı cinsiyet rolüne göre daha fazla eğilimli olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Yıldırım, 2006). Birçok araştırmacının da desteklediği biçimde; erkeklerin öfke dışındaki duygularını rahat ifade etmede zorlandıkları, öfke dışındaki duygularını ve incinmişliklerini daha çok gizleme eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Güleç, 2002). Ulutürk (2006)'ün antihipertansif bireylerle yaptığı çalışmada; yine kadınların öfkelerini kontrol etme ve içte tutma puanlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Şahin (2009)'in çalışmasında ise farklı olarak, kadınların sürekli öfke, öfke içte ve öfke kontrol alt ölçekleri puan ortalamalarında anlamlı düzeyde bir farklılaşma gösterirken, bu çalışmada elde edilen sonuçlara benzer olarak erkeklerin öfke dışı puan ortalamalarının yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir. Aranda-Hayan, Crater, Caserta ve arkadaşları (2001) çalışmalarında; kadınların öfke duygusunu içte yaşadıklarını, sosyal ve ailevi ilişkilerini etkileyebileceği için, sahip oldukları farklı roller ve bu rollerden kaynaklanan sorumluluklardan dolayı erkeklere göre daha kontrollü davranarak, öfkelerini bastırdıkları söylenmektedir (akt; Şahin, 2009).

Sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının meslek grupları açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında; bir işte çalışan ve çalışmayan katılımcıların öfke kontrol puan ortalamalarının emekli katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Başka bir ifadeyle; emeklilerin öfke kontrollerinin yüksek olmasında Özer (1994)'in de belirttiği üzere mantığa bürünme, bastırma ve inkar gibi savunma mekanizmalarını daha sık kullandıkları söylenebilir. Ayrıca, emeklilerin; bir işte çalışan ve çalışmayan katılımcılara oranla öfke dışı alt ölçeği puan ortalamalarının başka bir ifadeyle; öfke dışı durumlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Görev durumunun ve iş motivasyonunun öfke ifadesine etkisini inceleyen Engin ve Çam (2005)'in çalışmalarında; iş motivasyonu arttıkça öfke kontrolünün arttığı, iş doyumunu azaldıkça öfkenin bastırılmasının arttığı sonucuna ulaşılmıştır (akt; Ulutürk, 2006). Bir işte çalışmak, bireylerin öfkelerini kontrol altına almada olumlu katkıda bulunurken, yaptığı işten memnun olmayan ya da çalışmayan bireylerin öfkelerini bastırmalarına ya da sağlıklı olmayan biçimlerde

öfkelerini ortaya koymalarına neden olduğu düşünülmektedir. Araştırmadan elde edilen diğer bir sonuç ise; emekli olan katılımcıların sürekli öfke puan ortalamalarının bir işte çalışan katılımcılardan yüksek olduğu, dolayısıyla durumsal öfkenin emekli bireylerde daha sık yaşandığı yönündedir. Görev durumu ve çalışma motivasyonu açısından bakıldığında; benzer biçimde memur katılımcıların öfke kontrol puan ortalamaları yüksek iken, emeklilerin sürekli öfke diğer bir ifadeyle durumsal öfkenin sıklığına ilişkin puanlarının yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Alanyazında eşler arasında yaşanan iletişim problemleri sıklığı incelendiğinde, Lench (2004)'in çalışmasında, yüksek öfke grubunda yer alan üniversite öğrencilerinin, çift ve arkadaşlık ilişkilerinde düşük öfke grubunda yer alan bireylere oranla daha fazla çatışma yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada; eşleriyle çok seyrek ya da hiç iletişim problemi (çatışma) yaşamayan katılımcıların öfke kontrol puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle; bu bireylerin sık sık sorunlar yaşayan bireylere oranla öfkelerini bastırmaya daha eğilimli olduğu söylenebilir (Özer, 1994). Araştırmadaki diğer bir değişken ise SL-Öfke-Öfke Tarz alt ölçekleri toplam puanlarının çevredeki diğer bireylerle kurulan iletişimin niteliğine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Diğer bireylerle ilişkilerini orta düzeyde algılayan katılımcıların durumsal öfkelerinin diğer bir değişle sürekli öfkelerinin, iyi düzeyde algılayan gruba oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusu ilgili literatürle paralellik göstermektedir.

Eşler arasında, kök ailelerinden kaynaklı iletişim problemi yaşama sıklığına bakıldığında; sık sık problem yaşayan katılımcıların hem öfke dışı vurumunun hem de öfkelerini bastırma düzeylerinin çok seyrek ya da problem yaşamayan katılımcılara oranla yüksek olduğu; benzer biçimde arada sırada eşiyle kök ailelerinden kaynaklı sorunlar yaşayan katılımcıların öfkelerini bastırma düzeyleri, çok seyrek ve hiç sorun yaşamayanlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1-5 yıl arası evli olan kadınlar örneklemin %36.1'sını, erkekler %37 'sini; 5 yıl ve üzerinde evli olan kadınlar örneklemin %63.9'ünü, erkekler ise %63'ünü oluşturmuştur.

20-30 yaş arasında evlenen kadınlar örneklemin %75'ini erkekler %75'ini; 41 yaş ve sonrasında evlenen kadın katılımcının bulunmadığı erkeklerin ise örneklemin %0.9'unu oluşturmuştur.

Eşleriyle anlaşarak evlenen kadınlar örneklemin %75.9 'unu, erkekler %74.1'ini, eşiyile zorla evlendirilen kadın katılımcının bulunmadığı erkeklerin ise örneklemin %0.9'unu oluşturmuştur.

Eşi ve çocuklarıyla yaşayan kadınlar örneklemin %89.8'i, erkekler ise %91.07'sini oluşturduğu oluşturmuştur.

İlgili alanyazın incelendiğinde, Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin normal popülasyona uygulandığı araştırmaların oldukça sınırlı olduğu; özellikle örnekleme ergenler ve “nörotik” katılımcılardan oluşan araştırmaların yapıldığı görülmektedir. Bu noktada; evli bireylerin sürekli öfke-öfke ifade tarzlarıyla ilişkili olduğu düşünülen evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, çekirdek/geniş aileye mensup olma, kök aile sorunları gibi demografik değişkenlerin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.2. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Evliliğin niteliğinin değerlendirilmesinde uyumun önemli olduğu düşünülmekte ve evlilik üzerine yapılan araştırmalarda daha çok uyumu etkileyen faktörlerin incelenmesi ve uyumu arttırmaya yönelik yaklaşımların geliştirilmesine odaklanıldığı görülmektedir(Erdoğan, 2007).

Araştırmadaki amaçlardan bir diğeri ise; evli bireylerin evlilik uyumlarının sosyo-demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymaktır. Bu doğrultuda Evlilik Uyumu Ölçeği'nden alınan puanların eğitim düzeyi (Bkz. Tablo:33.2), meslek grupları (Bkz. Tablo:34.2), evlilik süresi (Bkz. Tablo: 35.2), çocuk sayısı (Bkz. Tablo: 38.2), bir işte çalışma/çalışmama (Bkz. Tablo:40.2), algılanan ekonomik durum (Bkz. Tablo: 41.2), eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı (Bkz. Tablo: 42.2), kök ailelerden kaynaklanan problem yaşama sıklığı (Bkz. Tablo: 43.2) ve diğer bireylerle iletişimin değerlendirilmesi(Bkz. Tablo:44.2) değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur.

Evlilik uyumunun, cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında; alanyazında farklı bulguların elde edildiği görülmektedir. Bazı çalışmalarda evlilik uyumunun cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenirken (Yıldırım, 1992; Hasta, 1996; Şener ve Terzioğlu, 2002; Bir-Aktürk 2006; İlketenci 2005; Akar (2005), farklılaşmanın belirlenemediği çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin; Demiray (2006)'ın çalışmasında; kadınların evlilik uyumu puanlarının erkeklere göre daha düşük olduğu ancak farklılığın anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Konuyla ilgili yapılan bir başka araştırmada ise Fidanoğlu(2007); kadın ve erkeklerin doyum, bağlılık, fikirbirliği ve duyguların ifadesi açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığını bildirmektedir. Kışlak ve Çabukça (2002)'nın demografik değişkenler ve empatinin evlilik uyumuyla ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında; cinsiyetin evlilik uyumunda anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmada elde edilen bulguların, Güçlü Ergin (2008), Turanlı (2010), Süataç (2010) Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu (2006) ve Polat (2006) 'ın araştırma bulgularıyla uyumlu olduğu görülmektedir. Bu araştırmalarda cinsiyetin evlilik uyumu/doyumu üzerinde etkisinin görülmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilik uyumunun yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi ve aile tipi (geniş/çekirdek) gibi sosyo-demografik değişkenler açısından anlamlı düzeyde

farklılaşmadığı bulunmuş, alanyazında yapılan diğer araştırmalarla benzer sonuçlar gösterdiği görülmüştür. Örneğin; Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2000) çalışmalarında; demografik değişkenlerin evlilik uyumunu yordamadığını, eşlerin evlilik uyumlarının evlilik yılı gibi değişkenlerle ilintili olmadığını belirtmektedirler. Ergin (2008) ve bir çok araştırmacı (Fışiloğlu, 2001; Hamamcı,2005; Blum ve Mehriban,1999; ve Bir-Aktürk, 2006) çalışmalarında yaş, evlilik süresi, evlilik sayısı, etnik köken gibi değişkenler ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmektedirler. Demiray (2006)'ın çalışmasında evlilik uyumunun evlenme biçimi ve aile tipleri değişkenleriyle arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. Turanlı (2010) ve Çetin (2010)'ın yaş grupları, Aktaş (2009)'ın evlenme yaşı; Soyer (2006)-Çavuşoğlu (2011)'nın ise evlilik sürelerine yönelik yaptıkları çalışmalarda; alanyazında benzer biçimde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında evlilik süresinin, yaşı ve evlenme biçiminin evlilik uyumunu etkilediğini belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Süataç, 2010). Bu araştırmada evlilik uyumu puanlarının evlilik süresine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlense de Tukey testi sonuçları anlamlı farklılaşma göstermemiştir. Elde edilen bu bulgunun alanyazında anlamlı düzeyde farklılaşma göstermeyen araştırmalarla benzerlik taşıdığı görülmektedir. Araştırmada, evlilik süresinin evlilik uyumunu yordayan değişkenler arasında yer aldığı (Bkz. Tablo: 46.3), evlilik süresi ile evlilik uyumu arasındaki korelasyonun negatif yönde ve anlamlı olduğu, diğer bir ifadeyle evlilik süresi arttıkça evlilik uyumunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo: 46.1).

Araştırmadan elde edilen diğer bir bulgu; evlilik uyumunun eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ile ilgilidir. Eğitim seviyesi yükseldikçe evlilik uyum puanlarının da yükseldiği görülmektedir. Çalışmadan elde edilen bulgulara, üniversite ya da lisansüstü mezunu bireylerin evlilik uyum puanlarının, ilköğretim mezunu olan bireylere oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alanyazında eğitim düzeyi ile evlilik uyumu ilişkisini inceleyen çalışmalarda anlamlı bir farklılaşma olduğunu gösteren bulgular yer almaktadır. Örneğin; Şener ve Terzioğlu (2002)'nın yaptıkları çalışmada, öğrenim düzeyi ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde

anamlı bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir değişle, eğitim düzeyi arttıkça evlilik uyumu da artmaktadır. Özbeklik (2006)'in yalnızca kadınlarla yürüttüğü çalışmasında; özellikle kadının eğitim seviyesinin evlilik kalitesini belirlemede önemli rol oynadığı düşünülmektedir (Akt; Fidanlıoğlu, 2007). Yine; Fışıloğlu (1992), Blum ve Mehrabian (1999), Dökmen ve Tokgöz(2002) ve Abalı (2006)'nın araştırmalarında eğitim düzeyindeki yükselişe, evlilik doyumu ve evlilik uyumundaki artışın da eşlik ettiği görülmektedir (Akt; Ergin, 2008). Fidanoglu (2007)'nin çalışmasında okuryazar ve okuryazar olmayan katılımcılar arasında evlilik doyumu açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu sonucu, eğitim düzeyi yükselişinin, bireylerin iletişim ve problem çözme becerileri konusunda olumlu katkılarının olabileceğini düşündürmektedir.

Eşlerin çocuk sahibi olmak istemeleri durumunda; çocuk sayısı, çocukların yetiştirilmesi ve üstlenilen sorumluluklar evlilikte önemli kararlar arasında yer almaktadır. Bununla birlikte eşlerin ortak kararlarının olmasının da oldukça önemli olduğu belirtilmektedir (Yekenkunrul, 2011). Evlilik ilişkisi açısından çocuk; uyumu etkileyen bir faktör olmakla birlikte; bu çalışmada çocuk sahibi olmayan çiftlerin evlilik uyum puanlarının çocuk sahibi olanlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Çocuk, aileyi bir arada tutabileceği gibi çiftler arasındaki çatışma ve uyumu da etkileyebilmektedir. Çocuk hakkında verilen kararların ortak alınacak olması ve çiftlerin kendi fikirleri doğrultusunda çocuklar hakkında karar vermeleri çatışmalara yol açabilmektedir (Aktaş, 2009). Aktaş (2009)'ın çalışmasında; çocuk sayısının artmasıyla evlilik uyumu puanlarının düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bu açıdan bakıldığında; alanyazında çocuk sahibi olmanın evlilik uyumunu arttırdığını gösteren çalışmaların yanı sıra (Callan, 1983; Hasta, 1996; Tutarel- Kışlak, 2000 akt; Çavuşoğlu, 2011) çocuksuz evliliklerin, evlilik uyumu açısından daha başarılı olduğunu destekleyen çalışmalar da bulunmaktadır. Pensky (1988), Juang ve Tucker (1991), Hetherington (1999), Twenge, Campbell, Foster, (2003) çalışmalarında; çiftlerin çocuk sahibi olmaları durumunda uyum puanlarının düştüğünü, Feeney ve arkadaşları (1994) ise, ailenin çocuk sahibi olmasıyla birlikte çiftlerin özellikle kadınların evliliklerinde problem yaşadıklarını

belirtmektedirler (Akt; Demiray, 2006). Yaşar (2009)'ın çalışmasında, çocuk sayısı arttıkça özellikle kadınların evlilik uyumu düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmış, elde edilen bu bulgunun toplumumuzda çocuğun bakımını daha çok kadının üstlenmesi, erkeklerin bu konuda eşlerine yeterince yardımcı olmamaları ve birçok alanda fazlaca sorumluluk yüklenen kadının eşine yeteri kadar vakit ayıramamasından kaynaklı olabileceği şeklinde yorumlandığı görülmektedir. Birçok araştırmacı, çocukların dünyaya gelmesiyle birlikte eşler arasında yaşanan evlilik doyumu ya da evlilik uyumunun da azaldığını belirtmişlerdir (Spainer ve diğer., 1975). Belsky (1990) ise, çocuğun evlilikte problem haline gelme nedeni olarak eşler arasında varolan iletişim sorunlarını göstermekte; çocuğun evlilik doyumunu azaltıcı bir unsur olarak görülmesinin aksine sorunları ortaya çıkaran bir unsur olarak değerlendirilmesi gerektiğini düşünmektedir (Çelik, 2006).

Bireylerin sahip oldukları meslek ve statünün evlilik uyumuyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Mesleki olarak statüsü yüksek olan bireylerin, orta ya da düşük mesleki statüye sahip bireylere oranla yaşam standardı daha yüksek olmaktadır. Mesleki statüleri yüksek olan bireyler ve eşlerinin, evlilik doyumlarının, statüsü düşük olan bireylere göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır (Hasta, 1996). Bu araştırmada; özel sektörde ve kamu kurumunda çalışan bireylerin evlilik uyumlarının ev hanımlarına oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmış, ayrıca bir işte çalışmakta olan bireylerin evlilik uyumlarının emekli olan bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bu bulgunun, ailenin ekonomik algısıyla yakından ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Araştırmada, ekonomik açıdan kendisini ortanın üstü olarak algılayan bireylerin evlilik uyumlarının ortanın altı ve orta düzeyde algılayan bireylere oranla anlamlı düzeyde yüksek olmasının da beklenen bir sonuç olduğu düşünülmektedir. Yıldırım (1993) çalışmasında benzer sonuçlar elde etmiş, farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeylerinin farklılaştığını ortaya koymuştur. Gelir düzeyinin özellikle kadınların evlilik uyumu açısından erkeklere oranla daha önemli olduğu; meslek, gelir gibi etkenlere göre algılanan ekonomik yeterliliğin evlilik kalitesiyle yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Vaydanoof et. al., 1988; Vijayanthima, 1991; Patricia ve

Bernadette, 1991, akt; Demiray, 2006). Benzer biçimde Fox (1973); sosyoekonomik seviyesi yüksek olan bireylerin, daha az bağımlılık geliştirdiklerini bu sayede, duygusal bağlılığın ve birbiriyle ilgili olmanın arttığını, bunun da evlilik uyumunu arttırdığını, İmamoğlu ve Yasak (1997) ise çalışmalarında sosyoekonomik düzey ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Akt; Akar, 2005). Evlilik ve gelir düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda ise kadınların, gelir düzeyleri ile evlilik uyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu belirten çalışmaların (Bir-Aktürk, 2006, Polat, 2006) yanı sıra gelir düzeyleri ile evlilik uyumları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Hasta, 1996). Burgess ve Locke(1953); Goode (1962) ve Cutright (1971)'ın çalışmalarında çiftlerin ekonomik gelirleri yükseldikçe evlilik kalitelerinin de yükseldiği, evlilik tatmini açısından yeterli gelirinin olduğu algısına sahip olmanın önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir (Akt; Kocadere, 1995).

İletişimin; evlilikte uyumun sağlanabilmesinde en önemli yapı taşlarından biri olduğu düşünülmektedir. Araştırmada, iletişim ile ilişkili olarak hem eşler hem de kök aileler arasında yaşanan iletişim problemleri incelenmeye çalışılmış, iletişim problemleri azaldıkça evlilik uyum puanlarının da arttığı görülmüştür (Bkz. Tablo: 46.1). Aile üyeleri arasındaki iletişim biçimi, çevreyle olan iletişim hakkında da ipuçları vermektedir. Bireylerin evlilik uyumlarının sosyal uyumları üzerinde etkili olduğunu, evlilik uyumu ile sosyal uyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar, bu görüşü destekler niteliktedir (Fışıloğlu, 1992; akt: Ergin, 2008; Kitamura ve diğerleri., 1998.). Araştırmada; çevresiyle olan ilişkisini “iyi” olarak değerlendiren bireylerin, evlilik uyum puanlarının, çevresiyle olan ilişkisini “orta” olarak değerlendiren bireylerden yüksek olduğu bulgusunun alanyazında yer alan çalışmalarla uyumlu olduğu düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde; bazı araştırmacıların eşler arasındaki uyum kavramını eşlerin evliliklerinde neler hissettikleri açısından inceledikleri, bazı araştırmacıların ise; eşler arasındaki uyumu, iletişim, çatışma gibi ilişkiyi kapsayan özellikleri kullanarak ele aldıkları görülmektedir (Yılmaz, 2001; Erberk ve diğer., 2005). Buna göre, olumsuz

davranışlar ile evlilik uyumu arasındaki ilişki, çiftlerin duygularını nasıl ifade ettikleri ile ilgilidir. Evliliklerde uyumu artırdığı düşünülen en önemli ölçütün eşlerin evlilik dışı sorunlarda birbirlerine destek olup olmamasıyla ilgilidir (Açık, 2008). Çoğu araştırmada, iletişim becerisi yüksek olan çiftlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu, iletişim problemleri yaşayan çiftlerin ise evlilik doyumlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada benzer biçimde; eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığının evlilik uyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu, problemlerin sıklığı arttıkça evlilik uyumunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Bkz. Tablo: 46.4). Eşler arası yaşanan iletişim problemleri, çiftlerin evlilik terapisine başvurma nedenlerinin de başında gelmektedir (Westerop, 2002; Cornelius, 2004; Akt; Canel, 2007). Malkoç (2001)'un çiftlerin iletişim örüntüleri ile evlilik uyumunu araştırdığı çalışmasında, evlilik uyumu yüksek olan eşlerin daha yapıcı iletişim örüntüleri kullandığı, evlilik uyumu düşük olan eşlerin daha yıkıcı iletişim örüntüleri kullandıkları (Akt; Fidanoğlu, 2007) sonucuna ulaşılmıştır. Benzer biçimde Polat (2006) da; evlilik uyumu, aldatma eğilimi ve çatışma eğilimini incelediği çalışmasında; evlilik uyumu yüksek olan bireylerin çatışma eğilimlerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada, evlilikte eşler arasındaki uyum ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin bulgulanması, ilgili literatürle paralellik göstermektedir (Bkz. Tablo:16). Ebinuwa-Okoh (2008) araştırmasında; iletişim ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi ele almış, iletişim ve diğer bazı kişilik özelliklerinin, evlilik uyumuyla istatistiksel açıdan anlamlı yordayıcılar olduğunu ortaya koymuştur. Stanley ve diğ. (2002)'nin iletişim, çatışma ve bağlanmanın evlilik uyumu ile ilişkili araştırma sonuçlarına göre; çiftler arasındaki olumsuz çatışma çözme stilleri ile evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (akt; Hacı, 2011). Akar (2005) araştırmasında, eşle olan iletişimi de içeren bazı değişkenler ile, çift uyumu arasındaki ilişkiyi karşılaştırmış; evlilik uyumu ve eşle olan iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu; eşleriyle etkili bir iletişime sahip olmayanların evlilik uyumu puanlarının düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Şener ve Terzioğlu (2008)' da bazı sosyo-ekonomik değişkenler ile iletişimin eşler arasındaki uyuma etkisini inceledikleri çalışmalarında benzer sonuçlar elde etmiş, ayrıca evlilik uyumunun duygu ve düşüncelerin paylaşımı ve bu konuda duyulan memnuniyet derecesi

arttıkça arttığını bildirmişlerdir. Sardoğan ve Karahan (2005)'ın geliştirdikleri 10 oturumluk İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nda evli bireylerin evlilik uyumu düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiş, elde edilen bulgulara; empati, sağlıklı iletişim ve çatışma çözme de içeren eğitim programına katılan evli bireylerin evlilik uyum düzeylerinin, programa katılmayan bireylerin evlilik uyum düzeylerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular, İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın evli bireylerin evlilik uyumları üzerinde olumlu etkilerinin bulunduğunu göstermektedir.

Açık (2008) çalışmasında; kök aile ile olan ilişkilerin evlilikte çatışma sıklığını yordayıcı bir değişken olduğunu belirtmiş, kök ailesiyle ilişkileri olumlu olan bireylerin evlilik çatışmasını daha az sıklıkla yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır. Diğer yandan; bireylerin evliliklerinde yaşadığı çatışmalarda kök ailede yaşanan çatışmalı ilişkilerin önemli bir rolü olduğu, kök ailelerinde sık sık ve yoğun biçimde evlilik çatışmalarına maruz kalan bireylerin kendi evliliklerinde de problem yaşama olasılıklarının yüksek olduğu (Amato ve Booth, 2001); ailenin çatışmayı ele alış biçiminin çocuklarda ilişkileri değerlendirmelerine dair içsel modellerini etkileyebildiği (Fincham ve diğ., 1994); ebeveynler arasındaki çatışma süreçlerinin kuşaklar arası aktarıldığı (Van Doorn ve diğ., 2007) ortaya çıkmıştır (Avakame, 1998; Halford ve diğ., 2000; O'Leary ve diğ., 1994 akt; Ülker, 2011). Bu araştırmada benzer biçimde; kök ailelerden kaynaklanan iletişim problemleri sıklığının evlilik uyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu, iletişim problemlerinin sıklıkla yaşanması ile evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur(Bkz. Tablo: 46.4). Diğer bir ifadeyle iletişim problemlerinin yaşanma sıklığı arttıkça evlilik uyumunun azaldığı bulgusu elde edilmiştir.

Sonuç olarak; araştırmanın alt amaçları doğrultusunda elde edilen bulgulara evlilik uyumunun; eğitim düzeyi, çocuk sayısı, bir işte çalışıp çalışmama, algılanan ekonomik durum, eşle yaşanan iletişim problemleri sıklığı, diğer bireylerle olan iletişim problemi sıklığı ve meslek çeşidi; öfke ifade tarzlarının ise; cinsiyet, meslek

çeşidi, bir işte çalışıp çalışmama, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök ailelerden kaynaklı iletişim problemleri sıklığı ve diğer bireylerle olan iletişim problemleri sıklığı gibi değişkenler açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök ailelerden kaynaklı iletişim problemleri sıklığı ve evlilik yılı değişkenlerinin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

BÖLÜM VI

6.1. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular ışığında ulaşılan sonuçlar belirtilmiş ve elde edilen sonuçlara ilişkin geliştirilen öneriler sunulmuştur.

Araştırmada; evli bireylerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Evlilik Uyumu ve Sürekli Öfke-Öfke Tarz ölçeklerinden alınan puanların çalışmada belirlenen sosyo-demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Buna göre; Evlilik uyumu puanlarının eğitim, meslek, evlilik süresi, sahip olunan çocuk sayısı, bir işte çalışıp çalışmama, algılanan ekonomik durum, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı ve diğer insanlarla olan ilişkilerin değerlendirilmesi değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Sürekli Öfke-Öfke Tarz puanlarına bakıldığında ise cinsiyet, meslek, bir işte çalışıp çalışmama, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı, kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı ve diğer insanlarla olan ilişkilerin değerlendirilmesi değişkenleri açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın belirlendiği görülmektedir.

Bireylerin Sürekli Öfke-Öfke Tarz puanları, evliliklerinde uyumlu ve uyumsuz olma durumları açısından karşılaştırıldığında; Sürekli Öfke, Öfke İç ve Öfke Dış alt ölçeklerinde anlamlı düzeyde bir farklılaşma olduğu bulunmuştur.

Araştırmada belirlenen sosyo-demografik değişkenlerden evlilik uyumunu yordama derecesi en yüksek olanlar arasında kök ailelerden kaynaklı problem yaşama sıklığı, eşle yaşanan iletişim problemi sıklığı ve evlilik süresi bulunmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında aşağıda bazı öneriler sunulmuştur. Buna göre;

1. Evlilik ilişkisi içinde uyumu etkileyen pek çok etmen bulunmakla birlikte, eşler açısından bu faktörlerin ve süreçlerin uyuma nasıl bir etki yarattığını derinlemesine anlayabilmek amacıyla evli çiftlerden oluşan daha küçük gruplarla niteliksel özellikte çalışmalar yapılabilir.
2. Araştırma İzmir ilinde yaşayan gönüllü evli çiftlerle yürütülmüştür. Katılımcıların belli bir bölgeden seçilmiş olması ve katılımcı sayısının sınırlı olması sonuçların genellenebilirliği konusunda bir takım kısıtlılıklara neden olmaktadır. Bu açıdan, benzer çalışmaların daha geniş örneklem ve evren üzerinde yapılması sonuçların genellenebilirliğine olumlu katkı sağlayacaktır.
3. Araştırmada, evli bireylerin öfke ifade biçimlerine yönelik Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği kullanılmıştır. Öfke ifade tarzlarının evli bireylere özgü olarak değerlendirme yapılmasının önemi dikkate alındığında, evlilik sürecinde yaşanan öfke tarzlarını ölçen farklı bir ölçme aracının geliştirilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.
4. Araştırmada evlilik uyumuna etki edeceği düşünülen bazı değişkenler analiz edilmiştir. Buna göre, yapılan regresyon analizinde üç değişkenin evlilik uyumuna ilişkin toplam puanlarındaki varyansın % 51'ini

açıkladığı görülmüştür. Bu durum, uyuma yönelik geride kalan yüzdenin açıklanması gerektiğini ortaya koymaktadır. Bu açıdan; evlilik uyumu ile ilgili diğer değişkenlerin belirlenmesinin (kişilik tipleri, cinsel doyum, beklentiler, empatik yaklaşım, sorun çözme becerileri, sorumluluk yüklemeleri, sadakat, bağlılık...vb.) uygun olacağı düşünülmektedir. Söz konusu değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisinin incelendiği yeni araştırmaların yapılması önerilebilir.

5. Araştırma kapsamında evli bireylerin öfke ifade tarzlarının belirlenmesine yönelik Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin uygulamasının daha çok ergenlere, üniversite öğrencilerine, yöneticilere psikolojik danışma için başvuruda bulunan bireylere ve hipertansiyon hasta gruplarına uygulandığı, ölçeğin normal popülasyonda uygulamalarının oldukça sınırlı olduğu, özellikle evli bireylere uygulanan çalışmaların bulunmadığı görülmektedir. Evlilik uyumunun diğer bazı değişkenlerle (evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, çekirdek/geniş aileye mensup olma, kök aile sorunları) ilişkisinin araştırıldığı çalışmalara ilgili alanyazında rastlanılmamıştır. Ölçeğin evli bireylere yönelik uygulamasının yapıldığı bu araştırma, literatürde tek olma özelliği taşımakla birlikte ilgili örneklem grubuyla yapılacak çalışmaların çoğaltılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
6. Sağlıklı bir evlilik ilişkisi sürdürme konusunda çiftlerin öncelikle varolan sorunlarını fark etmeleri, çözümlemeleri ve uyumsuzluklarla baş edebilmeleri konusunda desteklenmeleri gerekmektedir. Eşler arasında yaşanan duygusal ve davranışsal problemler, yardım almadıkları takdirde, evlilik doyumlarını etkilemenin yanı sıra, yaşam kalitelerini de düşürmektedir (Akgün ve Uluocak, 2010). Evlilik ilişkilerine yönelik geliştirilecek programlar profesyoneller eşliğinde uygulanarak olumsuz sonuçlar yaşanmadan ilişkinin sürmesine ve sağlıklı gelişmesine katkı

sağlayabilir. Geliştirilen programların etkililiğini ortaya koymak üzere yapılacak deneysel çalışmaların da alanyazında sınırlı sayıdaki deneysel çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Akar, H. (2005). Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Akgün, R. ve Uluocak P.G. (2010). Evlilikte etkili iletişim ve problem çözme. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı:23(6).
- Aktaş, S. (2009). Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akmaz, N. (2009). Eğitim yöneticilerinin bağlanma stilleri ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Albayrak, B. ve Kutlu, Y.(2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. **Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi**, 2(3), 57-69.

Alkan, E. (2008). Cinsel işlev bozuklukları ve kişilerarası tarz, öfke, kendilik algısı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler enstitüsü, Ankara.

Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2005). **Psikolojik Danışma Kuramları**. İstanbul: Aktüel Yayınları.

Arslan, S.H., Alparslan, N.Z. ve Ünal, M. (1998). Distimik bozuklukta öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. **Düşünen Adam Dergisi**, Sayı: 11(3), 33-38.

Avcı, R. (2006). Şiddet davranışı gösteren ve göstermeyen ergenlerin ailelerinin aile işlevleri, öfke ve öfke ifade tarzları açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Aziz, A. (2003). **Araştırma Yöntemleri Teknikleri ve İletişim**. (3. Baskı). Ankara: Turhan Kitapevi Yayınları.

Azizoğlu, B.S. ve Hovardaoğlu, S. (1996). Evlilik için karşılaştırma düzeyi ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı: 11(38),66-76.

Bal, H. (2007). Evli çiftlerde evlilik uyumunu etkilediği düşünülen bağlanma stilleri ve cinsiyet rolleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Balkaya, F. ve Şahin N.H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. **Türk Psikiyatri Dergisi**, Sayı: 14(3), 192-202.

Balkaya, F. (2001). Öfke: temel boyutları, nedenleri ve sonuçları. **Türk Psikoloji Yazıları**, Sayı:7(4), 21–45.

Batıgün A.D., Şahin, N.H. (2003). Öfke, dürtüsellik ve problem çözme becerilerindeki yetersizlik gençlik intiharlarının habercisi olabilir mi? **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı: 18(51), 37-52.

Battal, A. (2008). **Boşanma Sebepleri**. İstanbul: Eflatun Matbaacılık.

Bayrı, F. (2007). Hemşirelerin öfke ifade biçimleri ve genel sağlık durumları ile ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Bedel, A. (2011). Kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin ergenlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Berkowitz, L. (1989). Frustration-Aggression Hypothesis; Examination and Reformulation. **Psychological Bulletin**, 106. 59-73.

Bıyık, N. (2004). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık duygularının kişisel ve sosyal özellikleri, öfke eğilimleri açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Bir Aktürk E. (2006). Marital Satisfaction İn Turkish Remarried Families: Comparison Among Marital Status, Effect Of Stepchildren, And Contributing Factors. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Bradbury, TN. & Karney, BR. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. **Journal of Marriage and Family**, 66 (Nov), 862-879.

Büyüköztürk, Ş.(2008).**Bilimsel Araştırma Yöntemleri**.Ankara:Pegem Yayınevi.

Büyükşahin, A., (2006). Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal bilimler Enstitüsü, Ankara.

Büyükşahin, A. (2004). Türkiye’de uyarlama çalışmaları yapılmış ya da türk kültüründe geliştirilmiş ikili ilişkiler kapsamındaki ölçeklerin kısa tanıtımı. **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı 19(53).

Conger, J.C., Conger, J.A., Edmondson, C., Tescher, B. and Smolin, J. The Relationship of Anger and Social Skills to Psychological Symptoms, Assessment. vol:10, No: 3, 2003, ss. 248-258.

Canel, N. A. (2007). Ailede problem çözme evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Çakır, B. (2011). Modernleşme sürecinde Türkiye’de evlilik kurumunun işleyişi ve boşanma eğilimlerinin seyri. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çakır S. (2008). Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Çamur, G. (1998). Aile işlevleri ile ailenin demografik, sosyal ve ekonomik nitelikleri ve yaşam döngüsü arasındaki ilişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Çavuşoğlu, Z.Ş. (2011). Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çelik M. (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.

Çelik, D. B. (2009). Migren baş ağrısı hastalarında öfke tarzları ve kişilik özellikleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin yetkinlik inançları ile depresyon, benlik saygısı, iç-dış kontrol odağı, sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Çetin, T. B. (2010). Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Çınar, L. (2008). Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutum. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Cüceloğlu, D. (2000). **İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları**. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Danışık, D. N. (2005). Ergenlerin sürekli öfke öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Demiray, Ö. (2006). Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.

Demirkan, S. (2006). Türk ailesinin korunması ve güçlendirilmesinde sivil toplum kuruluşları ile işbirliğinin önemi. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı 9(3), 91-95.

Diong, S. M., Bishop, G. D., Enkelmann, H. C., Tongi, E. M. W., Why, Y. P., Ang, J. C. H., Khader, M. (2005). Anger, stress, coping, social support and health: Modelling the relationships. **Psychology and Health August**, 20. 467–495.

Elmas, H. E. (2009). Ortaöğretim öğrencilerinin benlik algı düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Engin, E. (2004). Psikiyatri kliniğinde çalışan hemşirelerin öfke düzeyleri ile iş motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Erbek, E., Beştepe, E., Akar H. ve Eradamlar, N. (2005). Evlilik uyumu. **Düşünen Adam Dergisi**; 2005, 18 (1): 39-47.

Erdem, Murat., Çelik, C., Yetkin, S., ve Özgen, F. (2008). Yaygın anksiyete bozukluğunda öfke düzeyi ve öfke ifade tarzı. **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, Sayı 9; 203-207.

Erdoğan, S. (2007). Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.

Ergin, G. N. (2008). Evli ve boşanmış kişilerin evlilik uyumu ve cinsiyetçilik açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). **Evlilik ilişkilerini geliştirme**. Ankara: Nobel Yayınları.

Ertan, Ö. (2002). Bağlanma stillerinin eş seçimi ile kritik ve kritik olmayan evlilik dönemlerindeki doyum üzerindeki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ.

Erürker B. (2007). Aileye ve parçalanmış aileye sahip 5-6 yaş çocuklarının bilişsel işlevlerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, T.C. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Fışıloğlu, H. (1992). Yapısal aile terapisi modeli ve bir vaka. **Türk Psikoloji Dergisi**, sayı: 27(7), 10-14.

Fidanoğlu, O. (2007). Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Fiyakalı, N. C. (2008). Anne-babası boşanmış ve boşanmamış lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzlarının bazı değişkenler açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Gladding, T., S. ve Yıldırım İ. (Ed). (2012). **Aile Terapisi Tarihi, Kuram ve Uygulamaları**. Ankara: PDR Yayınları.

Gök, M. (2009). Aile içi şiddet ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Green, S.B., Salkind, J. N., Akey, T.M. (2000). **Using SPSS for Windows. Analyzing and Understanding Data**. U.S.A: Banta Company.

Güleç, Y. (2002). Ergenlerin öfke yaşantıları, benlik algıları ve akademik başarıları ilişkileri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009). **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, Sayı: 1, 68-69.

Gültekin, F. (2008). Saldırganlık ve öfkeyi azaltma programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin saldırganlık ve öfke düzeyleri üzerindeki etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Gülveren, H. (2008). Lise son sınıf öğrencilerinde iç dış kontrol odağı, sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ile zeka arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Günsel A.G. (2010). Zihinsel engelli tanısı almış çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Gürbüz, G. A. (2008). Öfke denetimi eğitiminin lise son sınıf öğrencilerinin öfkeyle başa çıkma davranışları, yaşam doyumu ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Güven, T. (2010). Eşler arası şiddete yönelik nedensellik-sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumu. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Hacı, Y. (2011). Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Hamamcı, Z., Buğra, A. ve Duran, Ş. (2011). Üniversite öğrencilerinin evlilik yaşantısı ile ilgili bilgi kaynaklarının ve evlilik öncesi eğitim ihtiyaçlarının incelenmesi. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı: 26(7), 33-50.

Hakvoort, E.M., Bos, H.M.W., Balen, F.V. and Hermanns, J.M.A. (2010). Family Relationships and the Psychosocial Adjustment of School-Aged Children in Intact Families. *The Journal of Genetic Psychology*, 171(2), 182–201

Hasta, D. (1996). Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile Evlilik Doyumu İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Hünler, SO. & Gençöz,T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı: 18 (51), 99– 108.

Işıklı H. (1993). Cinsel fonksiyon bozukluklarında eş ilişkilerinin değerlendirilmesi. GATA Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilimdalı, Ankara.

Işıloğlu, B. (2006). Anksiyete ve depresyon tanısı ile izlenen evli kadınlarda aile içi şiddetin sosyodemografik faktörler, çift uyumu ve hastalıkla ilişkisi. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.

İdiz, Z. (2009). Evlilik uyumu, evlilik yatırımı, aile içi şiddet ve intihar girişimi arasındaki bağlantıların sosyal psikolojik açıdan incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

İmamoğlu, S. (2003). Öğretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,İstanbul.

Kaner,S. (2010). Psychometric Properties of Revised Parental Social Support Scale. **Education and Science**. Vol. 35, No 157.15–29

Kansız, M., ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumu üzerine etkisi. **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, Sayı: 12, 24-29.

Kanoğlu, E. (2008). Lise öğrencilerinin öfke düzeyleri ve öfke ifadelerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Karasar, N. (1999). **Bilimsel Araştırma Yöntemi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Karataş, Z. (2009). Bilişsel davranışçı teknikler kullanılarak yapılan öfke yönetimi programının ergenlerin saldırganlığını azaltmadaki etkisi. **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, Sayı: 26, 12-24.

Karslı, E. (2008). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve psikosomatik bozukluklar. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kerimoğlu, E. (1996). **Aile Tedavileri**. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.

Kısaç, İ. (1997). Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kışlak, T.Ş. (2002). İlişkilerde mutluluk ölçeği (İMÖ): güvenirlik ve geçerlik çalışması. **Kriz Dergisi**, Sayı:10(1), 37-43.

Kışlak, T.Ş. (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. **Türk Psikoloji Dergisi**, 12(40), 55-64.

Kışlak, T.Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. **3P Dergisi**, 7(1), 50-57.

Kışlak, T.Ş., ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı 9(3), 61-68.

Kışlak, T.Ş., ve Çabukça F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı: 5(2), 35-42.

Kimmel, D., ve Venn, F.D. (1974). Factors of marital adjustment in Locke's marital adjustment test. **Journal of Marriage and Family**, Sayı: 36(1), s: 57-63.

Kitamura, T., Aoki, M., Fujino, M., Ura, C., Watanabe, M., Watanabe, K. Ve Fujihara, S. (1998). Sex differences in marital and social adjustment. The Journal of Social Psychology, 138(1), 26-32.

Kocadere, M. (1995). İyi ve kötü evliliklerinin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Koç, V. (2008). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Koçak, E. (2008). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Korkut, Ş. (2012). Lise öğrencilerinde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade biçimleri ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Kökdemir H. (2004). Öfke ve öfke kontrolü. **Pivolka**, Sayı:3(12), 7-10.

Köknel, Ö. (1986). **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Lawrence E., Bradbury T.N. (2001), Physical Aggression and Marital Dysfunction: A Longitudinal Analysis. *Journal of Family Psychology*, Vol.15. No.1, 135-154.

Lerner, H. (2004). **Öfke Dansı**, 5. Baskı, (Çeviri: Gül, S.), İstanbul: Varlık Yayınları

Locke, J. H., Williamson, R. C. (1958). Marital adjustment: a factor analysis study. *American Sociological Review*. Sayı 23 (5),s: 562-569.

Nazlı, S. (2009). **Aile Danışmanlığı**. Ankara: Anı Yayınları.

Oral, N. (2006). Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Özbey, S. (2012). Ebeveynlerin evlilik uyumu ve algıladıkları sosyal destek ile altı yaş çocuklarının problem davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. **Kastamonu Eğitim Dergisi**, 1(20), 43-62.

Özgüven, İ.E. (2000). **Evlilik ve Aile Terapisi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

Özer, K. (1994). Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı: 9(31), 26-35.

Özer, K.A. (1994). Öfke kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. **Türk Psikoloji Dergisi**, sayı: 31(9), 12-25.

Özer Z (1997). Duygu dünyasının bam teli öfke. **Bilim ve Teknik Dergisi**, Sayı: 354, 80-84.

Özmen, A. (2006). Öfke: kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. **Ankara Üniversitesi Eğitim bilimleri Fakültesi Dergisi**, Sayı: 1(39), 39-56.

Özmen, K. S. (2004). Aile içinde öfke ve saldırganlığın yansımaları. **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, sayı: 2(37), 27-39.

Phillips, L. H., Henry, J. D., Hosie, J. A., Milne, A. B. (2006). Age, anger regulation and well-being. **Aging & Mental Health**, 10. 250– 256.

Polat, D. (2006). Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Rosenberg, B. M. (2007). **Öfkenin şaşırtıcı amacı**. İstanbul: Sistem Yayınları.

Saçar B (2007). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke tepkisiyle arkadaş bağlılığının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Şahin, A. Z. (2009). Kemoterapi hastalarına bakım veren aile bireylerinin gösterdikleri tepkiler ile öfke ifade tarzlarının belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Sardoğan, M. E., Karahan, T.F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programı'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, Sayı: 38,(2), 89-102.

Savaşan A. ve Özgür, G. (2010). Bir sağlık ocağına başvuran hipertansyon tanılı hastalarda sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. **Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi**. Sayı:2, (26),1-15.

Sevim, S. A. (1999). Evlilik ilişkisini geliştirme programları. **Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi**, Sayı: 2(11), 19-25.

Süataç, Ö. A. (2010). Evlilik uyumunun kişilerarası tarz ve öfke açısından araştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Sütçü, S. T. (2006). Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı bir müdahale programının etkililiğinin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Spanier, G.B. (1979) The measurement of marital quality. **Journal of Sex&Marital Therapy**, Vol. 5, No. 3.

Spanier, G. B. (1972). Romanticism and marital adjustment. **Journal of Marriage and the Family**, 34(3), 481-487.

Spanier G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. **Journal of Marriage and the Family**, Sayı: 38 (1), S: 15-28.

Spainer, G. B., Lewis, R. A. ve Cole, C. L. (1975). Marital adjustment over the family lise cycle: the issue of curvilinearity. **Journal of Marriage and Family**, Sayı: 37 (2), S: 263-275.

Soyaldın, Z. S. (2007). Ortaöğretim öğrencilerinin öfke ifade tarzları ile mizah tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Şahin, H.Ş., Batıgün D.A. ve Pazvantoğlu, A.E.(2011). Cinsel işlevlerdeki sorunlarda tarz, kendilik algısı ve öfkenin rolü. **Türk Psikiyatri Dergisi** 2011;22().

Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. **Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi**, Sayı: 10(6), S:1-22.

Şahin, Z. A. (2009). Kemoterapi hastalarına bakım veren bireylerin gösterdikleri tepkiler ile öfke ifade tarzlarının belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Şakiroğlu, M. (2012).**Öfke, öfkeyi olumlu kullanmak**.İstanbul: Postiga Yayınları.

Şener, A. ve Terzioğlu G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı: 13(4), 7-20.

Şener, A. ve Terzioğlu G. (2002). Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.

Şener, B. (2012). **Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı**. İstanbul: Pegem Yayınları.

Tambağ H., Öz F. (2005). Aileleri İle Birlikte Ve Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Ergenlerin Öfke İfade Etme Biçimleri. **Kriz Dergisi**, Sayı: 13 (1): 11-21.

Tarhan, T. (2006). **Evlilik Psikolojisi**. İstanbul: Timaş Yayınları.

Taşçı, E., Bolsoy, N., Kavlak, O. ve Yücesoy, F. (2008). İnfertil kadınlarda evlilik uyumu. **Jinekoloji ve Obstetrik Derneği Dergisi**, Sayı: 2(5), 105-10.

Tezcan, S. ve Coşkun, Y. (2004). Türkiye’de 20. yüzyılın son çeyreğinde kadınlarda ilk evlenme yaşı değişimi ve günümüz evlilik özellikleri. **Nüfusbilim Dergisi** 2004, Sayı: 26, 15-34.

Turanlı, P. (2010). Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Türk Dil Kurumu (2012). www.tdk.gov.tr

Ulutürk, E. (2006). Antihipertansif kullanan bireylerin öfke ve öfke duygusunu ifade düzeylerinin belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Uzun, C. (2008). Kişilerarası ilişkiler, öfke, benlik algısı ve anksiyete. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ülker, G. (2011). Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Vaizoğlu, F. (2008). Anaokuluna devam eden çocukların sosyal davranışları ile ebeveynlerinin evlilik uyumlarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Yaşar, F. (2009). İlköğretime devam eden öğrencilerin anne-çocuk ilişkisini kabul ve reddedici algılama düzeyinin annenin evlilik doyumu ve evlilik uyumu düzeyiyle ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Yavuzer H. (2007). **Çocuk Psikolojisi**. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Yazgan, S. (2007). Öfke kontrolü ile tolerans düzeyi arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Yekenkunrul, D. (2011). Gebelikte bulantı kusma, evlilik uyumu ve eş ilişkisi arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 9 Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Yenisey, F. (2009). Ceza Mevzuatı. İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi Yayınları.

Yıldırım, A. (2005). Kurumda bakımında olan ve ailesi ile birlikte kalan 13-18 yaş arası çocuklarda sürekli öfke ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.

Yıldırım, İ. (1992). Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. **Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Sayı: 1(4), 23-28.

Yıldırım, E. (2006). Yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız, M. (2008). Farklı liglerde yer alan futbolcuların kişilik tipleri ile sürekli öfke öfke ifade tarzlarının incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. **Aile ve Toplum Dergisi**, Sayı: 4(1), 49-58.

Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkilerin gelişimsel olarak incelenmesi. **Türk Psikoloji Dergisi**, Sayı: 16(47), 1-20.

Yorgun, A. (2007). In partial fulfillment of the requirements for the degree of master of science in the department of educational sciences. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

EKLER

Ek- 1

SÜREKLİ ÖFKE ÖFKE-TARZ ÖLÇEĞİ

I. BÖLÜM

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da **genel** olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını karalamak suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin **genel** olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
1. Çabuk parlarım.				
2. Kızgın mizaçlıyım.				
3. Öfkesi burnunda bir insanım.				
4. Başkalarının hataları yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.				
5.Yaptığım iyi birşeyden sonra takdir edilmemek canımı sıkır.				
6.Öfkelenenince kontrolümü kaybederim.				
7. Öfkelendiğimde ağzıma geleni söylerim.				
8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir.				
9. Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir.				
10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim.				

II.BÖLÜM

YÖNERGE: Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak, kişilerin öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlamada kullandıkları ifadeler göreceksiniz. Herbir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda **genelde ne sıklıkta** ifadede tanımlanan şekilde davrandığınızı veya tepki gösterdiğinizizi parantezlerden uygun olanını karalayarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeyin.

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
11. Öfkemi kontrol ederim.				
12. Kızgınlığımı gösteririm.				
13. Öfkemi içime atarım.				
14. Başkalarına karşı sabırlıyım.				
15. Somurtur ya da surat asarım.				

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
16. İnsanlardan uzak dururum.				
17. Başkalarına iğneli sözler söylerim.				
18. Soğukkanlılığımı korurum.				
19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım.				
20. İçin için köpürürüm ama göstermem.				

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
21. Davranışlarımı kontrol ederim.				
22. Başkalarıyla tartışırım.				
23. İçimde, kimseye söylemediğim kinler beslerim.				
24. Beni çileden çıkaran herneyse saldırırım.				
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim.				

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.				
27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir.				
28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim.				
29. Kötü şeyler söylerim.				
30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım.				

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
31. İçimden insanların farkettiğinden daha fazla sinirlenirim.				
32. Sinirlerime hakim olamam.				
33. Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim.				
34. Kızgınlık duygularımı control ederim.				

Ek- 2

EVLİLİK UYUMU ÖLÇEĞİ

1.Bu maddede yer alan ölçeği kullanarak, bütün yönleri ile evliliğinizdeki mutluluk düzeyini en iyi temsil ettiğine inandığınız kutunun içine **çarpı işareti(X) koyunuz.**

(**Açıklama:** Ortadaki 'mutlu' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucu *evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı*, sağ ucu ise *evliliği çok mutlu olan küçük bir azınlığı* temsil etmektedir.)

		*	*	*	*	*

Çok

Çok

mutsuz

Mutlu

mutlu

Aşağıdaki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak, siz ve eşiniz arasındaki **anlaşma ya da anlaşmazlık** derecesini yaklaşık olarak belirtiniz. Lütfen her maddeyi değerlendirip, size uygun gelen ifadenin altına **çarpı işareti (X)** koyunuz.

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Arasıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamadığımız olur	Hemen her zaman anlaşamayız	Hiç anlaşamayız
2.Aile bütçesini idare etme						
3.Boş zaman etkinlikler						

4.Duygular ın ifadesi						
5.Arkadaşl ar						
6.Cinsel ilişkiler						
7.Toplums al kurallara uyma (doğru, iyi veya uygun davranış)						
8.Yaşam felsefesi						
9.Eşin akrabeları la anlaşma						

*Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabın yanına **çarpı işareti(X)** koyunuz.*

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:

☐ erkeğin susması ile

☐ kadının susması ile

☐ karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

☐ hepsini

☐ bazılarını

☐ çok azını

☐ hiçbirini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

☐ dışarıda bir şeyler yapmayı

☐ evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih eder?

☐ dışarıda bir şeyler yapmayı

☐ evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

☐ sık sık

☐ arada sırada

☐ çok seyrek

☐ hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,

☐ aynı kişiyle evlenirdiniz

☐ farklı bir kişiyle evlenirdiniz

☐ hiç evlenmezsiniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

☐ hemen hemen hiçbir zaman

☐ nadiren

☐ çoğu konularda

☐ her konuda

Ek- 3

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma, Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans programında tez çalışması kapsamında hazırlanmıştır. Sizden istenen, aşağıda yer alan bilgileri işaretlemenizdir.

Yanıtlarınız sadece bilimsel amaçlı kullanılacak ve grup olarak istatistiksel açıdan değerlendirilerek yorumlanacaktır. Elde edilen bilgileri, araştırmacı dışında hiç kimse görmeyecektir. Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur, cevaplar kişiden kişiye değişebilir. Ankette yer alan soruları cevaplarken eşinizle olan ilişkinizi düşünerek size en uygun cevabı vermeye özen gösteriniz ve lütfen **hiçbir maddeyi boş bırakmayınız**. Sizin dürüst ve içten cevaplar vermeniz geçerli ve güvenilir sonuçlar elde etmek açısından önemlidir. Çalışmada kimlik belirleyici bilgiler istenmemekte olup, **LÜTFEN ANKET FORMLARININ ÜZERİNE ADINIZI VE SOYADINIZI YAZMAYINIZ**.

Katılımınız ve araştırmaya yapmış olduğunuz katkı için şimdiden çok teşekkür ederim...

**Psikolog Elmas TÜFEKÇİ
HOŞGÖR**

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız:

() 18-24 yaş () 25-30 yaş () 31-45 yaş () 45-59 yaş () 60 yaş ve üstü

3. Mesleğiniz:.....

4. Eğitim Durumunuz:

Okur-yazar () İlköğretim () Lise () Üniversite () Yüksek lisans/doktora ()

5. Ne kadar süredir evlisiniz?

() 1-5 yıl arası () 6-10 yıl arası () 11-15 yıl arası () 16-20 yıl arası () 21 ve sonrası

6. Kaç yaşında evlendiniz?

() 20 yaş ve altı () 20-30 yaş arası () 31-40 yaş arası () 41 yaş ve sonrası

7.Eşinizle nasıl evlendiniz?

- () Görücü usulü
- () Anlaşarak
- () Zorla (Ailenin ya da başkalarının zorlaması)
- () Kaçarak

8. Sahip olduğunuz çocuk sayısı:

- () Yok
 () Bir çocuk
 () İki çocuk
 () Üç çocuk
 () Daha fazla : (Kaç çocuğunuzun olduğunu yazınız).

9.Eşiniz ve ortak çocuklarınız dışında evde sizinle birlikte yaşayan başka birisi/leri var mıdır?

- () Eşimin ailesi () Benim ailem
 () Eşimin diğer çocukları () Benim diğer çocuklarım
 () Diğer (açıklayınız) :

10. Çalışıp çalışmama durumunuz :

- () Çalışıyorum () Çalışmıyorum () Emekliyim

11. Size göre ekonomik durumunuz aşağıdaki seçeneklerden hangisine uygundur?

- () Fakir
 () Ortanın altı
 () Orta
 () Ortanın üstü
 () Zengin

12. Eşinizle iletişim kurmakta zorlanır mısınız?

- () Sık sık () Arada sırada () Çok seyrek () Hiçbir zaman

13. Sizin veya eşinizin ailesi nedeniyle evliliğinizde problem yaşanır mı?

- () Sık sık () Arada sırada () Çok seyrek () Hiçbir zaman

14. Genel olarak çevrenizdeki diğer insanlarla olan ilişkinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?

- () İyi () Orta ()Kötü () Kararsızım

15. Tanısı konmuş ruhsal bir hastalığınız oldu mu?

- () Hayır
 () Evet (Belirtiniz.....)

Ek 4

ÖLÇEK UYGULAMA İZİNLERİ

EVİLİK UYUMU ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ

RE: bir rica:)

Monday, March 12, 2012 2:59 AM

From:

"sennur k" <sennurkislak@hotmail.com>

To:

elmazzim82@yahoo.com

2 Files (247KB) | [Download All](#)

-  [EUÖlçeğı.DOC](#)
-  [EUÖ Makale.rtf](#)

Kolay gelsin

ŞK

Doç.Dr.Şennur T.Kışlak Klinik Psikoloji Öğretim Üyesi AÜ. DTCF Psikoloji Bölümü Sıhhiye-Ankara

Date: Mon, 12 Mar 2012 02:14:45 -0700

From: elmazzim82@yahoo.com

Subject: bir rica:)

To: sennurkislak@hotmail.com

SÜREKLİ ÖFKE-ÖFKE İFADE TARZI ÖLÇEĞİ KULLANIM İZNİ

RE: bir rica...

Thursday, March 1, 2012 12:42 AM

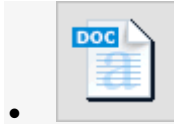
From:

"Kadir Ozer" <kozer@dogus.edu.tr>

To:

"elmas tüfekçi" <elmazzim82@yahoo.com>

11 Files (3839KB) | [Download All](#)



• [ÖFKEÖLÇveREFERANS.doc](#)

Sn.Tüfekçi, ölçeği araştırma amacıyla kullanabilirsiniz elbette. Ekte yararlanabileceğiniz materyali gönderiyorum.

Çalışmanızda başarılar dilerim.

Prof.Dr.A.Kadir Özer

Doğuş Üniversitesi/Dogus University

Fen-Edebiyat Fakültesi/Faculty of Arts & Sciences

Psikoloji Bölümü/Department of Psychology

Tel: +90 544 5555/1225

<http://psikoloji.dogus.edu.tr/>

Email: kozer@dogus.edu.tr