

T. C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİLİK İLİŞKİ KALİTESİNİN BENLİĞİN FARKLILAŞMASI VE İLİŞKİSEL
ÖZGÜNLÜK BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
ENES KALKAN

GAZİANTEP – 2018

T. C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİLİK İLİŞKİ KALİTESİNİN BENLİĞİN FARKLILAŞMASI VE İLİŞKİSEL
ÖZGÜNLÜK BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
ENES KALKAN

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ DİDEM AYDOĞAN

GAZİANTEP – 2018

KABUL VE ONAY

Enes Kalkan tarafından hazırlanan “Evlilik İlişki Kalitesinin Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlük Bağlamında İncelenmesi” başlıklı bu çalışma 31/07/2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

.....

(Başkan)

.....

(Üye)

.....

(Üye)

Onay

Yukarıda imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım./.../.....

Doç. Dr. Mazlum Çelik

Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Evlilik İlişki Kalitesinin Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlük Bağlamında İncelenmesi” başlıklı çalışmanın tarafımca, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım. 31/07/2018

İmza

Enes KALKAN

ÖNSÖZ

Var olduğu günden bu yana ‘değişim’ unsurunun etkisi altında olan bireyin, çeşitli yaşam güçlüklerine karşı bir duruş sergilemesi zorunlu hale gelmiştir. Bu değişimlerin neden olduğu zorluklardan, insan sürekliliğinin en önemli kaynaklarından biri olan evlilik kurumu da payını almıştır. Gelişen dünyada kişinin evlilik ilişkisindeki yerini konumlandırma biçiminin farklılaştığı görülmektedir. Dâhil olduğu yakın ilişkiler ve aile ilişkileri içinde hem bağlılığı hem de özerkliği yaşayıp bunları uygun bir biçimde dengeleme becerisiyle kişinin benlik konumunu koruması beklenmektedir. Bireyin evlilik ilişkisi dinamiğini iyileştirme çabalarında, özüne yabancılaşmadan kendisi gibi kalabilmesi ve içsel olarak deneyimlediği değer, istek ve arzularıyla ilişkilerinde özgün bir benlik sunması önemlidir. Bu bağlamda, evlilik ilişki kalitesinin benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük yapıları bağlamında ele alınması ve açıklanması elzemdir. Bu çalışma ile evlilik ilişki kalitesi; benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında açıklanmaya çalışılmıştır.

Öncelikle değerli danışman hocam **Dr. Öğr. Üyesi Didem AYDOĞAN**’a; böylesi özgün araştırma konularıyla bana farklı bir odak noktası sunarak çalışmayı başlatmama vesile olduğu ve bana olan inancıyla, güveniyle kendime inanmamı sağladığı ve yazım süreci içinde vaktini ve bilgisini paylaşarak bana hep destek olup çalışmayı sonlandırmama ortam hazırladığı için minnettarım.

Tez yazım sürecindeki en büyük destekçim, isteklendirme (motivasyon) kaynağım ve yüksek lisans eğitimimden elde ettiğim, hayatımın akışını değiştiren en büyük değerim ve beni benden daha fazla düşünen canım eşim Psikolojik Danışman **Seda ALTINOK KALKAN**’a destekleri için şükran duyuyorum.

Ders çalışabilmem için evde bir kütüphane havası oluşturan ve evde yaşamının getirmiş olduğu çeşitli zorlukları (yemek, bulaşık, çamaşır ☺) sırtlayarak bana destek olan kıymetli dostlarım ve ev arkadaşlarım **Fatih KARTAL**’a, **Yunus TUTAK**’a ve üstad **İsa TAŞIR**’a teşekkürü bir borç bilirim.

Tez sürecinde yardımlaştığım ve desteklerini esirgemeyen değerli arkadaşım **Merve Kübra ÇITIŞLI TURGUT**’a, yazım sürecinde yaptığım İngilizce çeviriler konusunda bir dil

uzmanı olarak görüşlerini sunan ve bana destek olan değerli İngilizce öğretmeni **Ulaş Can SARIOĞLU**'na, tezimin son halini okuyarak dil bilgisi kuralları bakımından inceleyen kıymetli Türk Dili ve Edebiyatı öğretmeni **İrem YENİGÜN**'e ve kadim dostum Türkçe öğretmeni **Mehmet AVCI**'ya teşekkür ediyorum.

Gerek yüksek lisans ders dönemim boyunca gerekse tez dönemimde kafamdaki soru işaretlerini giderip bana destek olan değerli arkadaşlarım (adamlar ☺) **Arş. Gör. Ahmet AYAZ** ve **Arş. Gör. Özgür Osman DEMİR**'e teşekkür etmeyi bir borç bilirim.

Medyunuşükran biri olarak onlara olan borcumu hiçbir zaman ödeyemeyeceğimi biliyorum. Her zaman olduğu gibi bu süreçte de bana en iyi ve en huzurlu ortamı sağlamak için elinden gelen her türlü çabayı gösteren ve varlıklarının bile bana aslında en büyük huzuru ve güveni verdiği elleri öpülesi **anneme, babama, abime** ve evimizin neşesi **canım kardeşime** minnettarım.

Tüm bunların ötesinde; güvenli bir ortamda yaşamamıza vesile oldukları için ve vatan topraklarını kanı ve canı pahasına koruyan ve bu uğurda şehit olan **tüm güvenlik güçlerine** saygı, hürmet ve şükranlarımı sunuyorum.

Gaziantep, 2018

Enes KALKAN

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, evlilik ilişki kalitesini benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu, çevrim içi form kullanılarak ulaşılan 18 - 63 yaş ($\bar{X}=31.98$ Ss: 8.00) aralığında, 328'i kadın (%54.4), 275'i erkek (%45.6) olmak üzere toplam 603 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Benliğin Farklılaşması Ölçeği, Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği ve İlişkilerde Otantiklik Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, evlilik ilişki kalitesi, benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük arasında anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına göre benliğin farklılaşması alt boyutlarından ben pozisyonu alma ve duygusal kesme ile ilişkisel özgünlük alt boyutlarından dürüstlük ve yansızlık evlilik ilişki kalitesini manidar biçimde yordamaktadır. Bununla birlikte benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitesi cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlar, evlilik ve aile danışmanlığı alanı içerisinde yapılan araştırmalar ve kültürel bağlam göz önüne alınarak tartışılmış olup, önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar kelimeler: evlilik ilişki kalitesi, benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük

ABSTRACT

The purpose of this research was to examine the marital relationship quality in the context of differentiation of self and relational authenticity. The group of the research consisted of 603 married individuals, 328 women (54.4%) and 275 men (45.6%), in the age range of 18 - 63 years ($\bar{X} = 31.98$ Ss: 8.00) who reached by using the online form. In the study, Personal Information Form, Differentiation of Self Scale, Perceived Romantic Relationship Quality Scale (PRRQS) and The Authenticity in Relationships Scale (AIRS) were applied to participants. The obtained data were analyzed with SPSS 22 statistical package program. As a result of the analyses which making in the research, significant relationships were found between marital relationship quality, differentiation of self and relational authenticity. According to the results of hierarchical regression analysis, taking an I-position and emotional cutoff which subscales of differentiation of self and unacceptability of deception and intimate risk taking which subscales of authenticity in relationships are predicting the marital relationship quality. However, differentiation of self, relational authenticity and marital relationship quality showed significant differences according to sex. The results of the present study have been discussed in cultural context and context of researches which within the field of marriage and family counseling and suggestions have been made.

Keywords: marital relationship quality, differentiation of self, relational authenticity

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ	x
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	8
1.3. Alt Problemler	8
1.4. Araştırmanın Önemi	8
1.5. Araştırmanın Varsayımları	9
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	10
1.7. Tanımlar	10
İKİNCİ BÖLÜM	11
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	11
2.1. Benliğin Farklılaşması.....	11
2.1.1. Benliğin Farklılaşmasıyla İlgili Yapılan Araştırmalar	15
2.2. Evlilik İlişki Kalitesi	17
2.2.1. Evlilik İlişki Kalitesini Açıklayan Yaklaşımlar ve Modeller	20

2.2.1.1. Bağlamsal Evlilik Modeli	21
2.2.1.2. Yatırım Modeli	23
2.2.1.3. İlişkisel Diyalektik Teorisi	23
2.2.2. Evlilik İlişki Kalitesiyle İlgili Yapılan Araştırmalar	24
2.3. İlişkisel Özgünlük	27
2.3.1. Özgünlük	27
2.3.2. İlişkisel Özgünlük (İlişkisel Otantiklik)	30
2.3.3. İlişkisel Özgünlükle İlgili Yapılan Araştırmalar	32
2.4. Evlilik İlişki Kalitesi, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlükle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	35
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	40
YÖNTEM.....	40
3.1. Araştırma Modeli	40
3.2. Araştırma Grubu.....	40
3.3. Veri Toplama Araçları.....	42
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	43
3.3.2. Benliğin Farklılaşması Ölçeği	43
3.3.3. İlişkilerde Otantiklik (Özgünlük) Ölçeği.....	45
3.3.4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği	46
3.4. İşlem Yolu	47
3.5. Verilerin Analizi	47
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	49
BULGULAR	49
4.1. Veri Setinin İncelenmesi	49
4.2. Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular.....	51
4.3. Evlilik İlişki Kalitesini Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgular	52
4.4. Cinsiyete Göre Benliğin Farklılaşması, İlişkisel Özgünlük ve Evlilik İlişki Kalitesi Puanlarına İlişkin Bulgular.....	55

BEŞİNCİ BÖLÜM	57
TARTIŞMA VE YORUM	57
5.1. Evlilik İlişki Kalitesinin Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlük Değişkenleri İle Açıklanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	57
5.2. Benliğin Farklılaşması, İlişkisel Özgünlük ve Evlilik İlişki Kalitesine İlişkin Bulguların Cinsiyet Açısından Tartışılması	62
ALTINCI BÖLÜM	66
SONUÇ VE ÖNERİLER	66
6.1. Sonuçlar.....	66
6.2. Öneriler.....	67
6.2.1. Kuramsal Açıdan Öneriler.....	67
6.2.2. Araştırmalar Açısından Öneriler	68
6.2.3. Uygulama Açısından Öneriler	69
KAYNAKÇA	70
EKLER	101
Ek-1: Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı	101
Ek-2: İlişkilerde Otantiklik Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı	102
Ek-3: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı	103
Ek-4: Benliğin Farklılaşması Ölçeği	104
Ek-5: İlişkilerde Otantiklik Ölçeği	105
Ek-6: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği	106
Ek-7: Kişisel Bilgi Formu	107

TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 1. : Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bilgiler	41
Tablo 2. : Katılımcıların Evliliklerine Ait Bilgiler	42
Tablo 3. : Katılımcılara Ait Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Betimsel Sonuçları	50
Tablo 4. : Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Arasındaki İlişkilere Ait Korelasyon Sonuçları.....	52
Tablo 5. : Evlilik İlişki Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 6. : Benliğin Farklılaşması Ölçeği ve İlişkisel Özgünlük Ölçeği Toplam ve Alt Boyut Puanlarının ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları	56

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Bağlamsal Evlilik Modeli'ne Göre Eşler Arasındaki Etkileşim Süreci	22
Şekil 2: Evlilik İlişki Kalitesini Yordayan Değişkenlere Ait Hiyerarşik Regresyon Analizi Aşamaları	53



KISALTMALAR LİSTESİ

ARİKÖ: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

BFÖ: Benliğin Farklılaşması Ölçeği

İOÖ: İlişkilerde Otantiklik Ölçeği

KBF: Kişisel Bilgi Formu

n: Örneklem Sayısı

p: Anlamlılık Değeri

r: Korelasyon Değeri

sd: Serbestlik Derecesi

SPSS: Statistical Package for Social Sciences (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı)

ss: Standart Sapma

t: t-Testi

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

WEF: World Economic Forum

$\bar{X}$: Örneklem Ortalaması

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın problem durumuna ve alt problemlerine, amacına, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve araştırmada geçen kavramlara ilişkin tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Biyo-psiko-sosyal bir varlık olarak çok yönlü ele alınan insanın karmaşık ve anlaşılması zor taraflarından biri de sosyal olma yönüyle ilgilidir. Sosyal bir canlı olması sebebiyle insan, hayatı boyunca çeşitli etkileşimlerde bulunarak varlığına değer katmakta ve geniş bir paylaşım ağına erişmektedir. Bu anlamda, yaşamında sahip olduğu en anlamlı ve önemli paylaşım alanlarından biri de evlilik ilişkisiyle gerçekleşmektedir. Kağıtçıbaşı'na (2000) göre toplumun temel yapı taşlarından biri olan aile de evlilik ilişkisiyle meydana gelmektedir ve evlilik, toplumdaki sürekliliğin sağlanması adına büyük önem taşımaktadır. İnsan hayatının önemli dönüm noktalarından biri olan evlilik, kadın ve erkeğin evlilik öncesi yaşamlarında edindikleri değer, kültür gibi farklılıklarıyla çeşitli amaçlar doğrultusunda bir araya geldikleri ve hayatlarını birleştirerek kendilerini yeniden tanımladıkları yeni ve özel bir bağlam olarak ele alınabilir. Bu şekilde değerlendirildiğinde, evlilik gibi önemli bir kurum, eşlerin bireysel özelliklerinden ve eşler arasındaki ilişki niteliğinden de bağımsız düşünülemez. İlişkide eşlerin dürüst ve içten olmalarının yanında duygu ve düşüncelerini birbirinden doğru bir biçimde ayırarak birbirlerine karşı açık bir şekilde ifade etmeleri eşler arasındaki ilişki kalitesinin önemli parametrelerinden sayılabilir.

Toplumun sürekliliği ve insanlığın geleceği adına önemli olan evlilik kurumuna ilişkin çeşitli aile danışma kuramları da açıklamalar getirmiştir. Bu kurumun gelişimi ve eşler arasındaki ilişkinin kalitesine önem veren yaklaşımlardan biri de Murray Bowen'ın "Çok Kuşaklı/Kuşaklararası Aile Terapisi" adıyla anılan kuramıdır. Bowen, kendinden önceki

öncülerden farklı olarak aileyi değerlendirme sürecinde nesiller arası bir bakış açısı sergilemesiyle gelecekte yapılacak çalışmalara farklı bir odak noktası sunmuştur. Aileyi en az 3 kuşak içinde değerlendirmenin önemine vurgu yapan Bowen (1966; 1975), kişiler arasında bulunan şu anki ilişki örüntülerinin, geçmiş kuşaklarda yaşamış olan bireylerin kişisel özelliklerine bağlı olduğunu ve aile bireyleri arasında yaşanan sorunun ancak o ailenin geçmişteki ilişki örüntülerinin anlaşılıp değiştirilmesiyle çözüme kavuşabileceğini belirtmektedir.

Bireyin güçlü bir benliğe sahip olmasını destekleyen bu yaklaşımın temelini, ‘benliğin farklılaşması/ayrışması’ kavramına ilişkin açıklamalar oluşturmaktadır (Bowen, 1976; Titelman, 2014). Benliğin farklılaşması, bireyin hem duygu ve düşüncelerinin ayrımını yapabilmesini hem de diğerlerinden bağımsız olarak kendini var etmesini içerir (Corey, 2008). Bowen yaklaşımına göre duygusal ve düşünsel süreçler birlikte uyum içerisinde işlem yaparlar ancak aşırı stresli durumlar ya da kriz durumları, ‘düşünsel (nesnel işleyiş)’ ve ‘duygusal (öznel işleyiş)’ süreçler arasında seçim yapmayı gerektirir (Rizkalla ve Rahav, 2016). Bu anlamda benliğin farklılaşması, duygusal süreçleri bilişsel süreçlerden ayırt ederek gerekli bir durumda hangisinin öncelikli olduğunu belirleme becerisini ifade etmektedir. (Barahmand, 2010; Rizkalla ve Rahav, 2016; Skowron, 2004; Skowron ve Friedlander, 1998; Skowron ve Schmitt, 2003; Tuason ve Friedlander, 2000). Bu kavram, kişinin benliğinin ruhsal (psişik) ve kişiler arası boyutunu dengede tutabilmesi ve (2) kişinin içinde yetiştiği aileden bilişsel ve duygusal düzeyde ayrışması olarak içinde iki boyut barındırır (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988). Bireyin bu boyutlara ulaşabilme durumu, farklılaşma düzeyinin önemli göstergelerindendir.

Bowen, bireyin farklılaşma düzeyine etki eden en az dört etmen olduğunu ileri sürmektedir (Tuason ve Friedlander, 2000). Bunlardan ilki, kişinin yaşamında sürekli olarak duygularının etkisinde kalıp yeterince farklılaşamaması olarak tanımlanan ‘duygusal tepkisellik’tir. İkincisi, bireyin ilişkilerde kimliğini kaybetmekten korkması ya da yoğun iç deneyimler sebebiyle yakın ilişkilerden ya da ailesinden uzaklaşması ve yalnızlaşması olarak tanımlanan ‘duygusal kesme (kopma)’dır. Üçüncü etmen olan ‘başkalarıyla iç içe geçme’de de birey, yakın ilişkide olduğu diğerlerine aşırı bağlı hale gelmiştir ve net bir benlik algısına sahip değildir. Son etmen ise ‘ben pozisyonu alma’dır. Bu etmende kişinin, başkalarına olan aşırı bağlı olma durumundan dolayı kendisi için düşünüp hissedememesi, hareket edememesi ve başkalarının beklentilerine göre hareket etmesi söz konusudur. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, bireyin farklılaşma düzeyine etki eden bu dört etmen, bireyin hem kişisel gelişimine hem de kurduğu ilişkilerin kalitesine etki edebilmektedir. Bu anlamda, farklılaşma

düzeyi yüksek bir birey gerek bireysel anlamda gerekse ilişkisel anlamda olumlu özellikler taşımaktadır.

Benliğin kişiler arası ilişkilerdeki işleyişiyle ilgili olarak farklılaşma, sosyal ilişkilerde samimiyeti ve özerkliği dengeli bir biçimde yaşamayı gerektirir (Tuason ve Friedlander, 2000). Bir başka deyişle kişinin benliğini koruyarak kendi sınırlarının farkında olmasını ifade eder (Gehart, 2017). Kişiler arası boyutta farklılaşma düzeyi yüksek olan bireyler, yakın ilişkilerdeki samimiyet konusunda rahattırlar ve bu nedenle bu kişilerin kaynaşma (fusion) ya da ilişkilerdeki duygusal kesinti (emotional cutoff) yoluyla oluşan kaygı duygularını düzenleme ihtiyacı azalmaktadır (Skowron, 2005; Skowron ve Schmitt, 2003). Bir başka deyişle bu bireyler, açık bir şekilde tanımlanmış bir benlik algısına sahiptirler ve aksini yapmaları konusunda baskılandıklarında bile kendi inançlarına özenle bağlı kalmayı tercih etmektedirler (Bowen, 1978; Skowron ve Friedlander, 1998).

Araştırmacılar uzun yıllardır evlilik ilişki kalitesinin (niteliğinin) ne olduğunu ve bunu sağlayan dinamiklerin neler olduğunu araştırmaktadır (Bacanlı, 2001; Fışıloğlu, 1992; Norton, 1983; Spanier, 1979; Spanier ve Lewis, 1980; Tezer, 1994; Vaughn ve Baier, 1999; Wills, Weiss ve Patterson, 1974). Evlilik kalitesi kavramı, sınırları zor çizilen bir kavramdır ve bu kavramın tam olarak ne ile ölçüleceği ya da tanımının nasıl yapılacağı ile ilgili alanyazında bir görüş birliği bulunmamaktadır (Crane, Allgood, Larson ve Griffin, 1990; Norton, 1983; Vaughn ve Baier, 1999). Bundan dolayı, evlilik kalitesi ile ilgili yapılmış araştırmalarda araştırmacıların çeşitli kavramlar kullandığı görülmektedir (Civan, 2011; Faulkner, 2002; Gürel, 2016; Kapucı, 2014). Evlilik uyumu (marital adjustment), evlilik doyumu (marital satisfaction) ve evlilik istikrarı (marital stability) gibi kavramlar, evlilik kalitesi yerine kullanılan kavramlardan bazılarıdır. Öte yandan bazı araştırmacılar, bu kavramların evlilik kalitesiyle aynı anlama geldiğini düşünürken (örneğin; Cohen, 1985; Fincham and Bradbury, 1987; Hendrick ve Hendrick, 1997; Spanier ve Lewis, 1980), bazıları bunların evlilik kalitesiyle benzer kavramlar olarak değerlendirilmesinin yanlış olduğunu ve bu kavramların birbirlerinden farklılaşabileceğini belirtmektedirler (örn. Heyman, Sayers ve Bellack, 1994; Lenthall, 1977).

İlişki niteliği ya da evlilik ilişki kalitesinin alanyazındaki tanımları incelendiğinde, ilişkideki bireylerin veya eşlerin ilişkileri hakkındaki algılarının temel alındığı görülmektedir (Atchley, 1992; Glenn, 1990; Pierce, Sarason, Sarason, Solky-Butzel ve Nagle, 1997; Spanier ve Lewis, 1980). Açıklamalar genel olarak değerlendirildiğinde ise aslında evlilik kalitesi kavramıyla evlilik ilişki kalitesinin kastedildiği görülmektedir. İlişki niteliği, bireyin yakın ilişkilerinde hissettiği sosyal desteğe, çatışma sıklığına ve derinliğe ilişkin algıları olarak

tanımlanmaktadır (Pierce ve ark., 1997). Benzer şekilde evlilik kalitesi, evli çiftlerin ilişkileri hakkındaki öznel değerlendirmeleri olarak tanımlanmaktadır (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005). Glenn (1990) ise çiftlerin bakış açısını merkeze alarak yine çiftlerin evliliklerini nasıl değerlendirdikleri üzerine odaklanır ve evlilik uyumu, evlilik doyumu ya da evlilik mutluluğu gibi kavramların evlilik kalitesinin göstergeleri olduğuna vurgu yapar. Evlilik uyumu, evlilik kalitesi ile ilgili araştırmalarda çokça değinilen bir kavram olup çiftlerin evlilikteki işleyişi ve başarısı olarak tanımlanmaktadır (Fıfıloğlu, 1992; Spanier ve Cole, 1976). Bu bağlamda, işlevsel ya da uyumlu bir evlilik ilişkisi, eşlerin; birbirleriyle sık sık etkileşime geçtiği, evlilikle ilgili güçlükler konusunda büyük oranda anlaştıkları, birbirleriyle açık bir şekilde iletişim kurdukları ve karşılıklı olarak memnun edici bir şekilde anlaşmazlıklarını çözüme kavuşturdukları bir ortam olarak düşünülmüştür (Demir, 2014; Sabatelli, 1988).

İlgili açıklamalar göz önüne alındığında, benliğin farklılaşması kavramı, yakın ilişkileri düzenleme ve sürdürme noktasında bireye bir referans sağlamaktadır. Benliğin farklılaşması, bireyin yakın ilişkilerinde nasıl bir duruş edinmesi gerektiği, nasıl güçlü bir benlik algısına sahip olarak kendini var edeceği ve ilişkilerini nasıl sağlıklı bir şekilde başlatıp devam ettirebileceği gibi konularda bireye yardımcı olmaktadır. Yakın ilişkiler içinde önemli bir yeri olan evlilik ilişkisinin de düzenlenmesi, gelişmesi ve sağlıklı bir yapıya kavuşması adına geniş bir bakış açısı sunan Bowen yaklaşımı, evliliği destekleyici bir görev üstlenmektedir. Nitekim alanyazın incelendiğinde, ulaşılabilen birçok çalışma da kuramsal bilgiyi destekler nitelikte bilgiler sunmaktadır. Yapılan araştırmalarda, farklılaşma düzeyi yüksek bireylerin oluşturduğu evliliklerde yüksek çift uyumu, evlilik uyumu, evlilik doyumu ya da cinsel doyumun yaşandığı tespit edilirken; düşük farklılaşma düzeyine sahip çiftlerin oluşturduğu evliliklerde, evlilik ilişki kalitesi belirleyicilerinin (evlilik uyumu, evlilik doyumu, çift uyumu, çift doyumu) düşük düzeyleri ve çiftler arasında yüksek çatışma tespit edilmiştir (Arpita, 2006; Bartle, 1993; Bradbury, Fincham ve Beach, 2000; Birditt ve Antonucci, 2008; Campos, Keltner, Bech, Gonzaga ve John, 2007; Hobby, 2004; Hollander, 2007; Lal ve Bartle-Haring, 2011; Lim ve Jennings, 1996; Peleg, 2008; Polat, 2014; Richards, 1989; Skowron, 2000; Skowron ve Friedlander, 1998). Bunun yanında, bazı araştırmacılar evlilik doyumu ile benliğin farklılaşması arasında bir ilişkiye rastlamamışlardır (örneğin, Patrick, Sells, Giordano ve Tollerud, 2007).

Bowen (1976), düşük düzeyde farklılaşma yaşayan kişilerin duyguları tarafından yönetildiklerini, sürekli onay alma ihtiyacı hissettiklerini, daha az esnek olduklarını ve duygusal olarak bağımlı bir yaşam sürdüklerini; buna karşın yüksek düzeyde farklılaşma yaşayan

kişilerin yaşam stresleriyle daha iyi başa çıktıklarını, duygu ve düşüncelerinin ayrımını yaparak duygularının akıllarını yönetmelerine izin vermediklerini ve başkalarına bağımlı olmadan bireyselliklerini koruyabildiklerini vurgular. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, yüksek düzeyde farklılaşmış bireylerin, kendi benliklerini yaşama geçirme konusunda daha başarılı olabilecekleri açıktır. Başkalarına bağımlı olmadan ilişki halinde olabilen, ilişkinin stresli dönemlerinde bile aşırı kaygı yaşamayan ve işlevsel, bağımsız ve sağlıklı bir benlik algısına sahip bireylerin gerek bireysel anlamda gerekse ilişkisel anlamda daha özgün olacakları düşünülebilir.

Özgünlük, bireyin eşsiz ve biricik bir benlik inşa etmesinin vazgeçilmez unsurlarından biri olarak değerlendirilebilir. Araştırmacılar bu kavramı kişinin gerçek benliğini yaşayabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Kernis, 2003; Kernis ve Goldman, 2005). Kişinin içsel deneyimlerine dayanarak gerçekte kim olduğunu aramaya girişmesi ve bunun neticesinde, bulgularını yaşamına aktarmaya çalışması özgün olma yolunda ilerlediğinin bir göstergesi olarak kabul edilebilir. Kendini yeterince ifade eden ve seçimleri konusunda kendi değer ve isteklerini göz önünde bulunduran birey daha özgün hissedecektir (Sheldon ve ark., 1997). Bir insanı ya da bir eseri özgün yapan şeyin ne olduğu ve özgünlüğün nasıl yakalanabileceğine ilişkin çok çeşitli disiplin alanları uzun yıllardır tartışmaktadır. Özgünlüğe büyük katkı sunan yaklaşımlardan varoluşçu felsefe akımının öncüleri, (Heidegger, 1962; Sartre, 1956) bireyin kendi değerlerini oluşturmasını belirterek bireyin sahici (özgün) varlığına vurgu yapmışlardır. Bunun yanında, çağdaş psikanalitik ve hümanistik yaklaşımlar açısından da özgünlük önemli bir kavram olarak görülmektedir. (örn. Horney, 1951; Maslow, 1970; Rogers, 1959, 1964; Winnicott 1960, 1971). Son yıllarda ise pozitif psikoloji (Seligman, 2002), hümanistik anlayışın ve diğer psikoloji yaklaşımlarının daha önceki rolünü üstlenmiş ve çeşitli araştırmacılar (Adams, 2006; Deci ve Ryan, 1995, 2000; Johnson, Robinson ve Mitchell, 2004; Kernis, 2003; Kernis ve Goldman, 2006; Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph, 2008) özgünlük kavramını, çağdaş görgül yöntemler aracılığıyla geliştirmiş ve bu kavrama eski canlılığını kazandırmıştır.

Bireysel yapılar bağlamında incelenen özgünlük kavramı, son yıllarda ilişki araştırmalarında da dikkat çeken bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Aydoğan ve Özbay, 2018; Lopez ve Rice, 2006; Lynch ve Sheldon, 2017). Araştırmacılar, kişinin gerçek benlik gelişimini destekleyen ya da engelleyen ilişki örüntülerine dikkat çekmektedir (Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; Kernis ve Goldman, 2006; Lopez ve Rice, 2006). Yakın ilişki içinde olan bireyler, eşleri/partnerleri tarafından reddedilme, onaylanmama ya da çatışmadan kaçınmak amacıyla kendi benliklerini gizleyebilmektedir (Lopez ve Rice, 2006). Bu bağlamda

düşünüldüğünde, bireyin ilişkide kendini gerçekçi bir şekilde sunması, ilişkinin sağlıklı bir yapıya kavuşması adına önemlidir. Buna dayanarak özgünlüğün salt kişi merkezli görüşten ziyade, ilişkisel bir yapı içinde ele alınması gerekmektedir. İlişkisel özgünlük, en temel anlamıyla bireyin yakın ilişkilerinde kendisi olabilmesidir (Kernis, 2003). Bunun yanında, Lopez ve Rice (2006) ilişkisel özgünlüğü; bireyin yakın ilişkisini tehdit edebileceğini düşündüğü çeşitli risk unsurlarını (eş reddi, ilişki istikrarsızlığı, çatışma, vb.) aşmasını sağlayarak eşiyle kurduğu gerçek benlik deneyimlerini karşılıklı ve doğru bir şekilde paylaşmasına destek olan ilişkisel bir şema olarak tanımlamaktadır. Bireyin yakın ilişkilerinde açıklığa, içtenliğe ve doğruluğa önem vermesi ve bu erdemler için çaba göstermesi de ilişkisel özgünlüğün bir başka tanımıdır (Kernis ve Goldman, 2006).

Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlük, bir başkasının yakınlarıyla olan ilişkilerinde ‘sahte’ olmaktan ziyade ‘gerçek’ olması anlamındadır (Kernis ve Goldman, 2006). İlişkisel özgünlük yakın ilişkilerde ve ilişki dinamiğinin yapılanmasında önemli bir faktör olmasına rağmen; bu konuda gerek kültürel çalışmaların gerekse Batı’da yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Akbay (2015), anne-babaya bağlanma ile romantik yakınlık ve özgün (otantik) benlik arasındaki ilişkilerde bağlanma stillerinin aracı rolünü incelediği çalışmada; ilişki kurmaktan çekinen bireylerin romantik bir ilişki sürecine girdiklerinde kendilerini özgün bir şekilde yansıtmadıkları sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra romantik ilişkilerinde kaygılı olan bireylerin ilişkilerinde kendileri gibi davranmaktan çekindikleri ve annelerini ilgili olarak algılayan bireylerin ise romantik ilişkilerinde kendilerini olduğu gibi yansıtmaya eğiliminde oldukları sonucuna ulaşmıştır (Akbay, 2015). Togay (2016), evli bireylerin kendini saklama eğilimi, öfke ifade stilleri ve otantiklikleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada; yaygın kızgınlık ifade stili kullanan evli bireylerin yaklaşımlarının özgün olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aydoğan ve Özbay (2018) yaptıkları çalışmada evlilikte fedakârlık doyumunu ilişkisel özgünlük ve evlilik doyumunu bağlamında değerlendirmişler ve ilişkisel özgünlüğün evlilik ilişkisinde fedakârlık doyumunu ve evlilik doyumunu artırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

Ayrıca yapılan çeşitli araştırmalar, kadın ve erkeklerin benliğin farklılaşması, evlilik kalitesi ve ilişkisel özgünlük puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymaktadır (Demir, 2014; Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; Hanımoğlu, 2014; İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011; Peleg, 2008; Polat, 2014; Skowron ve Dendy, 2004). Erkeklerle ait benliğin farklılaşması toplam puanları kadınlara ait benliğin farklılaşması toplam puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur (Polat, 2014). Benliğin farklılaşması alt boyutları cinsiyet bağlamında incelendiğinde ise kadınların duygusal tepkisellik ve başkalarına

bağımlılık düzeylerinin (iç içe geçme), erkelerin duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir (Polat, 2014). Bunun yanı sıra çeşitli araştırmalarda kadınların özgünlük puanlarının erkeklerinkine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Demir (2014) ise bireylerin evlilik doyumlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını bulmuş ve erkeklerin evlilik doyumu puan ortalamalarının kadınlarınkinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Farklı araştırmalarda ise kadınların evlilik doyumu puanları ile erkeklerinki arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır (Curun, 2006; Kapucı, 2014).

Gerek Batı'da gerekse Türk kültüründe evlilik ve aile ile ilgili yapılmış çalışmalar incelendiğinde ilişkisel özgünlük kavramının bu tür araştırmalarda yeterince yer edemediği ve bu araştırmalara dolaylı bir şekilde dâhil edildiği görülmektedir. Doğrudan ilişkisel özgünlük kavramının araştırılmasından ziyade, ilişkisel özgünlükle ilişkili olabilecek kavramların araştırıldığı görülmektedir. Bunun yanında, ilişkisel özgünlük ve benliğin farklılaşması gibi ilişki ya da evlilik süreci açısından oldukça önemli olan iki kavramın ilişkilendirildiği çalışmalara rastlanılmamıştır. Nitekim benliği yüksek düzeyde farklılaşmış çiftlerin oluşturduğu evliliklerin daha doyumlu ve kaliteli olduğunu çeşitli araştırmalar desteklemektedir (örn. Bartle, 1993; Lim ve Jennings, 1996; Skowron, 2000). Ayrıca sağlıklı, işlevsel ve kaliteli bir evlilik ilişkisinin önemli bileşenlerinden biri de bireylerin ilişkide kendilerini olduğu gibi sunmaları ve eşlerine karşı dürüst ve saydam olabilmeleridir. Benliğin farklılaşması gibi ilişkisel özgünlüğün de uyumlu ve kaliteli bir evlilik süreci ve çiftlerin birbirlerine yakınlaşmaları için önemli olduğu yine çeşitli araştırmacılarca desteklenmektedir (Brunell ve ark., 2010; Gouveia, Schulz ve Costa, 2015). Bu anlamda bu çalışma, ilişkisel özgünlüğü bir araştırma sürecine doğrudan dâhil etmesi ve doğrudan evli bireylerin ilişkisel özgünlüklerini araştırması ve benliğin farklılaşması kavramıyla ilişkilendirmesi yönüyle önem arz etmektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük evlilik ilişki kalitesi üzerinde olumlu bir etkiye sahip olan benzer yapılar olarak değerlendirilebilir. Buna dayanarak, benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitesi arasında ne tür ilişkilerin bulunduğu ve benliğin farklılaşması ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitesinin cinsiyet açısından nasıl farklılaşabileceği bu araştırmanın problemlerini oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; evlilik ilişki kalitesinin açıklanabilirliğini benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelemektir. Araştırmanın bir başka amacı da benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitesinin cinsiyet açısından ne şekilde farklılaşabileceğini tetkik etmektir. Araştırmanın bu amaçları doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır:

1.3. Alt Problemler

1. Benliğin farklılaşması (duygusal tepkisellik, duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve ben pozisyonu alma), ilişkisel özgünlük (dürüstlük ve yansızlık) ve evlilik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Benliğin farklılaşması (duygusal tepkisellik, duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve ben pozisyonu alma) ve ilişkisel özgünlük (dürüstlük ve yansızlık), evlilik ilişki kalitesini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
3. Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük toplam ve alt boyut puanları ve evlilik ilişki kalitesi toplam puanı cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

1.4. Araştırmanın Önemi

Topluma insan kaynağı sağlaması yönüyle evlilik kurumu önemli bir görevi yerine getirmektedir. Sağladığı insan kaynağının bütün canlı ya da cansız varlıkları iyi ya da kötü yönde etkileyebilecek gücü elinde bulundurması bakımından bu kurum, evrendeki iyi oluşu şekillendiren önemli bir kurumdur. Bu denli önemli bir görevi yerine getirirken evlilik ilişkisinin geniş bir bakış açısıyla ele alınması elzemdir. Gerek eşlerin bireysel özellikleri gerekse ilişkinin sahip olduğu yapı ve özellikler, evlilik ilişki dinamiklerinin yapılanmasında ve ilişkinin sağlıklı bir yapıya kavuşmasında özel bir yere sahiptir. Bu anlamda, evlilik

ilişkinin kaliteli bir yapıya ulaşması için evlilik ilişkisini etkileyebilme potansiyeline sahip çeşitli değişkenlerin araştırılması evrensel bir iyilik haline ve bilime katkıda bulunacaktır.

Kaliteli bir evlilik ilişkisi için eşlerin belirli özellikler taşımaları ve sorumluluk bilinciyle belirli görevleri yerine getirmeleri gerekmektedir. Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük kavramları da kaliteli ve uyumlu bir evlilik ilişkisi için önemli bireysel ve ilişkisel özellikler olarak görülmektedir. İlişkilerde samimiyeti ve özerkliği dengeli bir biçimde yaşama becerisini ifade eden benliğin farklılaşması kavramı ve bireylerin ilişkide kendilerini doğru biçimde sunmaları olarak tanımlanan ilişkisel özgünlük kavramı, alanyazında özellikle evlilik ve romantik ilişki araştırmalarında dikkat çekmektedir. Yüksek düzeyde benliği farklılaşan bireylerin oluşturduğu evliliklerin kaliteleri ve uyumları yüksekken düşük düzeyde benliği farklılaşan bireylerin oluşturduğu evliliklerin kaliteleri ve uyumları da düşük bulunmuştur (örn. Arpita, 2006; Bartle, 1993). Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlüğün de kaliteli bir evlilik ilişkisi için önemli olduğu çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir (örn. Brunell ve ark., 2010). İçinde yaşadığımız toplumda benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük kavramlarının evlilik araştırmalarına sınırlı sayıda dâhil edildiği görülmektedir (örn. Aydoğan ve Özbay, 2018; Polat, 2014; Togay, 2016; Varol, 2015).

Bu anlamda bu çalışmanın; evlilik kalitesiyle ilgili yapılan araştırmalar temelinde, evlilik ilişki kalitesinin benlik yapısına dayalı olarak incelenmesiyle psikoloji, psikolojik danışma, sosyal psikoloji ve evlilik ve aile danışmanlığı alanlarına özgün bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte sağlıklı evliliklerin topluma sağlıklı bireyler kazandırmada yüksek öneme sahip olduğu oldukça bilinen bir gerçektir. Bu çalışmanın kültürel olarak evlilik ilişki kalitesini artırmada benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük yapılarını incelemesi yönüyle kültüre özgü evlilik kalitesini güçlendirmeye dönük müdahale programlarının hazırlanmasına ışık tutacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, evlilik ve aile danışmanlığı alanında çalışan uygulamacılara önemli yararlar sağlayabilecektir.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

1. Katılımcıların çevrim içi formu doldururken form maddelerindeki kendi durumlarını yansıtan seçenekleri gerçekçi ve doğru bir şekilde işaretledikleri kabul edilmiştir.

2. Veri toplama aşamasında çalışma grubunda yer alan bireylerin evlilik ilişkisi kalitelerini etkileyebilecek başka bir durum veya olay yaşamadıkları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmada, sadece evli bireylerde ilişki kalitesi, ilişkisel özgünlük ve benliğin farklılaşması kavramı incelenmiştir. Bu nedenle sonuçlar evli olmayan bireylere ve çiftlere genellenemez.
2. Araştırmanın önemli sınırlılıklarından biri de çalışma grubunun Türkiye'nin farklı illerinden çalışmaya katıldıkları bilinse de ülke genelini kapsamamasıdır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen veriler bu sınırlılık içinde değerlendirilmelidir.

1.7. Tanımlar

Benliğin Farklılaşması: Kişinin benliğinin ruhsal ve kişiler arası boyutunu dengede tutabilmesi ve içinde yetiştiği aileden bilişsel ve duygusal düzeyde ayrışmasıdır (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988).

Evlilik İlişki Kalitesi: Bireylerin evlilik ilişkilerinin çeşitli boyutlarını göz önüne alarak evlilik işleyişlerinin ve evlilikteki etkileşimlerinin özelliklerini yansıtan öznel değerlendirmeleridir (Spanier ve Lewis, 1980).

İlişkisel Özgünlük: Bireyin yakın ilişkisini tehdit edebileceğini düşündüğü çeşitli risk unsurlarını (eş reddi, ilişki istikrarsızlığı, çatışma, vb.) aşmasını sağlayarak eşiyle kurduğu gerçek benlik deneyimlerini karşılıklı ve doğru bir şekilde paylaşmasına destek olan ilişkisel bir şemadır (Lopez ve Rice, 2006).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Benliğin Farklılaşması

Evlilik ve aile danışmanlığı alanına katkı sağlayan öncüler, insanların, içinde bulundukları aile ortamından (bağlam) etkilendiklerini kabul etmenin yanında, bu bağlamı çoğu zaman çekirdek aile olarak ele almışlardır (Nichols, 2013). Aile bağlamını yalnızca aile içinde yaşanan etkileşimlerle tanımlamak, evlenen iki bireyin kendi ailelerinden (kök aile) getirdikleri değerlerin, davranışların ya da alışkanlıkların göz ardı edilmesine sebep olabilir ve bu da aileyi tanıma ve değerlendirme sürecinde bazı eksik noktaların kalmasına neden olabilir. Bu nedenle evlilik ya da ilişki sorunlarının anlaşılmasında ve değerlendirilmesinde eşlerin kök aileleri de önem arz etmektedir.

Nesiller arası bir bakış açısıyla kök aileyi önemsediyini gösteren Murray Bowen, evlilik ve aile danışmanlığı alanı için temel oluşturacak bir model sunmuştur. Kendi ailesinde yaşadığı kendini farklılaştırma deneyimini analiz ederek kuramının anlaşılmasına yardımcı olan Bowen, aile terapisini bir akım haline dönüştüren önemli kişilerdendir (Corey, 2008; Murdock, 2012). Alanyazında “Bowen Aile Sistemleri Kuramı” ya da “Çokkuşaklı/Kuşaklararası Aile Terapisi” gibi isimlerle anılan bu kuram, aslında psikoanalitik kuramdan dönüşerek ayrılmıştır (Corey, 2008; Gehart, 2013; Murdock, 2012). Kuramın geçirdiği bu dönüşüm sürecindeki bakış açısıyla Bowen (1966; 1975), aileyi en az 3 kuşak içinde değerlendirmenin önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bu sebeple, Bowen’a göre kişiler arasında bulunan şu anki ilişki örüntüleri, geçmiş kuşaklarda yaşamış olan bireylerin kişisel özelliklerine bağlıdır. Aile bireyleri arasında yaşanan sorun, ancak o ailenin geçmişteki ilişki örüntülerinin anlaşılıp değiştirilmesiyle çözüme kavuşabilecektir.

Bowen (1966), aileyi duygusal bir birlik (emotional unit) olarak görmektedir ve duygusal sorunlar, aile üyelerinden biri bu sorunla ilgilenmediği sürece nesilden nesile aktarılırlar. Bu yaklaşıma göre aile, yaşayan bütün canlı sistemler gibi zaman içinde değişmiş

doğal bir sistemdir (Corey, 2008; Murdock, 2012). Bu yaklaşımda kullanılan teknikler aracılığıyla; diğerleriyle etkileşim içinde olan, ilişkinin stresli döneme girdiği zamanlarda aşırı kaygı yaşamayan ve sağlıklı bir benlik kavramına sahip özgünleşmiş bireyler yaratmaya ulaşılmak istenmektedir (Gladding, 2013). Problemlerin kuşaklar arası aktarımına vurgu yapan bu model, “üçleme (triangulation)”, “farklılaşmamış aile ego kütle (undifferentiated family ego mass)” ve benliğin farklılaşması (differentiation of self / self-differentiation)” gibi kavramları ortaya koyarak aileyi anlama sürecine büyük katkılar sağlamıştır (Bitter, 2013; Bowen, 1966; 1975; 1976; Fleck ve Bowen, 1966).

Bowen’ın kuramına göre insan ilişki sistemlerinin temelini, birbirini dengede tutan iki güç oluşturmaktadır: bireysellik ve birliktelik (Bowen, 1975; Gehart ve Tuttle, 2003; Gladding, 2015; Nichols, 2013; Titelman, 1998). Bireysellik, kişinin benliğini açık bir şekilde algılayarak benliği tarafından belirlenmiş olan üretken ve özerk bir birey olma gücünü; birliktelik ise duygusal yakınlık, sevgi ve onay gibi evrensel ihtiyaçlar tarafından desteklenen kişinin diğerleriyle anlamlı bir bağ kurma yeteneğini ifade eder (Bowen, 1966; Bowen, 1975; Gehart ve Tuttle, 2003). Her insanın birlikte olmaya ve özerk (bağımsız) olmaya ihtiyacı vardır. İnsanların bu iki gücü (bireysellik-birliktelik) uzlaştırabilme başarısı, kendi duygusallıklarını yönetebildikleri anlamına gelmektedir; bir başka deyişle bu insanların benliklerini ayırt etmeyi öğrendikleri düşünülmektedir (Nichols, 2013).

Benliğin farklılaşması, Bowen yaklaşımının köşe taşı kavramlarından biridir (Bowen, 1976; Titelman, 2014). Bu kavram, insanları, duygusal ve düşünsel işleyişleri arasındaki kaynaşma (füzyon) ya da farklılaşma seviyelerine göre tanımlamakta (Bowen, 1976) ve içinde iki önemli boyut barındırmaktadır. Bunlar: (1) kişinin benliğinin ruhsal (psişik) ve kişiler arası boyutunu dengede tutabilmesi ve (2) kişinin içinde yetiştiği aileden bilişsel ve duygusal düzeyde ayrışmasıdır (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988). Alanyazın incelendiğinde, birinci boyut içerisinde anılan benliğin ruhsal (psişik) yönünü dengede tutabilmek, kişinin düşüncelerini hislerinden ayırarak ‘tepkisel’ olmak yerine karşılık verebilmesi anlamına gelmektedir (Gehart, 2017). Duygusal ve düşünsel süreçler birlikte uyum içerisinde işlemektedir ancak aşırı stresli durumlar ya da kriz durumları, ‘düşünsel (nesnel işleyiş)’ ve ‘duygusal (öznel işleyiş)’ süreçler arasından seçim yapmayı gerektirir (Rizkalla ve Rahav, 2016). Bu anlamda benliğin farklılaşması, duygusal süreçleri bilişsel süreçlerden ayırt ederek gerekli bir durumda hangisinin öncelikli olduğunu belirleme becerisini ifade etmektedir. (Barahmand, 2010; Rizkalla ve Rahav, 2016; Skowron, 2004; Skowron ve Friedlander, 1998; Skowron ve Schmitt, 2003; Tuason ve Friedlander, 2000). Bunun yanı sıra benliğin

farklılaşması bireyin kendini değerli görerek seçimlerini yapabilmesi ile ilişkilidir (Acar ve Voltan-Acar, 2013; Yektatalab, Oskouee ve Sodani, 2016).

Birinci boyut içerisinde tanımlanan benliğin kişiler arası işleyişiyle ilgili olarak farklılaşma, sosyal ilişkilerde hem samimiyeti hem de özerkliği yaşama ve bunları uygun bir şekilde dengeleme becerisini ifade eder (Tuason ve Friedlander, 2000). Bir başka deyişle benliğini koruyarak kendi sınırlarının bilincinde olmaktır (Gehart, 2017). Kişiler arası seviyede farklılaşma düzeyi yüksek olan bireyler, yakın ilişkilerdeki samimiyet konusunda rahattırlar ve bu nedenle bu kişilerin kaynaşma (fusion) ya da ilişkilerdeki duygusal kesinti (emotional cutoff) yoluyla oluşan kaygı duygularını düzenleme ihtiyacı azalmaktadır (Skowron, 2005; Skowron ve Schmitt, 2003). Ayrıca bu kişiler, kurdukları ilişkilerde ‘ben pozisyonu (I Position)’ alma konusunda beceriklidirler (Hall, 1981; Skowron ve Friedlander, 1998). Bir başka deyişle bu bireyler, açık bir şekilde tanımlanmış bir benlik algısına sahiptirler ve aksini yapmaları konusunda baskılandıklarında bile kendi inançlarına özenle bağlı kalmayı tercih etmektedirler (Bowen, 1978; Skowron ve Friedlander, 1998).

Benliğin farklılaşması kavramının ikinci boyutu olan kişinin yetiştiği aileden bilişsel ve duygusal olarak ayrışması ise kişinin düşünce, duygu, algı ve eylemlerinin sorumluluğunu kabul etmesine imkân tanımaktadır. Bireyleşme sürecinde, kendine bir kimlik edinme ihtiyacı hisseden kişi, aile kökeninden bu şekilde farklılaşarak duygu, düşünce, kavrayış ve davranışlarının sorumluluğunu üzerine almaktadır (Corey, 2008). Sağlıklı bir birey olmanın anahtarı, hem kişinin ailesine olan aitlik duygusunu hem de ayrılmış olma ve bireyselliğini (kendine özgürlük) içermektedir (Bitter, 2013). Gehart’a (2013) göre her aile sistemi, aile içerisindeki yakınlık ve mesafeyi yönetmek ve kaygıyı düzenlemek için kalıplar geliştirmekte ve bu kalıplar bir nesilden diğerine aktarılmaktadır. Bireyin aile üyelerinden biriyle ilişkisini bırakması, düşük düzeyde farklılaşmanın işaretidir; bunun aksine, sağlıklı farklılaşma, özerklik ile dengelenen yüksek düzeyde duygusal yakınlık ile ilişkilendirilmektedir (Gehart, 2013). Farklılaşmış bireyler, duygularına tercihen düşünceleriyle yönlendirilmeyi tercih edebiliyorken farklılaşmamış olanlar kendilerini başkalarından ayırmakta güçlük çekerler ve ailedeki baskın duygusal kalıplarla kaynaşma eğilimindedirler (Bitter, 2013). Kendi kök aileleriyle kaynaşmış olan insanlar, kendileri gibi kaynaşmış bireylerle evlenmeye meyil etmektedirler; diğer bir deyişle çift olma sürecinde, benzer farklılaşma düzeyindeki insanlar birbirlerini aramaya ve bulmaya eğilimlidirler (Bitter, 2013).

Bowen’a göre yaşamda olmanın insana vermiş olduğu doğal bir kronik kaygı durumu vardır ve bu kaygı kişileri bilinçli seçimler yapmaktan uzaklaştırarak fiziksel ve duygusal

tepkilere sebebiyet vermektedir (Murdock, 2012; Gehart, 2017). Birey ya da aileler zor durumlarda bu kaygıyı yaşamaktadır (Murdock, 2012; Gehart, 2017). Farklılaşma süreci, birey ya da ailelerde tepkiselliğin ve kaygının düşmesini sağlayan bir farkındalık oluşturur ve kişiler böylece nasıl tepki vermeleri gerektiği konusunda bilinçli seçimler yaparlar (Gehart, 2017). Teorik olarak kişinin farklılaşma düzeyine etki eden en az 4 faktör bulunmaktadır ve bunlar (Tuason ve Friedlander, 2000):

1. *Duygusal Tepkisellik (Emotional Reactivity)*: Kişinin enerjisinin büyük bir kısmını duygularına ayırması (düşük düzeyde farklılaşma) ya da duygularını yaşaması ancak duyguları tarafından tüketilmemesidir (yüksek düzeyde farklılaşma).
2. *Duygusal Kesme (Emotional Cutoff)*: Yoğun iç deneyimler ya da kişiler arası etkileşimler sebebiyle bireyin duygusal ilişkiyi keserek kendini yalnızlaştırması (düşük düzeyde farklılaşma) ya da ilişkilerinde kimliğini kaybetmekten korkmadan ailesine ve ilişkilerine olan duygusal bağlılığını kararlılıkla sürdürmesidir (yüksek düzeyde farklılaşma).
3. *Başkalarıyla İç İçe Geçme (Fusion With Others)*: Yakın ilişkide olduğu kişilere aşırı bağlı olma durumu (düşük düzeyde farklılaşma) ya da net bir benlik algısına sahip olma ve ilişkilerinde bunu sürdürme becerisidir (yüksek düzeyde farklılaşma).
4. *Ben Pozisyonu Alma ("I" Position)*: Kişinin başkalarına olan bağlılığından ötürü kendisi için düşünememesi, hissedememesi ve hareket edememesi (düşük düzeyde farklılaşma) ya da düşünce ve hislerine sahip çıkarak kendine güvenmesi, başkalarının beklentilerine uymak zorunda hissetmemesi ve herhangi bir konu ile ilgili düşüncelerini ve duygularını açık bir şekilde belirtirken savunmacı ya da saldırgan bir tutum benimsememesidir (yüksek düzeyde farklılaşma).

Farklılaşmanın arkasındaki fikir, bireylerin bilişsel ve duygusal benliklerini dengeleyebilecekleri, kendilerini başkalarından rahatsız edici olmayan bir şekilde ayırabilecekleri bir olgunluk seviyesine ulaşmış olmalarıdır. (Gladding, 2015).

2.1.1. Benliğin Farklılaşmasıyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Gerek bireysel gerekse ilişkisel bir özellik olarak değerlendirilen benliğin farklılaşması kavramı uzun yıllardır araştırmacılar tarafından dikkat çekmektedir. Yapılan araştırmalar benliğin farklılaşmasının; psikolojik sağlık ile pozitif yönde (Sohrabi, Asadi, Habibollahzade ve Ali, 2013) depresyon ile negatif yönde (Hooper ve DePuy, 2010; Hooper ve Doehler, 2011; Polat, 2014), kaygı, stres düzeyi ile negatif yönde (Polat, 2014), psikolojik uyum, sosyal problem çözme becerisi ile pozitif yönde (Skowron, 2004), bağlanma kaygısı ile negatif yönde (Skowron ve Dendy, 2004), güvensiz bağlanma ve yakınlaşma korkusu ile negatif yönde (Thorberg ve Lyvers, 2006), kaygıyla ilişkili bozukluklar ile negatif yönde (Xue ve arkadaşları, 2016), çift uyumu ile pozitif yönde (Peleg, 2008; Polat, 2014; Skowron, 2000) ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra benliğin farklılaşmasının; ilişki doyumu (Lal, 2006; Lal ve Bartle-Haring, 2011; Skowron ve Friedlander, 1998), evlilik doyumu (Bartle, 1993; Lim ve Jennings, 1996; Skowron, 2000), genogram temelli danışmanlık sürecinde bir etkisinin olduğu (Varol, 2015) ve sürekli kaygının anlamlı birer yordayıcısı (Tuason ve Friedlander, 2000) olduğu çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir.

Benliğin farklılaşmasını ilişkisel bir bağlam içinde inceleyen araştırmalar dikkat çekmektedir. Polat (2014) yaptığı çalışmada, evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtileri (depresyon, kaygı ve stres) benliğin farklılaşma düzeyi açısından incelemiştir. Benliğin farklılaşma düzeyinin; evli bireylerde çift uyumunu, depresyonu, kaygıyı ve stres düzeyini anlamlı düzeyde yordadığı ve benliğin farklılaşma düzeyi alt boyut bağlamında incelendiğinde ise duygusal kesme ve ben pozisyonu alma alt boyutlarının çift uyumunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Skowron ve Friedlander (1998) tarafından yapılan çalışmada benliğin farklılaşması toplam puanlarının ve aynı zamanda alt ölçeklerden duygusal kesme puanlarının evlilik doyumunu yordadığı sonucu elde edilmiştir. Yapılan bir diğer çalışmada ise Peleg (2008), evlilik doyumunun erkekler arasında benliğin farklılaşması alt boyutlarından olan duygusal tepkisellik, duygusal kesme ve ben pozisyonu alma ile ilişkili olduğunu; kadınlar arasında ise yalnızca duygusal kesme ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Yapılan çalışmalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, benliğin farklılaşmasının; evlilik ilişkisi niteliğinin belirleyicilerinden olan çift uyumu ve ilişki doyumu gibi kavramların anlamlı birer yordayıcısı olduğu ve kaliteli bir evlilik ilişkisi için gerekli ve elzem olduğu görülmektedir.

Aile dinamiği içerisinde değerlendirildiğinde; kişinin duygu, düşünce ve eylemlerinin sorumluluğunu üstlenerek kendini ailesine duygusal anlamda yakın hissetmesi ve bunun yanında özerkliğini koruması da benliğin farklılaşmasının bir sonucudur. Bu bağlamda, aile dinamiğinin sağlıklı bir yapıya kavuşmasında benliğin farklılaşmasının önemi göz ardı edilemez. Skowron (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, annelerin benliğin farklılaşması toplam puanlarının çocuklarının bilişsel becerilerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Tuason ve Friedlander (2000) ise yaptıkları çalışma sonucunda ebeveynlerin farklılaşma düzeylerinin ve psikolojik sıkıntılarının yetişkin çocuklarının farklılaşma düzeylerini ve psikolojik sıkıntılarını öngörmediğini rapor etmişlerdir.

Yapılan araştırmalar cinsiyet açısından incelendiğinde, benliğin farklılaşmasının cinsiyete göre bir değişim gösterdiği görülmektedir (Hanımoğlu, 2014; Polat, 2014; Skowron, 2000; Skowron ve Friedlander, 1998). Erkeklerle ait benliğin farklılaşması toplam puanları kadınlara ait benliğin farklılaşması toplam puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olarak gözlemlenmiştir (Polat, 2014). Benliğin farklılaşması alt boyutları cinsiyet bağlamında incelendiğinde ise kadınların duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeylerinin (iç içe geçme), erkeklerin duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Polat, 2014). Yapılmış başka bir araştırmada ise sonuçlar erkeklerin, kadınlara göre daha az duygusal tepkisellik bildirdiklerini göstermiştir (Skowron ve Dendy, 2004). Hanımoğlu (2014)'nın üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışma sonucunda ise kız öğrencilerin duygusal tepkisellik, duygusal kesme ve başkalarıyla iç içe geçme alt boyutlarından aldıkları puanlar erkek öğrencilerin puanlarından anlamlı derecede daha yüksekken erkek öğrencilerin ben pozisyonu alma ve benliğin farklılaşması ölçeğinden aldıkları toplam puanlar kız öğrencilerin puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Ayrıca eşlerin benliğin farklılaşması toplam puanlarının anlamlı şekilde değiştiği bulunmuştur (Tuason ve Friedlander, 2000). Bir başka deyişle eşler benzer farklılaşma seviyeleri bildirmişlerdir. Benliğin farklılaşmasının cinsiyete göre değişimi, kadın ve erkeğin bir arada yaşadığı evlilik ilişkisinin niteliğine dair de önemli bir etkidir. Araştırma sonuçlarından yola çıkarak yüksek ya da düşük düzeyde farklılaşma yaşayan bireylerin oluşturduğu evliliklerin kalitelerinin de farklı olacağı düşünülebilir.

Bununla birlikte evlenme türü açısından değerlendirildiğinde; severek/flört ederek evlenen bireylerin benliğin farklılaşması toplam puanları, görücü usulü/tanıştırılarak evlenen bireylerin benliğin farklılaşması toplam puanlarından anlamlı düzeyde yüksektir (Polat, 2014). Benliğin farklılaşması alt boyutları evlenme türü açısından incelendiğinde görücü

usulü/tanıştırılarak evlenen bireylere ait duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeyleri, severek/flört ederek evlenen bireylere ait duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Polat, 2014). Araştırma sonuçlarından yola çıkıldığında; bireyin farklılaşma seviyesinin yakın ilişki deneyimlerine olumlu ya da olumsuz etkide bulunmasının olası olduğu söylenebilir.

Benliğin farklılaşması kavramının; Bowen yaklaşımında ailenin oluşumu ve aile içi ilişkiler hakkında önemli bilgiler sunan genogram tekniği (Kesici, Mert, Girgin ve İlgün, 2015) bağlamında da araştırıldığı görülmektedir (Foster, Jurkovic, Ferdinand ve Meadows, 2002; Varol, 2015). Varol (2015) ve Foster ve arkadaşları (2002) tarafından yapılan deneysel çalışmalarda; deney grubuna uygulanan genogram temelli danışmanlık sürecinin çiftlerin farklılaşma düzeyini yükseltmede etkili olduğu gözlenmiştir. Benliğin farklılaşması alt boyutlarına bakıldığında ise ben pozisyonu alma ve başkalarına bağımlılık (başkalarıyla iç içe geçme) düzeylerinde anlamlı bir yükselme olduğu ancak duygusal tepkisellik ve duygusal kopma (kesme) düzeylerinde artma olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (Varol, 2015).

2.2. Evlilik İlişki Kalitesi

İlişki; insanın doğası gereği başlattığı, devam ettirdiği ve gerektiğinde de sonlandırdığı bir durum olarak daima varlığını sürdürmektedir ve insan, gerek biyolojik gerek sosyolojik ve gerekse psikolojik varlığını sürdürebilmek amacıyla diğer insanlarla ilişki kurma gereksinimi içindedir (Eşici, 2014). İnsan ilişkileri içinde önemli bir yere sahip olan evlilik ilişkisi ve bu ilişkinin bir parçası olarak evlilik kurumu da yaşayan en eski toplumsal kurumlardan biridir. Her toplumda görülen ve topluma süreklilik kazandıran bu önemli kurumun bilimsel olarak ele alınması ancak 19. yüzyıl ortalarına kadar gitmektedir ve nasıl ayakta duracağı ile ilgili konular 1970'ten beri tartışılmaktadır. Spanier ve Lewis'e (1980) göre 1970'li yıllarda evlilik araştırmalarındaki önemli gelişmelerden biri, evlilik niteliğinin aslında çok boyutlu bir olgu olduğunun araştırmacılarca kabul edilmesidir.

Evlilik kalitesi (marital quality), evlilikle ilgili yapılan çalışmalarda çok sık gündeme gelen bir konudur (Norton, 1983; Spanier, 1979; Spanier ve Lewis, 1980; Vaughn ve Baier, 1999) ve bireysel iyi oluşu etkilemesiyle birlikte genel yaşam doyumunu da şekillendiren

önemli bir faktördür (Carr, Freedman, Cornman ve Schwarz, 2014). Ancak bu kavramın tam olarak ne ile ölçüleceği ya da tanımının nasıl yapılacağı ile ilgili alanyazında bir görüş birliği bulunmamaktadır (Civan, 2011; Crane, Allgood, Larson ve Griffin, 1990; Glenn, 1990; Glenn, 1998; Norton, 1983; Spanier ve Lewis, 1980; Vaughn ve Baier, 1999). Psikoloji alanyazınında evlilik kalitesi ile ilgili yapılmış araştırmalarda araştırmacıların evlilik uyumu (marital adjustment), evlilik doyumu (marital satisfaction), evlilik ilişkisi (marital relationship), mutlu evlilik/evlilikte mutluluk (marital happiness), evlilik başarısı (marital success) ve evlilik istikrarı (marital stability) gibi kavramları kullandıkları dikkat çekmektedir (Civan, 2011; Faulkner, 2002; Gürel, 2016; Kapucı, 2014). Öte yandan bazı araştırmacılar, sayılan bu kavramların evlilik kalitesi ile benzer kavramlar olduğunu düşünürken (örneğin; Cohen, 1985; Fincham and Bradburry, 1987; Hendrick ve Hendrick, 1997; Spanier ve Lewis, 1980), bazıları bunların evlilik kalitesiyle benzer kavramlar olarak değerlendirilmesinin yanlış olduğunu ve bu kavramların birbirlerinden farklılaşabileceğini belirtmektedirler (örn. Heyman, Sayers ve Bellack, 1994; Lenthall, 1977). Yapılan çalışmalar bir arada değerlendirildiğinde, evlilik kalitesi kavramının ağırlıklı olarak evlilikte uyum ve doyum kavramlarıyla birlikte ele alındığı görülmektedir. Bunun yanında, evlilikte uyum ve doyum kavramlarının da bazen farklı boyutlarda ele alındığı görülmektedir. Trost (1965), uyum kavramının ‘durum (belirli bir zamanda uyum)’ ve ‘süreç (bir süre boyunca)’ olarak iki anlamı olduğuna dikkat çekerken doyum kavramının süreç değil sadece durum anlamında olduğu üzerine vurgu yapar.

Alanyazında, evlilik ilişki kalitesinin tanımı yapılırken eşler arasındaki ilişkinin ve bu ilişkinin eşler tarafından algılanılışının esas alındığı görülmektedir (Atchley, 1992; Curun, 2006; Glenn, 1990; Spanier ve Lewis, 1980). Spanier ve Lewis’e (1980) göre evlilik kalitesi, evli çiftlerin ilişkileri hakkındaki öznel değerlendirmelerinden oluşur (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpan, 2005). Glenn (1990) ise çiftlerin bakış açısını temel alarak evliliklerini nasıl değerlendirdikleri üzerine odaklanır ve evlilik doyumu ya da evlilik mutluluğu gibi kavramların evlilik kalitesinin göstergeleri olduğunu belirtir. Bunun yanında Kulik (2002), evlilik kalitesini, evlilik doyumu ve evlilik ile birlikte tükenme (exhaustion) ya da yıpranma (burn-out) olarak ele alır. Bununla ilişkili olarak Atchley’e (1992) göre bireyin evlilik doyumu, evlilik hakkındaki değerlendirmelerini yansıtır ve duygusal iyiliği etkiler.

Tanımları ya da ölçümleri farklı olsa da araştırmacılar, özellikle evlilik uyumu ve evlilik doyumu gibi kavramları evlilik kalitesi ile eş anlamlı olarak kullanabilmektedir (örn. Hendrick ve Hendrick, 1997). Ayrıca evlilik doyumu ve evlilik uyumu kavramları arasındaki yüksek ilişki dolayısıyla bu iki kavram birbiri yerine de kullanılabilir (Erbek ve arkadaşları,

2005). Evlilikte uyum ve doyum kavramlarının kaliteli bir evlilik ilişkisi ve iyi yapılandırılmış bir aile dinamiği açısından önemli olması dolayısıyla araştırmanın bu bölümünde evlilikte uyum ve doyum kavramları hakkında kısaca bilgi verilecektir.

Bireyin ilişki boyunca, eşinin kendisi için ‘doğru kişi’ olup olmadığını düşünmesinin evlilikte çatışmalara sebep olabileceği belirtilmektedir (Barelds ve Dijkstra, 2009). Fışiloğlu’na (1992) göre aile sorunlarıyla ilgili faktörlerin araştırılmasında en çok değinilen kavramlardan biri gerek aile içi gerekse aile dışı ilişkilerin belirleyicisi konumunda olan evlilik uyumudur. Spanier ve Cole (1976) evlilik uyumunu, eşlerin evlilikteki işleyişi ve başarısı olarak tanımlamaktadır (Kansız ve Arkar, 2011; Sabatelli, 1988) ve bu kavramın, evlilik memnuniyeti ve mutluluğu kavramlarını kapsayan genel bir terim olduğu ifade edilmiştir. Kalkan’a (2002) göre evlilik uyumu, bir evliliğin zorunlu ve gönüllü özelliklerinin denge içinde çalışmasıdır ve evliliğin tümüyle zorunlu ya da tümüyle gönüllü bir ilişkiye dönüşmesi evlilik uyumunu bozucu etmenlerdendir. Bu bağlamda, sağlıklı ya da uyumlu bir evlilik ilişkisi, eşlerin birbirleriyle sık sık etkileşime girdiği, evlilikte yaşanan sorunların üstesinden gelmede birlikte çaba gösterdikleri, birbirleriyle açık bir şekilde iletişim kurdukları ve karşılıklı olarak tatmin edici bir şekilde anlaşmazlıkların çözümlendiği bir ortam olarak düşünülmüştür (Demir, 2014; Sabatelli, 1988). Ayrıca Kalkan’a (2002) göre çiftlerin kendilerini ve eşlerini tanıyarak birbirlerini olduğu gibi kabul etmeleri ve değiştirmeye çalışmamaları uyumlu bir evliliğin anahtarlarından. Evlilik uyumunu etkileyen etmenler şu şekilde belirtilmektedir (Terman, 1938’den aktaran Kastro, 1998):

1. Eşler arasında sağlanmış fikir birliği,
2. Fikir ayrılıklarını onarmaya dönük yöntemler,
3. Evli olmanın vermiş olduğu memnuniyet ya da pişmanlık,
4. Evliliği sürdürme ya da sonlandırmanın düşünülmesi,
5. Eşlerin birbirlerine şikâyetlerini ifade etmede kullandıkları iletişim şekli,
6. Eşlerin evlilikten aldıkları doyumunu öznel olarak değerlendirmeleridir.

İyi sağlanmış bir evlilik uyumunun eşlerin kişisel özelliklerinden bağımsız düşünülemeyeceği yapılan açıklamalar temel alındığında açıkça görülmektedir. İlişkide, eşlerin birbirlerine olan güçlü sevgi bağlarını yaşarken aynı zamanda özerkliklerini de korumaları ve açık bir benlik algısına sahip olarak tepkisel olmamaları da uyumlu bir evliliğin anahtarları olarak görülebilir. Bunun yanı sıra Spanier (1976), çift uyumu kavramının bir süreç olduğunu ve sonucun aşağıda belirtilenlerin derecelerine göre belirlendiğini ifade etmektedir:

1. Çift farklılıklarının güçlüğü,
2. Kişiler arası gerilim ve kişisel kaygı,
3. Çift doyumu,
4. Çiftin uyum içinde olması,
5. Çiftlerin işlevselliği açısından önem taşıyan konularda fikir birliğidir.

Evlilik kalitesiyle eş anlamlı olarak kullanılan ve uyuma bağlı olarak gelişme gösteren evlilikte doyum kavramı ise insan hayatında önemli bir yer tutmakta, çiftlerin psikolojik sağlığını ve yaşam doyumlarını etkilemektedir (Tezer, 1996). Fowers ve Olson (1993) evlilik kalitesini evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramlarıyla açıklamakta ve evlilik kalitesinin bu iki kavramdan ayrı düşünülmemeyeceğini belirtmektedir. Bireyin evliliğine ilişkin hoşnut olma durumu evlilik doyumu olarak ifade edilir (Kapucı, 2014). Başka bir tanımda ise evlilik doyumu, bireyin kendi evliliğindeki gereksinimlerinin karşılanıp karşılanmadığına ilişkin algısı olarak ele alınmaktadır (Tezer, 1996). Bu bağlamda düşünüldüğünde evlilik doyumu, çiftlerin evlilik kalitelerine ilişkin değerlendirmeleri olarak ele alınabilir. Sağlıklı ailelerde eşlerin daha uyumlu ve doyum sağlayıcı ilişkilerinin olabileceği söylenebilir. Araştırmacılar aile içindeki görev ve sorumlulukların birlikte yerine getirilmesinin, çocukların bakımını eşlerin beraber üstlenmesinin, ilişkide karşılıklı sevgi, saygı ve değer vermenin, boş zamanları beraber değerlendirmenin, problemlerle birlikte başa çıkmanın başka bir deyişle eşlerin birbirlerine sundukları desteğin, eşler arasındaki olumlu iletişimin, eşlerin aileye ekonomik destek sunmasının ve eşlerin bir meslek sahibi olmalarının evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediğini, dolayısıyla evlilik kalitesini artırdığını belirtmektedir (Terry ve Kottman, 1995'ten akt. Gürel, 2016).

2.2.1. Evlilik İlişki Kalitesini Açıklayan Yaklaşımlar ve Modeller

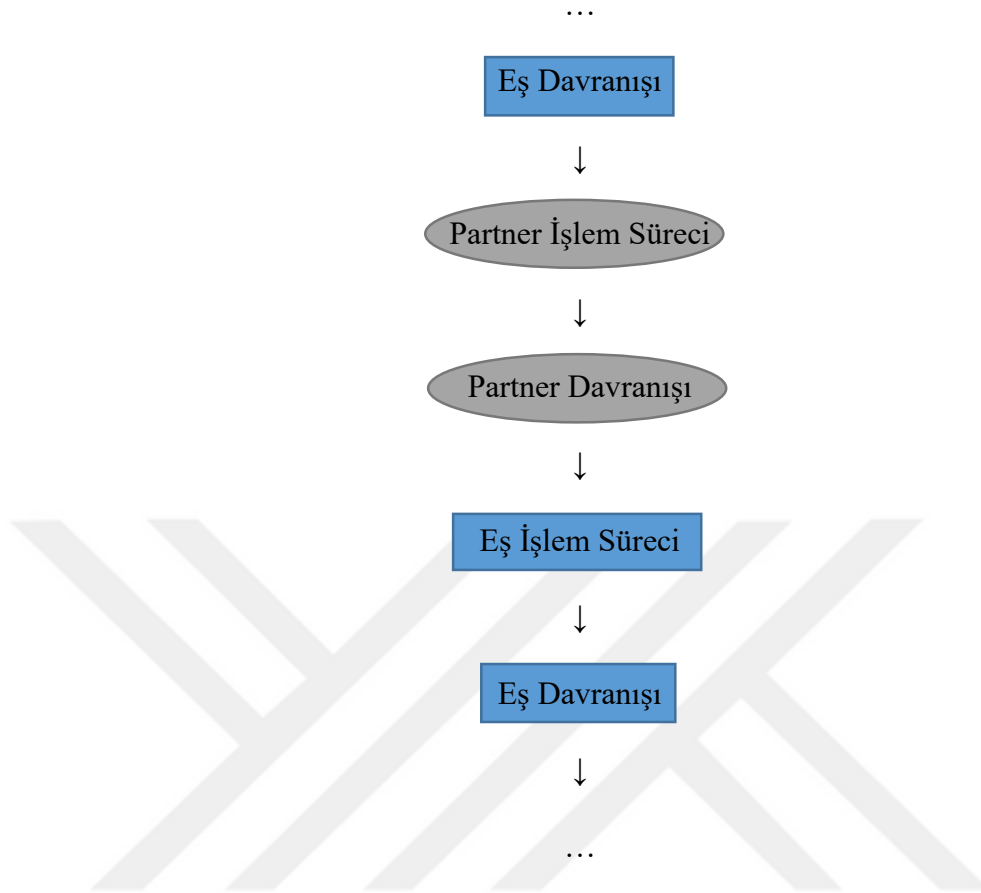
Bütün bunların yanı sıra yakın ilişkiler de dahil olmak üzere, evlilik ilişki kalitesi ya da evlilik kalitesiyle yakından ilişkili olan evlilik doyumu, evlilik uyumu gibi kavramların çeşitli modellerle ve kuramsal yaklaşımlarla açıklanmaya çalışıldığı görülmektedir (Bradbury ve Fincham, 1987; 1988; Kurdek, 1991; Rusbult, 1980; 1983; Thibaut ve Kelley, 1959). Yakın ilişkilerde doyum özellikle üç kuramsal yaklaşım temelinde ele alınmaktadır ve bunlar: bağlamsal evlilik modeli, problem çözme modelleri ve yatırım modelidir (Kurdek, 1991). Bunun yanında Karney ve Bradbury (1995), evlilikle ilgili teorik yaklaşımları gözden

geçirdikleri çalışmalarında evliliğe ilişkin yaklaşımları; sosyal değişim kuramları (Thibaut ve Kelley, 1959), davranışçı kuramlar (Gottman, 1982; 1993), bağlanma kuramı (Bowlby, 1969) ve kriz teorisi (Hill, 1949) olarak ele almışlardır. Buna dayanarak araştırmanın bu kısmında, bu çalışmanın değişkenlerinden olan evlilik ilişki kalitesiyle bağlantılı olarak Fletcher, Simpson ve Thomas'ın (2000) algılanan ilişki kalitesine özgü değerlendirmelerine yer verilecektir. Bunun yanı sıra özellikle son zamanlarda ön plana çıkan bağlamsal model ve ilişkiyel diyalektik kuramı ve ek olarak sosyal değişim kuramları bağlamında ele alınan yatırım modeli kısaca özetlenecektir.

Araştırmacılar uzun yıllardır algılanan ilişki kalitesinin farklı bileşenlerini ölçmeyi amaçlayan birçok ölçek geliştirmişlerdir (Fletcher ve ark., 2000). İlgili alanyazın incelendiğinde ilişki kalitesini temsil ettiği düşünülen doyum (Hendrick, 1988), bağlılık (Lund, 1985), güven (Rempel, Holmes ve Zanna, 1985), yakınlık/samimiyet (Aron, Aron ve Smollan, 1985; Sternberg, 1986), tutku (Aron ve Westbay, 1996) ve aşk (Fehr ve Russell, 1991) gibi altı yapı özellikle ön plana çıkmaktadır. Fletcher ve arkadaşlarına (2000) göre bu yapılar aslında yakın ilişkilerin dinamiklerini ortaya koymayı amaçlayan karşılıklı bağımlılık teorisi, yatırım modeli ve bağlanma kuramı gibi çeşitli teori ve modellerin temel çıktılarıdır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, kaliteli bir evlilik ilişkisi için bu yapıların eşler tarafından algılanılışı ve eşlerin bu yapılara ilişkin görüşleri önemlidir.

2.2.1.1. Bağlamsal Evlilik Modeli

Son zamanlarda ön plana çıkan *bağlamsal evlilik modeline* (Bradbury ve Fincham, 1988) göre eşlerden birinin sergilediği açık bir davranış, partnerinde (diğer eş) hızlı duyuşsal ve bilişsel işlemler ortaya çıkarır ve bu işlemin sonucunda partner, eşinden gelen açık davranışı ve bu davranışa karşılık kendi işleme sürecini ortaya koyan bir tepkide bulunur. Buna uygun olarak eşler arasındaki etkileşim süreci Şekil 1'de gösterildiği şekilde sıralanır:



Şekil 1: Bağlamsal Evlilik Modeli'ne Göre Eşler Arasındaki Etkileşim Süreci

Bununla birlikte işlem bileşeni, eşlerin davranışlarının meydana geldiği *bağlam* ile bir bütündür. Bağlam, evlilikteki davranışların işlenmesini etkileyen psikolojik koşullar ya da değişkenler olarak tanımlanır ve bağlamsal evlilik modeline göre yakın (*proximal*) ve uzak (*distal*) olmak üzere iki tür bağlam vardır. *Yakın bağlam*, partnerden gelen davranışı işlemeden hemen önce eşin yaşadığı düşünce ve duygulardır (Bradbury ve Fincham, 1988). Sanford'a (2006) göre yakın bağlam, kişinin belirli bir duruma ilişkin anlık ve değiştirilebilir değerlendirmeleridir ve iletişim üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. *Uzak bağlam* ise partner davranışını işleme sürecine etki eden ve doğrudan ilişkilerin işleyişine ilişkin daha kararlı değişkenleri içerir (kişilik değişkenleri, evlilikteki uygun davranışlara ilişkin inançlar, kronik ruh halleri vb. gibi). Uzak bağlamın parçaları olarak tanımlanan cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiş ve kadınsılık ile evlilik doyumu arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur (Antill, 1983; Baucom ve Aiken, 1984; Kurdek ve Schmitt, 1986). Bunun yanı sıra yine uzak bağlam anlamında ilişkilerin nasıl işlemesi gerektiğine dair kişilerin sahip

olduğu gerçek dışı inançlar ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiş ve gerçek dışı inançların evlilik doyumunu azalttığı sonucuna varılmıştır (Eidelson ve Epstein, 1982).

2.2.1.2. Yatırım Modeli

Yakın ilişkiler ve dolayısıyla evlilik ilişkisi bağlamında önemli açıklamalar içeren ve ilişkilerde doyum elde etmeye ilgili çeşitli değerlendirmelerde bulunan modellerden biri Rusbult (1980; 1983) tarafından öne sürülen *yatırım modelidir*. Yatırım modeli, karşılıklı bağımlılık teorisinin (interdependence theory) (Kelley & Thibaut, 1978) çeşitli prensiplerine dayanmakta ve bireylerin ilişkilerinde genel olarak bedelleri en aza indirirken ödülleri en üst düzeye çıkarmak için harekete geçtiklerini varsaymaktadır. Büyüksahin'e (2006) göre bir ilişkiden elde edilen ödüller ödenen bedelleri geçerse bir başka deyişle ilişkiden olumlu getiriler elde edilirse bu ilişki devam eder. Karşılıklı bağımlılık kuramının görüşlerine paralel olarak (Hovardaoğlu, 1996) yatırım modeline (Rusbult, 1980) göre bireyler, mevcut ilişkilerinden doyum elde edip etmediklerine karar verirken *karşılaştırma düzeyi (comparison level)* ve ilişkiyi sürdürüp sürdürmeyeceklerine karar verirken de *seçenekler için karşılaştırma düzeyi (comparison level for alternatives)* ölçülerini kullanırlar. Karşılaştırma düzeyi, bireye mevcut ilişkisinden doyum elde edip etmediğine dair bir referans noktası sunan bireyin öznel yaşantıları ve dış gözlemleridir. Seçenekler için karşılaştırma düzeyi ise bireyin mevcut ilişkisini başka biriyle yaşaması durumunda elde edeceği doyumu değerlendirdiği bir ölçü olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda kişiler; ilişkiden aldıkları doyumu değerlendirirken karşılaştırma düzeyini, ilişkiyi devam ettirip ettirmeme noktasında ise seçenekler için karşılaştırma düzeyi ölçütlerini kullanmaktadır (Hovardaoğlu, 1996; Rusbult, 1980; 1983). Ayrıca Büyüksahin'e göre (2006) ilişkide eşler, partnerleri ile birçok etkinliği (ödülleri) paylaşırlarsa az tartışırılsalar (bedeller) ve partnerlerinden genel olarak daha az şey beklerlerse (düşük karşılaştırma düzeyi) birlikteliklerinden daha fazla doyum alırlar.

2.2.1.3. İlişkisel Diyalektik Teorisi

Yakın ilişkilerde doyum elde etmeye ilişkin başka bir değerlendirme de Baxter (1988'den akt. Noller, Feeney ve Blakeley-Smith, 2001) tarafından öne sürülen *ilişkisel*

diyalektik (relational dialectics) teorisinde açıklanmaktadır. Bu kuram, yakın ilişkileri üç temel ilişki çelişkisi çerçevesinde ele almaktadır: *bağlılık-özerklik*, *açık olma-gizlilik* ve *belirsizlik-öngörülebilirlik*. İlişkisel diyalektik teorisine göre bağlılık-özerklik çelişkisi ilişkilerin temel zorunluluklarından ve ‘ben-biz çekimi’ olarak da adlandırılır. Bu ilişkisel çelişki, bireyin ilişkisinde eşine karşı yakınlık ve bağlılık arzularının yanında kendine de zaman ayırmasının doyumu yüksek bir ilişki elde etmede önemli olduğunu vurgulamaktadır. Açık olma-gizlilik çelişkisi ise bireyin eşine karşı neleri söyleyip neleri söylememesi gerektiği ile ilgili açıklamalar içermektedir. Kendini açma kişinin duygu, düşünce, istek ve ihtiyaçlarını eşine iletmesiyle gerçekleşir ve ilişkide yakınlığın gelişmesi için önemlidir. Ancak eşin paylaşılan gereksinime uygun yanıt vermede zorluk çekmesi ya da bu istekleri reddetmesi gibi risklerden ötürü kendinin açmanın ilişkiyi olumsuz etkileyebilecek yanları bulunmaktadır. Belirsizlik-öngörülebilirlik boyutu ise eşlerin güven duygusuyla beraber birbirlerinin duygu, düşünce ve davranışlarını tahmin etme ihtiyacında olduklarını belirtmektedir. Ancak; her şeyin aşırı tahmin edilebilir ya da kesin olmasının eşlerin birbirine olan ilgisini azaltacağını ve sevgi bağlarının bozulabileceğini vurgulamaktadır. Çelişkilerin iki ucunda bulunan kutuplar arasındaki etkileşim değişkendir ve çelişkilerin eşler tarafından zaman içinde ele alınması ve müzakere edilmesi gerekir. İlişkisel diyalektik teorisine göre ilişki doyumu, bu çatışan arzuları idare etme süreci ile sürdürülür ve karşılıklı kuvvetlerin varlığına uyum sağlamak sürekli değişime yol açar.

2.2.1. Evlilik İlişki Kalitesiyle İlgili Yapılan Araştırmalar

Evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilikte mutluluk, evlilik istikrarı vb. gibi kavramlarla iç içe anılan ve çok boyutlu bir yapıda olan evlilik ilişki kalitesi kavramının, evlilik ilişkisi ya da yakın ilişkiler bağlamında yapılan araştırmalarda uzun yıllardır ele alındığı görülmektedir.

Evlilik ilişkisinde eşlerin çocuk sahibi olup olmama durumlarına göre evlilikten elde edilen mutluluk ya da doyum ve dolayısıyla evlilik ilişki kalitesi farklılık gösterebilmektedir. Çocuklara bakmak ayrı bir zaman ve enerji gerektirir ve eşler çocuklar için harcadıkları zaman ve enerjiyi ilişkilerini sürdürebilmek için kullanamayabilirler. Yapılan çalışmalar, çocuk sahibi olmanın evlilik mutluluğunu ya da doyumunu nispeten azalttığını ortaya koymaktadır (Glenn, 1975; Renne, 1970). Glenn ve Weaver (1978) yaptıkları bir çalışmada ise 6 yaş altı çocuğa sahip olan Kafkas kadınlarının evlilik mutluluğunun azaldığını tespit etmişlerdir. Bir başka

deyişle çok küçük çocukların varlığı bu kadınların evlilik mutluluklarına zarar vermektedir. Benzer olarak Abbott ve Brody'nin (1985) 210 çalışan kadın üzerinde yaptığı araştırmada; çocuk sayısı, çocukların yaşı ve cinsiyetinin kadınların evlilik doyumuyla ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda; çocuk sahibi olmayan kadınların evlilik doyumunu çocuk sahibi olan kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak kız çocuğu olan kadınlar ile çocuk sahibi olmayan kadınlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Buradan hareketle, evlilik doyumunu ve çocuk sahibi olma arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılabilir.

Bunun yanında, evlilik ilişki kalitesini yordayan bazı ilişkisel ve demografik değişkenlerin olduğu da alanyazın incelendiğinde görülmektedir. Tezer'in (1994) evlilik doyumunu ve iş doyumunu bağlamında, 111 çalışan bireyle yürüttüğü çalışmada, evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin; eşle çatışmanın sıklığı, çatışmanın vermiş olduğu gerginlik, iş doyumunu ve yaş olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kulik (2002) 116 emekli bireyle yaptığı çalışmada, evlilik kalitesinin iki boyutu olan doyum ve tükenmeyle geç yetişkinlik dönemindeki karı-koca eşitliği arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırma sonucunda; genel olarak kadınların, eşlerinden daha yüksek tükenmişlik seviyesine ve daha düşük evlilik doyumuna sahip olduklarını tespit etmiştir. Gerek Türk kültüründe gerekse Batı'da kadınların evlilik, aile ve çocuklarla ilgili birçok meselede sorumluluğu tek başına sırtlamalarının, onları yıldırarak ve bunun da kadınların evlilikten algıladıkları doyumunu etkilediği düşünülebilir.

Evlilik doyumunu ile demografik değişkenlerden olan ırk arasında da çalışmalar yapılmıştır. Siyahi kadınların beyaz kadınlardan daha az evlilik doyumunu deneyimledikleri ve genel olarak siyahilerin evlilik ilişkilerinde beyazlardan daha doyumsuz oldukları tespit edilmiştir (Dillaway ve Broman, 2001). Bunun yanı sıra Bulanda ve Brown (2007) yaptıkları çalışmada siyahiler, beyazlar ve İspanyolları karşılaştırmıştır. Siyahilerin beyazlar göre daha düşük evlilik kalitesi belirttiğini ve boşanma riskiyle daha fazla karşı karşıya olduklarını tespit etmişlerdir. Bu anlamda düşünüldüğünde, farklı kültürel ve etnik değişkenlerin de evlilik kalitesini etkilediği sonucuna ulaşılabilir.

Kurdek (2005) evliliğin ilk 4 yılını değerlendirdiği boylamsal araştırmasında kadın ve erkeklerin bazı boyutlarda farklılaşabileceğini ortaya koymaktadır. Kurdek bu çalışmasında evliliklerinin ilk 4 yılında erkek ve kadınların yaşadıkları psikolojik problemlerin, evliliğe özgü değerlendirmelerinin, eşleriyle olan etkileşimlerinin, sosyal destek ve evlilik doyumunu boyutlarında farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda, kadın ve erkeklerin psikolojik problemler, evliliğe özgü değerlendirmeler ve eşleriyle olan etkileşimleri

boyutlarında farklılaştıkları tespit edilmiştir. Evliliklerinin ilk yıllarında kadınların bu boyutlardan aldıkları puanların, ilerleyen yıllarda eşlerinin evlilik doyumu düzeylerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte bu süre içerisinde kadınların evlilik doyumlarının eşlerine oranla düştüğü tespit edilmiştir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, eşlerin evlilik ilişkisi içindeki işlevsellikleri evlilik ilişki kalitesi açısından önemli bir kriter olarak görülebilir.

Erci ve Ergin (2005) Türk kadınının evliliğinden algıladığı doyumu belirlemek ve bir evlilik doyumu ölçeği geliştirmek maksadıyla Erzurum’da 495 evli kadın üzerinde bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada çocuk sayısı, yaş ve evlilik süresi kadınların evlilikten algıladıkları doyum ile negatif; eğitim seviyesi ise pozitif yönde anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur. Kadınların evlilik doyumları hem kendi eğitim seviyeleri hem de eşlerinin eğitim seviyeleri arttıkça artmaktadır. Çalışan kadınlarla karşılaştırıldığında; çalışmayan kadınların ve görücü usulüyle evlenen kadınların evliliklerinden algıladıkları doyumun daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarından yola çıkarak kadınların eğitim ve iş yaşamına daha fazla katılmaları bireysel gelişimlerinin yanında evlilik ilişkilerinin nitelikli bir yapıya kavuşması adına da önemli bir unsur olarak görülebilir.

Basat (2004) cinsel doyumu açıklayan değişkenleri tespit etmek ve bunun yanında gruplar arasında; cinsel doyum, evlilik doyumu, kontrol odağı ve kendilik değeri gibi değişkenlerde anlamlı bir farklılık bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla 200 evli bireyle bir çalışma yürütmüştür. Araştırma sonuçları, cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenlerin temel etkileri ve ortak etkisi hem cinsel doyum hem de evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir farklılık ortaya koymaktadır. Evlilik doyumu ile cinsel doyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002) yaptıkları çalışmada, demografik değişkenler ve empatinin evlilik uyumunu yordayıp yordamadığını araştırmak ve empati puanlarının cinsiyete bağlı olarak değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla 150 evli kişiye ulaşmışlardır. Araştırma sonuçları, empati ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda ele alındığında; empatinin çatışmaları çözerek olumlu davranış gelişimi ve tutum değişimini de beraberinde getirdiği ve bunun da evlilik ilişki kalitesini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılabılır.

Hünler ve Gençöz (2003) boyun eğici davranışların evlilik doyumu üzerindeki etkilerini araştırmak ve boyun eğici davranışlarla evlilik doyumu arasındaki ilişkide algılanan evlilik problemleri çözümleme becerisinin rolünü incelemek amacıyla 92 evli çift üzerinde bir

araştırma yapmışlardır. Evlilik doyumu ile algılanan evlilik problemleri çözümü arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki ve yine evlilik doyumu ile boyun eğici davranışlar arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda, boyun eğici davranışların evlilik doyumundaki düşüşü yordadığı tespit edilmiştir ancak bu ilişkinin eşlerin problem çözme becerileri kontrol edildiğinde kaybolduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda düşünüldüğünde; eşlerin ilişkideki problem ve anlaşmazlıklarının çözümünde işlevsel yollar seçmemelerinin ve problemlerin çözümünden kaçınmalarının evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediği düşünülebilir.

2.3. İlişkisel Özgünlük

İnsanlığın şüphesiz var olduğu günden bugüne değin karşı olduğu ya da savunduğu birçok gerçeği olmuştur. Bütün bu gerçekler içinde, belki de her insanın yanında durduğu ve reddedemediği en büyük gerçek: Değişimdir. Yaşadığı her an itibariyle insan; sosyal, kültürel, psikolojik vb. birçok değişim unsurunun etkisi altındadır ve yaşadığı bu değişimlerin etkisiyle birçok problemle karşı karşıya kalmaktadır. Gerek bu değişimlerin meydana getirdiği gerekse diğer insanlarla etkileşimlerinden doğan problemler karşısında bireyin; çelişkiye düşmeden, kendine yabancılaşmadan kendisi gibi kalabilmesi ve içsel olarak deneyimlediği değer, arzu ve duygularıyla kendisi gibi davranabilmesi önemlidir. Kişinin değişimlere rağmen kendisi gibi kalabilmesi ise özgün (otantik) olmasıyla yakından ilişkilidir. Özgünlük/özgün olma (gerçek olma, esas olma), kişinin kendini algıladığı biçimde yaşama geçirmesi ve yaşamı içerisinde bir başkası değil, kendisi gibi olabilmesidir.

2.3.1. Özgünlük (Otantiklik)

Uzun yıllardır sorgulanan ve araştırmalara dâhil edilen özgünlük kavramı, felsefe, psikoloji, edebiyat, sanat vb. disiplinler içinde geniş bir yere sahiptir. Zengin bir felsefi alt yapıya sahip olan bu kavramın Antik Yunan felsefesine dayandığı iddia edilmektedir (Harter, 2002). Ayrıca varoluşçu felsefe akımının özgünlük kavramının anlaşılmasında ve şekillenmesinde büyük rol oynadığı söylenebilir. Özgünlük kavramı, özgürlüğün varoluşsal yorumuna dayanmaktadır (Greene, 1952). May' e (2015) göre kişinin seçim yaptığı çerçevenin

genişlemesi, benlik bilincinin artmasına bağlıdır ve benlik bilinci artan kişinin özgürlüğünün de artacağı düşünülmektedir. Varoluşçu filozoflardan Sartre (1956), insanların varoluş tarzlarının seçimleriyle ayrılmaz bir şekilde ilişkili olduğunu ve bireyin kendi değerlerini oluşturma sorumluluğu olduğunu belirterek özgünlüğe vurgu yapmıştır. Benzer biçimde Heidegger (1962), bireyin kendi benliğiyle ve kendilik bilinciyle kendinde olmasına dikkat çekerek bireyin sahici (otantik) varlığına vurgu yapmaktadır.

Özgünlük, psikoloji alanı içinde, 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren ele alınmaya başlamıştır. Horney (1951), Winnicott (1960), Rogers (1959, 1964) ve Maslow (1970) gibi psikoloji öncüleri bu kavramın psikolojik temellerinin oluşumuna katkı sunmuşlardır. Psikoloji alanyazını içerisinde özgünlük daha çok benlik kavramıyla ilişkilendirilmektedir. Bir kişiyi diğerlerinden ayıran ve kişiyi kendine özgü bir birey yapan şey kişinin benliğidir. Horney (1951) özgünlüğü, *gerçek öz (real self)* ve *öze yabancılaşma (alienation from the self)* terimleriyle ilişkilendirerek açıklamaya çalışmıştır. Bireyin yaşayan, eşsiz, büyümek ve gelişmek isteyen tek parçası olan ‘gerçek öz’ ve bireyin kendi yaşamı üzerindeki etkin gücünü kaybederek kendi inanç, arzu ve duygularından uzaklaşması olarak tanımladığı ‘öze yabancılaşma’ kavramlarıyla özgünlüğe atıfta bulunmuştur (Horney, 1951). Winnicott (1960, 1971) ise *gerçek benlik (true self)* ve *sahte benlik (false self)* kavramlarını ele alarak özgünlüğe değinmiştir. Bebek doğduğu andan itibaren benliğini oluşturma süreci içindedir ve bu anlamda bebeğin annesiyle/bakım vereniyle kurduğu ilişki gerçek benlik oluşumu sürecinde önemlidir. Winnicott’a (1960, 1971) göre büyüdükçe ihtiyaçlarını kendisi karşılaması beklenen bebeğin erkenden ve keskin bir biçimde ihtiyaçları adına yalnız bırakılması sahte bir benlik geliştirmesine sebep olur ve sahte benlik geliştiren bebek kendi ihtiyaçlarını göz ardı ederek başkalarının isteklerine göre davranır (Murdock, 2012). Ayrıca Rogers (1959, 1964), psikolojik olarak sağlıklı olan bir bireyi, *potansiyelini tam olarak kullanan kişi* olarak tanımlamıştır ve bu kişinin başkalarının standartlarını karşılamaktan ziyade *organizmik değer verme süreci* ile kendini bütünüyle kabul ettiğini belirterek özgünlüğe dikkat çekmiştir (Burger, 2006; Corey, 2008; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012). Maslow ise özgünlük kavramını bireyin içten gelen dürtüleriyle ilişkilendirerek kendisi için neyin doğru neyin yanlış ya da neyin uygun neyin uygun olmadığını bilmesi olarak tanımlamış ve *kendini gerçekleştirme* ile özgünlüğe vurgu yapmıştır (Maslow, 1970). Bunun yanı sıra öz-belirleme kuramı da özgünlüğü, bireylerin kendi hayatları üzerinde seçim duygusunu yaşayarak kendi inanç ve değer yargılarına göre davranmalarının önemine dikkat çekerek vurgulamıştır (Deci ve Ryan, 1995, 2000).

Çeşitli modeller çerçevesinde değerlendirilen özgünlük kavramı, Barrett-Lennard (1998) tarafından, birey merkezli yaklaşım temelinde birbiriyle tutarlı üçlü bir yapı olarak ele alınmıştır. Bu modelde kişinin temel deneyimleri birinci yapı olarak ele alınmakta ve diğer iki yapı birinci yapı üzerinden değerlendirilmektedir. Temel deneyimler kişinin duyguları, fizyolojik durumu ve derin seviyedeki bilişleridir. İkinci yapı olan temel deneyimlerin farkındalığı, kişinin fizyolojik durumu, duyguları ve bilişleri konusundaki bilinçli farkındalıklarıdır. Son olarak üçüncü yapı ise temel deneyimlerin dış dünyaya yansıyan davranış ve iletişimi olarak değerlendirilmektedir.

Psikoloji alanyazını incelendiğinde, özgünlükle ilgili son yıllarda Kernis ve Goldman'a (2006) ait olan "Çok Ögeli Özgünlük Modeli"nin dikkat çektiği görülmektedir. Kernis ve Goldman (2006) otantikliği, bireyin günlük yaşantısında gerçek benliğini engellenmemiş bir biçimde yaşama geçirmesi olarak tanımlamaktadır (Goldman ve Kernis, 2002). "Çok Ögeli Özgünlük Modeli"ne göre özgünlük, ayrı ama birbiriyle ilişki halinde olan 4 bileşenden meydana gelmektedir. Bunlar: farkındalık (awareness), yansızlık/tarafsızlık (unbiased processing), davranış/hareket tarzı (behavior) ve ilişkisel uyum/ilişkisel özgünlüktür (relational orientation) (Kernis ve Goldman, 2006). *Farkındalık*, kişinin arzu, his, istek ve kendisiyle ilgili bilişlerine güvenmesi ve bunlarla ilgili bilgi sahibi olması ile ilişkilidir. *Yansızlık/tarafsızlık*, bireyin benliğindeki olumlu/olumsuz yönleri, duygularını, davranışlarını ve içsel deneyimlerini abartmadan, saptırmadan ve inkâr etmeden kabul etmesi olarak tanımlanmaktadır (Kernis ve Goldman, 2006). *Davranış/hareket tarzı* bileşeni ise farkındalık ve yansızlık bileşenlerinin davranışsal çıktıları gibi düşünülebilir. Kişinin davranışlarında sahte olmaması, bir başka deyişle başkalarını hoşnut etmek, ödül almak ya da cezadan kaçınmak için davranmak yerine değerlerine, tercihlerine ve gereksinimlerine uygun davranmayı içerir. *İlişkisel uyum/ilişkisel özgünlük* kişinin yakın ilişkilerinde açıklık, içtenlik ve doğruluğa önem vermesi ve bu erdemler için çaba göstermesi olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlük, bir başkasının yakınlarıyla olan ilişkilerinde 'sahte' olmaktan ziyade 'gerçek' olması anlamındadır (Kernis ve Goldman, 2006).

Özgünlükle ilgili bir diğer model ise Wood ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen "Birey Merkezli Özgünlük Modeli" dir. Wood ve ark. (2008) özgünlüğü üç bileşenli bir yapı olarak değerlendirmişler ve bu bileşenleri *kendine yabancılaşma*, *özgün/otantik yaşam* ve *dış etkinin kabulü* olarak ele almışlardır. Kendine yabancılaşma, bireyin bilinçli farkındalığı ve gerçek deneyimleri arasındaki fark olarak belirtilmektedir. Özgün/otantik yaşam, bireyin inançları, değerleri ve bilinçli farkındalıkları ile davranışları arasındaki uyumu ifade eder. Dış

etkinin kabulü ise bireyin başkalarının etkilerini ne ölçüde kabul ettiğini ve başkalarının beklentilerine ne derece uymak zorunda olduğu inancını içerir (Wood ve ark., 2008).

İlgili alanyazın incelendiğinde özgünlük ile mutluluk (Aydoğan, Özbay ve Büyüköztürk, 2017; Wood ve arkadaşları, 2008), eudaimonic mutluluk (Smallenbroek, Zelenski ve Whelan, 2017), dışa dönüklük, uyumluluk, dürüstlük (Fleeson ve Wilt, 2010), yaşam doyumu (Goldman ve Kernis, 2002), ilişki doyumu (Wang, 2015), iş doyumu (Wang, 2014); iyi oluş (Neff ve Suizzo, 2006; Pisarik ve Larson, 2011; Thomaes, Sedikides, van den Bos, Hutteman, ve Reijntjes, 2017; Toor ve Ofori, 2009), özgecilik (Ekşi, Sayın ve Çelebi, 2016; Yöntem, 2013), bilinçli farkındalık (Kernis ve Goldman, 2005), bağlanma tarzları (Akbay, 2015; Gillath, Sesko, Shaver ve Chun, 2010), özerklik, yeterlilik, ilişkili olma (Heppner, Kernis, Nezlek, Foster, Lakey ve Goldman, 2008; Dönmezoğulları, 2014), dindarlık (Gül, 2016), güvenli bağlanma (Leak ve Cooney, 2001), benlik düzenleme odakları (Gül, 2010), benlik kurguları (Özdemir ve İlhan, 2013), yüksek benlik saygısı (Heppner ve ark., 2008; Impett ve ark., 2008; Tolman, Impett, Tracy ve Michael, 2006), kendini tanıma (Feldman ve Hazlett, 2013), kendini saklama (Togay, 2016), kendini engelleme (Sarıçalı, 2014) gibi yapılar arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Yapılan araştırmalar göz önüne alındığında özgünlüğün, uzun yıllardır araştırmacıların dikkatini çeken gerek bireysel gerekse ilişkisel yapılarla bağlantılı olarak ele alınan oldukça önemli bir kavram olduğu ifade edilebilir.

2.3.2. İlişkisel Özgünlük (İlişkisel Otantiklik)

Kernis ve Goldman (2006) tarafından öne sürülen özgünlük modelinin bileşenlerinden biri de özgünlüğün ilişkisel boyutudur. En temel anlamıyla ilişkisel özgünlük, bireyin yakın ilişkilerinde özgün olabilmesidir (Kernis, 2003). Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlük, kişinin yakın ilişkilerinde açıklık, içtenlik ve doğruluğa önem vermesi ve bu erdemler için çaba göstermesi olarak tanımlanmaktadır (Kernis ve Goldman, 2006). Ayrıca Lopez ve Rice (2006) ilişkisel özgünlüğü; bireyin yakın ilişkisini tehdit edebileceğini düşündüğü çeşitli risk unsurlarını (eş reddi, ilişki istikrarsızlığı, çatışma, vb.) aşarak eşiyile kurduğu gerçek benlik deneyimlerini karşılıklı ve doğru bir şekilde paylaşmasına destek olan ilişkisel bir şema olarak tanımlamaktadır. Bunların yanı sıra bazı araştırmacılar (Avolio ve Gardner, 2005), ilişkisel özgünlük terimi yerine ilişkisel saydamlık/şeffaflık (*relational transparency*) terimini kullanmanın daha yerinde olacağını çünkü bunun, özgün kişilerin diğerleriyle uzlaşmak için

kurdukları açık ve saydam bir ilişki tarzını daha iyi yansıttığını düşünürler. Bu anlamda, ilişkisel saydamlık terimiyle aslında kişinin ilişkilerinde açık ve dürüst bir yaklaşım içinde olması gerektiği vurgulanmaktadır.

Özgünlüğe yönelik kuramsal açıklamalar, benlik yapısının önemli özelliklerine dikkat çeken daha çok kişi-merkezli bir görüşü vurgulamanın yanında, kişinin gerçek öz (real self) gelişimini kolaylaştırabilen veya engelleyebilen ilişki örüntülerine de dikkat çekmektedir (Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; Kernis ve Goldman, 2006; Lopez ve Rice, 2006). Bu konuda, bebeğin gerçek ya da sahte bir benlik oluşturmada ilişki bağlamının önemini vurgulayan Winnicott (1960) ve Rogers'ın (1951) görüşleri dikkat çekmektedir. Gerek özgünlük gerekse dürüstlük yakın ilişkiler konusunda önemli iki kavram olarak görülmektedir (örn. DeGreeff, Brunett ve Cooley, 2009; LaFollette ve Graham, 1986). Konuyla ilgili olarak araştırmacılar (Harter, Waters, Pettitt, Whitesell, Kofkin ve Jordan, 1997), yakın ilişkiler bağlamında ele alındığında özgün kişilerin, ilişkilerinde kendileri odaklı bir özerklikten ziyade özerk olma ve ilişkililiğin dengelendiği bir ilişki eğiliminde olduklarını vurgulamışlardır. Kişinin yakın ilişkilerinde özerklik ve ilişkililiği dengede tutabilmesi benliğin farklılaşması kavramının ilişkisel boyutuna işaret etmektedir. Bu anlamda açıklamalar, benliğin farklılaşması ile özgünlük arasındaki olumlu ilişkiye ışık tutmaktadır. Bu bağlamda düşünüldüğünde, özgünlük kavramı, salt kişi-merkezli bir görüşten ziyade, ilişkisel yapı içerisinde de düşünülmesi gereken önemli bir kavramdır.

Bu açıklamaların yanı sıra insan psikolojisinin çeşitli kültürel değişkenlerden etkilendiği bilinen bir gerçektir (Triandis, 1995). İnsan psikolojisini gerek bireysel gerekse ilişkisel anlamda değerlendirmede önemli olduğu düşünülen özgünlük kavramının da kültürel bağlamdan bağımsız ele alınması, insan psikolojisini anlamada bazı noktaları eksik bırakacaktır. Araştırmacılar, insanın bireysel ve ilişkisel özelliklerinin bireycilik ve toplulukçuluk olarak adlandırılan kültürel eğilimlerden etkilendiğini vurgulamaktadır (Oyserman, Coon ve Kimmelmeier, 2002). Bireycilik eğilimine sahip kültürler, kişinin diğerlerinden bağımsız olduğu varsayımından hareketle kişisel özerkliğe, kendini gerçekleştirmeye ve kendi-odaklı olmaya önem vermektedir (Hofstede, 1980; İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011; Oyserman, Coon ve Kimmelmeier, 2002). Toplulukçuluk eğilimindeki kültürlerde ise gruplar, bireyler için önemlidir ve insanlar diğeri-odaklı bir anlayışa sahiptirler (İmamoğlu, 1998; Schwartz, 1990). İmamoğlu'na (2003) göre özgünlük, bireycilik boyutuyla eşleşen bir yapıya sahiptir. Kimi araştırmacılar, Türk kültürünün toplulukçuluk eğilimi özellikleri gösterdiğini (İmamoğlu ve İmamoğlu, 1992) kimileriye

bireycilik ve toplulukçuluk eğilimlerinin her ikisinin de özelliklerini gösterebileceğini belirtmektedirler (Kağıtçıbaşı, 2010). İçinde yetiştiğimiz kültürde yapılmış bir çalışmaya göre ilişkisel özgünlük ile toplulukçuluk arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Ancak özgünlük yapısının toplulukçu kültürlerde yeterince ele alınmadığı görülmektedir. Bu bağlamda ele alındığında bu çalışma ile Türk kültüründe ilişkisel özgünlük yapısının ele alınmasının önemli olduğu düşünülebilir.

2.3.3. İlişkisel Özgünlükle İlgili Yapılan Araştırmalar

Özgünlüğün yakın ilişkiler ve evlilik ilişkisi bağlamında da araştırmalarda ele alındığı görülmektedir (Akbay, 2015; Aydoğan ve Özbay, 2018; Brunell ve ark., 2010; Leak ve Cooney, 2001; Lopez ve Rice, 2006; Neff ve Harter, 2002a; Neff ve Suizzo, 2006; Togay, 2016; Tucker, Smith-Adcock ve Trepal, 2011). Lynch ve Sheldon'ın (2017) yaptığı kültürler arası bir çalışmada, büyürken ya da günümüzde ailesinden koşullu saygı görenlerin daha az otantik hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Neff ve Harter (2002a) tarafından çiftler ile yapılan bir çalışmada, yakın ilişkilerinde çatışmadan kaçınmak için kendi benliğini yaşama geçiremeyen, bir başka deyişle yakın ilişkilerinde özgün olmayan bireylerin öz-saygılarının düşük, depresyon düzeyleri yüksek olarak tespit edilmiştir. Ayrıca Brunell ve arkadaşları (2010) romantik ilişkiler bağlamında çiftlerle yaptığı bir çalışmada, özgünlük ile öznel iyi oluş ve algılanan ilişki kalitesi arasında da ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Bunun yanında, Gouveia, Schulz ve Costa (2015) yaptıkları çalışmada özgünlüğün romantik ilişkiler içinde yakınlık sağladığını ve dolayısıyla çiftlerin ilişkilerinde kendilerini dürüstçe sunmalarına destek olabileceğini belirtmişlerdir. Neff ve Harter (2002b) yetişkin çiftler arasında özerklik, bağlılık ve karşılıklılık temelli ilişki stillerinde güç ve özgünlüğün rolünü araştırdığı çalışmalarında; ilişkilerinde özgün olmayan bireylerin ilişkilerindeki güç seviyelerinin, ilişkilerinde özgün olanlara göre anlamlı düzeyde düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Harter (2002), partneriyle olan bağına sürdürme konusunda endişe duyan ve partnerinin ihtiyaçlarına cevap vererek çatışmaları çözen kişilerin, kendi ilişki davranışlarını 'özgün olmayan davranış' olarak değerlendirme ihtimallerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bununla ve ilişkisel özgünlükle ilişkili olarak yakın ilişkilerde aldatma (dürüst olmama, yalan söyleme, kandırma) ile ilgili yapılmış çeşitli araştırmalarda (Cole, 2001; Metts, 1989; Peterson, 1996), kişilerin çatışmadan kaçınmak ya da partnerlerinin öfkesini önlemek için aldatmayı

kabul ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Yakın ilişkilerde güven kavramı da aldatma kavramı ile yakından ilişkilidir. Araştırmacılar, eşlerin; birbirlerine güven duydukça birbirlerine daha çok bağlanabileceğini ve dolayısıyla eşlerin birbirlerine olan güveninin, ilişkilerinin daha tatmin edici olmasına ve eşlerin ilişkilerine daha fazla yatırım yapmaya istekli olmalarına vesile olabileceğini vurgulamaktadır (Wieselquist, Rusbult, Foster ve Agnew, 1999). Bu bağlamda değerlendirildiğinde yakın ilişkilerde kişinin eşinde/partnerine karşı açık, dürüst ve samimi (içten) olmasının ilişkinin sağlıklı bir yapıya kavuşmasında ve doyumlu ilişkiler elde etmede önemli olduğu düşünülebilir.

Gouveia, Schulz ve Costa (2015) yaşları 23 ile 71 arasında değişen ve uzun süreli bir ilişkiye sahip olan 400 kişi ile yaptıkları bir çalışmada, ilişkilerde özgünlük ile romantik bağlanma ve bakım verme arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. İlişkisel özgünlüğün alt boyutlarından olan samimi risk alma ile romantik bağlanmanın alt boyutlarından olan güven arasında pozitif yönde ilişki bulunurken romantik bağlanmanın kaçınma ve kararsızlık alt boyutları arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlüğün aldatmayı (yalan, kandırma) reddetme boyutu ile romantik bağlanmanın güven boyutu arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılrken romantik bağlanmanın kaçınma, kararsızlık ve bağlılık boyutları arasında negatif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırmaya dahil edilen kadın ve erkeklerin özgünlük puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadınların özgünlük puanlarının erkeklerinkine göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde, ilişkilerinde eşlerine güven duyan ve ilişkide duygu ve düşüncelerini paylaşma konusunda istekli olan bireylerin, ilişkilerinde özgün olabilecekleri düşünülebilir.

Karimiyan, Raisi, Mohammadi ve Sadeghifard (2014), 402 çalışan evli bireyler ile yaptıkları çalışmada, evli kişilerin ilişki doyumunu yordamada yakınlaşma korkusunun, ilişkilerde özgünlüğün ve cinsiyetin rolünü incelemişlerdir. Yapılan araştırmada ilişkisel özgünlük ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde; ilişkisel özgünlük ile yakınlaşma korkusu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bunun yanında, cinsiyetin ve ilişkilerde özgünlük toplam puanının ise ilişki doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlüğün kendini açma riskinin kabulü ve aldatmayı (yalan söyleme, kandırma) kabul etmeme alt boyutlarının, kişilerin ilişki doyumunu pozitif yönde anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu anlamda, ilişkilerinde özgün olan bireylerin partnerlerine yakınlaşma konusunda endişe duymayacakları ve dolayısıyla iyi yapılanmış bir ilişki dinamiği oluşturabilecekleri düşünülebilir.

İlişkisel özgünlük kavramı kişinin yakın ilişkilerinde kendini, açık, samimi (içten) ve aldatıcı olmadan sunması ile yakından ilişkilidir. Bu anlamda, ilişkilerde açıklık, samimiyet, doğruluk, dürüstlük, vb. gibi kavramların ilişkisel özgünlüğü anlamada ve değerlendirmede önemli kavramlar olduğu açıktır. İlişkisel özgünlüğün bileşenlerinden olan kendini açma kavramı, kişinin öz farkındalık geliştirmesiyle birlikte düşünce, duygu ve inançlarıyla ilgili diğer kişilerin bilgi sahibi olması sürecini ifade eder (Waring, 1981). Samimiyet (içtenlik) ise açıklığı da içine alan çok yönlü bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır. Waring (1981) samimiyetin; yakınlık, açıklık, uyumluluk, bağlılık, cinsellik, çatışma çözümü, özerklik ve kimlik gibi kavramlardan meydana geldiğini belirtmektedir. Açıklık (ya da tersi bir kavram olarak kendini gizleme), dürüstlük ve samimiyet (Lopez ve Rice, 2006) gibi kavramların yakın ilişkiler bağlamında çeşitli araştırmalara dâhil edildiği görülmektedir (Baxter ve Wilmot, 1985; Brunell, Pilkington ve Webster, 2007; Caughlin ve Afifi, 2004; Caughlin ve Golish, 2002; Dailey ve Palomares, 2004; Finkenauer ve Hazam, 2000; Finkenauer, Kerkhof, Righetti, ve Branje, 2009; Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; Karimiyan, Raisi, Mohammadi ve Sadeghifard, 2014; Larson ve Chastain, 1990; Laurenceau, Barrett ve Pietromonaco, 1998; Lippert ve Prager, 2001; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Miller ve Kenny, 1986; Rubin, Hill, Peplau, ve Dunkel-Schetter, 1980; Uysal, Lin, Knee ve Bush, 2011; Vangelisti, 1994).

İlişkilerde yakınlığı ve doyumu elde etmede samimiyetin ve kendini açmanın önemli bir etken olduğu çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir (örn. Lippert ve Prager, 2001; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Rubin, Hill, Peplau, ve Dunkel-Schetter, 1980). Araştırmacılar samimiyeti riskli olarak algılayan çiftlerin kendilerini samimi bir şekilde açmadıklarını ve bunun da çiftlerin ilişki kalitelerini düşürdüğü sonucuna ulaşmışlardır (Brunell, Pilkington ve Webster, 2007). Açıklık kavramının zıttı olarak düşünülebilecek kendini gizleme (saklama) kavramı, kişinin kendisiyle ilgili olumsuz ya da tedirgin edici bilgileri başkalarından saklamaya olan eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Larson ve Chastain, 1990). İlişkilerde açıklık kavramı göz önüne alındığında kendini gizleme kavramının da ilişkisel özgünlük ve yakın ilişkiler bağlamında kayda değer bir değişken olduğu düşünülebilir. İlişkisel özgünlük kavramına canlılık kazandıran Lopez ve Rice (2006), kendini gizleme ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Finkenauer, Kerkhof, Righetti, ve Branje (2009), ilişkide eşlerinin kendilerini gizlediğini düşünen kişilerin evlilik iyi oluşlarının zaman içinde düştüğü ve kişinin kendini eşinden gizlemesi ile evlilik kalitesi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgulara benzer şekilde, Uysal, Lin, Knee ve Bush (2011), ilişki doyumu ile kendini gizleme arasında negatif ve ilişki doyumu ile kendini açma

arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde, kişinin evliliğinde ya da yakın ilişkisinde, kendisiyle ilgili olan duygu, düşünce, inanç, tutum, vb. gibi yapılar konusunda kendini samimi bir biçimde sunmasının ve aldattıcı olmamasının ilişki kalitesini olumlu yönde etkilediği açıktır.

Araştırmacılar kişinin kendini gizlemesinin çeşitli konuları konuşmaktan kaçınma ya da sır saklama gibi yapı veya süreçlerle ilişkisini de incelemişlerdir (Caughlin, Golish, Olson, Sargent, Cook ve Petronio, 2000; Golish, 2000; Vangelisti, 1994). Kişinin, ilişkide konuşulmasını istemediği herhangi bir konudan kaçınmasının ilişki kalitesini olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşan araştırmaların (Caughlin ve Golish, 2002; Dailey ve Palomares, 2004; Vangelisti, 1994) yanında, kişinin bazı konulardan kaçınmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği sonucuna ulaşan araştırmalar (Baxter ve Wilmot, 1985; Caughlin ve Afifi, 2004; Finkenauer ve Hazam, 2000) da mevcuttur. Bu bağlamda değerlendirildiğinde; kişinin eşine karşı duygu, düşünce, kaygı ve kişisel arzularını açmasının eşler arasındaki samimiyetin gelişimi açısından önemli olduğu açıktır ve bu tür kendini açma davranışlarının eşlerin birbirlerine karşı sorumlu oldukları, birbirlerini destekledikleri ve kabul ettikleri duygularının yerleşmesini sağlayabilir.

Açıklamalar birlikte ele alındığında, özgün bir benliğe sahip olmanın kişiye bireysel anlamda birçok katkı sunduğu açıktır. Bununla birlikte kişilerin yakın ilişkilerinin samimi ve saydam bir yapıya kavuşmasında da özgünlük başat bir rol oynamaktadır. Yakın ilişkiler bağlamında ele alınan evlilik ilişkisinde de eşlerin ilişkide kendilerini gizlemeden, samimi bir biçimde açmaları ve ilişkideki deneyimleri konusunda birbirlerini kandırmaya çalışmamaları sağlıklı bir aile yapısı için vazgeçilmezdir. Bu anlamda ele alındığında ilişkisel özgünlüğün güçlü bir evlilik ve aile dinamiği oluşturmada eşlere bir destek unsuru olacağı düşünülebilir.

2.4. Evlilik İlişki Kalitesi, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlükle İlgili Yapılan Araştırmalar

Evlilik ilişki kalitesi ve çeşitli değişkenler arasında yapılan araştırmaların yanında bu araştırmanın değişkenlerinden olan benliğin farklılaşmasıyla ilgili de yapılmış çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Skowron (2000), Murray Bowen'ın teorik yaklaşımının (Bowen Aile Sistemleri Kuramı/Çok Kuşaklı Aile Terapisi) önemli kavramlarından biri olan benliğin farklılaşması ile

evlilik kalitesi arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Benliğin farklılaşması, kişinin benliğinin ruhsal (psişik) ve kişiler arası boyutunu dengede tutabilmesi ve kişinin içinde yetiştiği aileden bilişsel ve duygusal düzeyde ayrışması olarak tanımlanmakta ve duygusal tepkisellik, duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve ben pozisyonu alma alt boyutlarından oluşmaktadır (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988). Yapılan araştırma sonucunda; daha az duygusal tepkisellik ve duygusal kesme gösteren, daha az başkalarıyla iç içe geçmiş olan ve ilişkilerinde ‘ben’ pozisyonlarını daha iyi alabilen çiftlerin yüksek evlilik doyumu yaşadığını, farklılaşma seviyesi düşük evliliğe sahip olanların ise daha fazla evlilik problemleri yaşadıkları tespit edilmiştir. Araştırma bulgularından yola çıkarak; kişinin evlilik ilişkisinde bireyselliğini bastırarak eşinin beklentilerine göre davranmasının ve ilişkide sürekli duygularının etkisinde kalarak kendini tüketmesinin evlilik ilişkisini olumsuz yönde etkileyeceği düşünülebilir.

Bir başka çalışmada ise Polat (2014), evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtileri (depresyon, kaygı ve stres) benliğin ayrımlaşma düzeyi açısından incelemiştir. Benliğin ayrımlaşma düzeyinin; evli bireylerde çift uyumunu, depresyonu, kaygıyı ve stres düzeyini anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili araştırmada (Polat, 2014) benliğin ayrımlaşma düzeyi alt boyut bağlamında incelendiğinde ise duygusal kesme ve ben pozisyonu alma alt boyutlarının çift uyumunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer olarak Skowron ve Friedlander (1998) tarafından yapılan çalışmada benliğin farklılaşması toplam puanlarının evlilik doyumu ile pozitif yönde ilişkili ve alt boyutlardan duygusal kesmenin evlilik doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Peleg (2008) tarafından yapılan bir çalışmada ise evlilik doyumunun; erkekler arasında benliğin farklılaşması alt boyutlarından olan duygusal tepkisellik, duygusal kesme ve ben pozisyonu alma ile ilişkili olduğu, kadınlar arasında ise yalnızca duygusal kesme ile ilişkili olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu araştırmaların yanı sıra benliğin farklılaşmasının evlilik doyumu ya da evlilik uyumuyla ilişkisini gösteren farklı araştırma sonuçlarına göre de yüksek düzeyde benliğin farklılaşması yüksek evlilik uyumu ya da evlilik doyumu anlamına gelmektedir (örn. Arpita, 2006; Lal ve Bartle-Haring, 2011; Lim ve Jennings, 1996; Rodríguez-González, Skowron, de Gregorio ve san Roque, 2015). Bu sonuçlar, Bowen Aile Sistemleri Kuramı bağlamında değerlendirildiğinde; bir çiftin, hem birbirlerine sıkı sıkıya bağlı olmalarının hem de ilişkide bireyselliklerini korumalarının iyi bir evliliğin önemli bir bileşeni olduğu önermesine destek vermektedir.

Brunell ve arkadaşlarının (2010) romantik ilişkiler bağlamında çiftlerle yaptığı bir çalışmada, varoluşçu psikoterapinin önemli kavramlarından olan özgünlük (otantiklik) ile romantik ilişki işlevselliği arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışma sonucunda, özgünlük ile öznel iyi oluş ve algılanan ilişki kalitesi arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmacılar, bireyin özgünlüğünün, doğrudan ya da dolaylı olarak partnerinin ilişki uyumuna ve iyi oluşuna katkıda bulunabileceğini rapor etmişlerdir. Özgünlüğün yüksek düzeyde olmasının hem erkek hem de kadınlar için romantik ilişkilerde daha sağlıklı ve daha mutlu ilişkiler kurmayla bağlantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yüksek düzeyde özgünlüğe sahip olan bireylerin ilişkide daha samimi ve daha az yıkıcı bir şekilde davrandığı ve bunun da daha tatmin edici ilişkiler ve daha yüksek kişisel iyi oluş anlamına geldiği araştırmacılar tarafından ortaya konulmuştur. Bunun yanında, Gouveia, Schulz ve Costa (2015) yaptıkları çalışmada özgünlüğün romantik ilişkiler bağlamında daha geniş bir yakınlığa izin verdiğini; bunun da dürüstçe kendini açmaya ve çiftlerin, birbirlerinin ihtiyaçlarını daha iyi anlayabilmelerine yardımcı olabileceğini belirtmişlerdir.

Bunun yanında Türk kültüründe, Aydoğan ve Özbay (2018), evlilik ilişkisinde fedakârlık doyumunu, ilişkisel özgünlük ve evlilik doyumunu bağlamında 315 evli bireyi inceleyerek araştırmışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda ilişkisel özgünlük ile evlilik doyumunu ve fedakârlık doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuca göre ilişkisel özgünlük fedakârlıktan alınan doyum ve evlilik doyumunu artırmaktadır.

İlişkilerde samimiyet, dürüstlük ve açık olma (kendini açma) kavramlarını da içinde barındıran ilişkisel özgünlük, çok bileşenli bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Kernis, 2003; Lopez ve Rice, 2006). Kernis (2003), kişinin yakın ilişkilerde doğruluk ve açıklığa değer vermesinin ve bunları başarmasının ilişkisel özgünlük açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır. Önemli bir yakın ilişki çeşidi olan evlilik de yine bu açıklamalar ışığında değerlendirilebilir. Evlilik ilişki niteliğinin önemli kişiler arası boyutlarından biri olan samimiyet (Waring, 1980; 1981) ve kendini açma kavramları da bazı araştırmacılarca özdeş kavramlar olarak görülmektedir (Derlega ve Chaikin, 1975'ten akt. Schaefer ve Olson, 1981). Bu bağlamda düşünüldüğünde, salt ilişkisel özgünlük adıyla yapılmış çalışmalara odaklanmak yerine ilişkisel özgünlüğün bileşenleri olan kavramlarla ilgili yapılmış çalışmalara yer vermek de bu noktada önemli görülmektedir.

Brunell, Pilkington ve Webster (2007) 64 çiftle yaptıkları bir çalışmada; çiftlerin ilişkilerinde samimi olmayı riskli olarak algılamalarının, ilişkilerinin kalitesine etkisini test

etmişlerdir. İlişki süreci içinde samimiyeti riskli olarak algılamanın çiftlerin samimi bir şekilde kendilerini açmalarını engellediği ve ilişki kalitelerini düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin samimiyet konusundaki risk algıları erkeklerin ilişki kaliteleriyle negatif yönde ve kadınların samimiyet konusundaki risk algıları kadınların ilişki kaliteleriyle negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bunun yanında kadınların samimiyet konusundaki risk algıları erkeklerin ilişki kaliteleriyle negatif yönde ilişkili bulunurken; erkeklerin samimiyet konusundaki risk algıları ile kadınların ilişki kaliteleri arasında bağlantı bulunamamıştır. Ayrıca kadınların ve erkeklerin samimiyet konusundaki risk algıları ile kendilerini açma seviyeleri arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Yapılan araştırmalar, ilişkilerde samimi olmanın ve kendini açmanın eşleri daha doyumlu ve daha yakın ilişkiler geliştirmeye yönelttiğini göstermektedir (örn. Lippert ve Prager, 2001; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Rubin, Hill, Peplau, ve Dunkel-Schetter, 1980). Bu anlamda, ilişkiyel özgünlükle ilişkili kavramların kişilerin evlilik doyumunu sağlamada önemli bir yapı olduğu dikkat çekmektedir.

Kendini açmanın tersi bir kavram olan kendini gizleme/saklama kavramı da ilişkiyel bağlamda çalışılmış konulardan biridir. Kendini gizleme, kişinin kendisi hakkındaki olumsuz ya da tedirgin edici bilgileri başkalarından saklamaya olan eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Larson ve Chastain, 1990). Finkenauer, Kerkhof, Righetti, ve Branje (2009) yakın ilişkilerde kendini gizleme algısının evlilik iyi oluşunu nasıl etkilediğini 199 yeni evli çift üzerinde incelemişlerdir. İlişkide, eşlerinin kendilerini gizlediğini düşünen partnerlerin evlilik iyi oluşlarının zaman içinde düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kişinin kendini partnerinden gizlemesi ile evlilik kalitesi arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Benzer şekilde, Uysal, Lin, Knee ve Bush (2011) romantik ilişki yaşayan 165 bireyle yaptıkları araştırmada, ilişki doyumu ile kendini gizleme arasında negatif ve ilişki doyumu ile kendini açma arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bunların yanı sıra ilişkiyel özgünlük ölçeğini geliştiren Lopez ve Rice (2006), kendini gizleme ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmacılar kişinin kendini gizlemesinin çeşitli yapı veya süreçlerle ilişkisini de incelemişlerdir. Kişinin, ilişkide konuşulmasını istemediği herhangi bir konudan kaçınmasının ilişki kalitesini olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşan araştırmaların (Caughlin ve Golish, 2002; Dailey ve Palomares, 2004; Vangelisti, 1994) yanında, kişinin bazı konulardan kaçınmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği sonucuna ulaşan araştırmalar (Baxter ve Wilmot, 1985; Caughlin ve Afifi, 2004; Finkenauer ve Hazam, 2000) da mevcuttur. Bu bağlamda değerlendirildiğinde; kişinin eşine karşı duygu, düşünce, kaygı ve kişisel arzularını açmasının eşler arasındaki samimiyetin gelişimi açısından önemli

olduğu açıktır ve bu tür kendini açma davranışlarının eşlerin birbirlerine karşı sorumlu oldukları, birbirlerini destekledikleri ve kabul ettikleri duygularının yerleşmesini sağlayabilir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölüm; araştırma modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, işlem yolu ve verilerin analizi ile ilgili açıklamaları içermektedir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, iki veya daha fazla bağımsız değişkene dayalı olarak bağımlı değişkendeki değişimleri açıklamaya dönük yordayıcı korelasyonel araştırma türündedir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016; Heppner, Wampold ve Kivlighan, 2013; Karasar, 2014). Araştırmanın değişkenlerinden benliğin farklılaşması (yordayıcı değişken), ilişkisel özgünlük (yordayıcı değişken) ve evlilik ilişki kalitesi (yordanan değişken) arasındaki ilişkiler test edilmiştir.

3.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubuna dâhil edilecek bireylerin belirlenmesinde tesadüfi yöntem ile kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu durum dikkate alınarak ve çevrim içi form aracılığıyla araştırmacının yakın çevresinde bulunan, ulaşılması kolay ve araştırmaya katılmak isteyen, gönüllü evli bireyler üzerinde ölçek uygulamaları gerçekleştirilmiştir. Veriler 603 evli bireyden toplanmış olup verilerin uç değerler açısından incelenmesinden sonra analizler 480 kişi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubu 18 - 63 yaş ($\bar{X}$ =31.78 Ss: 7.69) aralığında ve Tablo 1’de görüldüğü üzere 251 kadın (% 52.3) ve 229 erkek (% 47.7) toplam 480 evli kişiden oluşmaktadır. Eğitim düzeyleri açısından bakıldığında katılımcıların 19’u ilkokul (% 4), 15’i ortaokul (% 3.1), 70’i lise (% 14.6), 320’si lisans (% 66.7) ve 56’sı lisansüstü (%11.7) eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların eşleriyle yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yer

bilgisi incelendiğinde; 8'i köy (%1.7), 8'i kasaba (% 1.7), 113'ü ilçe (% 23.5) ve 351'i ilde (% 73.1) yaşamaktadır.

Tablo 1.: Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bilgiler

Değişkenler	Kategoriler	n	%
Cinsiyet	Kadın	251	52.3
	Erkek	229	47.7
	Toplam	480	100
Eğitim	İlkokul	19	4.0
	Ortaokul	15	3.1
	Lise	70	14.6
	Lisans	320	66.7
	Lisansüstü	56	11.7
	Toplam	480	100
Yer	Köy	8	1.7
	Kasaba	8	1.7
	İlçe	113	23.5
	İl	351	73.1
	Toplam	480	100

Tablo 2’de görüldüğü üzere katılımcıların evlenme türüne bakıldığında ise 43’ünün (% 9) görücü usulü/hiç tanımadan ya da çok az tanıyarak, 313’ünün (% 65.2) anlaşılarak/flört ve 124’ünün (% 25.8) hem görücü usulü hem anlaşılarak evlendikleri görülmektedir. Bununla birlikte katılımcıların evlilik yılı açısından; 139’unun (% 29) 0-2 yıl, 96’sının (% 20) 2-4 yıl, 68’inin (% 14.2) 4-6 yıl, 27’sinin (% 5.6) 6-8 yıl, 25’inin (%5.2) 8-10 yıl ve 125’inin (% 26) ise 10 yıl ve üzerinde evli oldukları görülmektedir. Bunun yanı sıra katılımcılardan 305 (% 63.5) kişi çocuk sahibi olduklarını ve 175 (% 36.5) kişi çocuk sahibi olmadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların 30’unun (% 6.3) evde aile büyükleri ile yaşadığı ve 450’sinin (% 93.8) evde aile büyükleri ile yaşamadıkları görülmektedir. Ayrıca aile büyüklerinin eşleriyle olan ilişkilerine ne derece karıştıklarıyla ilgili katılımcılardan 306 (% 63.7) kişi çok az, 99 (% 20.6) kişi az, 57 (% 11.9) kişi orta derecede, 13 (% 2.7) kişi fazla ve 5 (% 1) kişi çok fazla olarak belirtmişlerdir.

Tablo 2.: Katılımcıların Evliliklerine Ait Bilgiler

Değişkenler	Kategoriler	n	%
Evlenme Türü	Görücü Usulü	43	9.0
	Anlaşarak	313	65.2
	Gör. ve Anl.	124	25.8
	Toplam	480	100
Evlilik Yılı	0-2 Yıl	139	29.0
	2-4 Yıl	96	20.0
	4-6 Yıl	68	14.2
	6-8 Yıl	27	5.6
	8-10 Yıl	25	5.2
	10 Yıl ve Üzeri	125	26.0
	Toplam	480	100
Çocuk Sahibi	Evet	305	63.5
	Hayır	175	36.5
	Toplam	480	100
Aile Büyükleriyle Yaşama	Evet	30	6.3
	Hayır	450	93.8
	Toplam	480	100
Aile Büyüklerinin Eşle Olan İlişkiye Karışma Durumu	Çok Az	306	63.7
	Az	99	20.6
	Orta	57	11.9
	Fazla	13	2.7
	Çok Fazla	5	1.0
	Toplam	480	100

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada verilerin toplanmasına yönelik kişisel bilgi formu, İlişkilerde Otantiklik (Özgünlük) Ölçeği (The Authenticity in Relationships Scale - AIRS), Benliğin Farklılaşması (Ayrışması) Ölçeği (Differentiation of Self Inventory - DSI) ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (Perceived Romantic Relationship Quality Scale - PRRQS) kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçları ve bunların psikometrik özelliklerine ilişkin açıklamalara aşağıda yer verilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, katılımcılara ilişkin çeşitli demografik özellikler ve evlilik ilişkisini olumlu veya olumsuz etkileyebileceği düşünülen çeşitli sorular içermektedir. Formda; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, eş ile yaşamın çoğunun geçtiği yer, evlenme şekli, evlilik süresi, çocuk sahibi olma durumu, kız çocuk sayısı, erkek çocuk sayısı, ev içinde aile büyükleri ile yaşama durumu ve aile büyüklerinin evlilik ilişkilerine karışma durumunu öğrenmeyi amaçlayan sorular bulunmaktadır. Kişisel Bilgi Formu Ek-4'te sunulmuştur.

3.3.2. Benliğin Farklılaşması (Ayrışması) Ölçeği (Differentiation of Self Inventory - DSI)

Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilen Benliğin Farklılaşması (Ayrışması) Ölçeği'nin (Differentiation of Self Inventory) Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçek, bireylerin intrapsişik ve kişiler arası açıdan benliklerinin farklılaşma düzeylerini belirleyebilmek amacıyla geliştirilmiştir. Orijinal ölçek 43 madde ve benliğin farklılaşmasının intrapsişik süreçlerini ölçen *duygusal tepkisellik* ile *ben pozisyonu alma* ve benliğin farklılaşmasının kişiler arası süreçlerini ölçen *duygusal kesme* ile *başkalarıyla iç içe geçme* olarak adlandırılan 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerden *duygusal tepkisellik* (emotional reactivity), kişinin çevreden gelen uyarıcılara karşı verdiği duygusal taşkınlık, duygusal değişkenlik (emotional lability) ya da aşırı duyarlılığını yansıtan 11 maddeden oluşmaktadır [örnek madde: eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder (ters madde)]. *Ben pozisyonu alma* (I position) alt ölçeği, net bir şekilde tanımlanmış benlik algısını ve aksini yapması için baskılandığı zamanlarda bile kişinin kendi inançlarına özenle bağlı kalma yeteneğini yansıtan 11 maddeden oluşmaktadır [örnek madde: kendimi olduğum gibi kabul ederim]. *Duygusal kesme* (emotional cutoff) alt ölçeği ise kişinin yakın ilişkilerinde hissettiği tehdit ve başkalarıyla olan ilişkilerinde hissettiği aşırı kırılganlık durumlarını yansıtan

12 madde içermektedir [örnek madde: yakın ilişkilerimde kısıtlanma kaygısı yaşarım (ters madde)]. Son olarak *başkalarıyla iç içe geçme* (fusion with others) alt ölçeğinde de kişilerin, aileleriyle kurdukları üçgenleme ve aşırı özdeşleşmeleri de dahil olmak üzere, başkalarıyla ilişkilerinde duygusal olarak aşırı bağlı olma durumlarını yansıtan 9 madde bulunmaktadır [örnek madde: hemen hemen hayatımdaki herkesten onay alma ihtiyacı hissederim (ters madde)] (Skowron ve Friedlander, 1998).

Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .88; alt ölçeklerden *duygusal tepkisellik* için .84, *ben pozisyonu alma* alt ölçeği için .83, *duygusal kesme* alt ölçeği için .82 ve *başkalarıyla iç içe geçme* alt ölçeği için .74 olarak saptanmıştır. Başkalarıyla iç içe geçme alt ölçeğinin güvenirlik katsayılarının (.57 - .74 aralığında) düşük olması sebebiyle ölçek, Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilerek 46 maddelik bir ölçek geliştirilmiştir (Differentiation of Self – Revised: DSI-R). Revize edilen ölçeğin tamamına ait güvenirlik katsayısı .92; alt ölçeklerden duygusal tepkisellik için .89, ben pozisyonu alma alt ölçeği için .81, duygusal kesme alt ölçeği için .84 ve başkalarıyla iç içe geçme alt ölçeği için .86 olarak saptanmıştır (Skowron ve Schmitt, 2003).

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Işık ve Bulduk (2015) tarafından 46 maddelik revize edilmiş form kullanılarak yetişkin popülasyon üzerinde yapılmıştır. Yapı geçerliğinin belirlenmesine dönük yapılan analizler sonucunda ölçekten 26 madde çıkarılarak 20 maddelik Benliğin Ayrışması Ölçeği-Türkçe (DSI-T) oluşturulmuştur. Türkçe ölçek; 1 (hiç uygun değil) ile 6 (çok uygun) aralığında değer alan 6 dereceli likert tipi maddelerden ve *duygusal tepkisellik*, *'ben' pozisyonu*, *duygusal kesme* ve *başkalarıyla iç içe geçme* olarak adlandırılan 4 alt ölçekten meydana gelmektedir. Ölçekte bulunan 15 madde ters puanlanmaktadır. Işık ve Bulduk (2015) tarafından güvenirliğin belirlenmesine dönük yapılan test tekrar test ve iç tutarlık yöntemleri neticesinde ölçeğin tamamı için güvenirlik katsayıları .81; alt ölçeklerden Duygusal Tepkisellik için .78, Ben Pozisyonu Alma alt ölçeği için .75, Duygusal Kesme alt ölçeği için .77 ve Başkalarıyla İç İçe Geçme alt ölçeği için .74 olarak saptanmıştır (Işık ve Bulduk, 2015). Ölçekten alınan toplam puanın ve alt ölçeklerden alınan puanların yüksekliği benliğin ayrışma (farklılaşma) düzeyinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Bu çalışmada Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Benliğin Ayrışması Ölçeği'nin revize edilmiş sürümü kullanılmıştır.

Bu çalışmada elde edilen güvenirlik katsayıları ise şu şekildedir: *Duygusal tepkisellik* için .65, *ben pozisyonu alma* için .64, *duygusal kesme* için .54, *başkalarıyla iç içe geçme* için

.67 ve benliğin farklılaşması toplam puanı için .72 olarak elde edilmiştir. Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin bazı maddeleri Ek-1'de sunulmuştur.

3.3.3. İlişkilerde Otantiklik (Özgünlük) Ölçeği (The Authenticity in Relationships Scale - AIRS)

Lopez ve Rice (2006) tarafından geliştirilen İlişkilerde Otantiklik Ölçeği (The Authenticity in Relationships Scale – AIRS) Akbay (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Bireyin ilişkilerinde samimi olmaya dönük olarak ne derecede risk aldıklarını ve ilişkide hem partnerine karşı hem de partnerinin kendisine karşı ne kadar açık olduklarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Orijinal ölçek dürüstlüğü ölçen 11 madde ve yansızlığı ölçen 13 madde olmak üzere toplam 24 maddeden ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. *Dürüstlük* alt ölçeği için “partnerimle birlikteyken tamamen kendim olurum”; *yansızlık* alt ölçeği için “partnerimle tartışma yaratacak bazı konuları gündeme getirmekten kaçınırım” maddeleri örnek olarak gösterilebilir.

Dürüstlük alt ölçeğinin Cronbach alfa değeri .86 ve *yansızlık* alt ölçeğinin Cronbach alfa değeri .87 olarak elde edilmiştir (Lopez ve Rice, 2006). Uyarlama çalışmasında elde edilen sonuca göre ölçeğin tümüne ait Cronbach alfa katsayısı .82, dürüstlük alt boyutuna ilişkin alfa katsayısı .76 ve yansızlık alt boyutuna ilişkin alfa katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır. Bunun yanı sıra ölçeği iki yarıya bölerek elde edilen güvenirlik katsayıları şu şekildedir: *Dürüstlük* için .72 ve *yansızlık* için .75 (Akbay, 2015).

Ölçek, “beni hiç tanımlamıyor” dan (1 puan),” “beni çok tanımlıyor” a (9 puan) doğru sıralanan tepki kategorilerine sahiptir. Uyarlanmış ölçekte dürüstlüğü ölçen 11 ve yansızlığı ölçen 12 madde bulunmaktadır. Ölçekte yer alan 12 madde ters puanlanmaktadır ve dürüstlük alt ölçeğinden alınabilecek puanlar 11 ile 99 arasında, yansızlık alt ölçeğinden alınabilecek puanlar 12 ile 108 arasında ve ölçekten alınabilecek toplam puan 23 ile 207 arasında değişmektedir (Akbay, 2015). Ölçek puanlaması yapılırken alt ölçeklerden alınan puanlar ve toplam puan dikkate alınmaktadır. Dürüstlük alt ölçeğinden alınan yüksek puan bireyin partnerine karşı davranışlarında kendisi gibi olmaya dönük risk aldığı; yansızlık alt ölçeğinden alınan yüksek puan ise kişinin romantik ilişkisinde hem partnerine karşı hem de partnerinin kendisine karşı açık ve net olmayı tercih ettiği anlamına gelmektedir. Ölçekten alınan puanların

yükselmesi bireylerin ilişkilerinde özgün davranma eğilimlerinin artması anlamındadır (Akday, 2015). Bu araştırmada elde edilen güvenilirlik katsayıları *dürüstlük* alt ölçeği için .82, *yansızlık* alt ölçeği için .83 ve ölçeğin tamamı için .84 olarak elde edilmiştir. İlişkilerde Özgünlük Ölçeği'nin bazı maddeleri Ek-2'de sunulmuştur.

3.3.4. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (Perceived Romantic Relationship Quality Scale - PRRQS)

Fletcher, Simpson ve Thomas (2000) tarafından geliştirilen Algılanan İlişki Kalitesi Yapıları Envanteri (The Perceived Relationship Quality Components [PRQC] Inventory) Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Ancak algılanan genel romantik ilişki kalitesini ölçmek için PRQC'nin tamamını kullanmaktansa Doyum, Adanmışlık, Güven, Yakınlık, Tutku ve Aşk alt boyutlarının her birinden bu boyutları en iyi temsil eden maddelerin kullanılmasını önermişlerdir (Fletcher ve diğerleri, 2000).

Yapılan analizler sonucunda, PRQC'nin 6 maddeli formu için düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarını .45 ve üzerinde ve Cronbach alfa katsayılarını .85 ve üzerinde hesaplanmıştır (Fletcher ve diğerleri, 2000). Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından güvenilirliğin belirlenmesine yönelik yapılan test-tekrar test ve yapı geçerliği çalışmaları sonucunda, Cronbach alfa kat sayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Örneklem grubundaki 110 katılımcıya 4 hafta ara ile 2 defa uygulanan ARİKÖ'nün test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .81 olarak elde edilmiştir (Sağkal ve Özdemir, 2017).

Ölçeğin derecelendirilmesi 1 (Hiç) ile 7 (Çok) aralığında değer almakta ve ölçek 6 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınacak toplam puanlar 6 ile 42 arasında değişim göstermektedir. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)'nden elde edilen puanların artması algılanan genel romantik ilişki kalitesinin arttığı anlamına gelmektedir. Bu araştırmada elde edilen güvenilirlik katsayısı ise ölçeğin tamamı için .88 olarak hesaplanmıştır. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin bazı maddeleri Ek-3'te sunulmuştur.

3.4. İşlem Yolu

Hedeflenen araştırma grubu üzerinde uygulama yapmak üzere ölçme araçları ve kişisel bilgi formu bir araya getirilerek bir batarya oluşturulmuştur. Batarya içindeki her bir ölçme aracının yönergesiyle birlikte; araştırmanın amacı, araştırma süresi ve araştırmacı hakkında kısa bilgiler verilmiştir. Veri toplama sürecinde ise ölçme araçları Google Drive kullanılarak çevrim içi form haline getirilmiş ve bu form sosyal medya uygulamaları (facebook, whatsapp) ve elektronik posta aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Kayıp veri oluşumunu engellemek adına, çevrim içi form oluşturulurken bazı tedbirler alınmıştır. Akbaş'a (2014) göre kayıp veriler, değişkenlere ilişkin elde edilen bilgiyi ve dolayısıyla araştırma sonuçlarına ilişkin bulguları sınırlandırmaktadır. Bu bağlamda, çevrim içi formun oluşturulma sürecinde, araştırmadan elde edilecek bilgilerde veri kaybı olmaması adına katılımcılara tüm maddeleri yanıtlama zorunluluğu ve kodlama esnasındaki olası hataları önlemek adına da bazı sınırlamalar getirilmiştir. Bu sayede eksik ya da hatalı veri oluşma durumları engellenmeye çalışılmıştır. Veri toplama süreci yaklaşık iki ay sürmüştür ve bu süre içinde veriler, Türkiye'nin çeşitli illerindeki evli bireylerden elde edilmiştir. Ölçme araçları ile ilgili bireysel sonuçlarını öğrenmek isteyen katılımcılara, değerlendirme sonuçları mail yoluyla ulaştırılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Ölçme araçlarından elde edilen verilere dair istatistiksel analizler ve işlemler IBM SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır. İstatistiksel analizler öncesinde veri seti, hatalı, eksik ve uç değer alan veriler açısından incelenmiş ve inceleme sonucunda eksik veya hatalı herhangi bir veriye rastlanmamıştır. Bunun yanında, veri seti içinde tek yönlü ve çok yönlü değerler incelenmiş ve tek yönlü 91 aykırı değere rastlanılmıştır. Yine uç değerlerin belirlenmesi amacıyla dönük olarak Mahalanobis uzaklık değeri hesaplanmış ve $X^2 = 83.81$ 'den büyük olan çok yönlü 32 değer veri setinden çıkarılarak analizlere dâhil edilmemiştir. Toplamda 123 uç değer veri setinden ayıklanarak veriler 480 kişi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler için gerçekleştirilen analizlerde, birinci tip hata payının üst sınırı 0.05 olarak kabul edilmiştir.

İncelenen veri setinden sonra araştırmanın istatistiksel analizlerinde betimsel istatistikler ve evlilik ilişki kalitesi, benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. İkinci olarak ise duygusal tepkisellik, duygusal kesme, ben pozisyonu alma, başkalarıyla iç içe geçme, yansızlık ve dürüstlük değişkenlerinin evlilik ilişki kalitesini yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t testi yapılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma problemini yanıtlamaya dönük olarak toplanan verilerin, istatistiksel analizleri neticesinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Birinci bölüm; benliğin farklılaşması, evlilik ilişki kalitesi ve ilişkisel özgünlük değişkenlerine ait betimsel istatistik sonuçlarını ve bu değişkenler arasındaki ilişkileri test etmek amacıyla yapılan korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizlerini içermektedir. İkinci bölümde ise benliğin farklılaşma düzeyinin, evlilik ilişki kalitesinin ve ilişkisel özgünlüğün cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma gösterip göstermediğini test etmek amacıyla kullanılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına yer verilmiştir.

4.1. Veri Setinin İncelenmesi

Analizlere geçmeden önce, ilk olarak veri setini analize hazır hale getirmek amacıyla temizleme ve düzenleme işlemleri yapılmıştır. Bu amaçla frekans analizi ile boş, kayıp veya yanlış girilmiş verilerin olup olmadığına bakılmış ve herhangi bir veri kaybı veya yanlış girilmiş veriye rastlanmamıştır. Daha sonra ölçme araçlarının geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış ve ölçme araçlarının iç tutarlılıkları yapılarına uygun bir şekilde Cronbach alfa katsayısı ile elde edilmiştir. Yapılan bu analizler neticesinde elde edilen güvenirlik ve geçerlik değerlerinin yeterli düzeyde olduğuna kanaat getirdikten sonra araştırma problemlerinin analizine geçilmiştir.

Bunların yanı sıra t-testi, varyans analizi ve regresyon analizi yapmadan önce bu testlerin varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak sürekli (kesiksiz) değişkenlerin normal dağılıp dağılmadığı test edilmiştir. Normallik sınaması için gerçekleştirilen Kolmogorov-Simirnov ve Shapiro-Wilks testlerinin Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin toplam puanı haricindeki tüm değişkenler için anlamlı olduğu ve bu sonuçlara dayanarak normallik varsayımının elde edilemediği görülmüştür. Ancak sözü edilen

normallik testlerinin büyük örneklem için anlamlı çıkma eğilimi göz önünde bulundurularak değişkenler için hesaplanan çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayılarının ± 1.5 aralığında bulunup bulunmadığına ve grafiklerinin normale yaklaşma durumlarına bakılmıştır (Tabachnick ve Fidel, 2007). Yapılan normallik analizleri sonucunda araştırmanın değişkenleri için hesaplanan bütün çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 1.5 aralığında olduğu ve değişkenlerin grafiklerinin normale yaklaştığı görülmüş olup verilerin dağılımının normal olduğu kabul edilmiştir. İlgili değişkenler için hesaplanan betimsel istatistikler Tablo 3'te gösterilmektedir. Büyüköztürk'e (2017) göre regresyon analizinin varsayımlarından olan değişkenler arasında çoklu bağlantılılık bulunmamasına ilişkin Tablo 4 incelendiğinde bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon değerlerinin .80 üzerinde olmadığı dolayısıyla değişkenler arasında çoklu bağlantılılık bulunmadığı söylenebilir.

Tablo 3.: Katılımcılara Ait Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Betimsel Sonuçları

Değişkenler	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık Katsayısı	Basıklık Katsayısı
BF-Top.	85.55	11.03	-.022	-.144
Duy.Tep.	15.23	4.84	.228	-.388
Duy.Kes.	25.13	3.56	-.637	-.054
Baş.İç	23.12	4.35	-.378	-.432
Ben Poz.	22.05	4.68	-.361	-.367
Evl.Kal.Top.	36.44	5.22	-1.11	1.06
İÖ-Top.	157.16	24.21	-.187	-.627
İÖ-Dürüst.	82.08	12.20	-.787	.483
İÖ-Yansız.	75.07	18.11	-.433	-.206

Not: **BF-Top.:** Benliğin Farklılaşması Toplam Puanı, **Duy.Tep.:** Duygusal Tepkisellik, **Duy.Kes.:** Duygusal Kesme, **Baş.İç:** Başkalarıyla İç İçe Geçme, **Ben Poz.:** Ben Pozisyonu Alma, **Evl.Kal.Top.:** Evlilik İlişki Kalitesi Toplam Puanı, **İÖ-Top.:** İlişkisel Özgünlük Toplam Puanı, **İÖ-Dürüst.:** İlişkisel Özgünlük Dürüstlük, **İÖ-Yansız.:** İlişkisel Özgünlük Yansızlık,

4.2. Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

“Benliğin farklılaşması (duygusal tepkisellik, duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve ben pozisyonu alma), ilişkisel özgünlük (dürüstlük ve yansızlık) ve evlilik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt bulabilmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmış ve sonuçları Tablo-4’te sunulmuştur. İlgili tabloda görüldüğü üzere değişkenler arası ilişkilere bakıldığında benliğin farklılaşması toplam puanı ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .20, p < .01$). Buna göre benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça evlilik ilişki kalitesinin arttığı söylenebilir. Benliğin farklılaşması alt boyut puanları açısından ele alındığında; ben pozisyonu alma ($r = .16, p < .01$) ve duygusal kesme ($r = .31, p < .01$) ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme ile evlilik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

İlişkisel özgünlük toplam puanı ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .42, p < .01$). Buna göre bireylerin ilişkilerinde özgün davranma eğilimleri arttıkça evlilik ilişki kalitelerinin arttığı söylenebilir. İlişkisel özgünlük alt boyut puanları açısından incelendiğinde; dürüstlük ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ($r = .55, p < .01$) ve yansızlık alt boyutu ile evlilik ilişki kalitesi arasında da yine pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye ($r = .19, p < .01$) ulaşılmıştır.

Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük değişkenleri toplam puanlar ve alt boyut puanları açısından incelendiğinde ise benliğin farklılaşması toplam puanı ile ilişkisel özgünlük toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye ($r = .28, p < .01$) ulaşılmıştır. Buna göre kişinin benliğinin farklılaşma düzeyi arttıkça ilişkilerinde özgün davranma eğiliminin de artacağı söylenebilir. İlişkisel özgünlüğün alt boyutlarından olan dürüstlük ile benliğin farklılaşması alt boyutlarından ben pozisyonu alma ($r = .19, p < .01$), duygusal kesme ($r = .32, p < .01$) ve başkalarıyla iç içe geçme ($r = .13, p < .01$) ve benliğin farklılaşması toplam puanı ($r = .19, p < .01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır. Ancak dürüstlük ile duygusal tepkisellik arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.10, p < .05$). Bunun yanı sıra ilişkisel özgünlüğün alt boyutlarından yansızlık ile benliğin farklılaşması alt boyutlarından olan duygusal tepkisellik ($r = .14, p < .01$), duygusal kesme ($r = .28, p < .01$) ve başkalarıyla iç içe geçme ($r = .20, p < .01$) ve ayrıca benliğin farklılaşması toplam puanı ($r = .24,$

p<.01) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye ulaşılırken benliğin farklılaşması alt boyutlarından ben pozisyonu alma ile yansızlık arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Tablo 4.: Benliğin Farklılaşması, Evlilik İlişki Kalitesi ve İlişkisel Özgünlük Arasındaki İlişkilere Ait Korelasyon Sonuçları

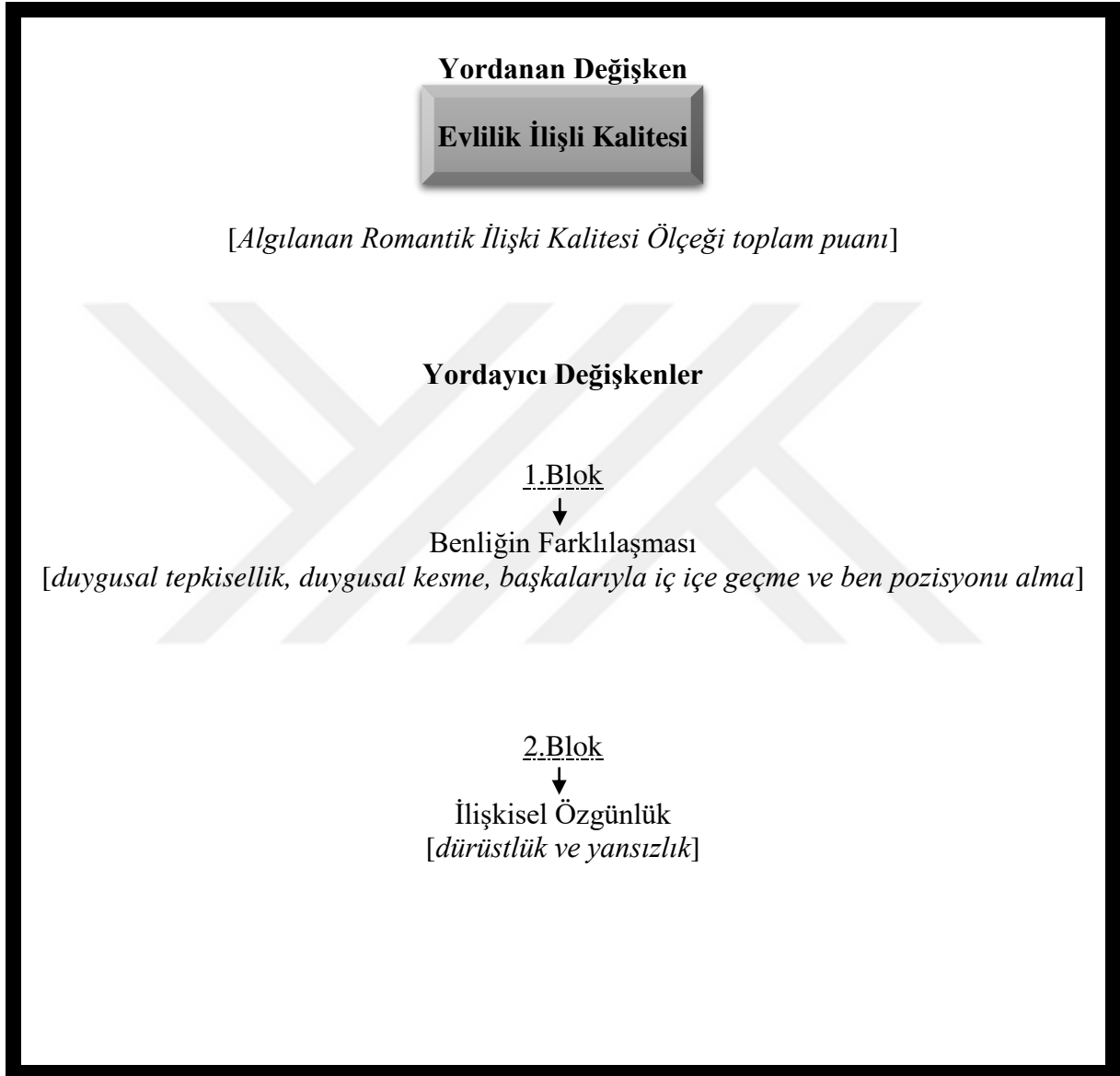
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
BF-Duy.Tep. (1)	1								
BF-Ben Poz. (2)	-.00	1							
BF-Duy.Kes. (3)	.18**	.13**	1						
BF-Baş.İç (4)	.39**	.24**	.27**	1					
BF-Top. (5)	.65**	.56**	.56**	.75**	1				
İÖ-Dürüst. (6)	-.10*	.19**	.32**	.13**	.19**	1			
İÖ-Yansız. (7)	.14**	.03	.28**	.20**	.24**	.25**	1		
İÖ-Top. (8)	.05	.12**	.37**	.21**	.28**	.69**	.87**	1	
Evl.Kal.Top. (9)	-.01	.16**	.31**	.08	.20**	.55**	.19**	.42**	1

*p<.05 **p<.01 **Not: BF-Duy.Tep.(1):** Benliğin Farklılaşması-Duygusal Tepkisellik, **BF-Ben Poz.(2):** Benliğin Farklılaşması Ben Pozisyonu Alma, **BF-Duy.Kes.(3):** Benliğin Farklılaşması Duygusal Kesme, **BF-Baş.İç(4):** Benliğin Farklılaşması Başkalarıyla İç İçe Geçme, **BF-Top.(5):** Benliğin Farklılaşması Toplam Puanı, **İÖ-Dürüst.(6):** İlişkisel Özgünlük Dürüstlük, **İÖ-Yansız.(7):** İlişkisel Özgünlük Yansızlık, **İÖ-Top.(8):** İlişkisel Özgünlük Toplam Puanı, **Evl.Kal.Top.(9):** Evlilik İlişki Kalitesi Toplam Puanı.

4.3. Evlilik İlişki Kalitesini Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu aşamasında evlilik ilişki kalitesini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Bu amaca dayanarak benliğin farklılaşması alt boyutları (duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kesme ve başkalarıyla iç içe geçme) ve ilişkisel özgünlüğün alt boyutları (dürüstlük ve yansızlık) yordayıcı değişkenler olarak ele alınmıştır. Regresyon denkleminde sırayla birinci adımda Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin alt boyutları ve ikinci adımda İlişkisel Özgünlük'ün alt boyutları bloklar halinde

analize alınmıştır. Hiyerarşik regresyon analizine ilişkin denkleme alınma aşamaları Şekil 2’de gösterilmektedir.



Şekil 2: Evlilik İlişki Kalitesini Yordayan Değişkenlere Ait Hiyerarşik Regresyon Analizi Aşamaları

Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük değişkenlerine göre evlilik ilişki kalitesinin yordanmasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 5’te verilmektedir. Analize

birinci sırada (blokta) Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin alt boyutları alınmıştır. Benliğin farklılaşması tüm alt boyutları ile birlikte evlilik ilişki kalitesine ilişkin varyansın %11'ini açıklamaktadır. Benliğin farklılaşması alt boyutlarından ben pozisyonu alma ve duygusal kesme, evlilik ilişki kalitesini manidar biçimde yordamaktadır. Bu iki alt boyut da evlilik ilişki kalitesi ile pozitif yönde bir ilişkiye sahiptir. Analize ikinci blok olarak ilişkisel özgünlük değişkeni alınmıştır. Benliğin farklılaşması değişkeni kontrol edildiğinde, ilişkisel özgünlük değişkeninin evlilik ilişki kalitesi değişkeninde daha önce açıklanan varyansa %21 katkı sağladığı görülmektedir. Böylece açıklanan toplam varyans %32'ye çıkmıştır. İlişkisel özgünlüğün alt boyutları olan dürüstlük ve yansızlık ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif manidar bir ilişki vardır. İlişkisel özgünlük arttıkça, ilişki kalitesinin arttığı söylenebilir.

Tablo 5.: Evlilik İlişki Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi
Sonuçları

Model	Yordayıcı	B	SH _B	B	ΔR^2
1	BF-Duy.Tep.	-.06	.05	-.05	.11**
	BF-Ben Poz.	.13	.05	.12**	
	BF-Duy.Kes.	.45	.07	.31**	
	BF-Baş.İç	-.03	.06	-.00	
	Sabit	23.20	1.95	-	
2	BF-Duy.Tep.	-.04	.05	.04	.21**
	BF-Ben Poz.	.06	.04	.05	
	BF-Duy.Kes.	.21	.06	.15**	
	BF-Baş.İç	-.06	.05	-.05	
	İÖ-Dürüst.	.21	.02	.50**	
	İÖ-Yansız.	.00	.01	.03	
	Sabit	12.46	1.92	-	

p<.01 **Not: BF-Duy.Tep.: Benliğin Farklılaşması-Duygusal Tepkisellik, **BF-Ben Poz.:** Benliğin Farklılaşması Ben Pozisyonu Alma, **BF-Duy.Kes.:** Benliğin Farklılaşması Duygusal Kesme, **BF-Baş.İç:** Benliğin Farklılaşması Başkalarıyla İç İç Geçme, **İÖ-Dürüst.:** İlişkisel Özgünlük Dürüstlük, **İÖ-Yansız.:** İlişkisel Özgünlük Yansızlık

4.4. Cinsiyete Göre Benliğin Farklılaşması, İlişkisel Özgünlük ve Evlilik İlişki Kalitesi Puanlarına İlişkin Bulgular

Tablo 6 incelendiğinde; bireylerin benliklerinin farklılaşma düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir $t(478)=2.71$, $p<.01$. Erkek katılımcıların benliklerinin farklılaşma düzeyi ($\bar{X} =86.98$) kadın katılımcıların benliklerinin farklılaşma düzeyinden ($\bar{X} =84.25$) daha yüksektir. Buna ek olarak alt boyut puanlarında, katılımcıların duygusal tepkisellik düzeyleri [$t(478)=3.94$, $p<.01$] ve ben pozisyonu alma düzeyleri [$t(478)=3.16$, $p<.01$] cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Erkek katılımcıların duygusal tepkisellik düzeyi ($\bar{X} =16.13$) kadın katılımcıların duygusal tepkisellik düzeyinden ($\bar{X} =14.41$) ve yine erkek katılımcıların ben pozisyonu alma düzeyi ($\bar{X} =22.75$) kadın katılımcıların ben pozisyonu alma düzeyinden ($\bar{X} =21.41$) daha yüksektir. Alt boyutlardan duygusal kesme [$t(478)=1.78$, $p>.05$] ve başkalarıyla iç içe geçme [$t(478)=.60$, $p>.05$] puanlarında ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Benliğin Farklılaşması Ölçeği toplam puanı ve cinsiyet için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değeri ise .12 düzeyindedir ve orta derecede bir etki büyüklüğüne sahiptir. Buna göre, benliğin farklılaşması ölçeği puanlarında gözlenen varyansın yaklaşık %12'sinin cinsiyete bağlı olduğu ifade edilebilir.

Bununla birlikte bireylerin evlilik ilişki kalitesi puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(478)=2.02$, $p<.05$. Erkeklerin evlilik ilişki kalitesi puanları ($\bar{X} =36.94$), kadınların evlilik ilişki kalitesi puanlarına ($\bar{X} =35.98$) göre daha yüksektir. Evlilik kalitesi ve cinsiyet için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değeri ise .09 düzeyindedir ve orta derecede bir etki büyüklüğüne sahiptir. Buna göre, algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeği puanlarında gözlenen varyansın %9'unun cinsiyete bağlı olduğu ifade edilebilir.

Ayrıca bireylerin ilişkisel özgünlük eğilimleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir $t(478)=6.14$, $p<.01$. Kadınların ilişkilerinde özgün olma eğilimleri ($\bar{X} =163.40$) erkeklerin ilişkilerinde özgün olma eğilimlerinden daha yüksektir ($\bar{X} =150.31$). Buna ek olarak alt boyut puanlarında, bireylerin dürüstlük [$t(478)=2.30$, $p<.01$] ve yansızlık [$t(478)=6.64$, $p<.05$] eğilimleri de cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Kadın katılımcıların ilişkilerindeki dürüstlük eğilimi ($\bar{X} =83.30$) erkek katılımcıların dürüstlük eğilimlerinden ($\bar{X} =80.74$) ve yine kadın katılımcıların ilişkilerindeki yansızlık eğilimleri ($\bar{X} =80.10$) erkek katılımcıların yansızlık eğilimlerinden ($\bar{X} =69.57$) daha yüksektir. İlişkisel Özgünlük Ölçeği toplam puanı ve cinsiyet için hesaplanan etki büyüklüğü [eta-kare (η^2)] değeri ise .27

düzeyindedir ve geniş derecede bir etki büyüklüğüne sahiptir. Buna göre, İlişkisel Özgünlük Ölçeği puanlarında gözlenen varyansın %27'sinin cinsiyete bağlı olduğu ifade edilebilir.

Tablo 6.: Benliğin Farklılaşması Ölçeği ve İlişkisel Özgünlük Ölçeği Toplam ve Alt Boyut Puanlarının ve Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	sd	T	p
BF-Top.	Kadın	251	84.25	10.94	478	2.71	.00**
	Erkek	229	86.98	10.98			
Duy.Tep.	Kadın	251	14.41	4.66	478	3.94	.00**
	Erkek	229	16.13	4.87			
Duy.Kes.	Kadın	251	25.41	3.42	478	1.78	.07
	Erkek	229	24.83	3.69			
Baş.İç	Kadın	251	23.01	4.41	478	.60	.54
	Erkek	229	23.25	4.30			
Ben Poz.	Kadın	251	21.41	4.99	478	3.16	.00**
	Erkek	229	22.75	4.23			
Evl.Kal.Top.	Kadın	251	35.98	5.23	478	2.02	.04*
	Erkek	229	36.94	5.19			
İÖ-Top.	Kadın	251	163.40	23.49	478	6.14	.00**
	Erkek	229	150.31	23.16			
İÖ-Dürüst.	Kadın	251	83.30	12.33	478	2.30	.00**
	Erkek	229	80.74	11.95			
İÖ-Yansız.	Kadın	251	80.10	16.72	478	6.64	.02*
	Erkek	229	69.57	18.01			

*p<.05 **p<.01 **Not:** **BF-Top.:** Benliğin Farklılaşması Toplam Puanı, **Duy.Tep.:** Duygusal Tepkisellik, **Duy.Kes.:** Duygusal Kesme, **Baş.İç:** Başkalarıyla İç İç Geçme, **Ben Poz.:** Ben Pozisyonu Alma, **İÖ-Top.:** İlişkisel Özgünlük Toplam Puanı, **İÖ-Dürüst.:** İlişkisel Özgünlük Dürüstlük, **İÖ-Yansız.:** İlişkisel Özgünlük Yansızlık, **Evl.Kal.Top.:** Evlilik İlişki Kalitesi Toplam Puanı.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Giriş bölümünden de hatırlanacağı üzere bu çalışmanın temel olarak iki amacı bulunmaktadır. Birincisi, evlilik ilişki kalitesini benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelemek ve ikinci olarak benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitesinin cinsiyet açısından ne şekilde farklılaşabileceğini ortaya koymaktır. Çalışmanın bu kısmında araştırma sorularını yanıtlamaya yönelik gerçekleştirilen analizlere ilişkin bulgular tartışılacak ve yorumlanacaktır.

5.1. Evlilik İlişki Kalitesinin Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Özgünlük Değişkenleri İle Açıklanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularını tartışmaya geçmeden önce bulguların daha iyi anlamlandırılması ve olası bir karışıklığı önlemek adına Benliğin Farklılaşması Ölçeği (BFÖ) ile ilgili bir bilgiyi hatırlatmakta fayda görülmektedir. BFÖ toplam puanlarının ve alt boyut puanlarının (duygusal tepkisellik, duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve ben pozisyonu alma) artması kişinin benliğinin farklılaşma düzeyinin arttığı anlamına gelmektedir ve bu istendik bir durum olarak değerlendirilebilir. Fakat alt boyut puanlarının yorumlanmasıyla ilgili bir anlam karmaşası yaşanabilmektedir ve bu konuda açıklama yapmak önemlidir. Örneğin; “kişinin daha az duygusal tepkisellik göstermesi” demek daha yüksek duygusal tepkisellik puanı aldığı anlamına gelmektedir ve bu kişi açısından olumlu bir durum olarak değerlendirilebilir. Bunun yanı sıra “kişinin daha fazla başkalarıyla iç içe geçmesi” demek, daha az başkalarıyla iç içe geçme puanı aldığı anlamına gelmektedir ve bu kişi açısından olumsuz bir durum olarak değerlendirilebilir.

Bulgular bölümünde de belirtildiği gibi benliğin farklılaşması toplam puanı ve alt boyutlarından ben pozisyonu alma ve duygusal kesme ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu sonuca göre kişinin benliğinin farklılaşma düzeyi arttıkça evlilik ilişki kalitesi de artmaktadır. Bowen (1976) benliğin farklılaşması kavramının

evrensel olduğunu ve bu kavramla bütün insanları tek bir süreklilik içinde kategorize etmenin mümkün olduğunu belirtmektedir. Farklılaşma düzeyi yüksek olan bireyler; yakın ilişkilerdeki samimiyet konusunda rahattırlar, birliktelik-bireysellik dengesini doğru bir şekilde kurarak ilişkilerinde ben pozisyonlarını yitirmezler ve duygusal kesmeyle ilişkili olarak yoğun duyguları nedeniyle kendilerini yalnızlaştırmaktansa kimliklerini kaybetmekten korkmadan duygusal bağlılıklarını kararlılıkla sürdürürler (Skowron, 2005; Skowron ve Schmitt, 2003; Tuason ve Friedlander, 2000). Bu bağlamda ele alındığında; başkalarına bağımlı olmadan ilişki halinde olabilen ve işlevsel ve bağımsız bir benlik algısına sahip bireylerin kaliteli bir evlilik ilişkisi yaşama olasılıklarının artacağı düşünülebilir. Kişinin, özerklik ihtiyacını bastırarak eşinin beklentilerine göre davranmasının ve ilişkide sürekli duygularının etkisinde kalarak kendini tüketmesinin evlilik ilişki kalitesini olumsuz yönde etkileyeceği söylenebilir.

Gerek Türk gerekse Batı kültüründe evlilik ilişki kalitesiyle yakından ilişkili olan evlilik doyumu ve evlilik uyumu gibi yapılar ile benliğin farklılaşması arasındaki ilişkilerin araştırıldığı görülmektedir. Nitekim çeşitli araştırma sonuçları benliğin farklılaşması ile evlilik uyumu ve evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir ve araştırma sonuçları bu çalışmadan elde edilen bu bulguyla örtüşür niteliktedir (Arpita, 2006; Lal ve Bartle-Haring, 2011; Polat, 2014; Rodríguez-González, Skowron, de Gregorio ve san Roque, 2015). Skowron (2000) tarafından yapılan bir araştırma sonucu da yine bu çalışmadaki bulguyu desteklemektedir. İlgili araştırmaya göre ilişkilerinde daha iyi ben pozisyonu alabilen ve daha az duygusal kesme gösteren çiftlerin yüksek evlilik doyumu yaşadığı ve düşük farklılaşma seviyesine sahip olanların ise daha fazla evlilik problemleri yaşadıkları sonucu elde edilmiştir. Türk kültüründe yapılan bir araştırma sonucunda ise çift uyumu ile duygusal kesme arasında negatif yönde ve çift uyumu ile ben pozisyonu alma arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur (Polat, 2014).

Bu araştırmada benliğin farklılaşması alt boyutlarından başkalarıyla iç içe geçme ve duygusal tepkisellik ile evlilik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır. Duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme benliğin farklılaşması kavramını açıklamak için Bowen tarafından kullanılan kavramlardandır (Kerr ve Bowen, 1988). Duygusal tepkisellik boyutunda düşük düzeyde farklılaşma yaşayan bireyler, günlük yaşamlarında enerjilerinin büyük bir çoğunluğunu duygularına ayırıp duyguları tarafından tüketilirlerken yüksek düzeyde farklılaşma yaşayan bireyler duygularını yaşarlar ancak duygularının kendilerini yönetmesine müsaade etmezler. Diğer bir ifadeyle, bu kişilerin duygularının yoğun tesirinde kaldığı ve duygularını ifade etmekte zorlandıkları düşünülebilir. Başkalarıyla iç içe geçme boyutunda

düşük düzeyde farklılaşma yaşayan bireyler ise benlik sınırlarını kaybederek yakın ilişkide bulunduğu kişilere aşırı bağımlı olmakta ya da yüksek düzeyde farklılaşma yaşayarak net bir benlik algısına sahip olup ilişkilerinde bunu sürdürmektedirler (Tuason ve Friedlander, 2000). Başkalarıyla iç içe geçme yaşayan bireylerin kendini başkalarına bağlı hissedip kendi duygu, düşünce ve davranışlarını referans almayarak net bir benlik algısından uzaklaştıkları söylenebilir. Bu anlamda, duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme boyutunda düşük düzeyde farklılaşmaya sahip olmak istendik olmayan bir durum olarak ele alınmaktadır.

Elde edilen bu bulgular benlik kurguları bağlamında değerlendirilebilir. Benlik kurgusu bir bireyin kurduğu kişiler arası ilişkiler neticesinde oluşan diğer bireylerden farklı olarak oluşturduğu duygu, düşünce ve davranış bütünüdür (Singelis, 1994). Benlik kurguları kültürel farklılıkların duygusal, düşünsel ve davranışsal süreçleri etkilemesiyle meydana gelmektedir (Cross, Morris ve Gore, 2002). Buna dayanarak kişiler, içinde yetiştikleri kültür bağlamında özerk ya da bağımlı bir benlik kurgusu oluşturmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991). Özerk (bağımsız) benlik kurgusu, genellikle Batı kültürüne özgü bir benlik yapısı olarak değerlendirilirken, bağımlı (ilişkisel) benlik kurgusunun Doğu kültürüne özgü bir benlik olarak değerlendirildiği görülmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Chang, 2013). Özerk benlik kurgusuna sahip kültürlerde bireysellik, ayrışıklık ve kendine özgü olma önemlidir ve bireylerin benlik sınırları nettir. Bağımlı benlik kurgusunun hâkim olduğu kültürlerde ise başkalarına bağlı olma ve gruba uyma gibi özellikler ön plandadır ve kişilerin benlik sınırları daha geçirgen bir yapıya sahiptir (Kuyumcu, 2011). Bu kuramsal bilgiler ışığında ele alındığında Türk kültürünün bağımlı/ilişkisel bir toplum yapısına sahip olduğu düşünülebilir. Ancak Kağıtçıbaşı (2010), Türk toplumunda özerklik ile ilişkiselliğin bir arada bulunabileceğini vurgulamaktadır.

Sonuç olarak başkalarıyla iç içe geçme ve benlik kurguları bağlamında açıklanmaya çalışılan kuramsal bilgiler göz önüne alındığında, bağımlı toplum yapısına sahip olan ya da içinde bulunduğumuz kültürde bağımlı bir toplum yapısından özerk bir toplum yapısına geçiş yaşayan ülkelerde başkalarına bağımlılığın beklenen hatta kimi zaman desteklenen bir durum olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra bağımlı benlik kurgusunun boyutlarından biri olan ve yakın ilişkiler bağlamında ele alınan ilişki bağımlı benlik kurgusunun bireyleri sosyal uyumu kaybetmemek adına olumsuz duygularını bastırmaya ittiği vurgulanmaktadır (Onat-Kocabıyık, Çelik ve Dündar, 2017). Bu bağlamda, olumsuz bir durum karşısında eşler tarafından ifade edilmeyen ve bastırılan duyguların onların zihnini sıklıkla meşgul edeceği ve günlük yaşamlarında sıklıkla duygularının etkisinde kalarak tepkisel davranabilecekleri düşünülebilir. Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde; duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme alt

boyutları ile evlilik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişkinin bulunamaması kültürel yapımızdan kaynaklanıyor olabilir.

Adams'a (2006, s. 10) göre sevildikçe daha açık hale geliriz, açık hale geldikçe özgünleşiriz ve özgün bir birey olarak da daha sevgi dolu ve yaratıcı oluruz. Araştırmada elde edilen önemli bulgulardan biri de ilişkişel özgünlük toplam puanı ve dürüstlük ve yansızlık alt boyutları ile evlilik ilişki kalitesi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin elde edilmesidir. Bu bulgu açıklanacak olursa: Her insan bir benliğe sahiptir. Bir kişi, gerek hayatı boyunca gerekse eşiyile olan ilişki sürecinde olumlu ya da olumsuz birçok yaşam deneyimi edinir ve edindiğı bu deneyimler kişinin mevcut benliğinde iyi ya da kötü etkiler bırakarak 'gerçek ben'ini bulmasına yardımcı olur. İlişki yaşayan kişilerin (eşlerin), ilişkilerinde edindiğı deneyimleri ve gerçek benliklerini eşleriyle paylaşmaları önemlidir ve bu paylaşımların bazı bedelleri ya da riskleri (anlayışsız olma, çatışmalar, eş reddi, vb.) olabilir. Elde edilen bulguya göre eşler, bahsedilen risklerden çekinmeden gerçek benlik deneyimlerini birbirlerine ne kadar çok doğru ve açık bir biçimde ifade ederlerse kaliteli bir evlilik ilişkisi yaşama olasılıkları da o kadar çok artmaktadır. Bir başka deyişle kişilerin hem eşlerine hem de kendilerine karşı açık ve net olmalarının ve kendileri gibi davranmaya dönük risk alarak dürüstçe kendilerini açmalarının evlilik ilişki kalitelerini artırabileceğı söylenebilir.

İlişkilerde samimiyet, dürüstlük ve açık olma (kendini açma, kendini gizlememe) kavramlarını da içinde barındıran ilişkişel özgünlük (Kernis, 2003; Lopez ve Rice, 2006) çok boyutlu bir yapıdır. İlişkişel özgünlük ve çeşitli boyutları ile yakın ilişkiler ya da evlilik ilişkisi bağlamında yapılan birçok araştırma bulunmaktadır ve araştırmalar bu bulguyu destekler niteliktedir (Brunell ve ark., 2010; Brunell, Pilkington ve Webster, 2007; Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; Lopez ve Rice, 2006; Meeks, Hendrick ve Hendrick, 1998; Rubin, Hill, Peplau, ve Dunkel-Schetter, 1980). Yapılan bir çalışmada, ilişkide samimi olmayı riskli olarak algılamanın çiftlerin samimi bir şekilde kendilerini açmalarını engellediğı ve ilişki kalitelerini düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır (Brunell, Pilkington ve Webster, 2007). Başka bir çalışmada, ilişkilerinde daha özgün olanların daha sağlıklı ve daha mutlu ilişkiler kurabileceğı sonucuna ulaşılmıştır (Brunell ve ark., 2010). Yüksek seviyede özgünlüğe sahip olan kişilerin ilişkide daha samimi ve daha az yıkıcı bir şekilde davrandıkları ve bunun da daha tatmin edici ilişkiler ve daha yüksek kişisel iyi oluş anlamına geldiğı araştırmacılar tarafından ortaya konmaktadır (Brunell ve ark., 2010). Bunun yanında, Türk kültüründe yapılan bir çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiş ve araştırmacılar, ilişkişel özgünlüğün evlilik doyumunu artırdığı sonucuna ulaşmışlardır (Aydoğan ve Özbay, 2018). Ayrıca ilişkişel özgünlük anlamında

değerlendirilen bazı yapıların, evlilik ilişki kalitesini olumsuz etkileyebileceğine dair bazı sonuçlar da elde edilmiştir. Araştırmacılar, kendini gizlemeyle ilişkili olarak kişinin, ilişkide konuşulmasını istemediği bazı konulardan kaçınmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği sonucuna ulaşmışlardır (Baxter ve Wilmot, 1985; Finkenauer ve Hazam, 2000).

Triandis'e (1995) göre insan davranışı, tutumu, eğilimi kısacası insan psikolojisi, içinde yetiştiği kültürün inanç, değer ve beklentilerinden etkilenebilmektedir. Bu anlamda elde edilen bulgular kültürel bağlamda ele alınabilir. Benlik gelişim sürecini ve toplumsal davranışları anlamlandırmada üzerinde oldukça durulan kültürel farklılaşma boyutlarından biri bireycilik-toplulukçuluk eğilimleridir (Göregenli, 1995; Triandis, 1989). Bireycilik eğilimindeki kültürlerin kendi-odaklı olduğu düşünülürken toplulukçu kültürlerin diğeri-odaklı bir yapıda olduğu düşünülmektedir (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Bunun yanında, bireyci kültürlerde özerk ve toplulukçu kültürlerde ise ilişkisel benlik yapılarının oluştuğu iddia edilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991; Chang, 2013). Türk kültüründe ise hem bireyci hem de toplulukçu benlik yapılarından hareketle ilişkiselliğin ve özerkliğin bir arada bulunabileceği düşünülmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Türk kültüründe yapılmış bir çalışmaya göre ilişkisel özgünlük ile toplulukçuluk arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Ancak araştırmacılar bu durumun, bireycilik veya toplulukçuluk eğilimlerindeki bireysel farklılıklardan öte temel gelişimsel ve ilişkisel benlik eğilimleriyle bağlantılı olduğuna vurgu yapmaktadır (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Toplulukçu kültürlerde karşılıklı bağımlılık ve gruba uyma önemlidir ve bu kültürlerde birey, başkalarının duygularını anlamayı önemser. Bununla birlikte ilişkisel benlik yönelimine sahip kişiler, ikili ilişkilere verdikleri önem ve yakın ilişkileriyle özdeşleşme derecelerine göre ele alınmaktadır (Cross, Bacon ve Morris, 2000). İlişkisel benlikleri güçlü olan kişilerin yakın ilişkileriyle özdeşleşme düzeylerinin yüksek olduğu vurgulanmaktadır (Öztürk, Kılıçaslan Gökoğlu, Karagonlar, 2015). Bu kişiler için yakın ilişkileri bir mutluluk kaynağıdır ve yakın ilişkide olduğu kişileri yakından gözlemleyip olaylara onların bakış açısıyla bakmaya çalışırlar (Cross, Hardin ve Gercek Swing, 2011). Yapılan araştırmalar, yüksek ilişkisel benliğe sahip olan kişilerin ilişki kalitesini artırmaya ve ilişkiyi desteklemeye dönük daha fazla davranışta (kendini açma, güven) bulunduklarını ortaya koymaktadır (Morry ve Kito, 2009).

Özetle; ilişkilerde açıklık, dürüstlük ve yansızlık gibi kavramlarla iç içe anılan ilişkisel özgünlük kavramının, evlilik ilişki kalitesini olumlu yönde etkilediği açıktır. Bu anlamda, ilişkisel benlik yapısına sahip olabileceği düşünülen Türk kültüründe de ilişkiyi devam ettirmeye, ilişki dinamiğini güçlendirmeye ve ilişki kalitesini iyileştirmeye dönük

davranışlardan birinin de ilişkisel özgünlük olduğu söylenebilir. Yapılan çalışmada ilişkisel benlik yönelimine sahip olarak ilişkiyi koruma ve sürdürme istekleriyle birlikte bireylerin, ilişkilerinde kendilerini oldukları gibi sunmalarının, aldatıcı olmamalarının ve sağlıklı bir ilişkinin temeli olarak ilişkilerinde güven inşa etmelerinin evlilik ilişki kalitelerini de artırdığı düşünülebilir.

Son olarak özgünlüğün kuramsal açıdan ya da bilimsel araştırmalar açısından ele alınışına bakıldığında genel anlamda kişi-merkezli bir bakış açısıyla değerlendirme yapıldığı görülmektedir (Aydoğan, Özbay ve Büyüköztürk, 2017; İlhan ve Özdemir, 2013). Ancak bu kavramın çok boyutlu yapısı göz önüne alındığında ilişkisel bağlamda da ele alınmasının sağlıklı bir ilişki dinamiği adına önemli olduğu açıktır. İlişkilerde açık, samimi ve dürüst olmanın ve kendini gizlememenin önemli olduğu çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir (Lopez ve Rice, 2006; Finkenauer vd., 2009; Uysal vd., 2011). Lakin Türk kültüründe ilişkisel özgünlüğün araştırmalara sınırlı sayıda dâhil edildiği görülmektedir (Aydoğan ve Özbay, 2018; Evin Akbay, 2015). İlişkisel özgünlüğün Türk kültüründe araştırılması bakımından bu çalışmanın önemli olduğu ve yeni araştırmalar için farklı bir bakış açısı sağlayacağı düşünülebilir. Bununla birlikte çalışmanın sonucunun Türk kültüründe evlilik ilişkisinin anlaşılması ve yeni bir bağlamda tartışılması açısından önemli olduğu söylenebilir.

5.2. Benliğin Farklılaşması, İlişkisel Özgünlük ve Evlilik İlişki Kalitesine İlişkin Bulguların Cinsiyet Açısından Tartışılması

Bireylerin benliğin farklılaşması toplam puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Erkek katılımcıların toplam farklılaşma düzeyi kadın katılımcıların toplam farklılaşma düzeyinden daha yüksek bulunmuştur. Buna ek olarak alt boyut puanlarında, katılımcıların duygusal tepkisellik düzeyleri ve ben pozisyonu alma düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Erkek katılımcıların duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma düzeyleri kadın katılımcıların duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma düzeylerinden daha yüksektir. Alt boyutlardan duygusal kesme ve başkalarıyla iç içe geçme puanlarında ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Bu sonuca göre erkeklerin birliktelik-bireysellik dengesini kadınlardan daha iyi kurdukları, duygu ve düşüncelerinin ayrımını daha iyi yaptıkları ve başkalarının beklentilerine uymak zorunda hissetmedikleri düşünülebilir. Bunun yanında, kadınların günlük yaşamda enerjilerini daha çok duygularına ayırdıkları ve

duyguları tarafından tüketildikleri ve başkalarına olan bağılıklarından ötürü kendileri için daha az düşünüp daha az hissettikleri söylenebilir.

Yapılan çeşitli araştırmalar kadın ve erkeklerin benliğin farklılaşması puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymaktadır (Peleg, 2008; Peleg ve Yitzhak, 2010; Polat, 2014; Skowron ve Dendy, 2004). Peleg ve Yitzhak (2010) tarafından yapılan bir çalışmada, erkeklerin duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme puan ortalamaları kadınlarınkinden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Skowron ve Dendy (2004) tarafından yapılan bir araştırmada ise erkeklerin kadınlardan daha az duygusal tepkisellik (aslında daha yüksek duygusal tepkisellik puanları) gösterdikleri sonucu elde edilmiştir. Türk kültüründe yapılan başka bir araştırmaya (Polat, 2014) göre de benliğin farklılaşması toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucu elde edilmiştir. Bu araştırma bulgularına benzer olarak erkeklere ait benliğin farklılaşması toplam puanları kadınlara ait benliğin farklılaşması toplam puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Alt boyutlar açısından incelendiğinde ise duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme puanlarında cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu; duygusal kesme ve ben pozisyonu alma alt boyut puanlarında ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların duygusal tepkisellik ve başkalarıyla iç içe geçme düzeyleri erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (Polat, 2014).

Bu araştırmada elde edilen erkeklerin benliğin farklılaşması toplam puanlarının kadınların benliğin farklılaşması toplam puanlarından anlamlı derecede yüksek olması toplumsal cinsiyet bağlamında açıklanabilir. Toplumsal cinsiyet, kadın ya da erkek olmaya ilişkin toplumun beklentileri ve toplumun kadın ve erkek olmaya yüklediği anlamlar olarak değerlendirilebilir (Çelik, 2008; Dökmen, 2015). Türkiye, 2015 yılı cinsiyet ayrımı verilerine göre 145 ülke arasından 130. ülke konumundadır (WEF, 2015). Türk kültüründe 1372 kişi üzerinde yapılan bir araştırmaya göre kadın katılımcıların yarısından fazlası ve erkek katılımcıların ise dörtte üçü, her zaman kadınların erkekler tarafından korunması gerektiğini belirtmişlerdir. Yine Türk kültüründe yapılan başka bir çalışmada ise katılımcıların yarısından fazlası, toplumsal düzen açısından kadınların erkekler tarafından sahiplenilmesi gerektiğini ifade etmektedirler (Kahraman vd., 2014). Bu bağlamda ele alındığında, toplulukçu ve ataerkil toplum yapısına yakınlığıyla bilinen Türk kültüründe; genel anlamda erkek koruyucu ve egemen, kadın ise bağımlı ve boyun eğen rolleriyle değerlendirilmektedir. Kadına yüklenen uyumlu ve bağımlı olma ve erkeğe yüklenen bağımsız ve sözünü geçiren rollerinin bu araştırmada elde edilen sonuçla ilgili olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada elde edilen bir başka bulgu da bireylerin ilişkisel özgünlük, dürüstlük ve yansızlık eēilimlerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermesidir. Kadınların ilişkilerinde özgün olma, dürüstlük ve yansızlık eēilimleri erkeklerin ilişkilerinde özgün olma, dürüstlük ve yansızlık eēilimlerinden anlamlı düzeyde daha yüksektir. Çeşitli araştırmalarda kadınların özgünlük puanlarının erkeklerinkine göre daha yüksek olduēu sonucuna ulaşılmıştır (Gouveia, Schulz ve Costa, 2015; İmamoēlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Ayrıca bu araştırmanın bulgularıyla tutarlı olarak kadınların ilişkisel özgünlük puanlarının erkeklerin ilişkisel özgünlük puanlarına göre daha yüksek olduēu sonucuna ulaşan araştırmalar da bulunmaktadır (İmamoēlu, Günaydın ve Selçuk, 2011). Kadınların erkeklere göre ilişkilerinde daha özgün olmaları yine kültürel baēlamda ele alınabilir. Yapılan araştırmalar, kadınların ilişkisel (Cross ve Madson, 1997; İmamoēlu ve Karakitapoēlu-Aygün, 2004; 2006) ve toplulukçu (İmamoēlu, Günaydın ve Selçuk, 2011) kültür özellikleri gsterdiēine dair işaretler sunmaktadır. Bu baēlamda deēerlendirildiēinde; kadınların ilişkileri sürdürme ve ilişkiyi desteklemeyle ilgili isteklerinin yüksek düzeyde olduēu söylenebilir. İlişkisel zgnlēn ilişkiler üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduēu da bilinen bir gerçektir. Buna dayanarak kadınların ilişkiyi kaybetmemek adına ilişkilerinde daha dürüst ve açık davranmaları ve ilişkide kendilerini olduēu gibi sunmaları ilişkisel benlik yönelimleriyle açıklanabilir.

Bu çalışmada elde edilen bir başka sonuç da bireylerin evlilik ilişki kalitesi puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermesidir. Bir başka deyişle erkekler evlilik ilişkilerini kadınlara göre daha kaliteli olarak algılamaktadır. Erkeklerin evlilik ilişki kalitesi puanları kadınların evlilik ilişki kalitesi puanlarına göre daha yüksektir. Evlilik ilişki kalitesiyle eş anlamlı görülen evlilik doyumunu kavramıyla ilgili; Türk kültüründe yapılan çeşitli araştırmalar bulunmaktadır (Basat, 2004; Demir, 2014). Araştırma sonuçları kadınların evlilik doyumunu puan ortalamalarının erkeklerin evlilik doyumunu puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde düşük olduēunu göstermektedir (Basat, 2004; Demir, 2014). Bunun yanında, Batı kültüründe yapılan çeşitli araştırma sonuçları da kadınların evlilik doyumunun genel olarak düşük olduēunu göstermektedir (Shek ve Tsang, 1993; Gagnon vd., 1999). Farklı araştırmalarda ise kadınların evlilik doyumunu puanları ile erkeklerin evlilik doyumunu puanları arasında anlamlı bir farklılıēa rastlanılmamıştır (Curun, 2006; Kapucı, 2014). Genel anlamda ilgili literatürde elde edilen bulgular bu araştırmanın bulgularıyla tutarlılık göstermektedir.

Elde edilen bu bulgu toplumsal cinsiyet rolleri baēlamında ele alınabilir. Türk kültüründe yapılan bir çalışmada, kadınların ve erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerine baēlı kalış dereceleri incelenmiş; bu rollerin gerek kadınlara gerekse erkeklere bazı sınırlamalar ve

yaptırımlar getirdiği ve kadınların bu sınırlama ve yaptırımlardan daha fazla etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır (Kansu, 2015). Toplumsal cinsiyet algısına göre kadından evle ilgili işleri yapması ve çocuklara bakım vermesi beklenirken erkekten eve kazanç getirmesi, evin ihtiyaçlarını karşılaması ve aile reisi olarak eşine ve çocuklarına söz geçirmesi beklenmektedir (Zorlu, 2011; Kansu, 2015). Bu anlamda, içinde bulunulan kültürde kadınların aleyhine bir ayrımcılık olduğu görülmektedir (İlhan, Uğraş-Dikmen ve Ak, 2017) Bu bilgiler ışığında değerlendirildiğinde; kadınların evlilik ilişki kalitelerini düşük algılamalarının, bu kültürel yapı içerisindeki konumlarından kaynaklandığı düşünülebilir.



ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, evlilik ilişkisi kalitesinin benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında açıklanmasına yönelik gerçekleştirilen analizlerden elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlara dayalı olarak rehberlik ve psikolojik danışma alanına yapılacak yeni araştırmalara ve uygulamalara dönük önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmada ilk olarak evlilik ilişkisi kalitesi, benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelenmiştir. İkinci olarak ise evlilik ilişkisi kalitesi, benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük cinsiyete göre incelenmiştir. Bunlara ilişkin sonuçlar şu şekildedir:

1. Benliğin farklılaşması düzeyi arttıkça evlilik ilişkisi kalitesi de artmaktadır. Bunun yanında, duygusal kesme ve ben pozisyonu alma boyutlarında benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça yine evlilik ilişkisi kalitesi artmaktadır ancak başkalarıyla iç içe geçme ve duygusal tepkisellik boyutlarındaki benliğin farklılaşma düzeyi evlilik ilişkisi kalitesi üzerinde bir etkiye sahip değildir.
2. İlişkilerde özgün davranma eğilimi arttıkça evlilik ilişkisi kalitesi de artmaktadır. Ayrıca ilişkide dürüstlük ve yansızlık eğilimlerinin artması da evlilik ilişkisi kalitesini artırmaktadır.
3. Benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça ilişkilerde özgün davranma eğilimi de artmaktadır. Bununla birlikte ben pozisyonu alma, duygusal kesme ve başkalarıyla iç içe geçme boyutlarında benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça ilişkide dürüst davranma eğilimi de artmakta ancak duygusal tepkisellik boyutunda benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça ilişkilerde dürüst davranma eğilimi azalmaktadır. Ayrıca duygusal kesme, başkalarıyla iç içe geçme ve duygusal tepkisellik boyutlarında benliğin farklılaşma düzeyi arttıkça ilişkilerde yansız davranma eğilimi de artmaktadır.
4. Erkekler evlilik ilişkilerini kadınların algıladığından daha kaliteli algılamaktadır.

5. Erkeklerin benliğin farklılaşması düzeyleri kadınların benliğin farklılaşması düzeylerinden daha yüksektir. Erkeklerin duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma düzeyleri kadınların duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma düzeylerinden daha yüksektir.
6. Erkeklerle kıyaslandığında kadınlar ilişkilerinde daha fazla özgün davranma eğilimindedirler. Bununla birlikte kadınlar ilişkilerinde kendilerini erkeklerden daha dürüst ve daha yansız bir biçimde sunma eğilimindedirler.

Araştırmanın sonuçları genel olarak ele alındığında; Türk kültüründe evlilik ilişki kalitesi benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük kavramlarına ilişkin elde edilen sonuçların bazı küçük farklılıklara sahip olsa da alanyazınla genel anlamda uyumlu olduğu görülmektedir.

6.2. Öneriler

Bu kısımda araştırmadan elde edilen bulgu ve sonuçlar göz önünde bulundurularak rehberlik ve psikolojik danışma alanına kuramsal açıdan ve araştırmalar ve uygulama açısından ayrı ayrı önerilerde bulunulmuştur.

6.2.1. Kuramsal Açıdan Öneriler

- Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük ölçeklerinin Batı kültüründe geliştirildiği görülmektedir. Bu anlamda Türk kültürü için uygun olan bu yapılarla ilgili bu kültürde geliştirilmiş ölçme araçlarına ihtiyaç vardır. Bu ölçme araçlarıyla elde edilecek bulguların kuramsal açıdan farklı noktalara ışık tutabileceği düşünülebilir.
- Bu araştırma grubunda yer alan bireyler genel anlamda farklı evlilik yaşam döngülerine sahiptirler. Bu durum bireylerin benliğin farklılaşması durumlarına, ilişkisel özgünlüklerine ve evlilik ilişki kalitelerine etki etmiş olabilir. Aynı evlilik yaşam döngüsüne sahip bireylerin benliğin farklılaşması, ilişkisel özgünlük ve evlilik ilişki kalitelerinin araştırılması daha farklı sonuçlar sunabilir.
- Benliğin farklılaşması devinim durumunda olan bir süreçtir ve dolayısıyla değişiklik gösterebilir. Bu araştırmada benliğin farklılaşması cinsiyete göre ele

alınmıştır ancak yaşa göre ele alınmamıştır. Bu anlamda değerlendirildiğinde farklı yaş gruplarında benliğin farklılaşma durumunun incelenmesi yeni bir bakış açısı sunabilir. Bir başka deyişle bir süreç olarak benliğin farklılaşmasının farklı gelişim dönemlerinde araştırılması kuramsal katkılar sunabilir.

6.2.2. Araştırmalar Açısından Öneriler

- İlk olarak gerek benliğin farklılaşması gerekse ilişkisel özgünlük yapılarının Türk kültüründe oldukça sınırlı düzeyde araştırıldığı görülmektedir. Elde edilen bulgular bu yapıların Türk kültürü için araştırılmaya uygun olduğunu göstermektedir bu yapılarla ilgili daha fazla araştırma yapılması bu bağlamda önemlidir.
- İçinde yetişilen aile ile bağlantılı olarak özellikle benliğin farklılaşması kavramı önem taşımaktadır. Bu anlamda ele alındığında benliğin farklılaşmasının çeşitli risk gruplarında ele alınmasının sonuçları merak uyandırıcıdır. Örneğin Türk kültüründe annesiz, babasız ya da ebeveynsiz yetişen bireylerin benliğinin farklılaşma düzeyleri ve bunun sebepleri araştırılabilir. Bunun yanında, engelli bir bireye sahip bir ailede eşlerin farklılaşma düzeyleri yine Türk kültüründe incelenebilir.
- Bu araştırmada sadece evli bireylerin farklılaşma düzeyleri incelenmiştir. Oysa Bowen'a göre kendi kök aileleriyle kaynaşmış olan insanlar, kendileri gibi kaynaşmış bireylerle evlenmeye meyil etmektedirler; diğer bir deyişle çift olma sürecinde, benzer farklılaşma düzeyindeki insanlar birbirlerini aramaya ve bulmaya eğilimlidirler (Bitter, 2013). Buradan yola çıkarak Türk kültüründe; anne, baba ve yetişkin çocukların farklılaşma düzeyleri karşılaştırılabilir. Bunun yanı sıra evli çiftlerin farklılaşma düzeylerinin ve ilişkisel özgünlüklerinin hem kendi ilişki kaliteleri hem de eşlerinin ilişki kaliteleri üzerinde aktör-partner etkisi bağlamında Türk kültüründe ikili (dyadic) araştırmalar/projeler tasarlanabilir.

6.2.3. Uygulama Açısından Öneriler

- Elde edilen sonuçlar aile danışmanlığı alanında çalışan uzmanlara benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük yapılarının danışma uygulamalarında Türk kültürü için uygun olabileceğini göstermektedir. Eşlerin bireysel ve ilişkisel özelliklerinin aile sistemine ya da eşler arasındaki ilişkiye olan etkilerini değerlendirme sürecinde uzmanlara yardımcı olabilir. Eşlerin farklılaşma düzeylerinin terapisinin başlangıcında genel ve farklı alt boyutlarda değerlendirilmesi evlilik ilişki dinamiğini anlamada uzmanlara destek sunabilir. Bunun yanında, eşlerin ilişkisel özellikleriyle bağlantılı olarak ilişkilerindeki özgünlük seviyelerinin genel ve alt boyutlar bağlamında değerlendirilmesinin kişilerin evlilik ilişkilerinin kalitelerine dair ipuçları sunabileceği düşünülebilir.
- Bununla birlikte ulaşılan bulgular ve ilgili alanyazın benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük yapılarının evlilik ilişki kalitesini olumlu yönde etkileyebilecek yapılar olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, gerek sağlık kuruluşları gerek Aile Sosyal Politikalar Bakanlığı gerekse eğitim kurumlarının benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük yapılarını göz önünde bulundurarak koruyucu ve önleyici çalışmalar planlaması, sağlıklı aile yapısı oluşturulması ve dolayısıyla daha sağlıklı nesiller yetiştirilmesi adına etkili olabilir.
- Bu araştırmada elde edilen veriler Google üzerinden oluşturulan çevrimiçi form aracılığıyla elde edilmiştir. Bu sayede veriler hızlı bir şekilde doldurulabilmekte ve hızlı bir şekilde analize hazır hale getirilebilmektedir. Ancak bu şekilde veri elde etmenin birçok yararı olmasının yanında bazı öngörülemeyen sınırlılıklarının da olabileceği söylenebilir. Araştırmanın verilerinin daha farklı bir yöntemle elde edilmesiyle bulunan sonuçlar yeni araştırmalara katkı sunabilir.

KAYNAKÇA

- Abbott, D. S. ve Brody, G. H. (1985). The relation of child age, gender, and number of children to the marital adjustment of wives. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 77-84.
- Acar, T. ve Acar, N.V. (2013). “Babam ve Oğlum” filmi’nin çok kuşaklı/kuşaklararası aile terapisi’nin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(1), 37-53.
- Adams, W. W. (2006). Love, open awareness, and authenticity: A conversation with William Blake and D. W. Winnicott. *Journal of Humanistic Psychology*, 46, 9–35.
- Akbaş, U. (2014). *Farklı örneklem büyüklüklerinde ve kayıp veri örüntülerinde ölçeklerin psikometrik özelliklerinin kayıp veri baş etme teknikleri ile incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akbay, S. E. (2015). *Ana-babaya bağlanma ile romantik yakınlık ve otantik benlik arasındaki ilişkilerde bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Antill, J. K. (1983). Sex role complementarity versus similarity in married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 145-155.
- Aron, A., Aron, E. N., and Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the Self Scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 596-612.

- Aron, A., and Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 535-551.
- Atchley, R. 1992. Retirement and marital satisfaction. In Szinovacz, M., Ekerdt, D. J. And Vinick, B. H. (eds), *Families and Retirement*. Sage, Newbury Park, California, 145-159.
- Avolio, B. J. ve Gardner, W. (2005). Authentic leadership development: Getting to the root of positive forms of leadership. *The Leadership Quarterly*, 16, 315-338.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2018). Evlilikte fedakarlık doyumunun ilişkisel özgünlük ve evlilik doyumunu bağlamında değerdendirilmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(2), 1276-1290.
- Aydoğan, D., Özbay, Y. ve Büyüköztürk, Ş. (2017). Özgünlük Ölçeği'nin uyarlanması ve özgünlük ile mutluluk arasındaki ilişkide maneviyatın aracı rolü. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 5(1), 38-59.
- Bacanlı, H. (2001). Eş tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 7-16.
- Barahmand, U. (2010). Self differentiation in women with and without mental disorders. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 5, 559-562.
- Barelds, D. P. H. ve Dijkstra, P. (2009). Positive illusions about a partner's physical attractiveness and relationship quality. *Personal Relationships*, 16, 263-283.
- Barrett-Lennard, G. T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and substance*. London: Sage.

- Bartle, S. E. (1993). The degree of similarity of differentiation of self between parents in married and dating couples: Preliminary evidence. *Contemporary Family Therapy*, 15(6), 467–484.
- Basat, Ç. (2004). *An exploration of marital satisfaction, locus of control, and self-esteem as predictors of sexual satisfaction. Unpublished master thesis*, The Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University, Ankara.
- Baucom, D. H., and Aiken, P. A. (1984). Sex role identity, marital satisfaction, and response to behavioral marital therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52, 438–444.
- Baxter, L. A., and Wilmot, W. W. (1985). Taboo topics in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 253-269.
- Birditt, K. and Antonucci, T. C. (2008). Life sustaining irritations? Relationship quality and mortality in the context of chronic illness. *Social Sciences and Medicine*, 67(8), 1291–1299.
- Bitter, J. R. (2013). *Theory and practice of family therapy and counseling* (2nd edition, international edition). U.S.A: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*, 7(5), 345-374.
- Bowen, M. (1975). Family therapy after twenty years in treatment. In D. X. Freedman, J. E. Dyrud, and S. Arieti (Eds.), *American handbook of psychiatry* (2nd ed.) (Vol. 5). New York: Basic Books.

- Bowen, M. (1976). Theory and practice in psychotherapy. In P.J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42–90). New York: Gardner Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Rowman & Littlefield Publishers.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bradbury, T.N., and Fincham, F.D. (1987). Affect and cognition in close relationships: Towards an Integrative Model. *Cognition and Emotion*, 1(1), 59-87.
- Bradbury, T.N., and Fincham, F.D. (1988). Individual difference variables in close relationships: a contextual model in marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(4), 713-721.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. and Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: a decade in review. *Journal of Marriage and The Family*, 62(4), 964-980.
- Brunell, A. B., Kernis, M. H., Goldman, B. M., Heppner, W., Davis, P., Cascio, E. V. and Webster, G. D. (2010). Dispositional authenticity and romantic relationship functioning. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 900-905.
- Brunell, A. B., Pilkington, C. J., and Webster, G. D. (2007). Perceptions of risk in intimacy in dating couples: Conversation and relationship quality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 92–119.

Bulanda, J.R. ve Brown, S.L. (2007). Race-ethnic differences in marital quality and divorce. *Social Science Research*, 36, 945-967.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ. D. Erguvan, Çev.). Birinci Basım. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Büyüköztürk, Ş. (2017). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (23. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (12.Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.

Campos, B., Keltner, D., Bech, J. M., Gonzaga, C. G. and John, O. P. (2007). Culture and teasing: the relational benefits of reduced desire for positive self-differentiation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(1), 3-16.

Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C. and Schwarz, N. (2014). Happy marriage, happy life? Marital quality and subjective well-being in later life. *Journal of Marriage and Family*, 76, 930-948.

Caughlin, J., and Afifi, T. D. (2004). When is topic avoidance unsatisfying? A more complete investigation into the underlying links between avoidance and dissatisfaction in parent child and dating relationships. *Human Communication Research*, 30, 479-513.

Caughlin, J. P., and Golish, T. D. (2002). An analysis of the association between topic avoidance and dissatisfaction: Comparing perceptual and interpersonal explanations. *Communication Monographs*, 69, 275-295.

- Caughlin, J. P., Golish, T. D., Olson, L. N., Sargent, J. E., Cook, J. S., and Petronio, S. (2000). Family secrets in various family configurations: A Communication Boundary Management perspective. *Communication Studies*, 51, 116–134.
- Chang, E. C. (2013). Perfectionism and loneliness as predictors of depressive and anxious symptoms in Asian and European Americans: Do Self-construal schemas also matter? *Cognitive Therapy and Research*, 37(6), 1179–1188.
- Civan, A. (2011). *Eşlerin duygu dışavurum tarzları ile algılanan evlilik kalitesinin ilişkisi ve duygusal farkındalığın rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Cohen, P. M. (1985). Locke Marital Adjustment Scale and the Dyadic Adjustment Scale. *American Journal of Family Therapy*, 13(3), 66–71.
- Cole, T. (2001). Lying to the one you love: The use of deception in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 107–129.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çeviren). Ankara: Mentis Yayıncılık (Orijinal eser 2005 yılında basılmıştır).
- Crane, D. R., Allgood, S. M., Larson, J. H., & Griffin, W. (1990). Assessing marital quality with distressed and nondistressed couples: A comparison and equivalency table for three frequently used measures. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 87-93.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relationalinterdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 791–808.

- Cross, S. E., Hardin, E. E., and Gercek-Swing, B. (2011). The What, How, Why, and Where of Self-Construal. *Personality and Social Psychology Review*, 15(2), 142–179.
- Cross, S. E., Morris, M. L., and Gore, J. S. (2002). Thinking about oneself and others: The relationalinterdependent self-construal and social cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 399–418.
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, Ö. (2008). *Ataerkil sistem bağlamında toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin benimsenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dailey, R., and Palomares, N. (2004). Strategic topic avoidance: an investigation of topic avoidance frequency, strategies used, and relational correlates. *Communication Monographs*, 71, 471-496.
- Deci, E. L., and Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency and self-esteem*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., and Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- DeGreeff, B. L., Burnett, A., and Cooley, D. (2009). Communicating and philosophizing about authenticity and inauthenticity in a fast-paced world. *Journal of Happiness Studies*, 11, 395-408.

- Demir, E. (2014). *Farklı denetim odağına sahip evli bireylerin evlilik doyumunun incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dillaway, H. and Broman, C. (2001). Race, class, and gender differences in marital satisfaction and divisions of household labor among dual-earner couples. *Journal of Family Issues*, 22, 309-327.
- Dökmen, Z. Y. (2015). *Toplumsal cinsiyet: Sosyal psikolojik açıklamalar* (6. basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dönmezoğulları, C. (2014). *Benlik kurguları ile iyi oluş arasındaki ilişkide ilişkisel özgünlüğün aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eidelson, R. J., and Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Ekşi, H., Sayın, M. ve Çelebi, Ç. D. (2016). Üniversite öğrencilerinin özgecilik ve otantiklik seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 14(32), 79-102.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradaamlar, N., Alpkan, E. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18(1), 39-47.
- Erci, B. ve Ergin, R. (2005). Women's satisfaction with their marriage in Turkey. *Marriage and Family Review*, 37, 117-133.

- Eşici, H. (2014). *Romantik ilişki kalitesinin erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma ve psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Faulkner, R. A. (2002). *Gender related influences on marital satisfaction and marital conflict over time for husbands and wives*. Unpublished doctoral thesis, Georgia University, Athens.
- Fehr, B., and Russell, J. A. (1991). The concept of love viewed from a prototype perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 425-438.
- Feldman, S. D. and Hazlett, A. (2013). Authenticity and self-knowledge. *Dialectica*, 67(2), 157-181.
- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerin evlilik uyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 49, 797-809.
- Finkenauer, C., & Hazam, H. (2000). Disclosure and secrecy in marriage: Do both contribute to marital satisfaction? *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, 245-263.
- Finkenauer, C., Kerkhof, P., Righetti, F., and Branje, S. (2009). Living together apart: Perceived concealment as a signal of exclusion in marital relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 1410-1422.
- Fleck, S., ve Bowen, M. (1961). The family as the unit of study and treatment: Workshop, 1959: 1. Family psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 31(1), 40-60.

- Fleeson, W., and Wilt, J. (2010). The relevance of Big Five trait content in behavior to subjective authenticity: Do high levels of within-person behavioral variability undermine or enable authenticity achievement? *Journal of Personality*, 78, 1353-1382.
- Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354.
- Fowers, B.J., Olson, D.H. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176-185.
- Gagnon, M.D., Hersen, M., Kabacoff, R.I., and Van Hasselt, V.B. (1999). Interpersonal and psychological correlates of marital dissatisfaction in late life: a review. *Clinical Psychology Review*, 19, 359-378.
- Gehart, D. (2017). *Aile terapisi yeterliklerinde uzmanlaşma: kuramlara ve klinik vaka belgelendirmelerine uygun bir yaklaşım*. (T. İlhan ve H. Cihan, Çev. Ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Gehart, D. R. (2013). *Theory and treatment planning in counseling and psychotherapy*. International Edition. U.S.A.: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Gehart, D. R. ve Tuttle, A. R. (2003). *Theory-based treatment planning for marriage and family therapists*. U.S.A: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Gillath, O., Sesko, A. K., Shaver, R.P., and Chun, D.S. (2010). Attachment, authenticity, and honesty: Dispositional and experimentally induced security can reduce self- and other deception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(5), 841-855.

- Gül, A. (2010). *Benlik düzenleme odakları, otantiklik ve ilişkisel/özerk benlik ketlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Gül, A. (2016). *Otantiklik ve dindarlığın özgecilik üzerindeki rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Gladding, S. T. (2013). *Psikolojik danışma: kapsamlı bir meslek*. (N. Voltan-Acar, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Gladding, S. T. (2015). *Family therapy: history, theory, and practice* (6th ed.). Great Britain: Pearson Education.
- Glenn, N. (1975). Psychological well-being in the postparental stage: some evidence from national surveys. *Journal of Marriage and Family*, 37(1), 105-110.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and Family*, 52(4), 818-831.
- Glenn, N.D. (1998). The course of marital success and failure in five American 10 year marriage cohorts. *Journal of Marriage and Family*, 60, 569-576.
- Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1978). A multivariate, multisurvey study of marital happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 269-282.

- Goldman, B. M., and Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5(6), 18–20.
- Golish, T. D. (2000). Is openness always better?: Exploring the associations among topic avoidance, satisfaction, and parenting styles of stepparents. *Communication Quarterly*, 48, 137–158.
- Gottman, J. M. (1982). Temporal form: Toward a new language for describing relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 44, 943-962.
- Gottman, J. M. (1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology*, 7, 57-75.
- Gouveia, T., Schulz, M. S., and Costa, M. E. (2016). Authenticity in relationships: Predicting caregiving and attachment in adult romantic relationships. *Journal of Counseling Psychology*, 63(6), 736-744.
- Greene, M. (1952). Authenticity: an existential virtue. *Ethics*, 62(4), 266-274.
- Gürel, B. (2016). *Ekonomik faktörlerin evlilik kalitesine etkisi: Bir dyadic model testi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hall, M. C. (1981). *The Bowen family theory in and its uses*. New York: Aronson.
- Hanımoğlu, E. (2014). *Üniversite öğrencilerinde aile fonksiyonları, benliğin ayrımlaşması, algılanan stres, kaygı ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Harter, S. (2002). Authenticity. In C. R. Snyder S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*, 382–394. Oxford, England: Oxford University Press.
- Harter, S., Waters, P., Pettitt, L., Whitesell, N., Kofkin, J. and Jordan, J. (1997). Autonomy and connectedness as dimensions of relationship style in adult men and women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 147-164.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling*. <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf> adresinden erişildi.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Heidegger, M. (1962). *Being and time*. New York: Harper and Row.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93-98.
- Hendrick, S.S. ve Hendrick, C. (1997). Love and satisfaction. R.J. Sternbeg ve M. Hojjat (Ed.), *Satisfaction in close relationship içinde* (ss. 56-79). New York: The Guilford Press.
- Heppner, P. P., Wampold, B. E. ve Kivlighan, D. M., Jr. (2013). *Psikolojik danışmada araştırma yöntemleri* (D. M. Siyez, Çev.) (1. bs.). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Heyman, R. E., Sayers, S. L., & Bellack, A. S. (1994). Global marital satisfaction versus marital adjustment: An empirical comparison of three measures. *Journal of Family Psychology*, 8, 432–446.

Hill, R. (1949). *Families under stress*. New York: Harper.

Hobby, M. L. M. (2004). *Adult daughters of alcoholic fathers: Differentiation of self in family of origin and couple relationships*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University, San Francisco, USA.

Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences*. Beverly Hills, CA: Sage.

Hollander, S. (2007). *Differentiation of Self and Emerging Adulthood*. Unpublished doctoral dissertation, Florida International University, USA.

Hooper, L.M. ve DePuy, V. (2010). Mediating and moderating effects of differentiation of self on dpression symptomatology in a rural community sample. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 18(4), 358-368.

Hooper, L.M. ve Doehler, K. (2011). The mediating and moderating effects of differentiation of self on body mass index and depressive symptomatology among an American college sample. *Counseling Psychology Quarterly*, 24(1), 71-82.

Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth*. London: Routledge.

Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal mübadele: Evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11 (36), 12-24.

Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.

- Impett, E. A., Breines, J. G. ve Strachman, A. (2010). Keeping it real: Young adult women's authenticity in relationships and daily condom use. *Personal Relationships*, 17, 573-584.
- Işık, E. ve Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 102-112.
- İlhan, M. N., Uğraş-Dikmen, A. ve Ak, N. (2017). Toplumsal cinsiyet algısının değerlendirilmesi. *International Journal of Social And Humanities Sciences*, 1(2), 108-121.
- İmamoğlu, E. O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *Journal of Psychology*, 132, 95-105.
- İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing, but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129(4), 367-402.
- İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. ve Selçuk, E. (2011). Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 27-48.
- İmamoğlu, E. O. ve İmamoğlu, V. (1992). Life situations and attitudes of the Turkish elderly toward institutional living within a cross-cultural perspective. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 47(2), 102-108.
- Johnson, J. T., Robinson, M. D., & Mitchell, E. B. (2004). Inferences about the authentic self: When do actions say more than mental states? *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 615-630.

Kahraman, L., Kahraman, A.B., Ozansoy, N., Akıllı, H., Kekillioğlu, A. ve Özcan, A. (2014). Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi toplumsal cinsiyet algısı araştırması. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 9(2), 811-831.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Kültürel Psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, OnDokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Kansız M. ve Arkar H. (2011). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumu üzerine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 9-24.

Kansu, A. (2015). *Sağlık çalışanlarına göre toplumsal cinsiyet (Nazilli Devlet Hastanesi örneği)*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kapucı, O. (2014). *Evli çiftlerin evlilik kalitesi ve bağlanma stillerinin demografik özellikler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. 26. Bs. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.

- Karimiyan, N., Raisi, S. J., Mohammadi, K., and Sadeghifard, M. (2014). Investigating the relationship between fear of intimacy and authenticity in relation to the marital relationship satisfaction of married employees of Sanandaj. *International Journal of Basic Sciences and Applied Research*, 3(9), 658-662.
- Karney, B.R., and Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: a review of theory, method and research, *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Kastro, R. M. (1998). *Evlilik içi uyum ve depresyon: Evlilik ilişkisinin niteliği ve eşlerde semptom oluşumu hakkında bir çalışma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kelley, H.H., and Thibaut, J.W. (1978). *Interpersonal Relations: A Theory of Interdependence*. New York: Wiley.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 1-26.
- Kernis, M., and Goldman, B. (2005). *From thought and experience to behavior and interpersonal relationships: A multicomponent conceptualization of authenticity*. In A. Tesser, J. Wood & D. Stapel (Eds.). *On building, defending and regulating the self: A psychological perspective* (pp, 31-52). New York: Psychology Press.
- Kernis, M. H., and Goldman, B. M. (2006). *A multicomponent conceptualization of authenticity: Research and theory*. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 38, pp. 284-357). San Diego, CA: Academic Press.
- Kerr, M. ve Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: W.W. Norton & Company.

- Kesici, Ş., Mert, A., Girgin, Ç., İlgün, E. (2015). *Aile terapisinde kullanılan teknikler* (4.basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kulik, L. (2002). Marital equality and the quality of longterm marriage in later life. *Ageing and Society*, 22 (4), 459-481.
- Kurdek, L.A. (1991). Correlates of relationship satisfaction in cohabiting gay and lesbian couples: integration of contextual, investment and problem solving models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 910-922.
- Kurdek, L.A. (2005). Gender and Marital Satisfaction Early in Marriage: A Growth Curve Approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 68-84.
- Kurdek, L. A., and Schmitt, J. P. (1986). Relationship quality of partners in heterosexual married, heterosexual cohabiting, and gay and lesbian relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 711-720.
- Kuyumcu, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık duyguları ifade etme benlik kurgusu ve öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Eğitimi Dergisi*, 1(2), 104-113.
- LaFollette, H., and Graham, G. (1986). Honesty and intimacy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 3-18.
- Lal, A. (2006). *Relationship among differentiation of self, relationship satisfaction, partner support, depression, monitoring/blunting style, adherence to treatment and quality of life in patients with chronic lung disease*. Unpublished doctoral dissertation, The Ohio State University, USA.

- Lal, A., and Bartle-Haring, S. (2011). Relationship among differentiation of self, relationship satisfaction, partner support, and depression in patients with chronic lung disease and their partners. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(2), 169–181.
- Larson, D. G., and Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 439-455.
- Laurenceau, J.-P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1238-1251.
- Leak, G. K., and Cooney, R. R. (2001). Self-determination, attachment styles, and well-being in adult romantic relationships. *Representative Research in Social Psychology*, 25, 55-62.
- Lenthall, G. (1977). Marital satisfaction and marital stability. *Journal of Marriage and Family Counseling*, 3(3), 25–32.
- Lim, M. G., ve Jennings, G. (1996). Marital satisfaction of healthy differentiated and undifferentiated couples. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 4, 308-315.
- Lippert, T., and Prager, K. J. (2001). Daily experiences of intimacy: A study of couples. *Personal Relationships*, 8, 283–298.
- Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 362–371.

- Lund, M. (1985). The development of investment and commitment scales for predicting continuity of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 3-23.
- Lynch, M. F. and Sheldon, K. M. (2017). Conditional regard, self-concept, and relational authenticity: Revisiting some key rogerian concepts cross-culturally, through multilevel modeling. *Journal of Humanistic Psychology*, 1-19.
- Markus, H. R. and Kitayama, S. (1991). Culture and the self: implications for cognition, motivation, and emotion. *Psychological Review*, 98, 224–253.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York, NY: Harper & Row.
- May, R. (2015). *Kendini arayan insan*. (K. Işık, Çeviren), İstanbul: Okuyan Us.
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., and Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 755–773.
- Metts, S. (1989). An exploratory investigation of deception in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 159–179.
- Miller, L. C., & Kenny, D. A. (1986). Reciprocity of self-disclosure at the individual and dyadic levels: A social relations analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(4), 713-719.
- Morry, M. M., and Kito, M. (2009). Relational-Interdependent Self-Construal as a Predictor of Relationship Quality: The Mediating Roles of One's Own Behaviors and Perceptions of

the Fulfillment of Friendship Functions. *The Journal of Social Psychology*, 149(3), 305–322.

Murdock, N. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. (çev. Füsün Akkoyun). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Neff, K. D., and Suizzo, M.A. (2006). Culture, power, authenticity and psychological well being romantic relationships: *A comparison of European American and Mexican Americans. Cognitive Development*, 21,441-457.

Neff, K. D., and Harter, S. (2002a). The authenticity of conflict resolutions among adult couples: Does women's other-oriented behavior reflect their true selves? *Sex Roles*, 47, 403–417.

Neff, K. D., and Harter, S. (2002b). The role of power and authenticity in relationship styles emphasizing autonomy, connectedness, or mutuality among adult couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(6), 835–857.

Nichols, M. P. (2013). *Aile terapisi: kavramlar ve yöntemler* (1.basım). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Noller, P., Feeney, J.A. and Blakeley-Smith, A. (2000). Handling pressure for change marriage: Making attributions for relational dialects. V. Manusov ve J. Harvey (Ed.), *Attributions, communication behavior and close relationships* içinde (ss.153-172). Cambridge: Cambridge University Press.

Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and Family*, 45, 141-151.

- Onat-Kocabıyık, O., Çelik, H. ve Dünder, Ş. (2017). Genç yetişkinlerin bilişsel duygu düzenleme tarzlarının ilişkisel bağımlı benlik kurgusu ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 45, 79-92.
- Oyserman, D., Coon, H. M. ve Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128, 3-72.
- Özdemir, Y. ve İlhan, T. (2013). Benlik kurguları ve öznel iyi oluş: Otantik olmanın aracı rolü. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(2), 593-611.
- Öztürk, E. B., Kılıçaslan-Gökoğlu, S. ve Karagonlar, G. (2015). İlişkisel benlik ölçeğinin Türkçe geçerlemesi. *Dokuz Eylül İşletme Fakültesi Dergisi*, 16(2), 49-70.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married couple over the course of life? *The American Journal of Family Therapy*, 36, 388-401.
- Peleg, O and Yitzhak, M. (2010). Differentiation of self and separation anxiety: is there a similarity between spouses? *Contemporary of Family Therapy*, 33(1), 25-36.
- Peterson, C. (1996). Deception in intimate relationships. *International Journal of Psychology*, 31, 279-288.
- Pierce, G. R., Sarason, I. G., Sarason, B. R., Solky-Butzel, J. A and Nagle, L. C. (1997). Assessing the quality of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(3), 339-356.

- Pisarik, C. T., and Larson, K. R. (2011). Facilitating college students' authenticity and psychological well-being through the use of mandalas: An empirical study. *Journal of Humanistic Counseling*, 50, 84-98.
- Polat, K. (2014). *Evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtilerin benliğin farklılaşması açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Rempel, J. K., Holmes, J. G., and Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 95-112.
- Renne, K. (1970). Correlates of dissatisfaction in marriage. *Journal of Marriage and Family*, 32(1), 54-67.
- Richards, E. (1989). *Self reports of differentiation of self and marital compatibility as related to family functioning in the third and fourth stages of the family life cycle*. Unpublished doctoral dissertation, Adelphi University, New York, USA.
- Rizkalla, N. ve Rahav, G. (2016). Differentiation of the self, couples' intimacy, and marital satisfaction: a similar model for Palestinian and Jewish married couples in Israel. *International Journal of the Jurisprudence of the Family*, 7, 1-32.
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., de Gregorio, V. C. and San Roque, I. M. (2015). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: validity of postulates of bowen theory in a spanish sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Oxford, England: Houghton Mifflin.

- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science*. Vol. 3: Formulations of the person and the social context (pp. 181–256). New York: McGraw-Hill.
- Rogers, C. R. (1964). Toward a modern approach to values: The valuing process in the mature person. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68, 160–167.
- Rubin, Z., Hill, C. T., Peplau, L. A., and Dunkel-Schetter, C. (1980). Self-disclosure in dating couples: Sex roles and the ethic of openness. *Journal of Marriage and the Family*, 42, 305–317.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: a test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172 - 186.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal test of the investment model- The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101 - 117.
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and The Family*, 50, 891-915.
- Sağkal, A. E. ve Özdemir, Y. (2018). Algılanan romantik ilişki kalitesi ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 22-40.
- Sanford, K. (2006). Communication during marital conflict: when couples alter their appraisal, they change their behavior. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 256-265.

Sarıçalı, M. (2014). *Psikolojik danışman adaylarının kendini engelleme algılarının özgünlük düzeyleri ve aldıkları süpervizyon açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Sartre, J.-P. (1956). *Being and nothingness: An essay on phenomenological ontology*. New York: Philosophical Library.

Schaefer, M. T. and Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The pair inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(1), 47-60.

Schwartz, S. H. (1990). Individualism–collectivism: Critique and proposed refinements. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21, 139–157.

Seligman, M. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York, NY: Free Press.

Shawn Patrick, James N. Sells, Fran G. Giordano, and Toni R. Tollerud. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 15(4), 359 – 367.

Shek, D.T., and Tsang, S.K. (1993). The Chinese version of the Kansas marital satisfaction scale, some psychometric and normative data. *Social Behavior and Personality Journal*, 21, 205-214.

Sheldon, M. K., Ryan, M. R., Rawsthorne, L. J., and Ilardi, B. (1997). Trait Self and True Self: Cross-Role Variation in the Big-Five Personality Traits and Its Relations With Psychological Authenticity and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1380-1393.

- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580–591.
- Skowron, E. A. ve Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E. A. ve Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Family and Marital Therapy*, 29(2), 209-222.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of Counseling and Development*, 82(4), 447-456.
- Skowron, E. A. ve Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 337-357.
- Skowron, E. A. (2005). Parent differentiation of self and child competence in low-income urban families. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 337-346.
- Smallenbroek, O., Zelenski, J. M. and Whelan, D. C. (2017). Authenticity as a eudaimonic construct: The relationships among authenticity, values, and valence. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 197-209.

- Sohrabi, R., Asadi, M., Hobibollahzade, H. ve Ali, A. (2013). Relationship between self-differentiation in Bowen's family therapy and psychological health. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 84, 1773-1775.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38 (1), 15-28.
- Spanier G.B. (1979). The measurement of marital quality. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 5(3), 288-300.
- Spanier, G. B., and C. L. Cole (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. *International Journal of the Sociology of the Family*, 6 (Spring): 121- 146.
- Spanier, G.B., Lewis, R.A. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and Family*, 42, 825-839.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson/Allyn and Bacon.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: İkili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (1), 1-12.
- Thibaut, J. W., and Kelley, H. H. (1959). *Social Psychology of Groups*, New York: Wiley.

- Thomaes, S., Sedikides, C., van den Bos, N., Hutteman, R., and Reijntjes, A. (2017). Happy to be “me?” authenticity, psychological need satisfaction, and subjective well-being in adolescence. *Child Development*, 00(0), 1-12.
- Thorberg, F. A. ve Lyvers, M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors*, 31(5), 732-737.
- Titelman, P. (Ed.). (1998). *Clinical applications of Bowen family systems theory*. Haworth Press: New York (ABD).
- Titelman, P. (Ed.). (2014). *Differentiation of self: Bowen family systems theory perspectives*. New York: Routledge.
- Togay, A. (2016). *Evli bireylerin kendini saklama eğilimi, öfke ifade tarzı ve otantiklikleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tolman, D. L., Impett, E. A., Tracy, A. J., and Michael, A. (2006). Looking good, sounding good: Femininity ideology and adolescent girls’ mental health. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 85–95.
- Toor, S.R. and Ofori, G. (2009). Authenticity and its influence on psychological well-being and contingent self-esteem of leaders in Singapore construction sector. *Construction Management and Economics*, 27, s. 299–313.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96, 506-520.

Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder: Westview.

Trost, J. (1965). Mate selection, marital adjustment and symbolic environment. *Acta Sociologica*, 8(1-2), 27-35.

Tucker, C., Smith-Adcock, S., and Trepal, H. (2011). Relational-cultural theory for middle school counselors. *Professional School Counseling*, 14(5), 310-316.

Tutarel-Kışlak, S. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 5(2), 35-41.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), (2018). Boşanma İstatistikleri. (ET: 02.03.2018), <http://www.tuik.gov.tr/Start.do>

Uysal, A., Lin, H. L., Knee, R., & Bush, A. L. (2012). The association between self concealment from one's partner and relationship well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(1), 39-51.

Vangelisti, A. L. (1994). Family secrets: Forms, functions, and correlates. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 113-135.

Varol, R. (2015). *Genogram temelli yürütülen psikolojik danışma sürecinin çiftlerde evlilik uyumu, duygusal bağlılık, evlilikte problem çözme ve benliğin ayrımlaşma düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Vaughn, M.j. and Baier, M.E. (1999). Reliability and validity of relationship assesment scale. *American Journal of Family Theraphy*, 27, 137-148.

- Wang, YN. (2014). Power, communion and satisfaction: Authenticity as a common mediator in China. *Asian Journal of Social Psychology*, 18, 76-82.
- Wang, YN. (2015). Authenticity and relationship satisfaction: Two distinct ways of directing power to self-esteem. *Plos One*, 10(12), 1-12.
- Waring, E. M. (1980). Marital intimacy, psychosomatic symptoms and cognitive therapy. *Psychosomatics*, 27(7), 595-601.
- Waring, E. M. (1981). Facilitating marital intimacy through self-disclosure. *The American Journal of Family Therapy*, 9, 33-42.
- World Economic Forum (2015). *The Global Gender Gap Report 2015*. Geneva (Switzerland).
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., and Agnew, C. R. (1999). Commitment, prorelationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 942-966.
- Wills, T. A., R. L. Weiss, and G. R. Patterson. (1974). A behavioral analysis of the determinants of marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 802-811.
- Winnicott, D. W. (1960). Ego distortion in terms of true and false self. In D. W. Winnicott (Ed.), *The maturational process and the facilitating environment* (pp. 140-152). New York: International Universities Press.
- Winnicott, D.W. (1971). Playing: Creative activity and the search for the self. In *Playing and reality*. New York: Tavistock.

- Wood, M. A., Linley, A. P., Maltby, J., Baliousis, M., and Joseph, S. (2008). Authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385-399.
- Xue, Y., Xu, Y., Zaroff, C., Chi, P., Du, H., Ungvari, G. S., Chiu, H. F. K., Yang, Y. and Xiang, T. (2016). Associations of differentiation of self and adult attachment in individuals with anxiety-related disorders. *Perspectives in Psychiatric Care*. 00, 1-10.
- Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Yöntem, M. K. (2013). *Benlik kurguları ve otantikliğin özgecilik üzerindeki yordayıcı gücünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Yektatalab, S., Oskouee, F. S. ve Sodani, M. (2016). Efficacy of Bowen theory on marital conflict in the family nursing practice: a randomized controlled trial. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(3), 253-260.
- Zorlu, R. (2011). *Toplumsal cinsiyet olgusunun farklı eğitim düzeyindeki hemşireler üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

EKLER

Ek-1: Benliğin Farklılaşması Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı

Enes Kalkan <ensklkn@gmail.com>

16.10.2017

Alıcı: eisik

Sayın Hocam,

Ben Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü, yüksek lisans öğrencisi Enes KALKAN. Bu dönem bir tez çalışması yapıyorum. Bu çalışma kapsamında müsaadeniz olursa sizin uyarladığınız "Benliğin Ayrışması Ölçeği"ni incelemek ve uygun olursa kullanmak istiyorum. Sizin için de uygun ise ölçeği ve puanlama/yorumlama biçimini benimle paylaşabilir misiniz? Bu konuda gerekli olan izin ve ölçeğin paylaşımı konusunda yardımcı olursanız çok sevinirim. Çalışmalarınızda kolaylık dilerim.

Saygılarımla...

Erkan IŞIK <eisik@ciu.edu.tr>

17.10.2017

Alıcı: bana

Merhabalar Enes,

Ekte ölçeği ve ölçek makalesini gönderiyorum. Umarım çalışmana yardımcı olur. Sana kolaylıklar dilerim.

Selamlarımla,

Erkan Işık

Ek-2: İlişkisel Otantiklik Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı

Enes Kalkan <ensklkn@gmail.com>

5.10.2017

Alıcı: sinemakbay85

Sayın Hocam,

Ben Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. Bu dönem "Seminer" dersi kapsamında bir tez çalışması yapıyorum. Bu çalışma kapsamında müsaadeniz olursa sizin doktora teziniz için uyarladığınız "İlişkilerde Otantiklik Ölçeğini" incelemek ve uygun olursa kullanmak istiyorum. Bu konuda gerekli olan izin ve ölçeğin paylaşımı konusunda yardımcı olursanız çok sevinirim. Çalışmalarınızda kolaylık dilerim.

Saygılarımla...

Sinem Evin AKBAY <sinemakbay85@gmail.com>

11.10.2017

Alıcı: bana

Merhabalar,

Öncelikle çalışmalarınızda kolaylıklar diliyorum. Elbette kullanabilirsiniz. Kolaylıklar diliyorum.

Assistant Prof. Sinem Evin AKBAY

Mersin University
Faculty of Education
Department of Educational Sciences
Psychological Counseling and Guidance
Yenisehir Campus
33169 MERSIN / TURKEY

Ek-3: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin Kullanımı İçin Alınan İzin Yazısı

Enes Kalkan <ensklkn@gmail.com>

3.12.2017

Alıcı: aliserdarsagkal

Sayın Hocam,

Ben, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisi Enes KALKAN. Bu dönem Yard. Doç. Dr. Didem AYDOĞAN hocamın danışmanlığında bir tez çalışması yapıyorum. Bu çalışma kapsamında, müsaadeniz olursa, sizin Türkçe'ye uyarladığınız "Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ)" ni kullanmak istiyorum. Sizin için de uygun ise ölçeği, puanlama ve yorumlama biçimini benimle paylaşabilir misiniz? Bu konuda gerekli olan izin ve ölçeğin paylaşımı konusunda yardımcı olursanız çok sevinirim. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

Saygılarımla...

Ali Serdar Sağkal <aliserdarsagkal@gmail.com>

4.12.2017

Alıcı: bana

Merhaba Enes,

İlgili ölçeği araştırmanızda kullanabilirsiniz.

Başarılar dilerim...

3 Aralık 2017 20:08 tarihinde Enes Kalkan <ensklkn@gmail.com> yazdı:

--

Ali Serdar SAĞKAL, (Yrd. Doç. Dr.)
Adnan Menderes Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Merkez Kampüs, 09100, Aydın
Tel: +90 256 2142023

Ek-4: Benliğin Farklılaşması Ölçeği¹

DSI

Aşağıda sizinle ve sizin başkalarıyla olan ilişkilerinizle ilgili ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak 1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden, sizi en iyi ifade eden seçeneği işaretlemenizdir.

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

Hiç Uygun Değil

Çok Uygun

3.	İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, kendimi onlardan uzak tutarım.	1	2	3	4	5	6
8.	Eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
13.	Yaptığım şeyin doğru olduğunu düşünüyorsam başkalarının ne dediğini pek de umursamam.	1	2	3	4	5	6
20.	Anne/babamın fikrini almadan karar veremem.	1	2	3	4	5	6

¹ Ölçeğin farklı dört maddesi sunulmuştur Ölçeğin tamamına ulaşmak isteyen araştırmacılar, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı öğretim üyesi Doç. Dr. Erkan IŞIK ile eisik@ciu.edu.tr adresi üzerinden iletişime geçebilirler.

Ek-5: İlişkilerde Otantiklik Ölçeği²

AIRS

Aşağıda bireylerin partnerleri (eşleri) ile olan ilişkilerini nasıl deneyimlediklerine yönelik birçok ifade bulunmaktadır. İfadelerdeki “partner” kelimesi, evliliğinizdeki “eşinizi” anlatmaktadır. Her bir maddenin sağ tarafındaki derecelendirmeleri kullanarak her bir madde için size en uygun olduğunu düşündüğünüz numarayı işaretleyiniz.

Beni Hiç Tanımlamıyor	Beni Biraz Tanımlıyor	Beni Çok Tanımlıyor								
1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9										
3-) Partnerimin benimle ilgili sorularını tam ve dürüst biçimde yanıtlarım.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
13-) Eğer partnerim gerçek beni bilseydi, muhtemelen şaşırır ve hayal kırıklığına uğrardı.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
14-) Gerçekte olduğum gibi olmaktansa partnerimin olmamı istediği gibi olmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
23-) Bir tartışmadan kaçınmamızı sağlayacaksa partnerimin bazı düşünce ve duygularını kendine saklamasını tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

²Ölçeğin farklı dört maddesi sunulmuştur Ölçeğin tamamına ulaşmak isteyen araştırmacılar, Mersin Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Dr. Öğr. Üyesi Sinem Evin AKBAY ile sinemakbay85@gmail.com adresi üzerinden iletişime geçebilirler.

Ek-6: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği³

PRRQS									
Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katıldığınızı belirtirken lütfen “şu anki” partneriniz (evliyseniz eşiniz) ve ilişkiniz hakkında dikkatlice düşününüz. Her bir ifadeye sadece tek bir sayıyı işaretleyiniz.									
1---2---3---4---5---6---7									
Hiç Çok									
3.	İlişkinizde birbirinize karşı ne kadar yakınlık hissediyorsunuz?	1	2	3	4	5	6	7	
5.	İlişkiniz ne kadar tutkulu?	1	2	3	4	5	6	7	

³ Ölçeğin farklı iki maddesi sunulmuştur Ölçeğin tamamına ulaşmak isteyen araştırmacılar, Adnan Menderes Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Dr. Öğr. Üyesi Ali Serdar SAĞKAL ile aliserdarsagkal@gmail.com adresi üzerinden iletişime geçebilirler.

Ek-7: Kişisel Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU				
1. Cinsiyetiniz:	1. Kadın ()	2. Erkek ()		
2. Yaşınız:				
3. Eğitim Düzeyiniz:	1. İlkokul ()	2. Ortaokul ()	3. Lise ()	4. Lisans () 5. Lisansüstü ()
4. Eşinizle yaşamınızın büyük çoğunluğunun geçtiği yer:	1. Köy ()	2. Kasaba ()	3. İlçe ()	4. İl ()

EVLİLİK İÇİ İLİŞKİLER FORMU				
1. Evlenme şekliniz nasıldı?:	1. Görücü usulü (Hiç tanımadan ya da çok az tanıyarak) () 2. Hem görücü usulü hem anlaşılarak () 3. Anlaşılarak (flört) ()			
2. Kaç yıldır evlisiniz?:				
3. Ev içinde aile büyükleri ile mi yaşıyorsunuz?	1. Evet (Anne, baba, kayınvalide, kayınpeder) () 2. Hayır ()			
4. Aile büyükleri eşinizle olan ilişkinize ne derece karışır?	1. Çok az () 2. Az () 3. Orta derecede () 4. Fazla () 5. Çok fazla ()			
5. Çocuk sahibi misiniz?	1. Hayır () 2. Evet (); ise kaç çocuğunuz var?: Kız _____ Erkek _____			