

T.C
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EVLİLİKTE EMPATİ İLE EVLİLİK DOYUMU VE AFFETME
ARASINDAKİ İLİŞKİDE EVLİLİK FARKINDALIĞININ ROLÜ:
KARMA BİR ARAŞTIRMA

Yahya ŞAHİN
(Doktora Tezi)

Danışman
Prof. Dr. Ahmet ŞİRİN

İstanbul, 2020

T.C
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EVLİLİKTE EMPATİ İLE EVLİLİK DOYUMU VE AFFETME
ARASINDAKİ İLİŞKİDE EVLİLİK FARKINDALIĞININ ROLÜ:
KARMA BİR ARAŞTIRMA

THE ROLE OF MARITAL AWARENESS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN
EMPATHY IN MARRIAGE AND MARITAL SATISFACTION AND FORGIVENESS:
A MIXED STUDY

Yahya ŞAHİN
(Doktora Tezi)

Danışman
Prof. Dr. Ahmet ŞİRİN

İstanbul, 2020

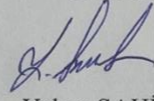
Tüm kullanım hakları
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.
© 2020



ETİK BEYANI

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım çalışmamda;

- Sunduğum bilgileri, dokümanları ve verileri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Çalışmamda yararlandığım eserlerin tamamına atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Elde ettiğim verilerde ve sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı bildirir, aksi bir durumda aleyhimde doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

05.11.2020

Yahya ŞAHİN

ÖZGEÇMİŞ

EĞİTİM

2005-2009	İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Lisans Eğitimi
2012-2015	Gazi Osman Paşa Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Yüksek Lisans Eğitimi
2016-2020	Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Doktora Eğitimi

DENEYİM

2009-2012	MEB- Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen
2012- ...	YÖK- Araştırma Görevlisi

İLETİŞİM

E-Posta	yahyasahin44@gmail.com
---------	------------------------

ÖN SÖZ

Yaşam bir yolculuktur...

İnsanoğlu olarak başlangıcını hatırlayamadığımız, sonunu ise kestiremediğimiz bu yolculukta çeşitli merhalelerden geçiyoruz. Çocukluk yılları, eğitim yılları, iş hayatı, evlilik, anne baba olmak ve yaşlanmak gibi olgular bu yolculuğun önemli dönüm noktalarıdır. Bu yolculuktaki en önemli dönüm noktasının evlilik ve aile hayatı olduğunu düşünüyorum. Çünkü çocukların fiziksel, sosyal ve ahlaki gelişimlerinin en önemli dönemleri aile içinde gerçekleşiyor. Eşlerin iyi eş olabilme ve iyi anne baba olabilme misyonlarını yerine getirebilmeleri beraberinde iyi bireylerin yetiştiği bir toplumu bize sunacaktır. Bir eğitimci olarak iyi bireylerin yetiştiği bir toplum nasıl inşa edilebilir sorusunu kendime her sorduğumda, cevabının iyi bir aile hayatında gizli olduğunu düşündüm. Bu sebeple evliliğin eşler tarafından nasıl algılandığını, bireylerin bir evlilikte olması gerekenlere dair farkındalıklarını incelemek istedim. Eş olma ve ebeveyn olma kavramlarının arkasında yatan dinamikleri ve evliliğin iletişim boyutunu ele almaya çalıştım. Çıktığım bu yolda Evlilik farkındalığının dinamiklerini ortaya çıkararak evliliğin niteliğine bir nebze de olsa katkı sunabilecek bir çalışma ortaya koyabildiysem kendimi bahtiyar hissederim.

Tez sürecimin başından sonuna kadar beni her türlü destekleyen samimiyeti ve dostane tavırları bende büyük bir iz bırakan değerli danışmanım Prof. Dr. Ahmet ŞİRİN'e; gerek ders döneminde gerekse tez döneminde ilgisi ve desteğiyle her zaman yanımda olan, üzerimdeki emeği bir teşekkürle asla ödenmeyecek olan kıymetli hocam Prof. Dr. Halil EKŞİ'ye gönülden teşekkür ederim. Çok değerli eleştirileriyle tezin daha nitelikli hale gelmesine katkı sunan jüri üyelerime ilgileri ve değerli katkıları için çok teşekkür ederim. Ayrıca büyük bir keyifle derslerine katıldığım, bana iyi ki Marmara ailesine katılmışım dedirten tüm doktora ders dönemi hocalarıma gönülden teşekkür ederim.

Bu yolculuğuma ortak olan çok kıymetli insanlar var. Öncelikle evlilik yaşamlarını benimle paylaşarak tezin nitel bölümünün oluşmasına katkı sağlayan değerli katılımcılara ve ölçekleri doldurarak katkı sunan herkese teşekkür ederim. Tezi yazma sürecinde fikirlerine başvurduğum eleştiri ve okumalarıyla bana destek olan dostlarım Hulusi, İrfan, Gürkan ve Mehmet'e; ayrıca bölümümdeki değerli hocalarıma içten teşekkürlerimi sunarım.

Bu yolculuğumu anlamlı kılan kıymetli ailem: Başta beni yetiştiren, maddi manevi destekleriyle her zaman yanımda olan anneme ve babama; varlıklarıyla benim en büyük

destekçim olan ablam Fatma, Abilerim Ebubekir ve Mahmut; Kardeşlerim Asiye, Zeynep, Muhammed ve Büşra'ya, onların değerli eşlerine ve yaşam amacımızı şekillendiren kıymetli yeğenlerime gönülden teşekkür ederim.

Bu sürecin başından sonuna kadar her anımı paylaştığım, daha fazla sorumluluk alarak süreci benim için kolaylaştıran ve her türlü kahrımı çeken sevgili eşim Semra'ya ne kadar teşekkür etsem azdır; İyi ki varsın. Yine bu süreçte hayatımıza dahil olan ve hayatımıza yepyeni bir anlam katan çocuklarıma çok teşekkür ederim.

Ve son söz son teşekkür Onadır:

Bana bu başarıyı lütfeden rabbime sonsuz hamd-u senalar olsun.



Yahya ŞAHİN
Kasım 2020

Özet

Evli bireylerin farkındalık ve empati ile ilgili algılarını ortaya çıkarmak ve evlilikte farkındalık ile evlilikte empatinin affetme ve evlilik doyumu ile ilişkisini açıklamak amacıyla tasarlanan bu araştırma üç aşamadan oluşmaktadır. Birinci aşamada evli bireylerde evlilik farkındalığı ve evlilikte empatinin nasıl algılandığı incelenmiştir. Araştırmanın ikinci aşamasında nitel araştırma sonuçlarından yararlanılarak evlilik farkındalığı ölçeği ve evlilikte empati ölçeği geliştirilmiştir. Araştırmanın son aşamasında ise evlilik farkındalığı, evlilikte empati, evlilik doyumu ve affetme arasındaki ilişkiler bir yapısal model ile test edilmiştir.

Araştırma nitel araştırma, ölçek geliştirme ve yapısal model olmak üzere üç bölümden oluşan bir karma yöntem araştırmasıdır. Araştırmanın ilk iki aşaması keşfedici sıralı desen olarak tasarlanmıştır. İlk olarak evli bireylerin evlilik farkındalığı ve evlilikte empatiye dair deneyim ve algıları nitel araştırma yoluyla ortaya çıkarılmıştır. Daha sonra nitel araştırmanın sonuçlarından yola çıkılarak Evlilik Farkındalığı Ölçeği (EFÖ) ve Evlilikte Empati Ölçeği (EEÖ) geliştirilmiştir. Üçüncü aşamada ise geliştirilen ölçekler yardımıyla bir yapısal model tasarlanmıştır.

Araştırmanın nitel kısmında fenomenolojik araştırma yönteminden yararlanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak (N=20) evli bireylerle evlilikte farkındalık ve empatiye dair görüşmeler yapılmıştır. Elde edilen veriler MAXQDA 12 programından da yararlanılarak içerik analizi yapılarak sunulmuştur. Araştırmanın ölçek geliştirme aşamasında evlilik farkındalığı ölçeği ve evlilikte empati ölçeğinin geliştirilmesi için üç farklı örneklem grubundan veriler toplanmıştır. Açımlayıcı Faktör Analizi için (N=351), Doğrulayıcı Faktör Analizi için (N=242), ölçüt geçerliği için (N=45) kişilik veri gruplarıyla analizler yapılmıştır. Analizlerde SPSS 22 ve AMOS 20 programları kullanılmıştır. Araştırmanın üçüncü ve son aşamasında evli bireylerde affetme, evlilik doyumu, evlilik farkındalığı ve evlilikte empati düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenerek yapısal bir model test edilmiştir. Bu ilişkisel çalışma bölümünde (N=596) kişilik bir örneklem grubundan veri toplanmıştır. AMOS 20 programı yardımıyla yapısal eşitlik modeli (YEM) analizi yapılmıştır.

Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar sırasıyla şöyle özetlenebilir: Fenomenolojik araştırma sonuçlarında katılımcıların evlilik farkındalığına dair deneyim ve

algıları beş ana tema kapsamında ele alınmıştır. Bu temalar ilgi, anlayış, paylaşma, sorumluluk ve dayanışmadır. Evlilikte empatiye dair katılımcı görüşleri ise üç tema etrafında şekillenmiştir. Bu temalar doğru iletişim, duyguları anlama ve birbirini anlamadır. Bu sonuçlardan yola çıkılarak evlilik farkındalığı ölçeği (EFÖ) ve evlilikte empati ölçeği (EEÖ) için madde havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan maddelerle yapılan uygulama ve analizler sonucunda her iki ölçeğin geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu sonucuna varılmıştır. İlişkisel çalışma bölümünde evli bireylerin evlilik farkındalığı, evlilikte empati düzeyi, affetme puanları ve evlilik doyumlarının cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular tablolatırılmıştır. Yapılan yapısal eşitlik modeli sonuçlarına göre evlilikte empatinin affetme ve evlilik doyumunu yordadığı ve evlilik farkındalığının bu ilişkide tam aracı rol üstlendiği gözlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Evlilik farkındalığı, evlilikte empati, affetme, evlilik doyum.

Abstract

The present study, carried out to reveal the perceptions of married individuals about awareness and empathy and to explain the relationship between awareness in marriage and empathy in marriage with forgiveness and marital satisfaction, consists of three stages. In the first stage, marriage awareness and how empathy is perceived in married individuals were examined. In the second stage, the marital awareness scale and marital empathy scale were developed by using qualitative research results. In the last stage, the relationships between marital awareness, empathy in marriage, marital satisfaction and forgiveness were tested with a structural model.

The present study is a mixed-method study consisting of three parts: Qualitative research, scale development and structural model. The first two stages of the study are designed as an exploratory sequential design. Firstly, the marital awareness of married individuals and their experiences and perceptions of empathy in marriage were revealed through the qualitative method. Then, based on the results of the qualitative research, Marriage Awareness Scale (MAS) and Empathy in the Marriage Scale (EMS) were developed. In the third stage, a structural model was designed by using developed scales (MAS and EMS).

The phenomenological research method was used in the qualitative part of the study. Using a semi-structured interview form (N = 20), interviews were conducted with married individuals on awareness and empathy in marriage. The obtained data were examined by content analysis using the MAXQDA 12 program. In the scale development phase of the study, data were collected from three different samples to develop the MAS and the EMS. Exploratory Factor Analysis (EFA) 351, Confirmatory Factor Analysis (CFA) 242 and criterion validity were carried out on 45 participants. SPSS 22 and AMOS 20 programs were used in the analyzes. In the third and last stage of the study, a structural model was tested by examining the relationships between forgiveness, marital satisfaction, marital awareness and empathy in marriage levels in married individuals. The analyzes at this stage were carried out on 596 participants. The structural Equation Model (SEM) analysis was carried out through the AMOS 20 program.

The obtained results can be summarized as follows: Phenomenological research results show that participants' experiences and perceptions of marital awareness are handled

under five main themes. These themes are care, understanding, sharing, responsibility and solidarity. Participant views on empathy in marriage formed around three themes. These themes are correct communication, understanding emotions and understanding each other. Based on these results, an item pool was created for the MAS and EMS. As a result of a series of analyzes (EFA, CFA, criterion validity and reliability analysis), it was seen that MAS and EMS are valid and reliable scales. In the correlational study phase, marital awareness, empathy in marriage, forgiveness and marital satisfaction scores of married individuals were examined in terms of gender, years of marriage, income level and education level. The results obtained are presented in tables. According to the results of the structural equation model, it was observed that empathy in marriage predicts forgiveness and marital satisfaction, and marriage awareness has a fully mediating role in this relationship.

Keywords: Marital awareness, empathy in marriage, forgiveness, marital satisfaction.

İÇİNDEKİLER

ÖZGEÇMİŞ	IV
ÖN SÖZ	V
ÖZET	VII
ABSTRACT	IX
İÇİNDEKİLER.....	XI
TABLolar LİSTESİ	XVI
ŞEKİLLER LİSTESİ	XVIII
BÖLÜM I: GİRİŞ.....	1
1.1. PROBLEM DURUMU.....	1
1.2. AMAÇ	5
1.2.1. Alt Amaçlar	6
1.3. ÖNEM	6
1.4. SAYILTILAR	8
1.5. SINIRLILIKLAR	9
1.6. TANIMLAR	9
BÖLÜM II: ALANYAZIN	11
2. 1. EVLİLİKTE FARKINDALIK	11
2.1.1. Evlilik Farkındalığına İlişkin Kavramlar	15
2.2. EVLİLİKTE EMPATİ	17
2.3. EVLİLİK DOYUMU	22
2.4. AFFETME	28
BÖLÜM III: YÖNTEM	36
3.1. ARAŞTIRMA DESENİ.....	36
3.2. NİTEL ARAŞTIRMA BÖLÜMÜ.....	39
3.2.1. Araştırma deseni	39
3.2.2. Çalışma Grubu	40
3.2.3. Veri Toplama Aracı	41
3.2.4. Verilerin toplanması	42
3.2.5. Verilerin Analizi	42

3.2.6. Geçerlilik ve Güvenirlik	43
3.2.6. Araştırmacının Rolü	44
3.3. ÖLÇEK GELİŞTİRME BÖLÜMÜ	45
3.3.1. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Geliştirme Aşamaları.....	46
3.3.1.1. Çalışma Grubu	46
3.3.1.2. Madde Yazım Süreci ve Madde Havuzu	48
3.3.1.3. Ölçek Maddeleri Uzman Değerlendirmesi ve Kapsam Geçerliği	48
3.3.1.4. Pilot Uygulamanın Yapılması.....	49
3.3.1.5. Verilerin Toplanması ve Analiz İşlemleri	49
3.3.1.6. Kullanılan Ölçme Araçları.....	49
3.3.1.6.1. Kişisel Bilgi Formu	49
3.3.1.6.2. Toronto empati ölçeği.....	50
3.3.2. Evlilikte Empati Ölçeği Geliştirme Aşamaları.....	50
3.3.2.1. Çalışma Grubu	51
3.3.2.2. Madde Yazım Süreci ve Madde Havuzu	53
3.3.2.3. Ölçek Maddeleri Uzman Değerlendirmesi ve Kapsam Geçerliği	53
3.3.2.4. Pilot Uygulamanın Yapılması.....	54
3.3.2.5. Verilerin Toplanması ve Analiz İşlemleri	54
3.3.2.6. Kullanılan Ölçme Araçları.....	54
3.3.2.6.1. Kişisel Bilgi Formu	54
3.3.2.4.2. Toronto empati ölçeği.....	55
3.4. İLİŞKİSEL ÇALIŞMA.....	55
3.4.1. Araştırma deseni	55
3.4.2. Çalışma Grubu	56
3.4.3.1. Evlilik farkındalığı ölçeği	57
3.4.3.2. Evlilikte Empati Ölçeği	58
3.4.3.3. Affedicilik Ölçeği	59
3.4.3.4. Evlilik Yaşam Ölçeği.....	59
3.4.4. Verilerin Analizi	59
BÖLÜM IV: BULGULAR.....	61
4.1. NİTEL BULGULAR.....	61
4.1.1. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Bulgular	61
4.1.1.1. Tema 1: Anlayış.....	62

4.1.1.1.1. Değer Verme.....	64
4.1.1.1.2. Hoşgörü	65
4.1.1.1.3. Şefkat Merhamet ve Affetme	66
4.1.1.1.4. Nezaket ve Sabır	66
4.1.1.2. Tema 2: İlgi	67
4.1.1.2.1. Sevgi	68
4.1.1.2.2. Saygı	69
4.1.1.2.3. Yardımlaşma.....	70
4.1.1.2.4. Kaliteli zaman	70
4.1.1.3. Tema 3: Paylaşma.....	71
4.1.1.3.1. Acıyı ve Sevinci Paylaşmak	73
4.1.1.3.2. Zaman Ayırma	73
4.1.1.3.3. Huzur ve Mutluluk.....	74
4.1.1.4. Tema 4: Dayanışma	75
4.1.1.4.1. Bütünleşme (biz olabilme, bir olabilme)	76
4.1.1.4.2. Fedakârlık	77
4.1.1.4.3. Ortak Değer	77
4.1.1.4.4. Uyum	78
4.1.1.5. Tema 5: Sorumluluk	78
4.1.1.5.1. Güven.....	80
4.1.1.5.2. Duyarlı Olma	81
4.1.1.5.3. Dürüstlük ve Sadakat.....	81
4.1.1.5.4. Vicdan ve Adalet	82
4.1.2. Evlilikte Empatiye İlişkin Bulgular	83
4.1.2.2. Birbirini Anlama.....	85
4.1.2.3. Doğru İletişim.....	86
4.1.2.4. Duygudaşlık (Duyguları Anlama)	87
4.2. ÖLÇEK GELİŞTİRMEYE İLİŞKİN BULGULAR.....	88
4.2.1. “Evlilik Farkındalığı Ölçeği”nin Geliştirilme Aşamalarına İlişkin Bulgular ...	88
4.2.1.1. Geçerlik Analizlerine İlişkin Bulgular	89
4.2.1.2. Güvenirlilik Analizleri ile İlgili Bulgular	95
4.2.1.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi	98
4.2.1.4. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Ölçüt Geçerliği	100
4.2.2. “Evlilikte Empati Ölçeği”nin Geliştirilmesi ile İlgili Bulgular	101

4.2.2.1. Geçerlik Analizlerine Ait Bulgular.....	101
4.2.2.2. Güvenirlik Analizleri ile İlgili Bulgular.....	107
4.2.2.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	108
4.2.2.4. Evlilikte Empati Ölçeği Ölçüt Geçerliği	110
4.3. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER VE YAPISAL MODELE İLİŞKİN BULGULAR	111
4.3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular.....	111
4.3.2. Yapısal Modellere İlişkin Bulgular	115
BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA, ÖNERİLER.....	120
5.1. SONUÇ	120
5.1.1. Nitel Bulgulara İlişkin Sonuçlar	120
5.1.1.1. Fenomenolojik Çalışmaya ilişkin Sonuçlar	120
5.1.1.1.1. Evlilik Farkındalığına Dair Sonuçlar.....	121
5.1.1.1.2. Evlilikte Empatiye Dair Sonuçlar	122
5.1.2. Nicel Bulgulara İlişkin Sonuçlar	123
5.1.2.1. Evlilik Farkındalığı Ölçeği'ne (EFÖ) İlişkin Sonuçlar	123
5.1.2.2. Evlilikte Empati Ölçeği'ne (EEÖ) İlişkin Sonuçlar	123
5.1.2.3. Betimsel İstatistiklere İlişkin Sonuçlar	123
5.1.2.3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Sonuçlar	123
5.1.2.3.2. Modele İlişkin Sonuçlar.....	124
5.2. TARTIŞMA.....	125
5.2.1. Nitel Araştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma.....	125
5.2.1.1. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Tartışma.....	125
5.2.1.1.1. Sorumluluk Temasına İlişkin Tartışma	126
5.2.1.1.2. İlgi Temasına İlişkin Tartışma.....	128
5.2.1.1.3. Paylaşma Temasına İlişkin Tartışma	130
5.2.1.1.4. Anlayış Temasına İlişkin Tartışma.....	131
5.2.1.1.5. Dayanışma Temasına İlişkin Tartışma	133
5.2.1.2. Evlilikte Empatiye İlişkin Tartışma.....	134
5.2.2. Nicel Yargılara İlişkin Tartışma	135
5.2.2.1. Evlilik Farkındalığı Ölçeğine İlişkin Tartışma.....	135
5.2.2.2. Evlilikte Empati Ölçeğine İlişkin Tartışma	137
5.2.2.3. Demografik Değişkenler ve Yapısal Modellere İlişkin Tartışma.....	138
5.3. ÖNERİLER	143

5.3.1. Araştırmacılara yönelik öneriler	143
5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler	144
KAYNAKÇA.....	146
EKLER	166
Ek 1: EVLİLİK FARKINDALIĞI NİTEL GÖRÜŞME FORMU	166
Ek 2: EVLİLİKTE EMPATİ NİTEL GÖRÜŞME FORMU	167
Ek 3: EVLİLİK YAŞAM ÖLÇEĞİ UYGULAMA İZİNİ.....	168
Ek 4: AFFEDİCİLİK ÖLÇEĞİ UYGULAMA İZİNİ	169
Ek 5: TORONTO EMPATİ ÖLÇEĞİ UYGULAMA İZİNİ.....	170
Ek 6: EVLİLİK FARKINDALIĞI ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ	171
Ek 7: EVLİLİKTE EMPATİ ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ	172
Ek 8: AFFEDİCİLİK ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ	173
Ek 9: EVLİLİK YAŞAMI ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ	174
Ek 10: TORONTO EMPATİ ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ.....	175

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Yıllara göre boşanma oranları	2
Tablo 2. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler	41
Tablo 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri	47
Tablo 4 KGO için Minimum Değerler	49
Tablo 5. Katılımcıların Demografik Özellikleri	52
Tablo 6. KGO için Minimum Değerler	54
Tablo 7. Katılımcıların Demografik Özellikleri	57
Tablo 8. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri.....	89
Tablo 9. Evlilik Farkındalığı Ölçeği İlk Halinin Açıklanan Toplam Varyans Miktarları ...	90
Tablo 10. Scree Plot Grafiği	91
Tablo 11. Faktör Analizi Neticesinde Dönüştürülmüş Bileşenler Matrixi	92
Tablo 12. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri	92
Tablo 13. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Açıklanan Toplam Varyans Miktarları	93
Tablo 14. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Scree Plot Grafiği	94
Tablo 15. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler	95
Tablo 16. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Alt Boyutların Güvenirlik Katsayıları.....	96
Tablo 17. Ölçek Toplam Puanının ve Alt Boyutlarının Ayırt Ediciliklerini Belirlemek İçin Yapılan t Testi Sonuçları	96
Tablo 18. Madde Toplam ve Madde Kalan Korelasyon Sonuçları	97
Tablo 19. Faktörler Arası İlişkileri Belirlemek için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	98
Tablo 20. Standart Uyum İyilik Ölçütleriyle Araştırma Verilerinin Kıyaslanması	100
Tablo 21. Evlilik Farkındalığı Ölçeği ve Toronto Empati Ölçeği Korelasyon Analizi	101
Tablo 22. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri.....	102
Tablo 23. Evlilikte Empati Ölçeği İlk Hali Açıklanan Toplam Varyans Miktarları	103
Tablo 24. Scree Plot Grafiği	103
Tablo 25. Faktör Analizi Neticesinde Dönüştürülmüş Bileşenler Matrixi	104
Tablo 26. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri	105
Tablo 27. Evlilikte Empati Ölçeği Açıklanan Toplam Varyans Miktarları.....	105
Tablo 28. Evlilikte Empati Ölçeği Scree Plot Grafiği	106
Tablo 29. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Ölçekten Yük Alan Maddeler	106

Tablo 30. Faktör Analizi Sonucunda Ölçeğe Ait Güvenirlik Katsayıları.....	107
Tablo 31. Ölçek Alt Toplam Puanlarının Ayırt Ediciliklerini Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları.....	107
Tablo 32. Madde Toplam ve Madde Kalan Korelasyon Sonuçları	108
Tablo 33. Standart Uyum İyilik Ölçütleriyle Araştırmada elde edilen verilerin karşılaştırılması.....	110
Tablo 34. Evlilikte Empati Ölçeği ve Toronto Empati Ölçeği Korelasyonu	110
Tablo 35. Evlilik Farkındalığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşma Durumu ile İlgili Yapılan t Testi Sonuçları	111
Tablo 36. Evlilik Doyumu, Affetme ve Evlilikte Empati Ölçekleri Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşma Durumu ile İlgili Yapılan t Testi Sonuçları	112
Tablo 37. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Evlilik Süresi Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	113
Tablo 38. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Gelir Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	114
Tablo 39. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	115
Tablo 40. Değişkenler Arası Korelasyon Tablosu, Aritmetik Ortalamaları ve Değişkenlere İlişkin İç Tutarlık Katsayıları Tablosu.....	116
Tablo 41. Model 2'ye İlişkin Uyum İyilik İndeksleri	119

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Karma Yöntem Desenleri	38
Şekil 2. Karma Yöntem Araştırma Basamakları	39
Şekil 3. Nitel Araştırma Analiz Basamakları	43
Şekil 4. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Geliştirme Aşamaları.....	46
Şekil 5. Evlilikte Empati Ölçeği Geliştirme Aşamaları.....	50
Şekil 6. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Temalar ve At Temaları	62
Şekil 7. Anlayış Teması ve Alt temaları	63
Şekil 8. İlgi Teması ve Alt temaları.....	67
Şekil 9. Paylaşma Teması ve Alt temaları	71
Şekil 10. Paylaşmanın Unsurları	72
Şekil 11. Dayanışma Teması ve Alt temaları	75
Şekil 12. Sorumluluk Teması ve Alt temaları	79
Şekil 13. Evlilikte Empatiye İlişkin Alt temalar.....	83
Şekil 14. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Path Diyagramı	99
Şekil 15. Evlilikte Empati Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Path Diyagramı	109
Şekil 16. Evlilikte Empati ile Evlilik Doyumu ve Affetme Arasındaki İlişkiye İlişkin Yapısal Model.....	117
Şekil 17. Evlilikte Empati ile Evlilik Doyumu ve Affetme Arasındaki İlişkide Evlilik Farkındalığının Aracı Rol Etkisini İncelemeye İlişkin Yapısal Model	118
Şekil 18. Evlilik Farkındalığının Boyutları	126
Şekil 19. Evlilikte Sorumluluğa İlişkin Kavramlar	128
Şekil 20. Evlilikte İlgiye İlişkin Kavramlar.....	129
Şekil 21. Evlilikte Paylaşmaya İlişkin Kavramlar	131
Şekil 22. Evlilikte Anlayışa İlişkin Kavramlar.....	132
Şekil 23. Evlilikte Dayanışmaya İlişkin Kavramlar	133
Şekil 24. Evlilikte Empatinin Bileşenleri	134

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

İnsanın yaşam döngüsünde fizyolojik ve psikolojik olarak ergenlik, evlilik, anne-baba olma, iş hayatı gibi önemli dönüm noktaları vardır. Evlilik ve aile kurma bu döngüdeki önemli noktalardan birisidir. İnsan hayatını bir tiyatro sahnesine benzetirsek evlilik bu sahnede yeni bir perdenin açılmasıdır. Evlilik bir erkek ve bir kadının çocuk sahibi olmak, hayatı paylaşmak gibi gerekçelerle bir araya geldiği çeşitli toplumsal normları ve yasal yükümlülükleri olan bir sistemdir (Özgüven, 2000). İki insanın evlenmesi yeni bir ailenin başlangıç noktasıdır. Evrensel bir kurum olan aile, ilk insanın yaratılışından beri var olan ve varlığını sürdüren nadide kurumlardan birisidir. Aileyi biyolojik ve toplumsal yapısı bağlamında çeşitli şekillerde tanımlamak mümkündür. Genel özellikleri dikkate alındığında aile, aralarında doğum veya evlilik yoluyla akrabalık bağı oluşmuş olan, aynı çatı altında birlikte yaşayan, birbirlerine biyolojik ve psikolojik olarak bağlı olan kişilerin oluşturduğu küçük bir toplumsal yapıdır (Gladding, 2002; Ülken, 1990).

Aile toplumsal yapının çekirdeğini oluşturmaktadır. Aynı zamanda toplumu oluşturan bireylerin eğitim aldığı ilk yerdir. Bir toplumun yaşam kalitesinin önemli belirleyicilerinden birisi o toplumun aile yapısına verdiği değerle ilişkilidir. Aileye verilen önem sağlıklı nesillerin yetiştirilebilmesinde önemli rol oynar. Bu yüzden ailenin ve toplumun öneminin farkında olan araştırmacılar; “iyi bir ailenin özellikler nelerdir?”, “eşler evlilik ilişkisinde nelere dikkat etmelidir?” gibi sorulara cevap arayarak evliliğin ve ailenin niteliğini artırma çabası içine girmişlerdir. Evlilik ile ilgili alanyazın incelendiğinde iyi bir evlilik için ya da sağlıklı bir evlilik için evlilik doyumu, evlilik kalitesi, evlilikte uyum ve evlilikte mutluluk gibi kavramların kullanıldığı görülmektedir. Nichols’a (2005) göre eşlerin evliliklerine özen göstermeleri, birbirlerine olan bağlılıklarını artırmaları, doğru bir iletişim kurabilmeleri, çatışma çözme becerilerine sahip olmaları ve birbirlerini anlayabilmeleri ailenin niteliğini artıracak gerekliliklerdir. Gladding ise sağlıklı ailelerin özelliklerini şöyle sıralamaktadır:

1. Birbirlerine değer verme,
2. Birbirine karşı bağlılık duygusu içinde olma
3. Birbiriyle yeterli düzeyde zaman geçirme,
4. Etkili bir şekilde iletişim kurma,

5. Aile bireylerinde manevi eğilimlerin olması, manevi yaşantılara sahip olma
6. Krizle olumlu bir şekilde başa çıkma,
7. Birbirini cesaretlendirme, destekleme ve birbirini geliştirmek için çabalama
8. Rollerin açık ve net olması (Gladding, 2012).

Bir ailede iletişim, ilgi, anlayış, sorumluluk, sevgi, saygı, paylaşma, dayanışma, birliktelik, güven, sadakat, adalet, dürüstlük gibi hasletler ne kadar çok olursa o ailedeki huzur ve mutluluk ortamı da o düzeyde yükselebilir. Evlilik ilişkisinde eşlerin bu hasletlere dikkat etmemeleri birtakım problemlerin yaşanmasına ve evlilik ilişkisinde niteliğin düşmesine yol açar. Evlilikteki bu problemlerin uzun süre devam etmesi eşleri boşanma aşamasına doğru götürür. Türkiye’deki istatistikler incelendiğinde boşanma oranlarının genel olarak arttığı görülmektedir. Tablo 1 incelendiğinde 2001’de 91000 kişi boşanmışken 2019’da bu sayının 155047’ye çıktığı görülüyor.

Tablo 1. Yıllara göre boşanma oranları

Yıl	Boşanan kişi sayısı	Boşanma oranı
2001	91 994	1,41
2002	95 323	1,44
2003	92 637	1,39
2004	91 022	1,35
2005	95 895	1,40
2006	93 489	1,35
2007	94 219	1,34
2008	99 663	1,40
2009	114 162	1,58
2010	118 568	1,62
2011	120 117	1,62
2012	123 325	1,64
2013	125 305	1,65
2014	130 913	1,70
2015	131 830	1,69
2016	126 164	1,59
2017	128 411	1,60
2018	143 573	1,76
2019	155 047	1,88

Kaynak: TÜİK (2020)

Eşlerin evlilik ilişkisini zedeleyen ve eşleri ayrılığa götüren çeşitli problem alanları bulunmaktadır. Kentleşme, sanayileşme, aile yapısındaki değişiklikler, teknoloji ve sosyal medya gibi birçok faktör aile yapısını etkilemektedir. Fakat çalışmanın amacı bağlamıyla

ilişkili olduğu için sadece boşanmayı tetikleyen psikolojik faktörlere kısaca değinilecektir. Canel'e (2012) göre sevgi ve iletişim dilinin olmaması, eşler arasındaki şiddet, eşlerin sorumluluk almamaları, aldatma, hastalık, cinsel problemler, ekonomik problemler, zararlı alışkanlıklar, kültürel farklılıktan kaynaklı uyum sorunları ve çocuk yetiştirmedeki anlaşmazlıklar eşleri boşanma kararına götüren çatışma konularıdır. TÜİK tarafından yapılan "2016 yılı aile yapısı araştırmasında" boşanma nedenleri arasında en yüksek etken olarak "sorumsuz ve ilgisiz davranma (%50,9)" gösterilmiştir. Diğer önemli etkenler ise "evin ekonomik olarak geçimini sağlayamama (%30,2)" ve "eşlerin ailelerine karşı saygısız davranma (%24,3)" olarak ifade edilmiştir (TÜİK, 2017). Scott ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan çalışmada katılımcılar bağlılık eksikliği (%75), sadakatsizlik (% 59.6) çatışma ve tartışma (% 57.7), erken evlenme (% 45.1), ekonomik sorunlar (% 36.7), madde bağımlılığı (% 34.6), aile içi şiddet (% 23.5), dini farklılıklar ve diğer sorunları (% 20) boşanma nedenleri olarak belirtmişlerdir. Bu araştırmalardaki boşanma sebepleri evlilik farkındalığının önemini ortaya çıkarmaktadır. Bireylere evlilik farkındalığı kazandırmak, evlilikteki sorunları azaltacak olan sorumluluk, ilgi, sadakat, sevgi, saygı, anlayış, bağlılık gibi özelliklerin farkına varmalarını sağlamak ve bunları evlilik ilişkisinde ön plana çıkarmak aile yapısındaki bozulmaların ve dağılmaların azalmasına katkı sunacaktır.

Farkındalık kavramı günlük yaşam içerisinde sıklıkla karşılaşılan ve kullanılan bir kavramdır. Günlük yaşamda kullanılan; "*Ne söylediğinin farkında mısın?*", "*Ne kadar yediğinin farkında mısın?*", "*Neler yaşadığımı biliyor musun?*" gibi sorulara baktığımızda genelde bireyin kendisi ve çevresiyle ilgili düşünce, davranış ve olaylara odaklanması ve bunun farkına varması amaçlanır. Farkındalık bir şeyin bilgisi üzerine düşünme; duygu, düşünce ve olaylar hakkında bilinçlenme (Gafoor, 2012), kişinin güçlü ve zayıf yönlerini bilmesi (Tarhan, 2014), duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olmasıdır (Acar, 2009; Clarkson ve Mackewn,1993).

Farkındalıkla ilgili olarak yapılan çalışmalar neticesinde farkındalığın çeşitli yönlerini ele alan kavramlar oluşmuştur. İçinde bulunulan ana ve yaşantılara dikkatli ve bilinçli şekilde odaklanma bilinçli farkındalık (Baer, 2003; Brown ve Ryan, 2003; Kabat-Zinn, 2003); bir amaç ve davranış için gerekli zihinsel süreçleri bilme ve bu süreçlerin farkında olma bilişsel farkındalık (Flavell, 1976; Livingston, 2003; Paris ve Winograd,1990; Taylor, 1999); bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma ve fark edebilmesi duygusal farkındalık (Kuyumcu, 2011; Lane ve Schwartz, 1987; Lane, Sechrest ve Reidel, 1996) olarak literatürde ele alınmıştır. Ayrıca üst bilişsel farkındalık (Karakelle,

2012), fonolojik farkındalık (Anthony ve Francis, 2005; Erdoğan, 2012), spor farkındalığı (Uyar ve Sunay, 2020), çevre farkındalığı (Aysu, 2019) ve evlilikte kişiler arası bilinçli farkındalık (Erus, 2019) gibi alanlarda çalışmalar mevcuttur.

Empati kişiler arası ilişkilerde anlamayı, anlaşılmayı ve etkili iletişim kurmayı kolaylaştıran bir kavramdır. Empati başkalarının nasıl bir durumda olduklarını hissetme (Maibom, 2014), duygu ve düşüncelerini onun penceresinden görebilme (Bellet ve Maloney, 1991) duygularını anlayabilmenin ötesine geçerek doğru şekilde tepki verebilme becerisidir (Carrol, 2014). Kendisini karşıdakinin yerine koyabilmek, onun düşünce ve duygularını anlayabilmek, onun yaşadıklarını hayal edebilmek empatinin genel özellikleridir (Coplan, 2011). Evli bireylerde empati ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında empatinin evlilik uyumu (Dağlı, 2017; Tutarel-Kışlak ve Çubukça, 2002; Soylu ve Kağnıcı, 2015;), evlilik doyumu (Blackmon, 1999; Larned, 2006), olumlu çatışma çözme stili (Soylu ve Kağnıcı (2015), özgecilik, sorumluluk, yardımseverlik, (Yeşilkayalı, 2015), mutluluk (Tosyalı, 2010) ve affetme (Bayar, 2015; Fincham, Paleari ve Regalia, 2002) ile pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Evli bireylerde empati pozitif psikolojik değişkenlerle genelde olumlu yönde bir ilişki gösterirken; olumsuz çatışma çözme stili (Soylu ve Kağnıcı (2015) gibi değişkenlerle negatif yönlü bir ilişki göstermektedir.

Evlilik doyumu eşlerin karşılıklı birbirini hoşnut etmesi (Lieberman ve diğ., 1980) ve evlilikteki ihtiyaçların karşılanma düzeyi (Tezer, 1996) olarak tanımlanabilir. Evlilik doyumu kısa süreli değil, süreç boyunca olması gereken bir doyumdur (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik doyumunun sürdürülebilir olmasında sevgi, kıskançlık, bağlılık (Rebello, Junior ve Brito, 2014), kaliteli evlilik iletişimi, empati, merhamet (Crain, 2017) gibi değişkenler önemli rol oynar. İletişim ve çatışma çözme (Pierce, 2016), ilişkisel eşitlik, algılanan ve ifade edilen takdir (Akçabozan Kayabol, 2017), affetme (Çıtışlı Turgut, 2018; Orathinkal ve Vansteenwegen, 2006), öznel iyi oluş (Ateş, 2018), farkındalık (Burpee ve Langer, 2005), iletişim becerilerinden etkin dinleme, ego geliştirici dil, empati, ben dilini kullanma (Buluş ve Bağcı, 2016), dayanıklılık, duygusal zeka (Gibbons, 2020), özsaygı (Yıldız ve Baytemir, 2016) evlilikte bilinçli farkındalık ve sorun çözme (Parlar ve Akgün, 2018) gibi değişkenler evlilik doyumu ile ilişkili ve evlilik doyumunu artıracak değişkenlerdir. Çatışma sıklığı (Çıtışlı Turgut, 2018), kaçınan bağlanma ve kaygılı bağlanma (Gibbons, 2020) evlilik doyumunun düşmesine yol açan özelliklerdir. Ayrıca evlilik eğitimiyle de evlilik doyumu artırılabilir (Kirby, 2005).

Affetme, hata yapan kişiye karşı öfke kızgınlık gibi olumsuz duyguların sonlandırılarak sevgi ve merhamet gibi duygularla yaklaşılmasıdır (Enright, 1996). Affetme bireyin öç alma duygusundan vazgeçtiği (Hargrave ve Sells, 1997), kendi iradesiyle karar verdiği (Enright, 1996) ve yeniden birbirine yaklaşmayı sağlayan bir süreçtir (Hill, 2001). Merhamet, empati, diğergamlık gibi prososyal davranışlarla ilişkilendirilen (Sayar, 2018) affetme: kendini affetme, başkasını affetme, yaratıcı tarafından affedilme hissi ve proaktif affetme olarak çeşitlendirilebilir (Toussaint ve diğ., 2001). Affetme ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde affetmenin öz duyarlılık, öznel yaşam enerjisi (Dolunay Çuğ, 2015), psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, özerklik (Lawler-Row ve Piferi, 2006), ilişki memnuniyeti (Braithwaite, Selby ve Fincham 2011; McNulty, 2008), empati (Fincham, Paleari ve Regalia, 2002), çatışma çözme (Fincham, Beach ve Davila, 2004), evlilik kalitesi (Fincham ve Beach, 2007; Keleş, 2018), evlilik doyumu (Mirzadeh ve Fallahchai, 2012), ikili ilişkilerde güven (Keleş, 2018), ilişki doyumu, ilişki uyumu ve duygusal bağlılıkla (Telli, 2019) pozitif ilişkili olduğu görülmektedir.

Evlilik farkındalığı ilgili alan yazından da yararlanılarak bu araştırma kapsamında ele alınmıştır. Evlilik farkındalığı bireyin bir evlilikte olması gerekenlerin ne kadar farkında olduğu ve bu gereklilikleri ne kadar uygulayabildiği şeklinde tanımlanabilir. Evlilik farkındalığının ne olduğu ve evli bireyler tarafından nasıl algılandığının nitel araştırma yoluyla ortaya çıkarılması bireylerin evliliklerini daha detaylı değerlendirebilmelerine katkı sunacaktır. Yine araştırma kapsamında evlilik farkındalığı ölçeğinin geliştirilecek olması bu alandaki ihtiyaca cevap verme noktasında önemli bir eksikliği tamamlamış olacaktır. Benzer şekilde evlilikte empati ölçeğinin geliştirilecek olması; evlilik ilişkisinde empatinin daha doğru değerlendirilebilmesi noktasında alana katkı sunacaktır.

1.2. Amaç

Bu araştırmanın ortaya çıkmasını sağlayan temel amaç, evli bireylerin farkındalık ve empati ile ilgili algılarını ortaya çıkarmak ve evlilikte farkındalık ile empatinin affetme ve evlilik doyumu ile ilişkisini incelemektir. Araştırma bu temel amaç doğrultusunda üç aşama şeklinde kurgulanmıştır. Birinci aşamada evli bireylerin evlilikte farkındalık ve empatiye dair algıları incelenecektir. İkinci aşamada nitel araştırmadan elde edilen sonuçlar değerlendirilerek evlilik farkındalığı ölçeği ve evlilikte empati ölçeği geliştirilmek istenmektedir. Üçüncü aşama olarak araştırmacı tarafından geliştirilen evlilik farkındalığı ölçeği, evlilikte empati ölçeği ve mevcut literatürde kullanılmakta olan evlilik doyumu ve

affetmeyi ölçen ölçekler kullanılarak bir yapısal model test edilecektir. Araştırmanın bu kapsamı doğrultusunda araştırma sürecinde aşağıda belirtilen alt amaçlara cevap aranacaktır.

1.2.1. Alt Amaçlar

1. Evli bireylerin evlilik farkındalığı hakkındaki deneyim ve algıları nelerdir?
2. Evli bireylerin evlilikte empati hakkındaki deneyim ve algıları nelerdir?
3. Geliştirilen evlilik farkındalığı ölçeği güvenilir ve geçerli midir?
4. Geliştirilen evlilikte empati ölçeği güvenilir ve geçerli midir?
5. Evlilikte farkındalık cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
6. Evlilikte empati cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
7. Evlilik doyumu cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
8. Evli bireylerde affetme cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
9. Evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik arasındaki ilişkide evlilik farkındalığının aracı rol etkisi anlamlı mıdır?

1.3. Önem

Aile toplumun önemli bir yapı taşıdır. Toplumun çekirdeğini oluşturan bireyler aile kurumu içerisinde doğar, büyür ve topluma dâhil olurlar. İnsani gelişim açısından iyi özelliklere sahip olarak yetişen bir birey iyi bir aileyi meydana getirir. İyi bir ailenin özelliklerini barındıran ailelerin çoğalmasa huzurun, mutluluğun niteliğın var olduğu bir toplumu bize sunar. Dolayısıyla iyi birey ve iyi toplum sonucuna zemin hazırlayan aile ve evlilik önemle dikkate alınması ve irdelenmesi gereken bir konudur. Yaşadığımız toplumun kültürel yapısı ile kültürel yapıyı oluşturan dini ve tarihi değeri birliktede ele aldığımızda

geçmişten beri aile ve evlilik kurumuna büyük bir önem verildiğini görmekteyiz. Gerek dini kaynaklarımızda gerekse edebi ve tarihi kaynaklarımızda aile ve evliliğe sıklıkla değinilmiş ve ailenin önemi vurgulanmıştır. Günümüzdeki alanyazın incelendiğinde de aile ve evlilikle ilişkili çok sayıda araştırmacının çalışmalar yaptığı görülmektedir. Aile eğitimi (Ekşi ve Kahraman, 2012; Atan ve Buluş, 2019), aile planlaması (Altay ve Gönender, 2009), aile içi şiddet (Karaçam ve Diğ., 2006; Efe ve Ayaz, 2010), evlilik doyumu (Atan, 2016; Atan ve Buluş, 2019), evlilik uyumu (Erbek ve Diğ., 2005; Palancı, 2017), ailede iletişim (Atan, 2016; Aydın, 2016) ve aile danışmanlığı (Demirbilek, 2016; Çetintaş ve Ekşi, 2020) gibi aile ve evlilik ile ilgili birçok alanda çalışmalar mevcuttur. Gerek evrensel düşündüğümüzde gerekse kendi ülkemiz açısından ele aldığımızda toplumlar için bu kadar önem taşıyan aile kurumunun niteliğine katkı sunabilecek her çalışma önem taşımaktadır. Bir araştırmacı olarak evliliğin niteliğini artırabilecek, evli bireylerin mutluluğunu, huzurunu ve yaşam kalitesini artırabilecek her bilginin peşinde olmak araştırma felsefesi açısından değerli bir yaklaşımdır. Bu felsefeden hareketle bu çalışmada alan yazında çalışılan fakat evlilikte çok fazla ele alınmamış olan iki önemli kavram üzerinde durulmuştur: Bu kavramlar evlilikte farkındalık ve evlilikte empatidir.

Bireylerin evliliklerinin farkında olmaları evliliklerinde neleri doğru neleri eksik yaptıklarını görmeleri açısından önemlidir. Bir birey evliliğinin farkında mıdır? Evlilikte kendi payına düşen sorumluluklarının farkında mıdır? Eşine karşı nasıl bir yaklaşım içerisindedir ve nasıl yaklaşması gerektiğinin farkında mıdır? Bu tür soruların cevabını arayarak bireylerin evliliklerindeki konumlarının farkına varmalarını sağlamak evliliğin niteliğini artıracak çalışmalar konusundaki bu boşluğu dolduracaktır.

Evlilikte farkındalık konusunu ele almak birkaç noktada yararlı olacaktır. Birincisi fenomenolojik araştırma yardımıyla farkındalığın dinamikleri ortaya çıkarılacak. Bir evlilikte olması gerekenler, evliliğin ve aile olmanın birey için ne anlam ifade ettiği ortaya çıkarılacak. İkincisi evlilik farkındalığını ölçecek bir ölçme aracı geliştirilecek. Bu sayede bireylerin kendi evliliklerine dair farkındalık düzeylerini ölçebilmelerine olanak sağlanacak. Üçüncüsü olarak evlilikte farkındalığın bazı pozitif değişkenlerle (Affetme, evlilikte empati, evlilik doyumu) ilişkisi araştırılacaktır.

Empati doğru etkileşimin vazgeçilmez bir özelliğidir. Evlilik ilişkisinde eşlerin birbiri ile olan etkileşimleri evliliğin niteliğini değerlendirme hususunda önemli bir fonksiyona sahiptir. İletişim evliliğin önemli bir parçası olduğu için doğru iletişim

becerilerine sahip olmak, birbirimizi anlayabilmek, birbirimizin duygularına ortak olabilmek evliliği daha nitelikli ve daha anlamlı hale getirecektir. Bu sebeple evliliğin niteliklerine odaklanan bu çalışmada evlilikte empati araştırma konusu olarak ele alınmıştır. Empati doğru bir etkileşim için önemli bir ihtiyaç olduğu için hem çok fazla çalışmaya konu olmuş hem de çeşitli versiyonlarda ölçekleri geliştirilmiştir: Çocuklar için empati ölçeği (Yılmaz Yüksel, 2003), öğretmen adayları için empati ölçeği (Koçak ve Önen, 2013), spor ortamında empati ölçeği (Erkuş ve Yakupoğlu, 2001), çocuklar ve ergenler için empati ölçeği (Gürtunca, 2013), temel empati ölçeği (Topçu, 2008). Empati evlilik ilişkisinde önemli bir kavram olmasına rağmen; evlilikte empatiyi spesifik olarak ölçecek bir ölçme aracının olmaması ve evlilikte empatiye dair çalışmaların sınırlı olması bu çalışmada evlilikte empatiyi ele almayı önemli kılan gerekçelerdir.

Evli bireylerin birbirleriyle kurdukları ilişkinin kalitesini belirleyen önemli kriterlerden biri evlilik doyumdur. Evlilik doyumu hakkında yapılan araştırmalarda evlilikten alınan haz, tatmin ve mutluluk gibi evlilik ilişkisinin toplamına vurgu yapan tanımlamaların yapıldığı görülmektedir. Yine çalışma kapsamında ele alınan affetme, ilişkilerdeki sorunları çözme noktasında iletişim ve empati ile ilişkili olabilecek bir kavramdır.

Araştırmayı bir bütün olarak ele aldığımızda araştırmanın hem nitel hem nicel aşamaları barındıran karma bir yönünün olması araştırmayı önemli kılmaktadır. Evlilikte farkındalık ve empatinin fenomenolojik yaklaşımla ele alınması bu iki kavram hakkında bize detaylı bir değerlendirme sunacaktır. Ayrıca evlilikte farkındalık ve evlilikte empati ölçeklerinin nitel araştırma bulgularından yola çıkılarak geliştirilmeleri ölçeklerin amaca uygunluğu açısından güçlü bir destek sunacaktır.

1.4. Sayıtlar

1. Nicel araştırmadaki örneklem gruplarının evli bireyleri temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan bireyler kullanılan kişisel bilgi formu ve ölçekleri içten ve objektif olarak yanıtlayacakları varsayılmıştır.
3. Nitel araştırma için görüşülen katılımcıların sorulara içten ve samimi cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırma, 2019-2020 yıllarında yapılan uygulamalar ile sınırlıdır.
2. Araştırmanın nitel aşaması evli bireylerden oluşan 20 kişilik grubun yarı yapılandırılmış görüşmelere verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.
3. Araştırmanın ölçek geliştirme aşaması açımlayıcı faktör analizi için 351, doğrulayıcı faktör analizi için 242 ve ölçüt geçerliği için 45 kişinin verdiği yanıtlarla sınırlıdır.
4. Nicel araştırma aşaması araştırma kapsamında kullanılan evlilik farkındalığı ölçeği, evlilikte empati ölçeği, evlilik yaşam ölçeği ve affetme ölçeklerine 596 kişinin verdikleri cevaplarla sınırlıdır.
5. Bu araştırmada incelenen değişkenler, Evlilik farkındalığı Ölçeği, Evlilikte Empati Ölçeği, Affedicilik Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği'nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Evlilik: Bir erkek ve bir kadının çocuk sahibi olmak, hayatı paylaşmak gibi gerekçelerle bir araya geldiği çeşitli toplumsal normları ve yasal yükümlülükleri olan bir sistemdir (Özgüven, 2000).

Evlilik Doyumu: Bireyin evliliğe dair beklentileri ve ihtiyaçlarının ne düzeyde karşılandığına dair olan inancı olarak açıklanabilir (Tezer, 1996).

Empati: Bireyin kendisini başkasının yerine koyup onun algısal dünyasına girerek, düşünce ve hislerini doğru anlayıp ona iletebilmesidir (Rogers, 1975).

Evlilikte Empati: Bireyin evlilik ilişkisinde eşinin duygu ve düşüncelerini doğru şekilde anlayabilmesi, anladığını eşine hissettirebilmesi ve bu doğrultuda tepki verebilmesidir.

Farkındalık: Farkındalık olayları, durumları, duyuşal desenleri algılamak, hissetmek ve onlar hakkında bilinçlenmek olarak tanımlanabilir (Gafoor, 2012). Bireyin kendisi ve çevresiyle temas halinde olmasıdır (Clarkson ve Mackewn, 1993).

Evlilikte Farkındalık: Bireyin bir evlilikte olması gerekenlerin bu gereklilikleri ne kadar uygulayabildiğinin farkında olması şeklinde tanımlanabilir. Bireyin eşine karşı göstermesi gereken ilgi, sorumluluk ve anlayışın farkında olmasıdır. Paylaşma ve dayanışma becerisine sahip olmasıdır.

Affetme: Affetme rahatsızlık veren bir etkileşim durumunda rahatsız olan kişinin kendi iradesi ile karşıdaki kişiye karşı var olan kızgınlık, kınama, öfke gibi olumsuz tutum ve düşüncelerini sonlandırıp bunun yerine sevgi, merhamet gibi olumlu duygularla yaklaşmasıdır (Enright, 1996).



BÖLÜM II: ALANYAZIN

2. 1. Evlilikte Farkındalık

Bu bölümde farkındalık, farkındalık ile ilgili yaklaşımlar, bilişsel farkındalık, duyuşsal farkındalık ve evlilikte farkındalık ele alınmıştır.

Farkındalık günlük hayattaki kullanımda sıklıkla karşılaşılan bir kavramdır. Oxford gelişmiş öğrenci sözlüğünde bir şeyin bilgisi, bir şeyin var olduğunu ve önemli olduğunu bilmek şeklinde tanımlanmıştır. Türk Dil Kurumu (TDK) sözlüğünde farkında olma durumu olarak tanımlanmıştır. Farkındalık olayları, durumları, duyuşsal desenleri algılamak, hissetmek ve onlar hakkında bilinçlenmek olarak tanımlanabilir (Gafoor, 2012). Tarhan'a (2014) göre farkındalık kişinin kendisini tanıması, güçlü ve zayıf yönlerini bilmesi, kendisi için değerli olan ya da değersiz olanın farkında olmasıdır. Acar'a (2009) göre farkındalık sahibi olan birey duyuş düşünce ve eylemlerinin farkındadır. Çevresinde olanların farkındadır. Benzer şekilde Clarkson ve Mackewn de (1993) farkındalığı bireyin kendisi ve çevresiyle temas halinde olması şeklinde açıklamıştır.

Gestalt kuramının bireye yaklaşımı ve terapi anlayışında farkındalığa dikkat çekilmektedir. Gestalt terapi farkındalık ve çevre ile ilişki kurmaya odaklıdır. Farkındalık, kendisini tanıma, çevreyi bilme ve ilişki kurabilme terapinin amaçlarından bir diğeri bireyin çevre desteğinden ziyade kendi desteğine odaklanarak kişiliğinin bilinmeyen kısımlarıyla yeniden bütünleşmesini sağlamaktır. Birey bu yaklaşım sayesinde farkında olmadığı, kendi iç dünyasında sahiplenmediği özellikleri ile yeniden bütünleşir ve onları sahiplenir. Bu değişim bireyin kendisi ve çevresi hakkında daha fazla bilgi sahibi olmasına, farkındalık kazanmasına ve yaşamını daha anlamlı bulmasına katkı sağlar. Birey kendi içinde ve çevresinde olanlar hakkında tam bir farkındalık kazandığında kendisini çevresine göre düzenleme becerisine de sahip olur. Gestalt yaklaşımına göre bireylerin nasıl bir konumda olduklarının farkında olmaları bir nevi kendilerinin farkında olmaları kadar önemlidir (Corey, 2009). Çünkü birey kendisini olduğu gibi kabul etme noktasında bir farkındalığa sahip olduğunda benliğinin yabancılaştığı özellikleri ile yeniden yakınlık kurup onları sahiplenebilir (Breshgold,1989). Gestalt terapide “Şu anda ne yaşıyorsun? Şu andaki farkındalığın nedir?” şeklindeki sorularla bireyin içinde bulunduğu anın ve o ana ilişkin duygularının farkına varması ve bu farkındalığı artırması amaçlanır (Corey, 2009). Terapi esnasında sorulan bu sorularda aslında o anda neler olduğunun farkına

varılmasına dair sorular sorulsa da asıl gaye danışanın olayların ve sürecin farkına varmasıdır. Danışan olayın ve sürecin farkına vardığı zaman bunu diğer yaşam olaylarına aktarabilir. Bu şekilde bir farkındalık kazandığı takdirde yaptığı her davranış ve eylemin farkında olur. Dolayısıyla bu davranışların sorumluluğunu alma becerisi de kazanacaktır. (Yontef, 1995)

Geştalt yaklaşımına göre farkındalık olmadan kişilik değişimi olmaz. Birey farkındalık kazandığında ve bu farkındalığı artırabildiğinde benimsemediği özelliklerini kabul edip daha otantik bir hal alabilir (Corey, 2009). Zinker (1978) geştalt terapi sürecinde beklenen davranış değişimlerini şu şekilde ifade etmiştir:

- Bireysel farkındalığın artarak devam etmesi.
- Duyguların farkına varılması.
- Davranışlarının sonuçlarını ve sorumluluğunu kabul etmek.
- Duygu, düşünce ve eylemlerinden dolayı başkalarını suçlamayıp sorumluluğunu üstlenebilmek.
- Başkalarına yardım edebilme ve başkalarından yardım isteyebilme (Akt. Corey, 2009).

Virginia Satir öncülüğündeki yaşantısal aile terapisinin yaklaşımında da farkındalığa vurgu yapılmaktadır. Satir aile üyelerinin sağlıklı kalıplarının farkına varmalarını, kendileriyle ve birbirleriyle kurdukları iletişimde daha fazla seçeneklerinin olduğu konusunda farkındalık kazanmalarını amaçlıyordu (Daneshpour, 2016). Yaşantısal aile terapisi belli bir sorunun çözülmesinden ziyade ailedeki her bireyin bir bütün olarak gelişimine odaklanır. Bu gelişimde hedef öz farkındalığın artması, öz saygı ve sorumluluk bilincinin gelişmesidir. Öz farkındalığın artması ile birey güçlü ve zayıf yönlerini, potansiyelini ve eksikliklerini fark edebilecektir (Carr, 2006). Satir'e göre bilgi ve farkındalığın eksikliği çoğu zaman insanların çevresindeki imkanları görmesine engel olur. Ayrıca kendi özelliklerinin de farkına varmayı engeller. Birey olumlu ve olumsuz özelliklerinin farkına vardığında sorumluluk almayı da öğrenir (Satir, 1988).

Varoluşçu yaklaşımın felsefesi ve insan doğası yaklaşımında bireyin kişisel farkındalığını kazanma kapasitesi, bireyin kendi kişiliğini oluşturup diğerleri ile anlamlı ilişkiler kurması, özgürlük ve sorumluluk gibi kavramlara vurgu yapılmaktadır. Varoluşçu yaklaşıma göre birey ne kadar kendi kişisel farkındalığını kazanırsa, yaşamda kendisine

sunulan seçeneklerin ne kadar farkına varabilirse o kadar sorumluluk duygusu ve özgürlük kazanır. Varoluşçu yaklaşıma göre birey:

- Ölümlü bir dünyada yaşadığını ve her istediğini yapacak kadar zamanının olmadığı.
- Harekete geçme ya da hiçbir eylemde bulunmama kapasitesine sahip olduğu.
- Eylemlerini kendisinin seçtiğini ve sorumluluğunun kendisine ait olduğu.
- Yaşamda anlam bulmanın insanlara doğrudan verilmediği, onların kendine özgü yaşam amaçları oluşturarak bu anlamı bulabileceği ve bazen anlamsızlığa, yalnızlığa düşebileceği konusunda farkındalık kazanırsa yaşama tutunma gücü artacaktır (Corey, 2009).

Farkındalık ile ilgili araştırmalara baktığımızda farkındalığın çeşitli yönlerine vurgu yapan çalışmaların olduğu görülmektedir. Özellikle psikoloji ve insan gelişimi yönüyle baktığımızda bilinçli farkındalık (Barnes ve diğ., 2007; Carson ve diğ., 2004; Christopher ve diğ., 2011; Goodman ve diğ., 2014; Jones ve diğ., 2011), bilişsel farkındalık (Aksan ve Kisac, 2009; Schraw, 1998) ve duygusal farkındalık (Herbert, Herbert ve Pollatos, 2011; Kuyumcu, 2012; Stanton ve diğ., 2000) ile ilgili çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca çevre farkındalığı (Aysu, 2019), spor farkındalığı (Uyar ve Sunay, 2020) gibi alanlarda da çalışmalar mevcuttur.

Farkındalık ve biliş kavramlarının anlamlarını bir bütün olarak ele aldığımızda bilişsel farkındalığı kişinin kendi zihin dünyasının ve bu zihin dünyasında olup bitenler hakkında bilgi sahibi olmak olarak tanımlanabilir. Flavell'e (1976) göre bilişsel farkındalık, bireyin bir amaca veya eyleme yönelik bilişsel süreçlerin ve bu süreçlerinin sonuçlarına dair bilgi sahibi olması şeklinde ifade edilebilir. Bireyin ne düşündüğünün farkında olmasına vurgu yapan (Livingston, 2003) bilişsel farkındalığı bireyin kendi bilişsel süreçleri üzerine düşünme olarak ifade etmiştir. Taylor (1999) ise bilişsel farkındalığı bir eylem için hangi bilgi, beceriye sahip olmak gerektiği ve nasıl etkili bir strateji izlemek gerektiğinin farkında olmak şeklinde tanımlamıştır. Paris ve Winograd (1990) bilişsel farkındalığın açıklanmasında iki temaya vurgu yapmışlardır. Birincisi bireyin kendi kendini yönetebilmesi, ikincisi ise bireyin kendi bilgi ve yetenekleri hakkında değerlendirme yapabilmesidir. Bireyin kendini değerlendirebilmesi bir durum hakkında bireyin neyi bilip neyi bilmediğinin farkında olmasıdır.

Bilişsel farkındalık süreci ve bu sürecin nasıl işlediği ile ilgili araştırmacılar çeşitli sınıflamalar yapmışlardır. Gourgey (1998) bilişsel farkındalığı üç boyutta ele almıştır. Birincisi güçlü ve zayıf yönleri ile kendini bilmek. İkincisi yapılacak işi bilmek: yapılacak işin niteliği, nasıl bir çaba ve zaman gerektirdiğinin farkında olmak. Üçüncüsü ise stratejiyi bilmektir. Burada kastedilen bir işi en iyi şekilde yapabilmek gerekli zihinsel becerilerin farkında olmaktır. Flavell (1979) bilişsel farkındalık sürecini birbiri ile ilişkili dört boyutlu bir süreç olarak ele almıştır: (1) Bilişsel amaçlar, (2) Bilişsel farkındalık bilgisi, (3) Bilişsel farkındalık deneyimi, (4) Stratejilerin kullanımı.

Bireyin zihinsel dünyası gibi duygusal dünyası da yaşamındaki neredeyse her olay ve durumda kişiliğin bir parçası olarak ön plana çıkmaktadır. Duygusal farkındalık kişilerin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma ve fark edebilme yetisi olarak tanımlanabilir (Lane ve Schwartz, 1987; Lane, Sechrest ve Reidel, 1996). Kuyumcu'ya, (2011) göre duygusal farkındalık duygunun yaşanmasından farklı olarak o duygunun ne olduğuna dair bilgi sahibi olmaktır.

Duygusal farkındalık bireyin sosyal ilişkilerini ve kendi duygu kontrolünü olumlu yönde etkileyerek olumsuz duyguları olumluya doğru değiştirmeyi kolaylaştırır (Swinkels ve Giuliano, 1995). Duygularını daha ayrıntılı şekilde tanımlayabilen kişiler daha fazla psikolojik olgunluğa (Lane ve diğ., 1990) sahiptirler. Duygusal farkındalığı yüksek bireyler sorunlarla baş etme ve karar verme konularında daha başarılı iken (Stanton ve diğ., 2000), duygusal farkındalığı düşük bireyler sosyal ilişkilerde daha kaygılı ve düşük benlik saygısına sahip olup olumsuz duyguları daha sık yaşayabilmekteler (Swinkels ve Giuliano, 1995). Duygusal farkındalığı düşük kişiler kendini tanıma, kendini gerçekleştirme ve yeniliklere açık olma konusunda sorun yaşayabilmektedirler (Kuyumcu, 2011). Çalışmaların sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde duygusal farkındalığın olumlu sosyal gelişimi desteklediği, bireyin kendini tanıması, sosyal ilişkiler geliştirmeyi ve duyguları kontrol edebilmeyi kolaylaştırdığı görülmektedir. Alan yazına baktığımızda duygusal farkındalığı artırmaya yönelik eğitim programlarına ve bunların sonuçlarına yer verildiği görülmektedir.

Kuzucu (2006) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinde duygusal farkındalığı artırmaya ve duyguları ifade etmeye yönelik bir psiko eğitim programı uygulanmıştır. Uygulama sonucunda üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalıklarının anlamlı şekilde artış gösterdiği görülmüştür. Benzer bir çalışmada Gençoğlu (2012) duygu odaklı terapiye dayalı duygusal farkındalık eğitiminin genç yetişkinlerin iyimserlik

düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışmanın sonuçlarında genç yetişkinlerin iyimserlik düzeylerinin arttığı görülmüştür. Gençöğlü'na göre bireyler duygusal farkındalığa sahip oldukları zaman hem kendi duygularına hem de başkalarının duygularına empati ile yaklaşabilirler. Duygularını düzenleme becerisine sahip olurlar. Bu sayede daha olumlu kişilik özellikleri sergileyip çevre ile sağlıklı bir ilişki kurabilirler.

Evlilikte farkındalık bireyin bir evlilikte olması gerekenlerin bu gereklilikleri ne kadar uygulayabildiğinin farkında olması şeklinde tanımlanabilir. Bireyin eşine karşı göstermesi gereken ilgi, sorumluluk ve anlayışın farkında olmasıdır. Paylaşma ve dayanışma becerisine sahip olmasıdır. Farkındalık ile ilgili tanımlamalar ve farkındalık türlerine dair açıklamalar birlikte ele alındığında evlilik farkındalığının bir evliliğin niteliği için büyük bir önem taşıdığı görülmektedir. Birey evliliğinde nelerin farkında olmalıdır diye sorulduğunda evlilik farkındalığını oluşturan birçok kavramdan bahsedilebilir. Fakat araştırma kapsamında yapılan kavramsallaştırmadan yola çıkılarak ortaya çıkan beş ana kavrama kısaca değinilecektir. Bu kavramlar sorumluluk, ilgi, anlayış, paylaşma ve dayanışmadır.

2.1.1. Evlilik Farkındalığına İlişkin Kavramlar

Sorumluluk

Sorumluluk insan yaşamının her döneminde var olan bir kavramdır. İnsanın gerek bireysel yaşamı gerekse toplumsal yapı içindeki konumu beraberinde belli başlı sorumluluklar yükler. Bu sorumluluklar toplumsal yapı içindeki yasa ve normlara uyma şeklinde ve bireyin kendi yaşantısının sorumluluğunu üstlenme şeklinde ele alınabilir. Öğrenci, çalışan, işveren olmanın birtakım sorumlulukları olduğu gibi evli olmanın da beraberinde getirdiği sorumluluklar bulunmaktadır. TDK sözlüğünde “Kişinin kendi davranışlarını veya kendi yetki alanına giren herhangi bir olayın sonuçlarını üstlenmesi, sorum, mesuliyet” şeklinde tanımlanan sorumluluk evlilik ilişkisinde üzerinde durulması gereken bir kavramdır. Eşlerin hem birbirlerine karşı hem de çocuklarına karşı sorumluluklarının neler olduğunu bilmeleri ve bu sorumlulukları yerine getirmeleri evlilik farkındalığı açısından evliliğe önemli bir değer katacaktır.

Eşlerin sorumluluklarını yerine getirmemesi evliliğin bütünlüğünün zarar görmesine ve bu sorumsuzluktan olumsuz etkilenen çocukların yetişmesine yol açabilir. Nitekim Canel (2012) evlilikte boşanmaya yol açan çatışma durumları ile ilgili olarak eşler arasındaki sevgi dilinin zayıflığı, eşlerin evliliğe dair gerekli sorumluluklardan kaçınmaları veya bu

sorumlulukları yerine getirmekte zorlanmalarına vurgu yapmaktadır. Ev içinde sorumluluğun paylaşılması ise çatışma ve boşanma ihtimalini azaltacak bir eylemdir (Şener ve Terzioğlu, 2002). Eşlerin evlilik ilişkisinde sorumluluklarını yerine getirmeleri evliliğin uzun ömürlü olmasına (Canel, 2012) ve adil bir şekilde sorumluluğu paylaşmaları daha uyumlu bir evlilik yaşantısına katkı sunacaktır (Kublay ve Oktan, 2015).

İlgi

Evlilik farkındalığına dair ele alınan diğer bir kavram ilgidir. TDK sözlüğünde “İki şey arasında bulunan herhangi bir bağlılık, ilişki, alaka, taalluk, aidiyet” olarak tanımlanan eşlerin birbirlerine olan bağlılığının artmasında, eşler arasındaki sevgi ve saygının artmasında önemli bir etkidir. Eşlerin birbirleriyle ilgilenmelerini, birbirlerini sevmelerini, birlikte kaliteli zaman geçirmelerini ve birbirleriyle güzel konuşmalarını gerektirir. Previti ve Amato’ya (2003) göre insanlar sevgi, saygı, iletişim, güven, mutluluk ve arkadaşlık gibi gerekçelerle evliliklerini devam ettirmektedirler. Dey ve Ghosh’a (2016) göre eşine ilgi göstermek, sevginin uygun yollarla ifade edilmesi, eşin görüşlerine saygı duymak ve eşin kusurlarına tahammül etmek evliliğin tatmin edici olabilmesi için önemli hususlardır. Canel’e (2012) göre birbirine ilgi göstermek sağlıklı ailelerin özellikleridir.

Paylaşmak

Evlilik farkındalığı bağlamında ele alınan bir diğer kavram olan paylaşmak TDK sözlüğünde “Aralarında bölüşmek, pay etmek, üleşmek” şeklinde tanımlanmıştır. Evlilik ilişkisinde paylaşmayı ele aldığımızda ortak bir yaşantı oluşturmak, acıda, kederde ve mutlulukta birbirinin yanında olmak şeklinde tanımlanabilir. Hayatı paylaşmak, acıyı ve üzüntüleri paylaşmak, dertleri paylaşmak, sevinci ve mutluluğu paylaşmak evlilikteki paylaşmayı oluşturan unsurlardır. Hayatı, acıyı, mutluluğu birisi ile paylaşma isteği evliliğin temel amaçlarından birini oluşturmaktadır. Evlilik ile ilgili yapılan araştırmalarda da paylaşmaya vurgu yapıldığı görülmektedir. Pınar (2008) tarafından üniversitedeki son sınıf öğrencilerinin evliliğe dair görüşlerinin incelendiği bir çalışmada öğrencilerin %98,5’i evliliği hayatı paylaşmak olarak ifade etmişlerdir. Berkiten (1999) tarafından yapılan çalışmada da paylaşmaya vurgu yapan katılımcıların büyük çoğunluğu evliliği paylaşım ve mutluluk olarak ifade etmişlerdir.

Anlayış

Bireylerin evlilik ilişkisindeki farkındalıklarına dair ele alınan kavramlardan biri de anlayıştır. Evlilik ilişkisi iki insanı birçok yönden birbirine bağlayan bir süreçtir. Eşlerin birbirlerine bağlılıklarının artması, samimi ve içten bir ilişkinin var olabilmesi için eşlerin birbirlerine karşı anlayışlı olmaları gerekmektedir. Karşılıklı anlayış içerisinde sürdürülen bir evlilikte ortaya çıkan problemlerin çözümü daha kolay olacaktır. Ağdemir'e (1991) göre mutlu bir evlilik için karşılıklı anlayış ve fedakârlık gibi hasletlere sahip olmak gerekir. Evlilik ile ilişkili yapılan çalışmalarda da anlayış temasının sıklıkla ön plan çıktığı görülmektedir. Anlayış ve anlaşılma duygusu evlilik ilişkisindeki doyum ve kaliteyi artırmaktadır (Allen ve Thompson, 1984; Canel, 2012). Kozan ve diğ. (2019) tarafından yapılan çalışmada genç kızlara evlenilecek kişilerde nasıl bir özellik ararsınız sorusu sorulmuş ve ortaya çıkan temalarda en sık vurgulanan kavramların inanç, saygı ve anlayış olduğu görülmüştür. Demir ve Durmuş'un (2015) çalışmasında uzun süredir evli olan bireyler, sorunları büyütmeden anlayışlı ve hoşgörülü bir tutum sergilemenin evliliğin uzun sürmesinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Bu iki çalışmanın sonuçları birlikte değerlendirildiğinde henüz evlenmemiş kişiler evlenilecek eşte anlayışlı olma özelliğini ararken; uzun süredir evli olan kişiler de evliliği ayakta tutan ve uzun sürmesini sağlayan önemli dinamiklerden birinin anlayışlı olma olduğunu belirtmektedirler.

Dayanışma

Evlilikte eşlerin birbiri ile olan uyumlu davranışlarını artırabilecek kavramlardan biri de dayanışmadır. TDK sözlüğünde dayanışma "Bir topluluğu oluşturanların duygu, düşünce ve ortak çıkarlarda birbirlerine karşılıklı bağlanması" olarak ifade edilmektedir. Eşlerin gerek evliliği iyi bir şekilde sürdürme noktasında gerekse karşılaşılan problemlerde iş birliği içinde hareket etme noktasındaki çabaları dayanışmanın bir gereğidir. Bu birliktelik eşlerin evlilik yaşamının daha nitelikli olmasını ve evlilik yükünün ortak bir şekilde paylaşılmasını sağlayacaktır. Evliliğin amaçlarından da olan dayanışma (Canel, 2012) duygusu aile içindeki sevgi ve muhabbet ortamı sayesinde daha da güçlenir (Kır, 2011).

2.2. Evlilikte Empati

Empati kavramı başkalarını anlamayı, karşıdakinin düşünce ve hissiyatını algılayabilmeyi içeren etkili iletişim ve etkileşimin önemli bir parçasıdır. Alan yazında bu kavramın çeşitli şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Maibom (2014) empatiyi

başkalarının nasıl bir durum içinde olduklarına ve neler hissettiklerine ilişkin sempati, empatik öfke veya şefkat gibi verdiğimiz çeşitli tepkiler olarak tanımlamıştır. Bellet ve Maloney'e (1991) göre karşıdaki kişinin yaşam deneyimlerini ve hangi duygular içerisinde olduğunu onun penceresinden anlayabilme becerisi empati olarak ifade edilebilir. Carrol'a (2014) göre empati karşıdaki duygularını anlayabilme ve doğru şekilde tepki verebilme becerisidir. Wispe (1986) empatiyi tanımlarken karşıdaki olumlu ve olumsuz yaşam olaylarını yargılamadan anlayabilmenin önemine vurgu yapmıştır. İletişim becerileri açısından bu tanıma baktığımızda karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini; yaşadığı olumlu ve olumsuz deneyimleri samimi bir şekilde anlatabilmesi için yargılamadan dinlemek ve anlamak empati için önemli bir özelliktir.

Rogers terapi sürecinin önemli bir parçası olarak gördüğü empatiyi kendisini başkasının yerine koyup onun algısal dünyasına girerek, düşünce ve hislerini doğru anlayıp ona iletebilmek olarak tanımlamıştır (Rogers, 1975). Alan yazındaki empati tartışmalarından yola çıkılarak empatinin özellikleri şu şekilde sıralanabilir:

- Karşıdaki hissettiği duyguları hissedebilmek.
- Karşıdakine değer vermek düşüncelerini önemsemek.
- Karşıdaki yaşadığı duyguları onunla eşdeğer olarak yaşamasak bile onun yaşadıklarından duygusal olarak etkilenebilmek.
- Kendimizi karşıdaki yerine koyup onun yaşadıklarını hayal edebilmek.
- Karşıdaki düşüncelerini anlayabilmek.
- Bu özellikler tek başına empatinin bir özelliği olabileceği gibi bu maddelerin birkaçının bir arada olması da empatinin özelliğidir (Coplan, 2011).

Maibom'a (2014) göre olay ve durumla ilişkili olarak empati bazen karşıdaki anlamaya dair bilişsel bir durumu ifade ederken bazen duyguları anlamaya yönelik olabilir. Maibom (2007) ayrıca empatinin motivasyonel bir yönünün olduğuna da vurgu yapar. Hoffman yaptığı tanımlamada empatinin iki yönüne vurgu yapar. Birincisi diğerinin yaşadığı duyguları anlamaya ve farketmeye yönelik bilişsel empati, ikincisi diğerlerinin hissettiklerini hissedebilmek olarak ifade edebileceğimiz duygusal empatidir (Hoffman, 2011). Empati ile ilgili yapılan bu tanımlar incelendiğinde genel olarak diğerlerinin duygularını ve düşüncelerini anlamaya vurgu yapıldığı görülmektedir. Bu vurgular empatinin bilişsel boyutu ve duygusal boyutunu ön plana çıkarmaktadır.

Bilişsel empati düşünceleri anlama becerisi, olarak ifade edilebilir (Carroll, 2014). Bilişsel empati bireyin kendisini bir başkasının yerine koyarak, onun yerine geçerek onun düşüncelerini, hissiyatını veya ne istediğini anlayabilme yetisidir (Kauppinen, 2014). Empatinin bilişsel boyutunda duygu ön planda değildir. Anlamaya vurgu yapılır (Rogers, 1975). Bilişsel empati sadece anlamayı içermez; anlamakla birlikte bunun ötesine geçerek anladığımız durum ile ilgili olarak başkaları ile etkili şekilde ilgilenmeyi de içerir (Maibom, 2014). Bu yönüyle bilişsel empati anlamaya, diğerlerinin yaşadıklarını doğru anlamaya odaklandığı için etkili iletişim ve dinleme becerileri ile de ilişkili olduğu söylenebilir.

Duyguları paylaşma becerisi olan duygusal empati (Carroll, 2014), başkasının hissettiği duygu ile uyumlu olabilmek, onun hissettiği duyguyu hissedebilmektir (Kauppinen, 2014). Benzer şekilde (Hoffman, 2011) bir insanın duygusal bir durumunda neler hissettiğini hissedebilmek olarak tanımlamıştır. Tanımlardaki net vurguya baktığımızda duygusal empati, anlamının yani bilişin ötesine geçerek duyguyu hissetmeyi içermektedir. Maibom duygusal empatiye giden süreci üç aşamada ele almıştır. Birinci aşama algılama aşamasıdır. Birisinin yaşadığı bir olay ya da duruma şahit olmaktır. İkinci aşama bilgiye dayalı olarak çeşitli yargılara vardığımız aşamadır. Örneğin işini kaybetmiş birisinin üzgün olabileceğini ya da aldığı güzel bir haberden bahseden birinin mutlu olduğunu düşünebiliriz. Bu aşama bilgiye dayalıdır ve empatik yönü zayıftır. Bireyi empatiye götüren üçüncü aşama olan kendini onun yerinde hayal etme aşamasıdır. Bu aşamada birey, kendisini olayı yaşayan kişinin yerine koyarak böyle bir olayın kendisinde nasıl duygulara yol açtığını fark eder (Maibom, 2007; Maibom, 2014).

Empatinin gelişiminde hangi faktörlerin etkili olabileceği, çocukların sosyal gelişimindeki uyumsuzluk ve bireysel farklılıkların empati ile ilişkisi araştırmaların konusu olmuştur. Özellikle karakter özellikleri duygusallık ve duygu düzenleme empatiyi anlamada önemli kavramlar olarak ön plana çıkmışlardır (Spinrad ve Eisenberg, 2014). Dikkat, odaklanma ve gerektiğinde bireyin kendi çabası ile davranışlarını kontrol edebilme gibi bireysel farklılıklar duygu düzenlemede olumlu etkisi olan özelliklerdir (Eisenberg ve Spinrad, 2004). Bu özellikleri barındıran kişilerin duygu düzenleme becerilerinin yüksek olması ve başkalarının yaşadığı sorunlara daha empatik bir yaklaşımla tepki vermeleri beklenir (Spinrad ve Eisenberg, 2014). Fakat duygu düzenleme becerisi düşük olan, duyguları yoğun ve sık yaşayan kişiler başkalarının sıkıntılarına sağduyulu yaklaşma noktasında sorun yaşamaya ve tepkilerinde aşırıya kaçmaya meyillidirler (Eisenberg ve diğ., 1994).

Araştırmalar prososyal davranışlar üzerinde olumlu etkisi olan empatinin (Batson ve Coke, 1981; Hoffman, 1981; Warden ve Mackinnon 2003) ergenlik dönemine kadar yaşla birlikte artma eğiliminde olduğunu göstermektedir (Spinrad ve Eisenberg, 2014). Ayrıca empati karakter özelliklerine, prososyal davranışlara, sosyal uyuma ve sosyal yapı içinde kurulan ilişkilere göre değişebildiği için toplumdaki bireyler arasında empatik eğilim noktasında kişiden kişiye değişebilen farklılıklar bulunmaktadır (Maibom, 2014). Örneğin duygu düzenleme becerileri yüksek olan kişiler daha empatik bir tutum sergilerken kişisel olarak sorunlar yaşayan ya da sorun yaşamaya meyilli olan kişiler daha az empatik bir tutum sergileyebilirler (Spinrad ve Eisenberg, 2014).

İletişim ve etkileşim Evlilik ilişkisinin önemli bir parçasıdır. İletişimde ve özellikle çatışmalı iletişim durumlarında empati büyük önem kazanmaktadır. İletişimin evlilik ilişkisindeki yeri, çatışma ve problem çözme ile ilişkisi çeşitli şekillerde araştırmalara konu olmuştur. Soylu ve Kağnıcı (2015) evli bireylerde iletişim becerileri, evlilik uyumu, çatışma çözme stilleri ve empatik eğilim arasındaki ilişkileri ele almışlardır. Çalışmanın sonuçlarına göre evli bireylerde empatik eğilimin evlilik uyumuyla ve olumlu çatışma çözme stiliyle düşük düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Evli bireylerde empatik eğilimin olumsuz çatışma çözme stiliyle düşük düzeyde negatif yönde ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın sonuçları empatik becerisi ve eğilimi olan bireylerin çatışma durumlarında daha iyi bir problem çözme becerisi sergilediklerini göstermektedir. Benzer bir çalışmada Blackmon (1999) evli bireylerde çatışma ve tartışma durumlarındaki empatinin doyum ile ilişkisini ele almıştır. Bu çalışmada sorunlu bir konunun eşler arasında tartışılması esnasında ve sonrasında empatik doğruluğa dair ölçümler yapılmıştır. Bu ölçümlerdeki empatik doğruluk düzeyi ile evlilik doyumunu arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Kadınların ve erkeklerin kendi eşlerine dair empatik algıları ile evlilik doyumunu arasında da pozitif bir ilişkinin olduğu görölmüştür. Ayrıca eşlerin kendilerine dair empatik algıları da evlilik doyumunu ile ilişkili çıkmıştır. Çalışma kapsamında incelenen diğer bir değişken olan eşlerdeki algılanan benzerlik ile evlilik doyumunu arasında hem kadınlarda hem de erkeklerde pozitif bir ilişki çıkmıştır. Bu çalışmanın önemli bir sonucu olarak şu yorumda bulunulabilir: Evlilikte empatik doğruluk aslında evlilikteki doyuma da katkıda bulunmaktadır. Bir yönüyle evli bireylerin empatik doğrulukları esas itibariyle evliliğin tüm boyutlarına da olumlu katkıda bulunabilir.

Evlilik ilişkisinde iletişim ve empati becerilerine sahip olmanın beraberinde evlilik uyumunu getirdiği yapılan birçok çalışma ile desteklenmektedir. Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002) evli bireylerde empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçları evli bireylerde empati ile evlilik uyumunun pozitif ilişkili olduğunu ve empatinin evlilik uyumunu yordadığını göstermiştir. Bu araştırmanın sonucu gösteriyor ki, evli bireylerin empati düzeyleri arttıkça evlilik uyumları da belli düzeyde artmaktadır. Dolayısıyla evli bireylerin sahip oldukları empatileri bir yönüyle evliliklerinde uyuma da önemli oranda katkı sağlamaktadır. Dağlı (2017), Tutarel-Kışlak ve Göztepe (2017) tarafından yapılan benzer çalışmalarda da evli bireylerde empati ile evlilik uyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Özellikle empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin birçok çalışmada aynı sonucu verdiği görülmektedir.

Empatinin romantik ilişkiler bağlamında ele alındığı çalışmalarda da problem çözmeye ve iletişimin kalitesine katkı sağladığı görülmektedir. Nitekim Bayar (2015) tarafından yapılan araştırmada affetme, aldatma ve empatinin ilişkisi romantik ilişkiler bağlamında ele alınmıştır. Araştırma sonuçları empati ile affetmenin pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. Fakat empati ile aldatma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Romantik ilişkiler üzerinden empatinin ele alındığı başka bir çalışmada empati mental iyi oluş ve soruna yönelme ile pozitif ilişkili; problem çözme becerileri alt boyutlarından duygusal ve fiziksel istismar ile negatif ilişkili çıkmıştır (Kaya, 2018). Empatik eğilimi yüksek olan bireylerin problem çözmede duygusal ya da fiziksel istismar davranışında bulunma eğilimlerinin düşük olduğu görülmektedir. Partneri olan kişilerle yapılan bu çalışmalarda, empati ve soruna yönelme arasındaki pozitif ilişki noktasında evli bireylerle yapılan çalışmalara benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Empati başkalarını anlamayı anlayabilmeyi gerektirir. Başkasını anlayabilmek ona yardım etmeyi beraberinde getirir mi? Başkasının iyiliği için elinden gelen gayreti gösterebilmek olan özgeciliğin empati ile ilişkisine cevap arayan Yeşilkayalı (2015) koruyucu aile yapısına sahip evli bireylerle çalışmıştır. Araştırma sonuçları empati ile özgeciliğin birbiri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Empati becerileriyle özgeciliğin alt boyutlarından aile arasında yüksek; yardımseverlik ve sorumluluk arasında düşük, sosyal alt boyutu arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Çalışma sonuçlarına baktığımızda empati becerisi yükseldikçe sorumluluk sahibi olma, yardımsever olma ve sosyal yönü güçlü olma gibi özelliklerin de artma eğilimi göstereceğini söyleyebiliriz.

Evlilik ilişkisinde empati, affetme ve evlilik kalitesinin birbiriyle ilişkili olduğu, birbirini destekleyen özellikler olduğu çeşitli çalışmaların sonuçlarında görülmektedir. Fincham, Paleari ve Regalia (2002) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın sonuçları pozitif evlilik kalitesi ve affediciliğin empatiyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Paleari, Regalia ve Fincham (2005) tarafından yapılan benzer bir çalışmada evli bireylerde empatinin affetmeyi açıklayan bir değişken olduğu görülmüştür. Affetmenin de evlilik kalitesini açıkladığı gözlenmiştir. Diğer bir çalışmada da evli bireylerde empatinin affetmeyi yordayan bir değişken durumunda olduğu görülmüştür (Alpay, 2009). Çalışmaların çoğunda affetme ve empati arasında pozitif bir ilişkinin olduğu ve evlilik ilişkisinde bu iki kavramın birbirlerini yordadıkları görülmektedir. Affetmenin bir sorun çözme davranışı olması ve empatinin de karşıdakini anlayabilme becerisi olması bu iki kavramın birbirini tamamlayan özellikler barındırdığını göstermektedir. Bu sebeple bu iki kavramın birbirini tamamlaması ve birbiri ile ilişkili olması beklenen bir sonuçtur. Fakat affetme ile empati arasında farklı sonuçların çıktığı çalışmalar da bulunmaktadır. Ermumcu (2014) tarafından evli çiftlerle gerçekleştirilen çalışmada empatinin affetmeyi yordamadığı görülmüştür. Diğer bir deyişle affetmenin açıklanmasında empati anlamlı bir katkı sağlamamaktadır.

2.3. Evlilik Doyumu

Doyum toplumdan topluma, kültürden kültüre, yöreden yöreye çeşitli farklılıklar barındırsa da esas itibarıyla evlilik kurumu evrensel bir müessesedir. Bu müessese insanlığın var olduğu tarihten itibaren önemini korumakta ve birey yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. Evlilik kişilere sorumluluk bilincini kazandıran, birbirlerini desteklemede yardımcı olan ve çeşitli olumsuz durumlarda kenetlenmeyi sağlayan bir sistem olarak tanımlanmaktadır (Cutlar ve Radford, 1999). Aynı şekilde evlilik bireylere hem psikolojik hem sosyal hem de ekonomik faydalar sağlamakla birlikte kişilere kaliteli bir yaşam da sunmaktadır (Buluş ve Bağcı, 2016). Bu bağlamda evliliğin esasında bireylerin yaşamlarına çok yönlü katkılar sağladığı ifade edilebilir. Bunun yanında bireyin evlilik yaşamından bir doyum alıp almadığı evliliğin niteliği açısından önemlidir.

Buunk ve Vanyperen (1991) evlilik doyumundan beklentinin mutluluğu artırması ve çatışma olasılığını azaltması olduğunu belirtmekle birlikte, evlilik doyumunun samimi bir beraberlikten soğuk durumlara kadar geniş bir alanı kapsadığını da ayrıca ifade etmişlerdir.

Burada evlilik kurumundan nelerin beklenildiği de önemli bir husustur. Her bireyin evlilikten çeşitli beklentileri ve karşılamayı beklediği ihtiyaçları vardır. Bu beklenti ve ihtiyaçlara vurgu yapan Tezer'e (1996) göre bireyin evliliğe dair beklentileri ve ihtiyaçlarının ne düzeyde karşılandığına dair olan inancı evlilik doyumu olarak açıklanabilir. Liberman ve diğerlerine (1980) göre evlilik doyumu eşlerin şahsi ihtiyaçlarının karşılanmasında birbirlerine destek olmaları ve karşılıklı olarak birbirlerinin hoşlanacağı tavır ve davranışlarda bulunmaları ile sağlanır. Evlilik doyumunu evlilikteki başarının temel kaynaklarından biri olarak tanımlayan Çağ ve Yıldırım (2013) kaliteli ve sağlıklı bir evlilik biçimi ile mutlu ve doyum verici bir evlilik yaşantısının sürdürülebileceğini ifade etmişlerdir. Evlilik doyumunda bireylerin gerek çevresel ve gerek kişisel alanlarda psikolojik tatmin olması söz konusudur (Sokolski ve Hendrick, 1999). Başka bir tanımda ise evlilik doyumu, evli bireyler arasındaki ilişkinin uyumundan, ilişki memnuniyetine ve evlilikteki dengeden ahenkli bir birlikteliğe kadar tanımlanmıştır (Heyman, Sayers ve Bellack, 1994).

Evlilik doyumu anlık bir tatmin olma değil evlilik ilişkisinde süreç boyunca var olması gereken bir doyumdur (Çağ ve Yıldırım, 2013). Bu sebeple evlilik ilişkisindeki birçok değişkenle ilişkili olması doğaldır. Crain'e (2017) göre evlilik doyumunun sürdürülmesinde empati, merhamet, kaliteli evlilik iletişimi, çiftlerin sorunlarla başa çıkma becerileri ve duygusal olarak kendini ifade edebilme gibi değişkenler önemli rol oynar. Merhamet ve evlilik doyumu ilişkisinin ele alındığı bir çalışmada merhametin alt boyutlarından bağlantısızlık ve sevecenliğin birlikte evlilik doyumunun yaklaşık olarak %5'ini açıkladığı görülmüştür (Erdoğan ve Uslu, 2018). Her ne kadar sonuç yüksek çıkmamış olsa da merhametin evlilik doyumuna olan etkisini açıklamada önemlidir. Evlilik doyumunda empati ve iletişim gibi kavramlar önemli rol oynamaktadır. Buluş ve Bağcı (2016) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri ile pozitif ilişkili çıkmıştır. İletişim becerileri ölçeğinin etkin dinleme, ego geliştirici dil, empati, kendini tanıma-açma ve ben dilini kullanma alt boyutları da evlilik doyumu ile pozitif ilişkili çıkmıştır. Ayrıca regresyon analizi sonuçlarına göre erkek katılımcılarda evlilik doyumunun en güçlü yordayıcıları öz yetkinlik (aile yılmazlığı alt boyutu) ile ego geliştirici dil (iletişim becerisi alt boyutu) olmuştur. Kadın katılımcılarda ise en güçlü evlilik doyumu yordayıcıları öz yetkinlik (aile yılmazlığı alt boyutu) ile ben dili (iletişim becerisi alt boyutu) olmuştur. Bu araştırma evlilikte iletişim becerilerinin evlilik

doyumunu ne denli olumlu etkilediğini gösterme açısından oldukça önemlidir. Aynı şekilde olumsuz durumların da evlilik doyumunu olumsuz etkilediği söylenebilir.

Rebello, Junior ve Brito (2014) doyum verici bir evliliğin sürdürülmesi için sevgi, bağlılık ve kıskançlığın evlilikte olması gerektiğini belirtmişlerdir. Brezilya’da yaşayan evli bireylerin evlilik ilişkilerindeki kaliteyi nasıl değerlendirdiklerine dair yaptıkları araştırmada çiftlerin %86’sı birlikte yaşadıklarını ve evliliklerinden doyum aldıklarını belirtmişlerdir. Araştırmanın sonuçlarına göre kıskançlık, paylaşım ve sevgi değişkenlerinin evlilik doyumunu için önemli değişkenler olduğu bulunmuştur. Kıskançlığın diğer değişkenlere göre evlilik doyumunu ile daha çok ilişkili olduğu görülmüştür. Dolayısıyla evlilik sürecinde bireylerin birbirleriyle paylaşımda bulunmaları ve sevgi ortamını oluşturmalarının evlilik doyumuna katkısının olduğu yadsınamaz. Özellikle ilk insandan bugüne değin, kıskançlık duygusunun her zaman eşler arasında var olduğu bilinen bir gerçektir. Kıskançlık duygusunun çoğu zaman evli bireyler arasında çeşitli sorunlar doğurduğu da aynı şekilde bilinmektedir.

Davranışçı kuram ve sosyal öğrenme kuramı evlilikte doyumun var olabilmesi ve sürdürülebilmesi için ön koşullar ileri sürmüşlerdir. Burada her iki eşe ortak sorumluluklar düşmektedir. Eşler birbirlerine karşı bağlılık duygusuyla hareket ettiklerinde, evliliği sürdürmeye dair ortak bir çaba içerisinde olduklarında, birbirleriyle iletişimlerinde yapıcı ve net davrandıklarında ve bu becerileri geliştirme gayreti içinde olduklarında evlilikte doyum sağlanır ve sürdürülebilir bir hal alır (Lieberman ve diğ. 1980). Tabi eşlerin bu koşulları birlikte ve karşılıklı olarak yerine getirmeleri önemlidir. Çünkü evlilik hayatı müsterektir. Dolayısıyla bu birlikteliğin doyum verecek şekilde ilerleyebilmesi için her iki eşin sürece destek vermesi önemlidir. Bununla ilgili olarak yapılan bir araştırmada eşlerin birbirlerine destek olmalarının evlilik doyumunu artırdığı görülmüştür (Kabasakal ve Soylu, 2016). Akçabozan-Kayabol (2017) tarafından yapılan çalışmada, kişilerin kendileri ve eşlerinin kullandıkları ilişki sürdürme davranışlarının (açıklık, görevlerin paylaşımı, olumluluk), ilişkisel eşitliği ve ifade edilen takdirin evlilik doyumunu açıklamadaki etkisi incelenmiştir. Yapısal eşitlik modellemesinin kullanıldığı çalışmanın sonuçlarına göre aracı değişken olarak sınıanan ilişkisel eşitlik, algılanan ve ifade edilen takdir değişkenleri ile evlilik doyumunu arasında doğrudan ve olumlu yönde bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca eşlerinin sorumluluk ve görev paylaşımı davranışlarını daha çok kullandıkları algısına sahip kişilerin ilişkisel eşitlik algıları ve eşlerine ifade ettikleri takdir daha yüksek, bunun sonucunda evlilik doyumları da daha yüksek çıkmıştır. Dolayısıyla eşlerin birbirleriyle ilgili

eşitlik algılarının olumlu olması ve gerekli durumlarda birbirlerini takdir etmelerinin evlilik doyumunu olumlu anlamda etkilediği görülmektedir.

Alan yazın incelendiğinde bireylerde evlilik doyumunu artırmaya yönelik çeşitli psiko eğitim programlarının uygulandığı görülmektedir. Pierce (2016) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin algılanan evlilik doyumlarının katıldıkları ilişki geliştirme programı sonucunda nasıl etkilendiği araştırılmıştır. Bu çalışma 10 katılımcı ile yapılan fenomenolojik bir araştırmadır. Araştırmacı ilişki geliştirme programına katılan her katılımcının evlilik doyumunun nasıl etkilendiğini katılımcının deneyimlerinden yola çıkarak anlamaya çalışmıştır. Araştırmanın sonuçları iletişim ve çatışma çözmenin evlilik doyumunu etkilediğini ve katılımcıların evlilik doyumuna dair olumlu duygular içerisinde olduğunu göstermiştir. Bireylerin iletişim becerilerindeki gelişim ile çatışma becerileri edinimlerinin evlilik doyumunu olumlu anlamda etkilediği çalışma sonucunda görülmektedir. Dolayısıyla evlilikte etkili iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve çatışma çözme becerileri noktasında evli bireylerin eğitimlerle desteklenmesi evlilik doyumu noktasında olumlu etkiler gösterecektir. Evlilik doyumunu artırmaya yönelik yapılan başka bir deneysel çalışmada Atan ve Buluş (2019) aile iletişim becerilerinin evlilik doyumu üzerindeki etkisini araştırmıştır. Çalışma yarı deneysel olarak yapılandırılmıştır ve çalışma kapsamında toplam 24 evli çift yer almıştır. Deney ve kontrol grubu eşit sayıda evli çiftten oluşmuştur. Deney grubunda yer alan evli çiftlere sekiz hafta süren aile iletişim becerilerine yönelik psiko eğitim programı uygulanmıştır, kontrol grubundaki evli çiftlere herhangi bir eğitim yapılmamıştır. Çalışmanın sonucunda yapılan analizler deney grubunda yer alan evli çiftlerin evlilik doyumu puanlarının kontrol grubunda yer alan bireylerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu yönündedir. Dolayısıyla iletişim becerilerindeki artışın aile içi sorunları çözme noktasında yardımcı olacağı düşünülebileceği gibi; evli bireylerin sorunları büyütmemeye durumu da ortaya çıkmaktadır. İletişim becerileri sadece evlilikte değil hayatın diğer tüm alanlarında önemli bir faktördür. Evliliğe dair bir eğitimin verilerek sonuçlarının değerlendirildiği başka bir çalışmada Kirby (2005) tarafından yapılmıştır. Verilen evlilik eğitiminin sonuçlarının değerlendirildiği çalışmada eğitime katılanların evlilik doyumu puanları kurs öncesindeki puanlarından önemli derecede daha yüksek çıkmıştır. Ön test sonuçlarında kadınların evlilik doyumları erkeklerin evlilik doyumlarından yüksek çıkmıştır. Fakat eğitimden sonra yapılan son test uygulamasında kadın ve erkekler arasında evlilik doyumunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Araştırmanın sonuçları bir evlilik

eğitimi programına katılan bireylerin evlilik doyumlarının arttığına dair önemli bulgular sunmuştur.

Evlilik müessesinin sağlıklı bir şekilde işleyebilmesi için evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum düzeyleri oldukça önemlidir. Bu doyum düzeylerini belirleyen çok sayıda faktörün olduğu alan yazında görölmektedir. Çağ ve Yıldırım (2013) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet, eğitim düzeyi, çocuk sayısı, eş desteği, evlilik süresi, eşler arasındaki yaş farkı, ailenin gelir düzeyi, cinsel yaşam memnuniyeti ve ev içi sorumlulukların paylaşımı değişkenlerinin evlilik doyumu düzeyini ne derecede yordadığı incelenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına baktığımızda eğitim düzeyi, cinsel yaşam memnuniyeti ve eş desteği değişkenleri evlilik doyumu anlamalı derecede yordamaktadır. Cinsiyet, çocuk sayısı, evlilik süresi, eşler arasındaki yaş farkı, ailenin gelir düzeyi ve ev içi sorumlulukların paylaşımı değişkenlerinin evlilik doyumu anlamalı derecede yordamadığı görölmüştür. Ateş (2018) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik doyumlarının çeşitli değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre evlilik doyumu ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamalı bir ilişki bulunmuştur. Erkeklik ve kadınsılık cinsiyet rolleri öznel iyi oluş ile pozitif ilişkili çıkmıştır. İnternet üzerinde aldatma eğilimi ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide evlilik doyumu kısmi aracı rol üstlendiği görölmüştür. Evlilik doyumu yüksek olan kişilerde öznel iyi oluş ile internet üzerinden aldatma eğilimi arasındaki ilişki negatif yönde anlamalı çıkmıştır. Fakat evlilik doyumu düşük olan bireylerde öznel iyi oluş ile internet üzerinden aldatma eğilimi arasındaki ilişki anlamalı çıkmamıştır. Yazar bu sonuçlardan yola çıkarak öznel iyi oluşu yordamada aldatma eğiliminden ziyade evlilik doyumu etkin rol üstlendiğini ifade etmiştir. Bu durum kişinin kendisini iyi hissetmesiyle ilişkilidir. Eğer kişi kendilik iyi oluşu noktasında iyi bir durumdaysa, evlilik doyumu noktasında da öyledir. Ancak kişi kendini iyi hissetmiyorsa evlilik doyumu düzeyinin yüksek olması çok da beklenen bir durum olmamaktadır.

Bir tür çatışma çözme, sorun çözme biçimi olan affetmenin evlilik doyumu ile ilişkisi çeşitli araştırmalarda ele alınmıştır. Bu çalışmaların birinde Çıtışlı Turgut, (2018) evlilik çatışması, evlilik doyumu ve affetme arasındaki ilişkileri ele almıştır. Çalışmanın sonuçları çatışma sıklığının hem evlilik doyumu hem de affetmeyi olumsuz etkilediğini göstermiştir. Evlilikte çatışma arttıkça doyum ve affetmenin azaldığı gözlenmiştir. Evlilik doyumu ile affetmenin birbiri ile pozitif ilişkili olduğu görölmüştür. Affetme evlilikte çatışma ve evlilik doyumu arasında kısmi aracı rol üstlenmiştir. Ayrıca hem affetme hem de evlilik doyumu cinsiyete göre anlamalı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilikte çatışmanın, affediciliğin etkisini olumsuz yönde etkilediği bu çalışmadan anlaşılmaktadır. Aynı zamanda bu çalışma, evlilikte yaşanan çatışmaların, evlilik doyumunu da olumsuz etkilediğini göstermektedir. Fakat affedicilik ile doyumun birbirlerini olumlu noktada etkileri ve destekledikleri yine bu çalışma neticesinde elde edilmiştir. Affetme, evlilik doyumu ve evlilik istikrarının ele alındığı bir çalışmada Orathinkal ve Vansteenwegen (2006) İlk evliliği olanlar ile yeniden evlenmiş kişilerin doyum ve affetmelerini karşılaştırmıştır. Araştırma bulgularında evlilik doyumu ile affetme pozitif ilişkili çıkmıştır. İlk evliliği olan bireylerin affetme düzeyi yeniden evlenenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Fakat araştırma hipotezinin tersi olarak yeniden evlenenlerin evlilik doyumu ilk evliliği olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuç, daha önce evlenip boşanmış kişilerin yeniden evlenmeleri durumunda affetme düzeylerinin daha düşük olduğu sonucunu göstermektedir. Bu durum bir yönüyle kişilerin daha önceki evliliklerinde gösterdikleri müsamahalı durumu tekrarlamama eğiliminin bir yansıması olarak düşünebilir. Ancak ikinci ya da daha fazla evliliği olan kişilerin evlilik doyumlarının ilk evliliği olan bireylere göre yüksek çıkması da bir yönüyle evliliğe olan bakış açısının değişmesinin bir tezahürü olabilir.

Evlilik doyumunun farkındalık, bilinçli farkındalık, dayanıklılık, duygusal zeka gibi kavramlarla ilişkisi de araştırmalar kapsamında ele alınmıştır. Burpee ve Langer (2005) tarafından yapılan bir araştırmada evlilik doyumu ile farkındalık arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Evlilik doyumunun bilinçli farkındalık ve problem çözme becerileri ile de olumlu ilişkisi bulunmaktadır (Parlar ve Akgün, 2018). Gibbons (2020) tarafından yapılan çalışmada duygusal zekâ ve dayanıklılığın evlilik doyumu ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Yine bu çalışmanın sonuçları Kaçınan bağlanma şeklinde ve kaygılı bağlanan kişilerin evlilik doyumunun düşük olduğunu göstermiştir. Bu çalışmaların sonuçları birlikte değerlendirildiğinde evliliklerde sorun çözme becerilerini geliştirmek, farkındalık ve dayanıklılığı artırmaya yönelik çalışmalar yapmak, evlik yaşamından alınacak doyumu, mutluluğu ve genel yaşam kalitesini artıracaktır.

Evlilik yaşamın bir parçası olduğu için evlilikte olumlu ve olumsuz yaşantılar bireyin genel yaşam doyumunu da doğrudan etkiler. Yıldız ve Baytemir (2016) tarafından evli bireylerle gerçekleştirilen bir araştırmada yaşam doyumu, özsaygı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu ve özsaygı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada özsaygının evlilik doyumu üzerinde, evlilik doyumunun da

yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yıldız ve Büyüksahin-Çevik (2016) tarafından yapılan benzer bir çalışmada evli bireylerde evlilik doyumları ile yaşam doyumları arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Haliyle kişilerin evliliklerindeki doyum düzeylerinin yaşam doyumlarına etki etmesi beklenmektedir. Zira aile içinde yaşanan olumlu ve olumsuz durumlar hiç şüphesiz kişinin yaşamına da etki etmektedir. Eşlerin evlilik ilişkisindeki fedakarlıkları da evlilik doyumunu artıran bir özelliktir (Aydoğan ve Özbay, 2018). Evlilik sürecindeki fedakârlık sorunların çözümüne yardımcı olduğu için, bireylerin evlilik doyumuna da katkı sağlayabilir.

Evlilik ve ailenin kültürler arasında çeşitli farklılıklar gösteren bir yapıda olması evlilikle ilgili kavramlar incelenirken özellikle dikkate alınmalıdır. Eşlerin aile içindeki rolleri, toplumun beklentileri, ailenin yapısı (çekirdek aile, geniş aile) ve toplumun eşlere biçtiği roller gibi durumlar kültürel açıdan evlilik doyumunu etkileyebilecek özelliklerdir. Rebello, Junior, ve Brito, (2014) evlilik doyumu ile kültürün ilişkisine şöyle vurgu yapmaktadır. Eşlerin Evlilik doyumu belli bir noktaya kadar kendi evliliklerinin içinde bulundukları toplumun evliliğe yükledikleri anlam, rol ve beklentilere ne kadar uyduğu ile ilişkilidir. Bu ifadeden de anlaşılıyor ki sosyal kabul için toplumun beklentileri ile uyumlu davranmak evlilik doyumuna yüklenen anlamı farklılaştırabilmektedir. Sanayileşmenin ve bireyselleşmenin ön planda olduğu batı gibi kültürlerde bireysel doyum, eşlerin ortak mutluluk hedefleri gibi ölçütler evlilik doyumu ile ilişkili olabilirken (Lalonde, Hynie, Pannu ve Tatla, 2004), bizim toplumumuzda kendini çocuklarının geleceğine adanma, hem kendi akrabaları hem de eşinin akrabaları ile yakından ilgilenme gibi özellikler de evlilik doyumu ile ilişkilendirilebilir.

2.4. Affetme

Affetme veya bir diğer deyişle bağışlama insanoğlunun birbiri ile etkileşiminde ve özellikle de problemleri etkileşim durumlarında başvurulduğunda sonucu pozitif etkileyen insani bir özelliktir. Fakat pozitif psikolojinin birçok diğer kavramı gibi affetme kavramı da psikoloji biliminin ilk dönemlerinde ele alınmamıştır. *McCullough ve Diğ. 'e. (2000) göre Freud, William James, E. L. Karen Horney, Thorndike, Cari Jung, Alfred Adler, ve Viktor Frankl gibi isimler affetme kavramına ya hiç değinmediler ya da çok az temas ettiler. Fakat son dönemlerde gelişim psikolojisi, sosyal psikoloji, psikoterapi gibi alanlarda affetme kavramı önem verilen bir kavram olarak kendine yer bulmaktadır (McCullough ve Diğ.2000). Bununla ilgili olarak gerek ülkemizdeki alan yazın gerekse yurtdışındaki alan*

yazın incelendiğinde affetme kavramı ile ilgili çok sayıda çalışmanın yapıldığı görülmektedir (Bayar, 2015; Braithwaite, Selby ve Fincham 2011; Fincham ve Beach, 2002; Fincham ve Beach, 2007; Keleş, 2018; Lawler-Row ve Piferi, 2006; McNulty, 2008; Mirzadeh ve Fallahchai, 2012; Şamatacı, 2013; Telli, 2019).

Affetmenin ne olduğuna ilişkin araştırmacılar tarafından çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Enright'e (1996) göre affetme rahatsızlık veren bir etkileşim durumunda rahatsız olan kişinin kendi iradesi ile karşıdaki kişiye karşı var olan kızgınlık, kınama, öfke gibi olumsuz tutum ve düşüncelerini sonlandırıp bunun yerine sevgi, merhamet gibi olumlu duygularla yaklaşmasıdır. Hargrave ve Sells (1997) tarafından yapılan tanımlamada hata yapan kişiye karşı olan kızgınlık ve öç alma duygusundan vazgeçerek ilişkileri tekrar düzeltmeye yönelik bir yaklaşım sergilemeye vurgu yapılmaktadır.

Affetme bir olay ya da durumun sonucu olarak birbirlerine karşı kırgınlık yaşayan kişilerin yeniden birbirlerine yaklaşmasını sağlayan, ilişkiyi ve olumsuz duyguları düzelten bir süreçtir (Hill, 2001). Affetme, olumsuz duyguların tahribatını azaltmayı amaçlayan bir etkileşim sürecidir. Enright (1996) bu sürecin bileşenlerini aşağıdaki gibi ifade etmiştir:

1. Kırgın olan kişi acı çekmiştir.
2. Kırgın kişi affetmeyi kendi isteyecektir. Bu kararı kendi iradesi ile alacaktır. Yani zorunluluktan bir affetme değildir.
3. Kırgın kişinin zihinsel, duygusal ve davranışsal tutumunda değişiklikler olacaktır. Örneğin kızgınlık duygusu yerine şefkat duygusu gelebilir. Kınamak yerine saygı duyulabilir. Nefret, intikam gibi eylemlerin yerini iyi niyet eylemleri alabilir.
4. Affetme bir etkileşim durumudur ve birinin diğerine cevabıdır.

Toussaint ve diğ., (2001) önceki araştırmalardan yola çıkarak (Gorsuch ve Hao, 1993; Hargrave & Sells, 1997; Mauger ve ark., 1992; Shontz ve Rosenak, 1983) affetmenin dört farklı boyutuna vurgu yapmışlardır:

1. Kendini affetme: bireyin geçmişteki hataları ve olumsuz davranışları ile ilgili kendini suçlamaktan vazgeçerek kendisini affetmesi
2. Başkasını affetme: kendisine yapılan bir yanlış eyleme dair karşıdakini affetme

3. Yaratıcı tarafından affedilme duygusu: bu affedilme biçimi bireyin yaptığı hataların, günahların Allah tarafından affedildiğine ya da affedileceğine dair inanç ve algıyı içerir
4. Proaktif affetme: affetme ve affedilmeye dair süreci başlatmayı içerir (Toussaint ve diğ., 2001).

Sayar (2018) affetmeyi merhamet, empati, diğergamlık gibi olumlu prososyal davranışlarla ilişkilendirmiştir. Sayar'a göre affedicilik ve merhamet bizi karşıdakinin iyiliğini düşünmeye sevkeden özelliklerdir. Bazen karşıdaki kişiye merhamet etmeden onu affedebiliriz. Ama bazen de bize zarar verenin vicdan azabı ve suçluluk hissettiğini fark ederiz. Bu durumda affetmeye merhamet de eşlik eder. İnsanın affetme becerisinin karşıdaki kişinin acılarına, sıkıntılarına ne düzeyde empati kurabildiğiyle ilişkili olduğunu belirten Sayar yardım etmeye eğilimli, başkalarının iyiliği için dertlenen ve sorumluluk alan bireylerin affetmeye daha yatkın olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca yazara göre affetmek hem affeden için hem de affedilen için iyi bir ruh hali oluşturuyor. Benzer şekilde affetmenin empati ile olan ilişkisine vurgu yapan bir çalışmada Fincham, Paleari ve Regalia (2002) ilişki kalitesinin ve empatinin evlilikte affetmeye olan etkisini incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları pozitif evlilik kalitesi ve empatinin affediciliğe doğrudan ve dolaylı katkı sağladığını göstermiştir. Eşlerin sorumluluk niteliklerinin affediciliği öngörmede daha etkili olduğu bulunmuştur. Alpay (2009) tarafından yapılan çalışmada da, evlibireylerde affetme ile empati arasında pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Affetme aile ve evlilik ile ilgili terapi süreçlerinde de kullanılmaktadır. Gordon, Baucom, ve Snyder (2000) affetmenin evlilik terapisinde kullanılması adlı çalışmasında terapi sürecinde affetmenin kullanılması üzerine birtakım teoriler ve uygulama önerileri sunmuşlardır. Gordon ve arkadaşlarına göre bilişsel davranışçı yaklaşım, duygu odaklı yaklaşım, sistem odaklı ve iç görü odaklı gibi psikolojik kuramlar evlilikteki olumsuz olayların etkisine yeterince odaklanmışlardır. Fakat bu kuramlar ilişkilerde affetme kavramına dair pek bir açıklama getirmemişlerdir. Son yıllarda affetme üzerine artan bir literatür olmakla birlikte henüz bu kavram psikoloji kuramları ve evlilik terapisine yeterince entegre edilmemiştir. Bu çalışmada affetmenin terapi sürecine entegre edilmesi üzerine üç aşamalı bir affetme modeli hazırlanmıştır. Modelin aşamaları şu şekildedir.

- 1. Aşama: İlk aşamada çiftlerin ilişkilerini değerlendirmeleri ve ilişkideki olumsuzlukların etkileri üzerine konuşmaları sağlanır. Bu aşamada daha çok bilişsel

stratejilerden yararlanılarak çiftlerin ilişkileri hakkında detaylı şekilde konuşmalarına yönelik, olumsuz duygu ve davranışlar hakkında konuşabilmeleri ve duygularını yönetebilmelerine yönelik bir terapi süreci yönetilir.

- 2. Aşama: Bu aşama içgörü odaklıdır. Çiftler ilişkilerindeki geçmiş sorunları irdeleyerek ilişkileri ve sorunları hakkında bilgi sahibi olurlar. Çiftlerin geçmiş dönemlerdeki yaşantılarını irdelemesi günümüzdeki davranışlarını değiştirmeye yönelik bir içgörü kazandırabilir. Bu şekilde çiftler birbirlerine karşı daha şefkatli, daha hoşgörülü davranma konusunda farkındalık kazanabilirler. Birbirlerine karşı daha empatik yaklaşabilir ve ilişkilerinde gördükleri sorunları düzeltme konusunda daha çok çaba gösterebilirler.

- 3. Aşama: Bu aşamada yine bilişsel stratejilerden yararlanmakla birlikte affetme, terapinin odağı olarak ele alınır. Affetmeye ilişkin yanlış algıları ve affetmeye dair dirençleri ele alınır. Affetme konusunda nasıl bir ilerleme kaydettikleri üzerinde durularak sürecin sonunda çiftlerin bundan sonrası için ilişkilerine dair verdikleri karar ele alınır (Gordon, Baucom, ve Snyder, 2000).

Affetme ile ilgili alan yazın incelendiğinde çeşitli psiko eğitim programlarıyla affetmenin artırılmasına yönelik çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Karduz (2019) tarafından yapılan çalışmada affetme eğilimi kazandırmaya yönelik hazırlanan bir psiko eğitim programının beş faktör kişilik özellikleri ve affetme eğilimi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının olduğu bu deneysel çalışmada nevrotik kişilik özelliği yüksek ve affedicilik düzeyleri düşük kişiler deney grubuna dahil edilerek bu kişilere affetme eğilimini kazandırmaya yönelik psiko eğitim programı uygulanmıştır. Uygulama öncesi ve sonrasında ölçme araçları her iki gruba uygulanmıştır. Uygulama sonucunda elde edilen bulgulara göre uygulanan psiko eğitim programı bireylerin kendini affetme, durumu affetme, başkalarını affetme ve genel affetme düzeylerini artırmıştır. Psiko eğitim programı ayrıca bireylerin nevrotik kişilik özelliklerini azaltırken, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve deneyime açıklık düzeylerini artırmıştır (Karduz, 2019). Eker (2017) tarafından yapılan çalışmada ise affetme esnekliği kazandırmaya yönelik olarak bilişsel davranışçı temelli bir grupta psikolojik danışma uygulaması yapılmıştır. Ergenler üzerinde yapılan bu çalışmada deney ve kontrol gruplarına ön test ve son test uygulamasında ve 60 günlük izleme süresi sonunda affetme ve umutsuzluğa ilişkin ölçekler uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre affetme esnekliği odaklı grupta psikolojik danışmanın ergenlerde umutsuzluğu azaltmada etkili olduğu görülmüştür. Ayrıca 60 günlük süre sonunda yapılan

uygulamada sonuçların kalıcı etkisi de gözlenmiştir. Akbulut (2018) tarafından evli bireylerle gerçekleştirilen deneysel bir çalışmada imago yaklaşımı esas alınarak yapılan grupla psikolojik danışmanın affetmeye olan etkisi incelenmiştir. Kontrol gruplu deneysel desene göre tasarlanan çalışmada örneklem grubunu 10 evli çift oluşturmuştur ve gruplar 5'er evli çiftten meydana gelmiştir. Deney grubunda yer alan evli çiftler imago yaklaşımı grupla psikolojik danışma uygulamasına alınırken kontrol grubunda yer alan evli çiftler herhangi bir müdahale programına dahil edilmemiştir. Çalışma sonuçları deney grubunda yer alan evli çiftlerin affetme puanları kontrol grubundaki evli çiftlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. İzleme testinde etkinin devam ettiği gözlemlenmiştir.

Eşler arası ilişkilerde ve problem durumlarında yapıcı iletişim önemli rol oynamaktadır. İnsan ilişkilerinde bir sorun çözme becerisi olarak ifade edebileceğimiz affetmenin evli bireylerin çatışma çözme becerileriyle ve yapıcı iletişim tarzlarıyla olan ilişkisi araştırmacılar tarafından ele alınmıştır. Fincham, Beach ve Davila (2004) evli bireylerde affetmenin çatışma çözme becerileriyle olan ilişkisini belirlemeye yönelik bir çalışma yapmışlardır. Araştırma iki farklı örneklem grubuyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın birinci çalışması evliliğinin 3. yılında olan bireylerle yapılmıştır. Bu çalışmada affediciliğin boyutlarından misilleme motivasyonunun kadın eşin bildirdiği kötü çatışma çözmenin yordayıcısı olduğu, affediciliğin bir diğer alt boyutu olan yardımseverlik motivasyonunun ise erkek eşlerin daha iyi çatışma çözümünü öngördüğünü ortaya koymuştur. İkinci çalışma ise daha uzun süreli evlilikleri olan bireylerle yapılmıştır. Çalışmada affediciliğin misilleme, yardımseverlik ve kaçınma boyutları belirlenmiştir. Yardımseverliğin daha iyi çatışma çözümünü, erkeklerin kaçınmasının ise eşlerin daha kötü çatışma çözümünü öngördüğü belirlenmiştir. Fincham, Beach ve Davila (2007) tarafından gerçekleştirilen bir diğer çalışmada evli çiftlerde affetmenin ilerleyen zamandaki çatışma çözümünü öngörme düzeyinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın sonunda yapılan analizler affetmenin erkek eşlerde daha iyi çatışma çözümünü öngördüğünü ortaya koymuştur. Fincham ve Beach (2002) tarafından yapılan çalışmada ise eşlerin affedici olmalarının yapıcı iletişimi yordadığı görülmüştür.

Evli bireylerde affetme cinsiyete göre ve yaşa göre değişiklik göstermekte midir? Lawler-Row ve Piferi'nin (2006) bu soruların cevaplarını aradığı bir çalışmada affetme çeşitli değişkenler açısından ele alınmıştır. 45 ile 90 yaş arasındaki yetişkinlerden toplanan verilerle yapılan çalışmanın sonuçlarında kadınların affediciliği erkeklerden yüksek çıkmıştır. 60 yaş üstü bireylerin affediciliği 60 yaş altı bireylerin affetme düzeylerinden

yüksek çıkmıştır. Kilise faaliyetlerine sık sık katılan kişilerin affediciliği de yüksek çıkmıştır. Ayrıca affediciliği yüksek olan bireylerin stress ve depresyon düzeylerinin düşük çıktığı, psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluşlarının yüksek çıktığı görülmüştür. Psikolojik iyi oluşun altı alt boyutu da (özerklik, çevresel ustalık, başkalarıyla kişisel ilişkiler, yaşamdaki amaç, kişisel büyüme ve kendini kabul etme) affediciliği yüksek kişilerde daha yüksek çıkmıştır. Fincham, Paleari ve Regelia (2002) tarafından yapılan çalışmada ise bu çalışmanın tersi olarak erkek eşlerin kadın eşlerden daha affedici olduğu sonucu çıkmıştır.

Affetmenin pozitif psikolojinin kavramlarıyla olumlu yönde bir ilişki gösterdiği görülmektedir. Bununla ilgili alan yazında çeşitli çalışmalar yer almaktadır. Keleş (2018) tarafından evli bireylerde ikili ilişkilerde güven, mizah, evlilik kalitesi ve affetme arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları incelendiğinde evli bireylerde affetmenin evlilik kalitesi ve ikili ilişkilerde güven ile pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Dolunay Çuğ (2015) tarafından yapılan çalışmada kendini affetme ile öz duyarlılık ve öznel yaşam enerjisi arasında pozitif bir ilişki çıkmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş üzerinde kendini affetmenin doğrudan bir etkisinin olduğu da görülmüştür. Alpay (2009) tarafından yapılan bir araştırmada evli bireylerde empati ve benlik saygısının affetme ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Evlilik ilişkisinde eşlerin birbirlerini affetmeleri, karşılaşılan problem durumlarında affedici şekilde davranmaları sorun çözme noktasında ilişkiye yapıcı bir katkı sunacağı için evliliğin daha nitelikli hale gelmesini sağlayacaktır. Evliliğin nitelikli olması da eşlerin evlilik yaşamlarından doyum almasını sağlayacaktır. Affetmenin evlilik doyumuna ve evlilik kalitesine sunduğu katkı araştırmalar tarafından da desteklenmektedir. Mirzadeh ve Fallahchai (2012) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları incelendiğinde evlilik doyumuna ile affetme arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Yapılan regresyon analizi sonucunda ise evlilik doyumunun affetmenin yaklaşık olarak %37'sini açıkladığı belirlenmiştir. Evlilik doyumuna ve affetme ilişkisine vurgu yapan bir diğer çalışmada Telli (2019) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonuçları incelendiğinde ilişkide affediciliğin ilişki doyumuna, ilişki uyumu ve duygusal bağlılıkla pozitif bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. McNulty (2008) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ele alındığında affetme eğilimi yüksek eşlerle evlenen eşlerin affedici olmaları ilişki memnuniyetini artırmaktadır, olumsuz davranma eğilimi sık olan erkeklerle evli kadınların affedici olmaları daha fazla sorunla karşılaşmalarına neden olmaktadır. McNulty'nin çalışmanın sonuçları evlilik ilişkisindeki birçok davranış gibi affetmenin de karşılıklı olmasının daha sağlıklı olduğunu

göstermektedir. Eşlerden birinin sürekli olarak problemin kaynağı olması, diğerinin ise ilişkinin hasar görmemesi için affetmesi belli bir süre sonra o kişiyi yıpratır. Evlilik kalitesi ile affetme arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada elde edilen sonuçlar erkek eşlerde evlilik kalitesinin affediciliği etkilediği yönündedir, kadın eşlerde evlilik kalitesinin affetmeyle eşzamanlı ilişkisinin uzunlamasına ilişkide aracılık ettiğini ortaya koymuştur (Fincham ve Beach, 2007). Yapılan diğer bir çalışmada da evlilik kalitesi ile affetme arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir (Paleari, Regalia ve Fincham, 2005).

Araştırmalar incelendiğinde affetmenin evlilik öncesindeki genç yetişkinlerde romantik ilişkiler bağlamında da ele alındığı görülmektedir. Eker (2019) tarafından yapılan çalışmada genç yetişkinlerin romantik ilişkilerdeki ilişki istikrarı ile öznel partner affediciliği arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bireylerin affedildiklerini hissetmeleri partnerlerinin ve kendilerinin ilişki doyumunu artıran bir unsurdur. Ayrıca bireylerin affedildiğini hissetmeleri ilişki yatırımını da pozitif yönde etkilemektedir. Eren (2019) tarafından yapılan bir araştırmada romantik ilişkiler bağlamında aşk biçimlerinin affetmeyi yordayıcı gücü incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuca göre aşk biçimleri romantik ilişkilerde affetmeyi yordayan bir değişken durumundadır. Özgeci, oyun gibi, tutkulu ve sahiplenici aşkın affetmeyi anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir. Tunç (2015) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada romantik ilişkilerde yaşanan ilişki doyumu, istismar, kıskançlık ve affetme düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmanın sonunda yapılan analizler değerlendirildiğinde affetmenin alt boyutu olan durumu affetmenin istismar ile negatif yönde bir ilişkisinin olduğu belirlenmiştir. Affetmenin diğer alt boyutları olan kendini affetme ve başkalarını affetmenin ise istismar ile anlamlı bir ilişki göstermediği bulunmuştur. Braithwaite, Selby ve Fincham (2011) tarafından yapılan çalışmada da romantik ilişkilerde partneri affetmenin ilişki memnuniyetini artırdığı görülmüştür.

Deniz, Uzun ve Yıldırım-Kurtuluş (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada evlilik doyumunda yüklemenin ve suçu affetmenin yordayıcı rolü incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları incelendiğinde evlilikte suçu affetme boyutu olan dargınlık-kaçınma boyutunun evlilik doyumuyla anlamlı ve negatif yönlü bir ilişkisinin olduğu belirlenmiştir. Yüklemenin ve suçu affetmenin birlikte evlilik doyumunun yaklaşık olarak %38'ini açıkladığı sonucu elde edilmiştir. Ezerçe (2016) evli bireylerde gerçekleştirdiği bir araştırmada yaşam doyumunu ile suçu affetme arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma sonunda yapılan analizler ele alındığında evli bireylerin suçu affetmeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasında düşük

düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Taysi (2010) tarafından evli çiftlerle gerçekleştirilen bir araştırmada evlilikte yüklemelerin ve evlilik uyumunun affetmedeki rolü incelenmiştir. Araştırma evli çiftlerin tek bir sorunu affetmelerini yordayan değişkenlerle ilgili bilgi toplanılması amacıyla yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre evli kadınlarda yüklemelerin affetmenin yordayıcısı olduğu, evli erkeklerde ise evlilik uyumunun ve yüklemelerin affetmeyi yordadığı görülmüştür. Seyfi (2017) tarafından yapılan bir araştırmada evli bireylerde bağlanma stilleri açısından affetme düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre affetme düzeyi ile bağlanmanın alt boyutlarından saplantılı ve korkulu bağlanma düşük düzeyde pozitif yönde ilişkiliyken kayıtsız ve güvenli bağlanma ise ilişkili bulunmamıştır. Ermumcu (2014) evli çiftlerle gerçekleştirdiği araştırmada stresle baş etmenin, bağlanmanın ve empatinin affetme üzerindeki yordayıcı rolünü incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre güvenli ve korkulu bağlanma affediciliği yordamaktadır. Stresle baş etme tutumlarından aktif baş etme ve duygusal eylemsel baş etmeyi benimsemek de affediciliği yordamaktadır.

BÖLÜM III: YÖNTEM

Bu bölümde araştırma süresince izlenen yol, kullanılan yöntem ve araçlar hakkında bilgi verilecektir. Karma yöntem şeklinde tasarlanan bu araştırma nitel araştırma, ölçek geliştirme ve ilişkisel araştırma olmak üzere üç aşamadan oluşmaktadır. Bu araştırma aşamaları ile bağlantılı olarak; çalışmanın modeli ve deseni, çalışma grupları, veri toplama süreçleri, veri toplama araçları ve analiz aşamaları hakkında bilgi verilecektir.

3.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada ilk olarak evli bireylerin evlilikte farkındalık ve evlilikte empatiye dair algıları nitel araştırma yoluyla incelenmiştir. İkinci aşamada literatürde yapılan çalışmada evlilikte farkındalık ve empatiyi ölçen ölçek araçlarının olmamasından yola çıkılarak nitel araştırma sonuçlarından yardımıyla evlilikte farkındalığı ve evlilikte empatiyi ölçmek için ölçek araçları geliştirilmiştir. Son aşamada evlilikte farkındalık, evlilikte empati, evlilik doyumu ve affedicilik üzerine bir model test edilmiştir. Bu aşamalar şeklinde tasarlanan araştırma bir karma yöntem çalışmasıdır. Karma yöntem çalışmacının aynı çalışma için hem nicel hem de nitel veriler toplayarak bunları analiz edip bulguları raporlaştırmasıdır (Creswell ve Plano Clark, 2017). Johnson ve Onwuegbuzie'e (2004) göre karma yöntem, nicel ve nitel araştırma çalışmalardaki veri toplama ve analiz yöntemlerinin birlikte kullanılarak bütünleştirildiği bir araştırma yöntemidir. Karma yöntem isminden de anlaşılacağı gibi nicel ve nitel verilerin aynı araştırma kapsamında kullanılmasıdır. Ama bu nicel veri ve nitel verilerin birbirinden bağımsız olarak toplanıp analiz edilmesi olarak anlaşılmamalıdır. Her iki veri birbirini tamamlayacak şekilde bir bütün olarak yorumlanmalıdır. Nitel ve nicel verinin birbiri ile ilişkilendirilerek bir nevi harmanlanması olarak ifade edilebilir (Creswell, 2012; Creswell ve Plano Clark, 2017). Ayrıca nitel ve nicel verilerden elde edilen sonuçlardan biri ile diğerinin sonuçlarının geçerliliğini kontrol etmek ya da artırmak için, birinden elde edilen sonuçlarla diğerinin sonuçlarını açıklamak için veya bir analizin sonuçlarını diğer analizin üzerine inşa etmek için karma yöntem çalışması kullanılabilir (Creswell, 2014).

Gerek nitel çalışmaların gerekse nicel çalışmaların çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Karma modelin kullanımıyla her iki yöntemin avantajları bütünleştirilebilmekte, bir yöntemin sınırlılığı diğer yöntemle minimize edilebilmektedir. Bu değerlendirmelerden yola çıkarak nitel ve nicel araştırma yöntemlerinin birlikte

kullanıldığı karma araştırma yöntemi ile daha güçlü sonuçlar elde etmek mümkündür. Karma yöntem şeklinde tasarlanan bu araştırmanın ilk iki aşaması Creswell'in (2014) açıkladığı keşfedici sıralı desene karşılık gelmektedir. Karma yöntem araştırmaları incelendiğinde çok çeşitli araştırma desenlerinin tasarlandığı görülmektedir (Creswell, 2014; Johnson ve Onwuegbuzie, 2004; Leech ve Onwuegbuzie, 2009, Morse, 2003). Bu araştırma desenleri incelendiğinde araştırmanın amacı ve işleyişine göre farklı sınıflandırmaların yapıldığı görülmektedir. Bu desenler nicel ve nitel yöntemlerin aynı anda kullanılması, ardışık olarak kullanılması, iç içe geçmesi veya birinin diğerine göre daha ön planda olması gibi özelliklerle birbirinden ayrılmıştır. Örneğin Morse (2003) veri toplama ve analiz işleminde nitel ve nicel aşamaların eş zamanlı mı veya sıralı mı kullanılacağına dair birçok tasarım sunmuştur. Bu araştırmada Creswell'in tanımladığı araştırma deseni kullanıldığı için Creswell'in tasarımları biraz daha detaylı ele alınacaktır.

Creswell (2017) karma yöntem araştırmaları ile ilgili üç temel desen ve bu üç desenin özelliklerini barındıran üç gelişmiş desen olmak üzere toplam 6 desenli bir sınıflandırma yapmıştır. Bu desenler; Yakınsayan paralel desen, açıklayıcı sıralı desen, keşfedici sıralı desen, iç içe desen, dönüştürücü desen ve çok aşamalı desendir. Şekil 1'de bu desenlerin özellikleri verilmiştir.

1. Yakınsayan Paralel Desen: Bu desende nicel ve nitel veriler eş zamanlı olarak toplanır ve birbiriyle ilişkilendirilerek yorumlanır.

2. Açımlayıcı Sıralı Desen: Bu desende ilk olarak nitel araştırma yapılır. Daha sonra nitel aşama ile niceldeki sonuçlar desteklenir ya da daha da detaylandırılır.

3. Keşfedici Sıralı Desen: Bu desen nitel aşama ile başlar. Ölçek geliştirme için uygun bir desendir. Nicel aşamada ölçek geliştirilebilir. Akabinde geliştirilen ölçeklerle tekrar bir nicel uygulama yapılabilir.

4. İç İç Desen: bu desende öncelik sonralık yoktur. Bir nitel araştırma aşamasının içine nicel bir uygulama eklenebilir.

5. Dönüştürücü Desen: Daha çok sosyal olayların irdelendiği bu desende sosyal adalet odaklı olarak güç dengesizlikleri, toplumsal ayrımcılık, azınlık hakları gibi konuları amaçlayan çalışmalar yapılmaktadır.

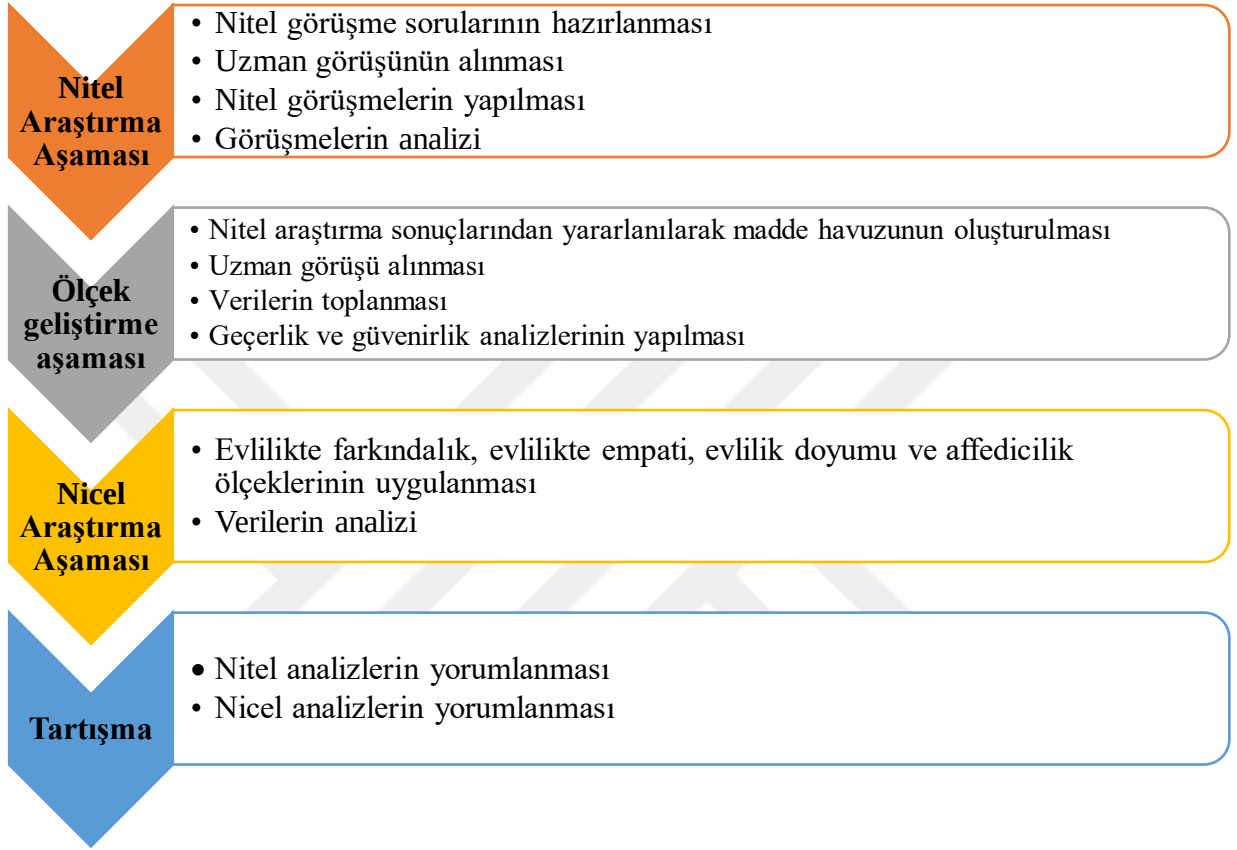
6. Çok aşamalı desen: Bu desen de de öncelik sonralık yoktur. İsminden de anlaşılacağı üzere yapılan her uygulama ve analizin sonuçlarına bağlı olarak birçok nitel ve nicel aşama işlemleri yapılabilir.

Şekil 1. Karma Yöntem Desenleri

Keşfedici sıralı desende araştırma öncelikle nitel veri toplama ve analiz etme ile başlar. Daha sonra bu bulgulardan yola çıkılarak nicel aşamaya geçilir. Bu desende küçük bir grup üzerinde elde edilen nitel sonuçların daha geniş bir popülasyonda benzer sonuçları sağlayıp sağlayamayacağı hedeflenebilir. Araştırmacının incelemek istediği kavramla ilgili yeterli ölçme araçlarının olmadığı durumlarda keşfedici sıralı desen ideal bir tasarımdır. Bu durumda birincisi nitel araştırmanın yapıldığı keşif aşaması, ölçme aracının geliştirildiği ikinci aşama ve geliştirilen ölçeğin büyük bir guruba uygulandığı üçüncü aşama olmak üzere bir sıra izlenebilir (Creswell, 2014).

İlk iki aşaması keşfedici sıralı desen şeklinde tasarlanan bu araştırmada ilk olarak evlilikte farkındalık ve empatinin evli bireylerce nasıl algılandığını incelemek için nitel görüşme soruları hazırlandı ve uygulandı. Elde edilen sonuçlardan yararlanılarak evlilikte farkındalık ve evlilikte empatiyi ölçecek ölçme araçları hazırlandı. Hazırlanan ölçekler uygulama ve analiz işlemleri yapılarak kullanılmaya hazır ölçme araçları haline getirildi. Son

aşamada araştırma kapsamında geliştirilen evlilik farkındalığı ölçeği, evlilikte empati ölçeği ve evlilik doyumu ile affediciliği ölçecek araçlar kullanılarak ilişkisel bir çalışma yapılmıştır. Şekil 2’de bu araştırmada izlenen süreç gösterilmiştir.



Şekil 2. Karma Yöntem Araştırma Basamakları

3.2. Nitel Araştırma Bölümü

Bu bölümde araştırmanın nitel çalışma kısmı ile ilgili bilgilere yer verilecektir. Araştırma kapsamında evli bireylerin evlilikte farkındalık ve evlilikte empatiye dair algıları nitel araştırma yöntemiyle incelenmiştir. Bu araştırmada kullanılan desen, çalışma grubu, veri toplama yöntemleri ve analiz aşamaları aşağıda sırasıyla verilmiştir.

3.2.1. Araştırma deseni

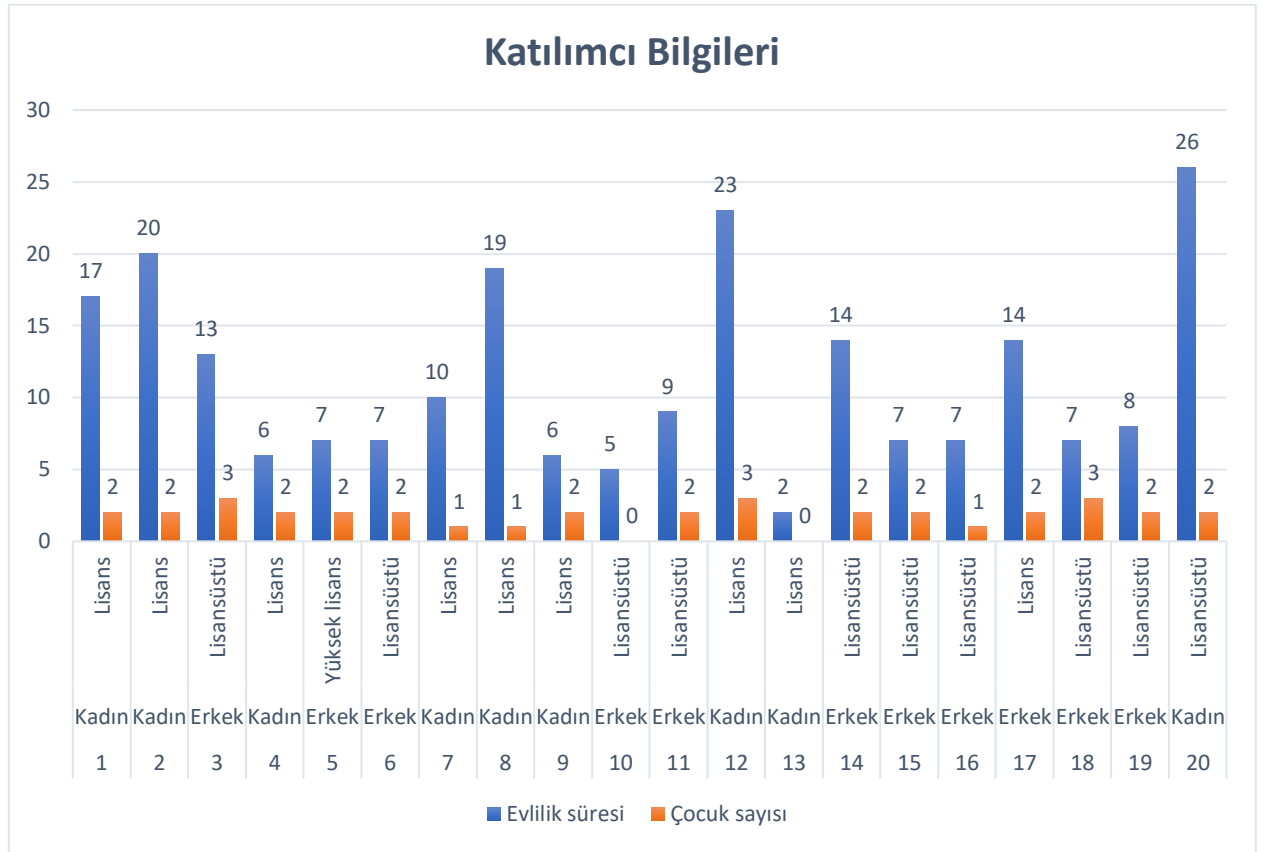
Araştırmada evli bireylerin evlilikte farkındalık ve evlilikte empati deyince ne anladıkları sorgulanmıştır. Evlilikte Farkındalık ve empatiyi nasıl yorumladıkları, bununla ilgili kendi öznel deneyimleri incelenmek istenmiştir. Bu nedenle araştırmanın bu bölümü

nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik desen olarak tasarlanmıştır. Fenomenolojik araştırma bireyin bir olgu hakkındaki özel deneyimini (Bogdan ve Biklen, 2003) ve bu deneyimi nasıl algılayıp anlamlandırıdığını inceler (Mertens, 2010). Bir olgu hakkında bireylerin ne hissettikleri, olguya nasıl bir anlam yükledikleri ve onu nasıl algıladıkları fenomenolojik araştırmanın ilgi alanıdır (Patton, 2002). Fenomenolojik araştırmada amaç bir olguyu kişilerin bakış açısıyla anlamak ve açıklamaktır. Çünkü fenomenolojik araştırmayı diğer nitel araştırma yaklaşımlarından ayıran özellik, öznel deneyimin araştırmanın merkezinde olmasıdır (Mertens, 2010). Bu araştırmada fenomenolojik araştırma yaklaşımlarından yorumlayıcı fenomenolojik analiz kullanılmıştır. Yorumlayıcı fenomenolojik analiz insanların çeşitli yaşam deneyimlerine nasıl bir anlam yüklediklerini ve bunu nasıl algıladıklarını inceleme amacı güden bir araştırma yöntemidir (Smith, Flowers ve Larkin, 2009). Yorumlayıcı fenomenolojik analiz psikoloji, eğitim psikolojisi, sağlık psikolojisi, sosyal psikoloji, klinik psikoloji gibi alanlarda yaygın olarak kullanılmaktadır (Smith, Flowers ve Larkin, 2009).

3.2.2. Çalışma Grubu

Nitel araştırmalarda araştırma yapılan olgu için yeterli düzeyde detaylı bilgiyi verebilecek bireyleri seçebilmek için amaçlı örnekleme yöntemi sıklıkla kullanılır. Burada araştırılacak olgu ya da kavramı deneyimlemiş kişileri doğru olarak belirleyebilmek amaçlanır (Creswell, Clark, 2017). Bu sebeple bu çalışmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Görüşmeye dahil edilecek kişiler belirlenirken araştırmacının amacı çerçevesinde araştırmacı tarafından bazı ölçütler belirlenmiştir. Araştırmanın amacı evli bireylerin evlilikte farkındalık ve empatiye dair algıları olduğu için katılımcıların evli olması birinci kriter olarak belirlenmiştir. İkinci kriter olarak daha derinlemesine veri elde edebilmek için en az lisans mezunu kişiler çalışmaya dahil edilmiştir. Cinsiyet olarak hem kadın hem erkek katılımcının araştırmaya dahil edilmesine dikkat edilmiştir. Ayrıca katılımcıların evlilik sürelerinin geniş bir aralıkta olmasına özen gösterilmiştir. Bu anlamda belirli ölçütler dahilinde çeşitlilik sağlanmaya çalışılmıştır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler



Tablo 2’de görüldüğü gibi çalışma grubu N=20 (9 kadın, 11 erkek) kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların evlilik süreleri 2 yıl ile 26 yıl arasında değişmektedir. Katılımcılardan biri çocuk sahibi değildir. Diğer katılımcıların çocuk sayıları bir ile üç arasında değişmektedir. Katılımcıların eğitim durumları lisans ve üstüdür.

3.2.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmanın nitel çalışma bölümünde veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Görüşme soruları hazırlanırken fenomenolojik araştırmalar hakkında detaylı bir araştırma yapılmış ve soruların araştırılması amaçlanan durumlar hakkında detaylı bilgiyi verecek şekilde kapsamlı olmasına özen gösterilmiştir. Hazırlanan görüşme soruları alanda uzman 6 akademisyene gönderilmiş ve onların önerileri doğrultusunda revize edilmiştir. Revize edilen görüşme soruları tekrardan iki akademisyenle ayrı ayrı birer oturum yapılarak üzerinde çalışılmış ve son hali verilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formları ek 1 ve ek 2’de verilmiştir.

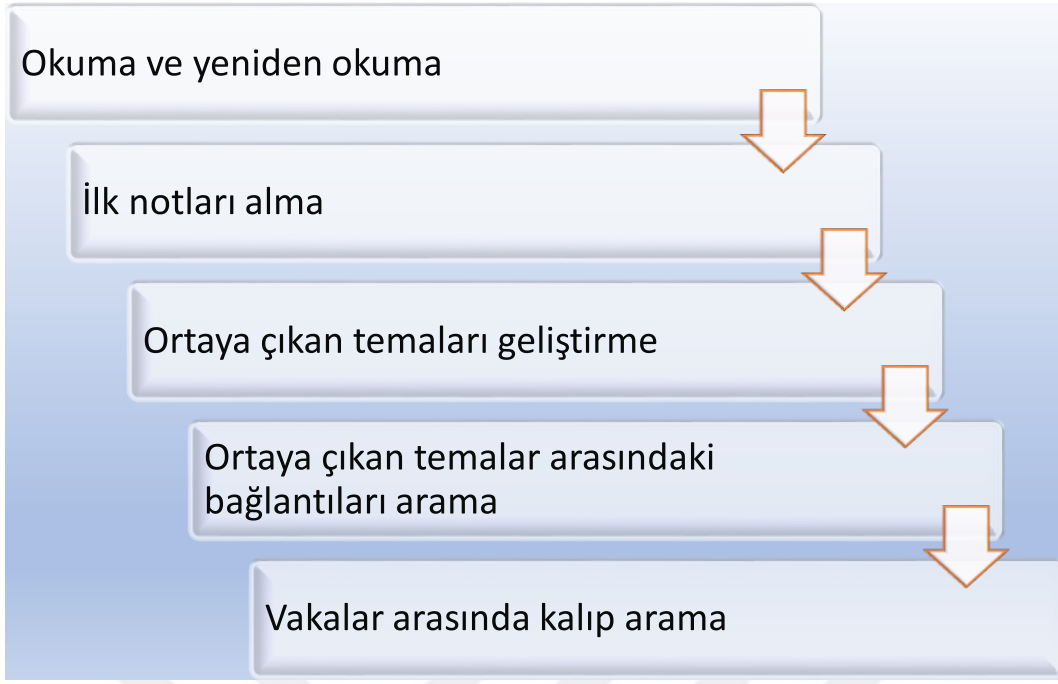
3.2.4. Verilerin toplanması

Nitel araştırma için görüşmeler yapılırken her bir katılımcı için uygun gün ve saat belirlendi. Görüşmeye ses kayıt cihazı ve yarı yapılandırılmış görüşme formu götürüldü. Katılımcıların onayı alınarak görüşmeler kayıt altına alındı. Görüşmelerin başında kişilerin kaç yıldır evli oldukları ve kaç çocukları olduğu gibi demografik sorular sorulmuş devamında evlilikte farkındalık ve empatiye dair sorulara geçilmiştir.

3.2.5. Verilerin Analizi

Görüşmelerin tamamlanmasıyla beraber verilerin analizi aşamasına geçilmiştir. Öncelikle yapılan görüşmelerin ses kayıtları deşifre edilerek yazılı hale getirilmiştir. Görüşmelerin analizinde MAXQUDA 12 Paket Programından yararlanılmıştır. Görüşmelerin yazılı dokümanları bu programa yüklenerek analize başlanmıştır.

Nitel araştırmalarda verilerin analizi nicel araştırmaların analizinden çok farklı seyreder. Nitel araştırmalarda elde edilen verinin yapısı gereği araştırmacı analiz sürecine aktif olarak dahildir ve kendini soyutlayamaz. Pietkiewicz ve Smith' e (2014) göre nitel araştırmalarda araştırmacıya yol gösterebilecek bazı analiz aşamaları sunulabilir. Fakat bu aşamalar analizin olası bir yoludur. Reçete olarak sunulmamalıdır. Araştırmacının analizde yaratıcı ve esnek düşünmesi tavsiye edilmelidir. Araştırmada yorumlayıcı fenomenolojik analiz deseni kullanıldığı için Smith, Flowers ve Larkin'in (2009) açıklamış olduğu analiz aşamaları araştırmacıya kılavuz olma açısından önemli bir katkı sunmuştur. Smith, Flowers ve Larkin (2009) tarafından yorumlayıcı fenomenolojik analizde araştırmacıya yardımcı olabilmek için sunulan analiz adımları şekil 3' te verilmiştir.



Şekil 3. Nitel Araştırma Analiz Basamakları

Analiz aşamasında ilk olarak bütün görüşme deşifreleri bir kez okundu. İkinci okumada her bir katılımcıya ait görüşme çıktıları okunarak kodlamalar yapıldı. Okuma ve kodlama sürecinde önemli görülen bazı ayrıntılar için hatırlatıcı notlar alındı. Kodlama işleminden sonra kodlar birbiri ile ilişkilendirilerek alt temalar ve temalar oluşturuldu. Böylelikle evlilikte farkındalık ve empatiye dair katılımcıların algı ve deneyimleri bir bütün olarak sunulmuştur.

3.2.6. Geçerlilik ve Güvenirlik

Nitel araştırmalarda gerek görüşme sorularının hazırlanmasında gerekse verilerin toplanması ve analizinde araştırmacı aktif olarak sürecin içerisinde. Nitel araştırmaların doğası gereği araştırmacıya sürecin bir parçası olarak bu esneklik verilmiştir. Bununla birlikte nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenirliliği sağlamak için bazı yöntemler belirlenmiştir. Lincoln ve Guba'ya (1985) göre bu yöntemler inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlık ve teyit edilebilirliktir.

Araştırmacı görüşme formunun hazırlanmasından başlayarak verilerin toplanma ve analiz aşamalarına kadar geçerlilik ve güvenirliliği artırma noktasında birtakım çalışmalar yapmıştır. Görüşme soruları hazırlanırken fenomenolojik araştırma örnekleri detaylı şekilde incelenmiş, soruların hazırlanma aşamasında da sürekli olarak alan uzmanları ile fikir

alışverişinde bulunulmuştur. Yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler uzman incelemesine gönderilmiş ve geri dönütler ışığında gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Görüşme öncesinde katılımcılara görüşme soruları hakkında bilgi verilmiş ve bu görüşmelerin hangi amaçla kullanılacağı belirtilmiştir. Bu şekilde katılımcıların güveni kazanılmış ve katılımcıların deneyim ve düşüncelerini rahat bir şekilde ifade etmesi sağlanmıştır. Görüşme esnasında gerek görüldüğü durumlarda sorular hakkında ek açıklama yapılmıştır.

Tutarlılığın sağlanması için araştırmacı gerek ses kayıtlarını yazıya dökerken gerekse de tekrarlı okumalarla veriyle yeterli düzeyde etkileşim sağlamıştır. Ayrıca araştırma sürecinin veri toplama ve analiz aşamaları nitel araştırma deneyimi olan uzman bir akademisyen tarafından kontrol edilmiştir. Oluşturulan temalar ve alt temalar ve görüşme çıktıları akademisyene gönderilmiş ve teyit ettirilmiştir. Aktarılabilirliğin sağlanması için araştırmanın işlem basamakları detaylı olarak verilmiştir. Kullanılan görüşme formları eklerde verilmiştir. Kullanılan örneklem tipi ve katılımcılara ait demografik bilgiler detaylı olarak belirtilmiştir. Araştırmanın inandırıcılığının sağlanması için veriyle yeterli düzeyde etkileşim sağlanmıştır. Ayrıca veri toplama ve analiz aşamaları bir uzman tarafından eleştirel bir bakışla incelenmiş ve geri dönütleri dikkate alınmıştır. Araştırmada kapsamında veri toplanan katılımcı sayısı ve her temaya ilişkin yeterli düzeyde alıntının yapılmış olması araştırmanın teyit edilebilir olduğunu göstermektedir.

3.2.6. Araştırmacının Rolü

Nicel araştırmalarda sayısal veriler toplanıp istatistiksel analize tabi tutulduğu için araştırmacının doğrudan bir müdahalesi söz konusu değildir. Nitel araştırmalarda ise verilerin toplanması ve analiz işlemlerinde araştırmacı doğrudan sürecin içerisinde. Patton'a (2002) göre nitel araştırmada araştırmacı da bir veri toplama aracıdır. Nitel araştırmada araştırmacı sürecin aktif bir parçası olsa da ön yargılarından uzak durması tarafsız bir tutum içerisinde olması elde edilen sonuçların sağlıklı olması açısından önemlidir. Bu sebeple nitel araştırmalarda araştırmacının konu seçimine giden süreçten başlayarak, veri toplama ve analiz aşamalarıyla alakalı olarak kendine dair bir değerlendirme yapması beklenmektedir.

Yaklaşık on yıldır psikolojik danışmanlık alanında çeşitli kurumlarda çalışmaktayım. Mesleğimin gereği olarak bireyin gelişimindeki psikolojik ve sosyolojik faktörler üzerinde düşünme ve araştırma yapmaktayım. Bireyin gelişiminin en önemli yıllarının aile içinde gerçekleşmesi, aileyi bireyin gelişiminde merkezi bir konuma taşımaktadır. Bu sebeple aile

ve aile ilişkilerine önem vermekteyim. Alanım gereği çeşitli yaş gruplarından birçok kişiye psikolojik danışmanlık yapma fırsatı buldum. Bireysel sorunlarıyla ilgili yardım almaya gelen birçok kişi de aile ilişkilerinin de sağlıklı olmadığını gözlemledim. Sorunlu aile içi ilişkilerin, aile içi şiddetin, boşanma sonucu dağılmış aile yapılarının bireyin yaşantısına olumsuz olarak yansıdığını gördüm. Sağlıklı birey ve sağlıklı toplumun temelini iyi bir aile yapısıyla oluşturulabileceğini düşünüyorum. Çünkü saygı, sevgi sağlıklı iletişim, arkadaşlık dostluk gibi becerilere sahip, sorumluluk bilinci olan, sosyal ve toplumsal kurallara uyan, iradesi ve ahlaki yapısı güçlü olan bir neslin yetişmesi için bu özellikleri barındıran aile yapılarına ihtiyaç vardır. Fakat gözlemlerim ve deneyimlerimden yola çıkarak bireylerin bir evlilikte olması gerekenler konusunda farkındalıklarının düşük olduğu, iletişim ve empatinin evlilikte yeterince etkili kullanılmadığını düşünmekteyim. Bu düşüncelerden yola çıkarak evli bireylerin evlilik farkındalıklarını nasıl tanımladıklarını, evliliği nasıl anlamlandırdıklarını, evlilikte empatiyi nasıl değerlendirdiklerini incelemek istedim. Çünkü evlilik ve aile hayatını daha nitelikli hale getirecek her türlü bilgi ve deneyimin değerli olduğunu düşünmekteyim.

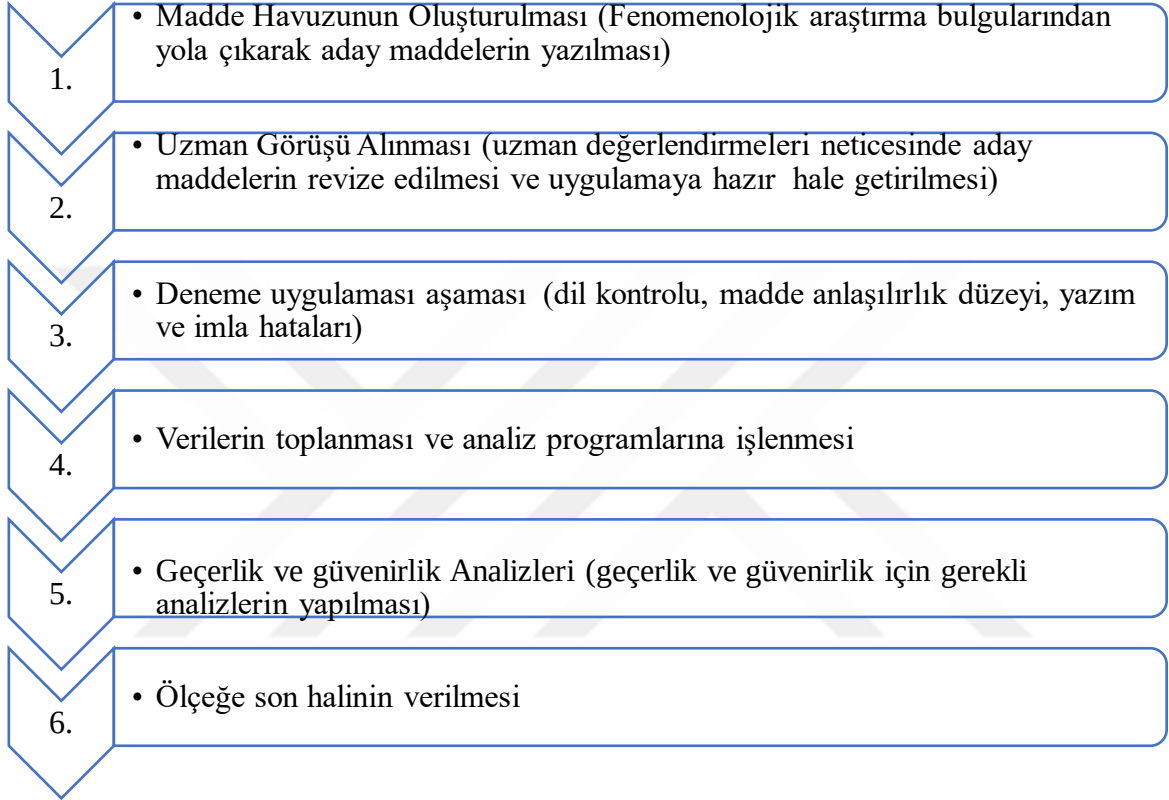
Evli bireyler ile farkındalık ve empati ile ilgili görüşmeler yaptıkça seçilen konunun önemini daha iyi anlamaya başladım. Katılımcılar gerek görüşme esnasında gerekse görüşme sonundaki geri bildirimlerde seçilen konunun evlilik yaşamının niteliği açısından çok yararlı olacağını belirttiler. Görüşmelerin analizi esnasında tema ve alt temalar ortaya çıktıkça zihnimde daha net bir evlilik farkındalığı şeması oluştu. Bu süreç aynı zamanda bana da evlilik farkındalığımı, evlilik ilişkimde empatiyi ne düzeyde kullanabildiğimi sorgulama fırsatı verdi. Temalar ve temalara ilişkin kavramları oluşturmak benim için keyifli bir süreçti.

3.3. Ölçek Geliştirme Bölümü

Araştırma kapsamında nitel araştırmadan elde edilen sonuçlardan yola çıkarak “evlilik farkındalığı ölçeği” ve “evlilikte empati ölçeği” geliştirilmiştir. Araştırmanın bu bölümünde geliştirilen ölçeklerle ilgili izlenen yol ve yapılan işlemler başlıklar halinde sunulmuştur.

3.3.1. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Geliştirme Aşamaları

Evlilik farkındalığı ölçeğinin geliştirilmesi ile ilgili madde yazım süreci, uygulama ve analiz işlemlerine dair izlenen yol bu bölümde detaylı olarak aktarılmaktadır. Şekil 4'te ölçek geliştirme işleminde izlenen adımlar gösterilmiştir.



Şekil 4. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Geliştirme Aşamaları

3.3.1.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu evli bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubu seçilirken evli bireylere ulaşma noktasında kartopu örnekleme metodundan yararlanılmıştır. Kartopu örnekleme çalışması için uygun olabilecek verileri bulmada kolaylık sağlayan bir yöntemdir. Bu yöntemde araştırmacı çalışma için uygun olan bir veri grubuyla başlar. Bu veri grubunun önerdiği kişilerle devam eder. Katman şeklinde her verinin başka veriler önermesi şeklinde katılımcılara ulaşılır. Başta küçük bir veri grubu ile başlansa bile her veri grubunun yeni kişileri önermesi ile katılımcıların sayısı kartopu misali artar (Christensen Johnson ve Turner, 2015; Mertens 2010). Kartopu örnekleme örnekleme çerçevesinin olmadığı ulaşılması zor olan popülasyonlarda kullanılabilir. Bu yöntemde yeterli sayıda katılımcıya

ulaşılan kadar uygulamaya devam edilir (Christensen Johnson ve Turner, 2015). Ölçek geliştirme aşamasında Açıklayıcı Faktör Analizi, Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Ölçüt Geçerliği Analizi için toplanan verilere ilişkin bilgiler tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Açıklayıcı Faktör Analizi	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	214	61
	Erkek	137	39
	Toplam	351	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	132	37,6
	6-10 yıl	113	32,2
	11-20 yıl	76	21,7
	21 ve üstü yıl	30	8,5
	Toplam	351	100
Çocuk sayısı	Yoktur	65	18,5
	1	115	32,8
	2	114	32,5
	3 ve üstü	57	16,2
	Toplam	351	100
Doğrulayıcı Faktör Analizi	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	155	64
	Erkek	87	36
	Toplam	242	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	104	43
	6-10 yıl	65	26,9
	11-20 yıl	53	21,9
	21 ve üstü yıl	20	8,3
	Toplam	242	100
Çocuk sayısı	Yoktur	46	19
	1	63	26
	2	86	35,5
	3 ve üstü	47	19,4
	Toplam	242	100
Ölçüt Geçerliği	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	22	48,9
	Erkek	23	51,1
	Toplam	45	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	17	37,8
	6-10 yıl	21	46,7
	11-20 yıl	5	11,1
	21 ve üstü yıl	2	4,4
	Toplam	45	100
Çocuk sayısı	Yoktur	12	26,7
	1	13	28,9
	2	12	26,7
	3 ve üstü	8	17,8
	Toplam	45	100

3.3.1.2. Madde Yazım Süreci ve Madde Havuzu

Ölçeğin madde yazım süreci fenomenolojik araştırma sonuçlarından yararlanılarak başlatılmıştır. Ölçek maddesi yazmak için ilgili literatür araştırması yapılabilir ya da nitel görüşme sonuçlarından yararlanılabilir. Evlilikte farkındalığa dair yeterli literatür olmadığı için nitel araştırma yapıldı ve araştırmanın sonuçlarından faydalanılarak “Evlilik Farkındalığı Ölçeği’nin” madde yazımına başlanmıştır.

Madde havuzu oluşturulurken nitel araştırmalarda elde edilen tema ve alt temalardan yararlanılmıştır. Evlilikte farkındalığa dair beş ana tema olduğu için bu ana temalara vurgu yapan maddeler yazılmıştır. Temalarla ilişkilendirilen alt temaları içeren maddeler de madde havuzuna eklenmiştir. Toplamda 36 madde hazırlanmış ve bu maddeler uzman görüşüne gönderilmiştir.

3.3.1.3. Ölçek Maddeleri Uzman Değerlendirmesi ve Kapsam Geçerliği

“Evlilik farkındalığı ölçeği” için hazırlanan ölçek maddeleri en az doktora tez aşamasında olmak üzere ölçme değerlendirme alanında Doçent, PDR alanında Profesör ve Dr. Öğretim Üyeleri’nin bulunduğu 15 kişiye gönderilmiştir. 13 kişi verilen maddeleri araştırmacının verdiği yönerge doğrultusunda inceleyip geri dönüş yapmıştır. Verilen yönergede her bir ölçek maddesi için “kalmalı”, “düzeltilmeli” ve “silinmeli” şeklinde seçenekler sunulmuştur. Ayrıca yönergede “her bir ifade için düzeltme önerilerinizi ifadenin yanına ya da açıklama ekleyerek belirtebilirsiniz” denilmiştir.

Uzmanlardan gelen değerlendirmeler ışığında ölçek maddeleri için kapsam geçerliği yapılmıştır. Kapsam geçerliği için Lawshe (1975) tekniğinden yararlanılmıştır. Lawshe kapsam geçerlik oranı (KGO) diye bir oran belirlemiş ve yapılan işlemler sonucunda bu oranın altında kalan maddeler atılmaktadır. KGO’nun formülü şu şekildedir: $KGO = NG \div N/2 - 1$ (Bir madde için gerekli diyen uzman sayısının toplam uzman sayısının yarısına bölünüp bir çıkartılmasıdır.)

Lawshe’e (1975) göre KGO değerinin $\alpha = 0,05$ anlamlılık düzeyinde uzman sayısına göre alabileceği minimum değer tablo 4’te verilmiştir. Bu çalışmada 13 uzman dan değerlendirme alındığı için KGO değeri 0, 54 olarak alınmıştır. Bu değer altına düşen maddeler ölçekten çıkarılmıştır

Tablo 4 KGO için Minimum Değerler

Uzman Sayısı	Minimum Değer	Uzman Sayısı	Minimum Değer
5	0.99	13	0.54
6	0.99	14	0.51
7	0.99	15	0.49
8	0.78	20	0.42
9	0.75	25	0.37
10	0.62	30	0.33
11	0.59	35	0.31
12	0.56	40	0.29

Ayrıca uzman görüşleri birlikte değerlendirilerek benzer önerilerin geldiği 11 maddede düzeltme işlemi yapılmıştır. Uzman görüşlerine dair değerlendirme işleminin tamamlanmasıyla birlikte 34 madde ile pilot uygulama aşamasına geçilmiştir.

3.3.1.4. Pilot Uygulamanın Yapılması

Ölçek maddelerinin anlaşılır olup olmadığını kontrol etmek için 30 kişilik bir katılımcı grubuna pilot uygulama yapılmıştır. Katılımcılara maddeleri dil bilgisi, anlatım bütünlüğü ve anlaşılabilirlik düzeyi bakımından değerlendirip dönüt vermeleri istenmiştir. Verilen geri dönütler çerçevesinde 2 maddedeki yazım hataları ve anlam eksikliği giderilerek veri toplama aşamasına geçilmiştir.

3.3.1.5. Verilerin Toplanması ve Analiz İşlemleri

Uygulamaya hazır hale getirilen ölçek maddeleri ilk aşamada Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) için evli bireylere uygulanarak veriler toplanmıştır. İkinci aşamada Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) için veriler toplanmıştır. Son aşamada ölçüt geçerliği için veri toplanmıştır. İlgili analizlerle ilgili elde edilen sonuçlar bulgular bölümünde verilmiştir.

3.3.1.6. Kullanılan Ölçme Araçları

3.3.1.6.1. Kişisel Bilgi Formu

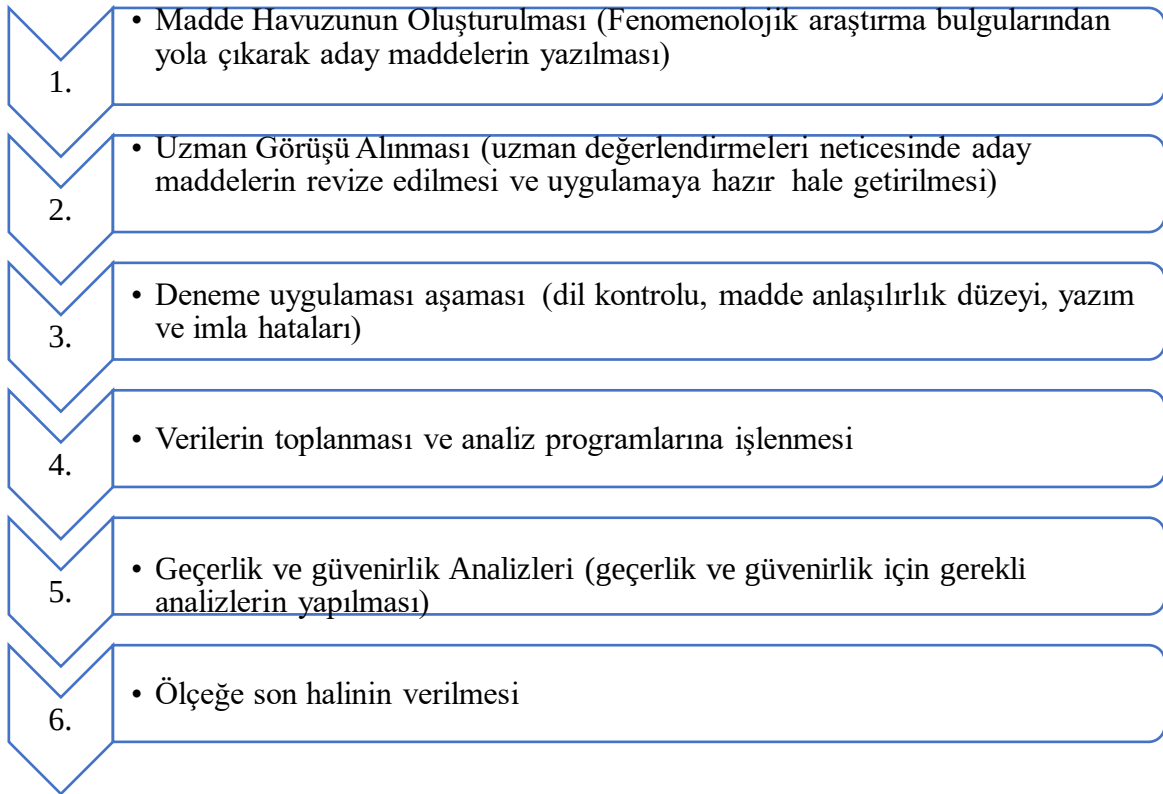
Kişisel bilgi formu cinsiyet, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinden oluşmaktadır. Bu sorular ölçek geliştirme aşamasında hem AFA verisinde hem DFA verisinde hem de ölçüt geçerliği verisinde katılımcılara sorulmuştur.

3.3.1.6.2. Toronto empati ölçeği

Spreng ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen Toronto Empati Ölçeği Totan, Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Orjinali 16 maddde ve 5'li Likert (1: Hiç uygun değil, 5: Tamamen uygun) tipinde olan ölçek Türkçe uyarlamasında faktör yükü .30'un altında olan 3 maddenin çıkarılmasıyla 13 maddelik bir ölçek haline gelmiştir. Yapılan AFA ve DFA analizleri sonucunda ölçeğin orijinal yapısına uygun tek boyutlu bir ölçek olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .79'dur. İki hafta arayla uygulanan test-tekrar test yöntemiyle hesaplanan güvenirlik katsayısı .73 çıkmıştır. 1, 3, 5, 7, 8, 9, 11 ve 12. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 65'tir. Yüksek puan empati düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puan empati düzeyinin düşük olduğunu gösterir

3.3.2. Evlilikte Empati Ölçeği Geliştirme Aşamaları

Evlilikte empati ölçeğinin geliştirilmesi ile ilgili madde yazım süreci, uygulama ve analiz işlemlerine dair izlenen yol bu bölümde detaylı olarak aktarılmaktadır. Şekil 5'te ölçek geliştirme işleminde izlenen adımlar gösterilmiştir.



Şekil 5. Evlilikte Empati Ölçeği Geliştirme Aşamaları

3.3.2.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu evli bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubu seçilirken evli bireylere ulaşma noktasında kartopu örnekleme metodundan yararlanılmıştır. Kartopu örnekleme çalışması için uygun olabilecek verileri bulmada kolaylık sağlayan bir yöntemdir. Bu yöntemde araştırmacı çalışma için uygun olan bir veri grubuyla başlar. Bu veri grubunun önerdiği kişilerle devam eder. Katman şekilde her verinin başka veriler önermesi şeklinde katılımcılara ulaşılır. Başta küçük bir veri grubu ile başlansa bile her veri grubunun yeni kişileri önermesi ile katılımcıların sayısı kartopu misali artar (Christensen Johnson ve Turner, 2015; Mertens 2010). Kartopu örnekleme örnekleme çerçevesinin olmadığı ulaşılması zor olan popülasyonlarda kullanılabilir. Bu yöntemde yeterli sayıda katılımcıya ulaşılan kadar uygulamaya devam edilir (Christensen Johnson ve Turner, 2015). Ölçek geliştirme aşamasında Açıklayıcı Faktör Analizi, Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Ölçüt geçerliği analizi için toplanan verilere ilişkin bilgiler tablo 5’ te verilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Açımlayıcı Faktör Analizi	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	214	61
	Erkek	137	39
	Toplam	351	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	132	37,6
	6-10 yıl	113	32,2
	11-20 yıl	76	21,7
	21 ve üstü yıl	30	8,5
	Toplam	351	100
	Yoktur	65	18,5
Çocuk sayısı	1	115	32,8
	2	114	32,5
	3 ve üstü	57	16,2
	Toplam	351	100
Doğrulamalı Faktör Analizi	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	155	64
	Erkek	87	36
	Toplam	242	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	104	43
	6-10 yıl	65	26,9
	11-20 yıl	53	21,9
	21 ve üstü yıl	20	8,3
	Toplam	242	100
	Yoktur	46	19
Çocuk sayısı	1	63	26
	2	86	35,5
	3 ve üstü	47	19,4
	Toplam	242	100
Ölçüt Geçerliği	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	22	48,9
	Erkek	23	51,1
	Toplam	45	100
Evlilik süresi	0-5 yıl	17	37,8
	6-10 yıl	21	46,7
	11-20 yıl	5	11,1
	21 ve üstü yıl	2	4,4
	Toplam	45	100
	Yoktur	12	26,7
Çocuk sayısı	1	13	28,9
	2	12	26,7
	3 ve üstü	8	17,8
	Toplam	45	100

3.3.2.2. Madde Yazım Süreci ve Madde Havuzu

Ölçeğin madde yazım süreci fenomenolojik araştırma sonuçlarından yararlanılarak evlilikte empati ölçeği için madde yazımına başlanmıştır. Madde havuzu oluşturulurken nitel araştırmalarda elde edilen tema ve alt temalardan yararlanılmıştır. Temalarla ilişkilendirilen alt temaları içeren maddeler de madde havuzuna eklenmiştir. Toplamda 23 madde hazırlanmış ve bu maddeler uzman görüşüne gönderilmiştir.

3.3.2.3. Ölçek Maddeleri Uzman Değerlendirmesi ve Kapsam Geçerliği

Evlilik farkındalığı ölçeği için hazırlanan ölçek maddeleri en az doktora tez aşamasında olmak üzere ölçme değerlendirme alanında Doçent, PDR alanında Profesör ve Dr. Öğretim Üyeleri'nin bulunduğu 15 kişiye gönderilmiştir. 13 kişi verilen maddeleri araştırmacının verdiği yönerge doğrultusunda inceleyip geri dönüş yapmıştır. Verilen yönergede her bir ölçek maddesi için “kalmalı”, “düzeltilmeli” ve “silinmeli” şeklinde seçenekler sunulmuştur. Ayrıca yönergede “her bir ifade için düzeltme önerilerinizi ifadenin yanına ya da açıklama ekleyerek belirtebilirsiniz” denilmiştir.

Uzmanlardan gelen değerlendirmeler ışığında ölçek maddeleri için kapsam geçerliği yapılmıştır. Kapsam geçerliği için Lawshe (1975) tekniğinden yararlanılmıştır. Lawshe kapsam geçerlik oranı (KGO) diye bir oran belirlemiş ve yapılan işlemler sonucunda bu oranın altında kalan maddeler atılmaktadır. KGO'nun formülü şu şekildedir: $KGO = NG \div N/2 - 1$ (Bir madde için gerekli diyen uzman sayısının toplam uzman sayısının yarısına bölünüp bir çıkartılmasıdır.)

Lawshe'e (1975) göre KGO değerinin $\alpha = 0,05$ anlamlılık düzeyinde uzman sayısına göre alabileceği minimum değer tablo 6'da verilmiştir. Bu çalışmada 13 uzmandan değerlendirme alındığı için KGO değeri 0, 54 olarak alınmıştır. Bu değer altına düşen maddeler ölçekten çıkarılmıştır

Tablo 6. KGO için Minimum Değerler

Uzman Sayısı	Minimum Değer	Uzman Sayısı	Minimum Değer
5	0.99	13	0.54
6	0.99	14	0.51
7	0.99	15	0.49
8	0.78	20	0.42
9	0.75	25	0.37
10	0.62	30	0.33
11	0.59	35	0.31
12	0.56	40	0.29

Ayrıca uzman görüşleri birlikte değerlendirilerek benzer önerilerin geldiği 5 maddede düzeltme işlemi yapılmıştır. Uzman görüşlerine dair değerlendirme işleminin tamamlanmasıyla birlikte 19 madde ile pilot uygulama aşamasına geçilmiştir.

3.3.2.4. Pilot Uygulamanın Yapılması

Ölçek maddelerinin anlaşılır olup olmadığını kontrol etmek için 30 kişilik bir katılımcı grubuna pilot uygulama yapılmıştır. Katılımcılara maddeleri dilbilgisi, anlatım bütünlüğü ve anlaşılabilirlik düzeyi bakımından değerlendirip dönüt vermeleri istenmiştir. Verilen geri dönütler çerçevesinde 2 maddedeki yazım hataları ve anlam eksikliği giderilerek veri toplama aşamasına geçilmiştir.

3.3.2.5. Verilerin Toplanması ve Analiz İşlemleri

Uygulamaya hazır hale getirilen ölçek maddeleri ilk aşamada Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) için evli bireylere uygulanarak veriler toplanmıştır. İkinci aşamada Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) için veriler toplanmıştır. Son aşamada ölçüt geçerliği için veri toplanmıştır. İlgili analizlerle ilgili elde edilen sonuçlar bulgular bölümünde verilmiştir.

3.3.2.6. Kullanılan Ölçme Araçları

3.3.2.6.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu cinsiyet, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinden oluşmaktadır. Bu sorular ölçek geliştirme aşamasında hem AFA verisinde hem DFA verisinde hem de ölçüt geçerliği verisinde katılımcılara sorulmuştur.

3.3.2.4.2. Toronto empati ölçeği

Spreng ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen “Toronto Empati Ölçeği” Totan, Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Orjinali 16 maddede ve 5’li Likert (1: Hiç uygun değil, 5: Tamamen uygun). tipinde olan ölçek Türkçe uyarlamasında faktör yükü .30’un altında olan 3 maddenin çıkarılmasıyla 13 maddelik bir ölçek haline gelmiştir. Yapılan AFA ve DFA analizleri sonucunda ölçeğin orijinal yapısına uygun tek boyutlu bir ölçek olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .79’dur. İki hafta arayla uygulanan test-tekrar test yöntemiyle hesaplanan güvenirlik katsayısı .73 çıkmıştır. 1, 3, 5, 7, 8, 9, 11 ve 12. Maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 65 tir. Yüksek puan empati düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puan empati düzeyinin düşük olduğunu gösterir

3.4. İlişkisel Çalışma

3.4.1. Araştırma deseni

Bu araştırma, evli bireylerde, evlilik farkındalığı, evlilikte empati, evlilik doyumu ve affetme üzerine bir model denemesi yapmak amacıyla ilişkisel tarama modeline dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, ilişkileri ve bağlantıları araştıran korelasyonel ve nedensel yöntemleri içeren bir tarama yöntemidir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008). Araştırma bir model denemesi şeklinde tasarlanmıştır. Araştırma kapsamındaki değişkenlerin birbiri ile olan ilişkisinde bazı aracı değişkenlerin rolünü açıklamaya dair bir analiz olan yol analizi kullanılmıştır. Yol analizi çoklu regresyon analizinin kapsamı ve analizi genişletilmiş mantıksal bir uzantısı olarak tanımlanabilir (Schumacker ve Lomax, 2010). Yol analizinde modeldeki değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerine bağlı olarak birden çok çoklu regresyon analizi kullanılır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Ölçmedeki hata oranını azaltma, sadece gözlenen değişkenleri değil gizil değişkenleri de inceleyebilme, açıklayıcı olmaktan çok doğrulayıcı olma (Byrne, 2010), değişkenler arasındaki ilişkiyi bir model olarak gösterebilme gibi özellikler yapısal eşitlik modeli içinde yer alan yol analizini güçlü kılan özelliklerdir. Yapısal eşitlik modeli içinde yol analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve yapısal regresyon gibi analizleri barındıran bir sistemdir. Yapısal eşitlik modeli (1) modelin tasarlanması, (2) modelin tanımlanabilir olup olmadığının belirlenmesi, (3) bu tanımlamaya uygun olarak ölçme araçlarının belirlenmesi ve veri toplanması, (4) analizler yoluyla uygun modelin belirlenmesi ve (5) sonuçların rapor edilmesi gibi aşamalardan oluşur (Kline, 2011). Yapısal eşitlik

modellemesi, deneysel olmayan araştırmaları içeren çok sayıda araştırma problemini ele almak için çok etkin bir şekilde kullanılabilir (Byrne, 2010).

3.4.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın alışma grubunu evli bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubu seçilirken evli bireylere ulaşma noktasında kartopu örnekleme metodundan yararlanılmıştır. Kartopu rnekleme çalışma için uygun olabilecek verileri bulmada kolaylık sağlayan bir yöntemdir. Bu yöntemde araştırmacı çalışma için uygun olan bir veri grubuyla başlar. Bu veri grubunun önerdiği kişilerle devam eder. Katman şekilde her verinin başka veriler önermesi şeklinde katılımcılara ulaşılır. Başta küçük bir veri grubu ile başlansa bile her veri grubunun yeni kişileri önermesi ile katılımcıların sayısı kartopu misali artar (Mertens 2010, Christensen Johnson ve Turner, 2015). Kartopu rnekleme örnekleme çerçevesinin olmadığı ulaşılması zor olan popülasyonlarda kullanılabilir. Bu yöntemde yeterli sayıda katılımcıya ulaşılana kadar uygulamaya devam edilir (Christensen Johnson ve Turner, 2015). Çalışma kapsamında elde edilen verilere ait demografik bilgiler tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	298	50,0
	Erkek	298	50,0
	Toplam	596	100,0
Evlilik süresi	0-5 yıl	217	36,4
	6-10 yıl	151	25,3
	11-20 yıl	135	22,7
	21 ve üstü yıl	93	15,6
	Toplam	596	100,0
Gelir düzeyi	Düşük	32	5,4
	Orta	498	83,6
	Yüksek	66	11,1
	Toplam	596	100,0
Eğitim Düzeyi	İlk/ortaokul	40	6,7
	Lise	89	14,9
	Lisans	340	57,0
	Lisansüstü	127	21,3
	Toplam	596	100,0

3.4.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın nicel aşaması için kişisel bilgi formu, evlilik farkındalığı ölçeği, evlilikte empati ölçeği, evlilik yaşam ölçeği ve affedicilik ölçeği kullanılmıştır.

3.4.3.1. Evlilik farkındalığı ölçeği

Evlilik farkındalığı ölçeği (EFÖ) bu araştırma kapsamında araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 21 madde ve beş alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; dayanışma (4 madde), ilgi (7 madde), sorumluluk (4 madde), anlayış (3 madde) ve paylaşma (3 madde) şeklindedir. Ölçek 7’li likert tipinde (1: Hiçbir zaman, 7: her zaman) bir ölçektir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 147, en düşük

puan ise 21'dir. Her alt boyut kendi başına puanlanabilmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için sırasıyla Açımlayıcı Faktör Analizi, Doğrulayıcı Faktör Analizi ve ölçüt geçerliği analizleri yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde ölçeğin açıklanan varyansı % 62,899 olarak elde edilmiştir. Ölçeklerin toplam varyansa katkısının %60'ın üstünde olması iyi bir kabul değeridir. Alt boyutların toplam varyansı açıklama yüzdeleri ise şu şekilde bulunmuştur: Birinci alt boyut %18,080, ikinci alt boyut %15,774, üçüncü alt boyut %10,999, dördüncü alt boyut %9,445 ve beşinci alt boyut %8,601'dir. Ölçeğin güvenilirlik analizi için yapılan analizde Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı ,923 çıkmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach alpha iç tutarlık katsayıları ise; ilgi ,886, dayanışma ,918, sorumluluk ,833, paylaşma ,817 ve anlayış ,787 olarak bulunmuştur. Ölçek toplam puan ve alt boyutlarının ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda ölçeğin hem toplam puanı hem de tüm alt boyutları için alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < .001$). Ölçek için yapılan doğrulayıcı faktör analizinde tüm maddelerin madde yük değerlerinin ,30'dan yüksek olduğu görülmüştür. ki-kare (χ^2/sd)= 2,045, RMSEA =0,066, SRMR = 0,09, IFI= 0,924; CFI= 0,923; olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği için yapılan analizde evlilik farkındalığı ölçeğinin toplam puanı ve tüm alt boyutların Toronto empati ölçeği ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu gözlenmiştir.

3.4.3.2. Evlilikte Empati Ölçeği

Evlilikte empati ölçeği (EEÖ) bu araştırma kapsamında araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. 11 maddeden oluşan ölçek tek boyutludur. Ölçek 7'li likert tipinde (1: Hiçbir zaman, 7: her zaman) bir ölçektir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 77, en düşük puan ise 11'dir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için sırasıyla açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt geçerliği analizleri yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde ölçeğin açıklanan varyansı % 49,984 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik analizi için yapılan analizde Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı ,876 çıkmıştır. ölçek toplam puanın ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda ölçeğin toplam puanı için alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < .001$). Ölçek için yapılan doğrulayıcı faktör analizinde tüm maddelerin madde yük değerlerinin ,50'den yüksek olduğu görülmüştür. ki-kare (χ^2/sd)= 2,977, RMSEA =0,075, SRMR = 0,05, IFI= 0,954; CFI= 0,954; olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği için yapılan analizde evlilikte empati ölçeğinin Toronto empati ölçeği ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu gözlenmiştir.

3.4.3.3. Affedicilik Ölçeği

Berry ve diğ. (2005) tarafından geliştirilen affedicilik ölçeği Sarıçam ve Akın (2013) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçek 5'li likert tipinde (1:Hiç Katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Kararsızım, 4: Katılıyorum ve 5: Tamamen Katılıyorum) 10 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçektir. Açıklayıcı faktör analizi sonucu KMO örneklem uygunluk katsayısı .66.6, Barlett testi χ^2 değeri 518,353 ($p < .001$, $sd = 120$) bulunmuştur. Yapılan DFA da ölçeğin orjinaline uygun olarak tek boyutlu olduğu görülmüştür DFA ya ilişkin değerler şöyledir: ($\chi^2 = 106.47$, $sd = 32$, $RMSEA = .077$, $CFI = .89$, $GFI = .95$, $AGFI = .91$, $SRMR = .062$). Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .67 olarak bulunmuştur. Benzer ölçekle yapılan ölçüt geçerliği analizinde ($r = .84$) düzeyinde pozitif bir ilişki bulunmuştur. 1., 3., 6., 7., 8.maddeler ters puanlanan maddelerdir. Ölçekten alınacak yüksek puan yüksek düzeyde affediciliği göstermektedir (Sarıçam ve Akın, 2013).

3.4.3.4. Evlilik Yaşam Ölçeği

Evli bireylerin evliliklerindeki doyumu ölçmek amacıyla Tezer (1996) tarafından geliştirilmiştir. Tezer ölçeğin uygulandığı bireylerde farklı bir etki ve algı oluşturabilme ihtimalinden dolayı doyumu ölçen bu ölçeğe evlilik yaşam ölçeği adını vermiştir. Ölçek 5'li likert tipindedir (1:Kesinlikle Katılmıyorum, 2:Katılmıyorum, 3:Kararsızım, 4:Katılıyorum, 5:Kesinlikle Katılıyorum). Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. 2.,4.ve 5. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 50'dir. Yüksek puan evlilik doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenirlik katsayısı 0.85, iç tutarlık katsayısı ise ilk uygulamada 0.91, ikinci uygulamada .89 olarak bulunmuştur (Tezer, 1996).

3.4.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizi için SPSS 22 ve AMOS 24 analiz programlarından yararlanılmıştır. Demografik değişkenlerle ilgili bağımsız t testi ve ANOVA analizleri SPSS yardımıyla; ilişkisel modellerle ilgili analizler AMOS kullanılarak yapılmıştır. Analize başlamadan önce verilerle ilgili bazı düzenlemeler yapılmıştır. Ölçeklerdeki ters maddeler kontrol edilerek analize uygun hale getirilmiştir. Hatalı veri girişleri ile ilgili kontroller yapılmıştır. Eksik veya özensiz olarak doldurulan 30 veri, veri setinden çıkarılmış ve 596 veri ile çalışılmıştır. Bu veri grubunun yapısal model için yeterli düzeyde bir veri grubu olup olmadığı incelenmiştir. Yapısal model gibi karmaşık modellerde büyük ölçekli veri grubuyla çalışılması gerektiğini belirten Kline'e (2011) göre örneklem sayısı yeterli düzeyde olmadığı zaman analiz

sonuçlarında bazı sorunlar olabilir.

Örneklem büyüklüğünün ölçüm için kullanılan madde sayısının on katı olması yeterli olarak kabul edilmektedir (Kline, 1994). Bu çalışmada kullanılan madde ölçek maddeleri ve demografik değişken maddelerinin toplamı 56’dır. Toplanan 596 veri bu anlamda yeterli bir veri olarak kabul edilebilir



BÖLÜM IV: BULGULAR

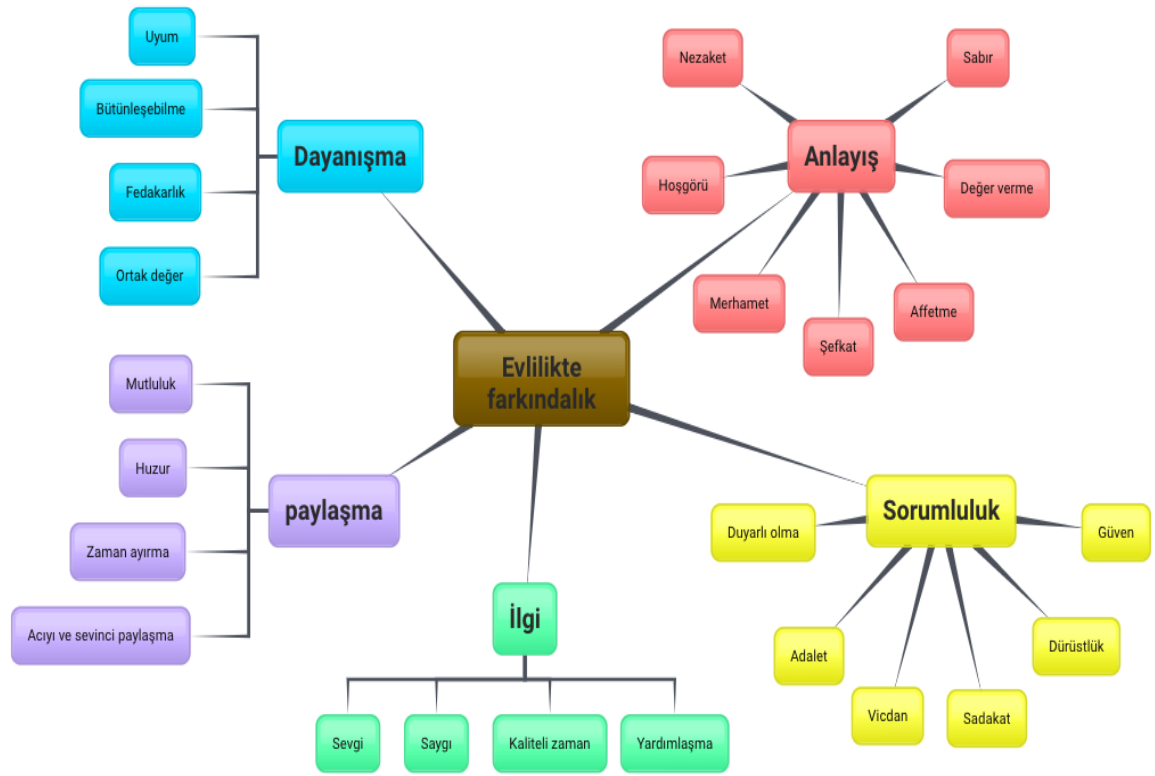
Bu bölümde araştırmanın amaçları kapsamında yapılan analizlerden yola çıkılarak elde edilen sonuçlar aşamalar halinde verilecektir. İlk aşamada araştırmanın nitel analiz kısımlarına ait bulgular verilecektir. İkinci aşamada araştırmanın nicel analize ilişkin bulgularına yer verilecektir. Nitel bulgular bölümünde evli bireylerin evlilikte farkındalık ve empatiye dair algılarını tespit etmek amacıyla yapılan görüşmelerin sonuçları temalar ve alt temalar şeklinde kategorize edilerek verilmiştir. Tema ve alt temalara ilişkin katılımcıların ifadelerinden örnekler verilerek evlilikte farkındalık ve empatiye bakış bütüncül bir çerçeve içerisinde sunulmuştur. Nicel aşamaya ilişkin bulguları da ikiye ayırmak mümkündür. İlk bölümde nitel analiz sonuçlarıyla bağlantılı olarak geliştirilen ölçeklere yer verilmiştir. Burada evlilik farkındalığı ölçeği ve evlilikte empati ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik analizlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. İkinci aşamada yapısal eşitlik modellemesi yoluyla yapılan bir model denemesi ve çeşitli demografik değişkenlere ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Nitel bulgular

Nitel analizlere ait sonuçların ele alındığı bu bölümde fenomenolojik araştırmaya dayalı olarak yapılan görüşmelerden evlilikte farkındalık ve evlilikte empatiye dair elde edilen temalar ve alt temalara yer verilmiştir. Temalara ve alt temalara ilişkin sonuçlar verilirken katılımcılar (K1, K2, K3, K4,...) şeklinde kodlanmıştır.

4.1.1. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Bulgular

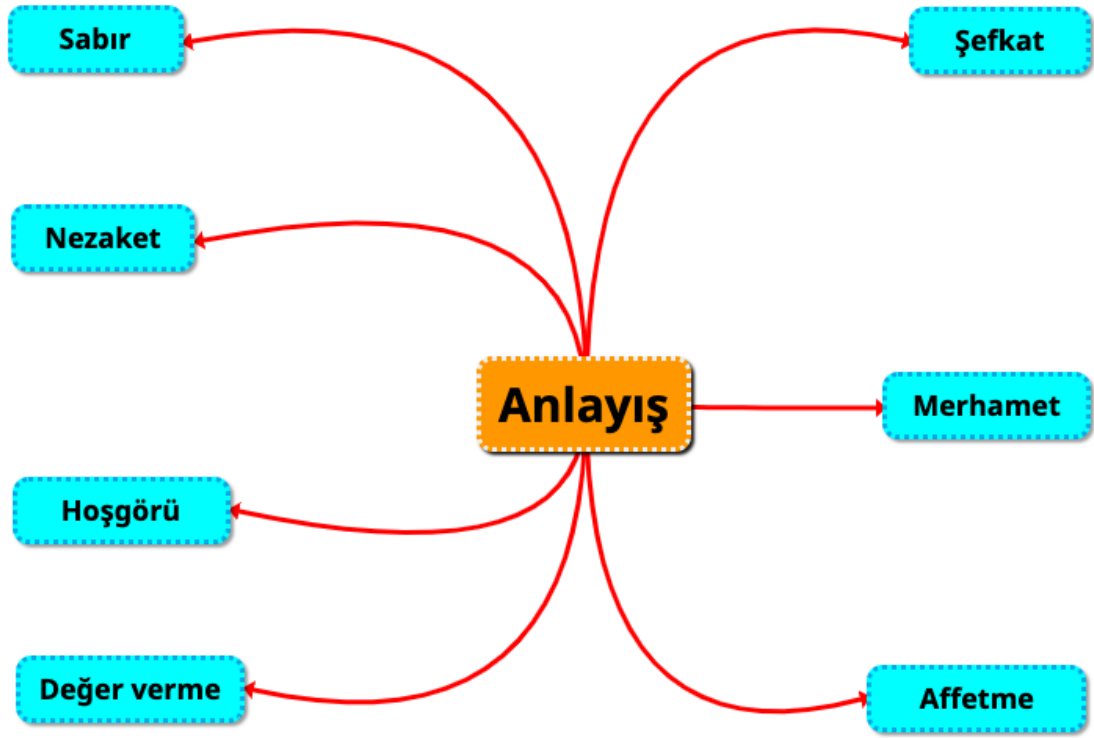
Evlilikte farkındalığa dair fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlar beş ana tema ve temalara ait alt temalar şeklinde bir araya getirilmiştir. Bu temalar ilgi, paylaşım, anlayış, sorumluluk ve dayanışmadır. Ayrıca bu temalarla ilişkili olan kavramlar her temanın alt teması olarak sunulmuştur.



Şekil 6. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Temalar ve At Temaları

4.1.1.1. Tema 1: Anlayış

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde elde edilen sonuçlarda evlilikte farkındalık ile ilgili sıklıkla kullanılan kavramlardan biri anlayıştır. Anlayış kavramı birçok katılımcı tarafından dile getirilmiştir. Bununla ilgili bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir:



Şekil 7. Anlayış Teması ve Alt temaları

Evlilik ilişkimiz karşılıklı anlayış üzerine geçiyor. Kimi zaman ben onu anlayışla karşılıyorum kimi zaman da o beni anlayışla karşılıyor. (K3)

Sorumlulukla birlikte anlayış çok önemlidir. Eşinin de anlamaya çalışması, onunla hemhal olması çok önemlidir. Evliliği ideal hale getiren diğer bir nokta bence ortak bir inanç sistemidir. Aynı yolda, aynı inançta yürümek te evliliği sağlamlaştırmaktadır. (K3)

Toplumda kabul gören bir evliliğin özellikleri şunlardır karşılıklı anlayış içinde olmak değer verme sorumluluk almaktan kaçınmamak sevgi ve saygı çerçevesinde davranışlar sergilemek...(K4)

Birbirlerine karşı davranışları her zaman için anlayış çerçevesindedir, birbirlerinin ihtiyaçlarına karşı cevap verebiliyorlardır ve cevap verebilmek için. Elinden geleni yapıyorlardır. Birbirlerini her şeyi ile tam olarak tanıyıp bu hassasiyetle hareket ediyorlardır eşinin ihtiyaçlarını yani birbirlerine ihtiyaçlarını temel alarak hareket

ediyorlardır eşler birbirinin üzüntüsüyle hüznülenip mutluluğuyla da mutlu olmayı başarabiliyorlardır. (K10)

Öncelikle bir kere karşılıklı anlayış anlamaya çalışmak, her insanın bazı dönemlerde geçirdiği çetrefilli ya da zikzaklı dönemler olabilir bu dönemleri anlayışla karşılaşması ve haliyle sorumluluklarını yerine getirmesi, onun da sonuçta yerini değiştirerek bir evliliği meydana getirdiğini, eski alışkanlıklarını onun da kolay kolay terk etmesinin kolay olmadığını bilmesi gerekiyor yani sadece kendi penceresinden değil onun penceresinden de bakabilmesi gerekir diye düşünüyorum. (K14)

Sinirli olduğumda eşim anlayışlı davranır, eşim benim duygusal varlığımın farkındadır. Ben ve eşim birbirimizi bir birey olarak algılarız. Bu karşılıklı saygı ve nezaketi doğuruyor. (K16)

Katılımcı görüşlerine baktığımızda evlilikte farkındalığa ilişkin anlayış ve özellikle karşılıklı anlayış kavramına vurgu yapıldığı görülmektedir. Evlilik iki insanın birlikte bir yaşamı sürdürmesi olduğu için anlayışın karşılıklı olması her iki bireyin birbirine karşı bu tavrı sergilemesi önemlidir. Anlayış temasına ilişkin alt temalar ve bu temalara ilişkin katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

4.1.1.1.1. Değer Verme

Araştırmaya kapsamında görüşme yapılan kişiler anlayışın bir alt teması olarak değer verme kavramına çokça vurgu yapmışlardır. Evlilik ilişkisinde eşine değer verme anlayış çerçevesinde ele alındığından alt teması olarak verilmiştir. Değer verme ile ilgili olarak bazı katılımcılara ait görüşlere aşağıda yer verilmiştir.

Evlilik bilinci düşük olan aileler birçok olumsuz özellik içinde barındırır bu tür evliliklerde sorumluluk bilinci düşük olur karşılıklı sevgi saygı güven fedakârlık değer verme sadakat anlayış olmaz genelde kavga ve gürültü olur. (K4)

Evlilik bilinci düşük olan ailenin fertleri birbirine değer vermeyen bireylerdir. Önemli olan bireyin kendi arzu istek ve düşüncesidir. (K9)

Bir sorun olduğunda sorgulayıcı ve suçlayıcı dili kullanmak yerine çözümleyici dili ve sevgi dilini kullanabilmesi, evin içinde mutlu bir ortam sunabilmek adına mizahı iyi düzeyde kullanabilmesi toplum nezdinde eşinin değerini yükseltebilme çabasını

gösterebilmeyi veya en azından eşini eleştirmemesi, küçük sarsıntılarda yıkılmayıp dik durabilmeyi başarabilmesi gerekiyor. (K10)

Birbirini seven, birbirine değer verip saygı duyan, birbiri ile çoğu açıdan uyumlu, iki kişinin aile kurup mutlu olmak için bir araya gelmesidir. (K13)

Birbirlerinin önceliklerinin, sevdikleri şeylerin farkında olmaları ve değer vermeleri. (K20)

4.1.1.1.2. Hoşgörü

Anlayışın diğer bir alt teması olarak ele alınan hoşgörü birçok katılımcı tarafından sıklıkla vurgulanmıştır. Karşılıklı anlayış çerçevesinde evlilik ilişkisini ele aldığımızda aynı hayatı ve yuvayı paylaşan bireylerin birbirlerine karşı hoşgörülü davranmaları önem arz etmektedir. Bununla ilgili katılımcılardan elde edilen görüşler aşağıda belirtilmiştir.

Evlilik sevgi saygı muhabbet hoşgörü sadakat ve güven zemini üzerinde hayatı paylaşmaktır erkek ve kadının fiziki maddi ve ruhi yönden birbirinde sükûn ve huzur bulmasının adıdır. Ayette geçtiği gibi eşler birbirleri için birer elbise örtüyor yani eksiklerini örten koruyan ve mahremiyetini muhafaza edendir. (K7)

Bence ayrıca insan bu sevgiyi eşine gösterebilmeleri hissettirebilmeli çocuklarda bunu hissetmeli nezaket de en önemli özelliklerden biri dışarıdaki insanlara gösterilen hoşgörü nezaket evde gösterilmiyor bir süre sonra. (K8)

Ben işte dediğim gibi en başta. Eşler arasında hoşgörünün... (K11)

Bazen insanın hani yalnız kalacağı anlar da olacak muhakkak ki bu noktada tabii eşler birbirine karşı yani biraz ne diyelim ona hoşgörü ile yaklaşırlarsa inşallah daha iyi sonuç alınacak. (K11)

Dinimizde de peygamber efendimizin hayatına baktığımızda gerçekten eşlerde olması gereken özellikler var bu hem kadın için hem erkek için her iki tarafta bu özelliklerini yerine getirirlerse işte temel olarak ikisine de sevgi, saygı, hoşgörü, merhamet, paylaşım, empati, bunları sayabiliriz. (K11)

Eşler arasında karşılıklı hoşgörü ve sağlıklı bir iletişim olması. (K15)

4.1.1.1.3. Şefkat Merhamet ve Affetme

Katılımcılar şefkat ve merhamet duygularının evlilik ilişkisinde ve özellikle çocukların olduğu bir evlilikte olması gerektiğini belirttiler. Evlilik ilişkisinde bir sorun çözme becerisi olarak ifade edebileceğimiz affetmeye de vurgu yapılmıştır. Bununla ilgili olarak bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

Bi kere en önemlisi şefkat yok, şefkat eksik, vicdanı ve merhameti olanın bi kere şefkati de olur. Bunda kesinlikle vicdan merhamet şefkat yok, bunlar olması gerekiyor bir evlilikte, özellikle çocuklarınız varsa bunların mutlaka olması gerekiyor. (K2)

Eşler iyi zamanda ve kötü zamanda birbirlerinin yanında olmalı. Biri hata yaptığında diğeri affetmeyi bilmeli kin gütmemeli. Çünkü birbirimizi affettiğimizde, birbirimize karşı sabırlı ve anlayışlı olduğumuzda evliliğimiz de çok iyi olur. (K6)

Daha önce yapılan hataları affetmesi ve unutması gerekiyor. Benim değişmemi beklememesi gerekiyor. (K18)

4.1.1.1.4. Nezaket ve Sabır

Anlayışın alt temaları olarak ele alınan nezaket ve sabır kavramları evlilikte olması gereken özellikler olarak katılımcılar tarafından vurgulanmıştır. Katılımcılar birbirlerine sabırlı ve nazik olundağında evliliğin daha kaliteli olacağını belirtmiştir. Bir katılımcı nezakete özellikle toplum içindeyken daha çok riayet edilmesi gerektiğini belirtmiştir. Bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Birbirlerine karşı nazik ve anlayışlı olduklarını görmüşlerdi ki böyle düşünmüşler diye düşünüyorum. (K14)

Sinirli olduğumda eşim anlayışlı davranır, eşim benim duygusal varlığımın farkındadır. Ben ve eşim birbirimizi bir birey olarak algılarız. Bu karşılıklı saygı ve nezaketi doğuruyor. (K16)

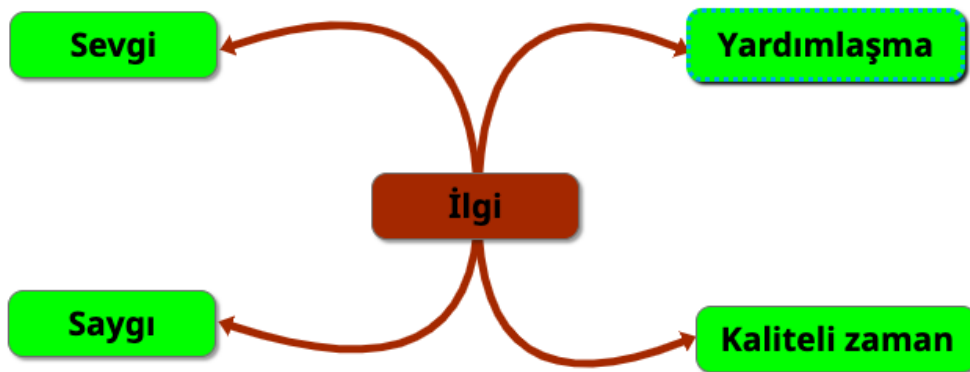
Herhangi bir şekilde konuşmadan dahi gözlerine içine bakarak ne istediğini ne söylediğini anlaması ve buna uygun davranması. Toplum içindeyken birbirlerine karşı nazik davranmaları ve eşinin görüşlerinin kendisi için önemli olduğunu insanlara göstermesi gerekiyor. (K18)

Eşimin sabırlı olması daha sabırlı ve sakin olması daha uyumlu olması. (K2)

Çünkü birbirimizi affettiğimizde, birbirimize karşı sabırlı ve anlayışlı olduğumuzda evliliğimiz de çok iyi olur. (K6)

4.1.1.2. Tema 2: İlgi

Evlilik farkındalığı ile ilgili yapılan görüşmelerde ilgi üzerinde sıklıkla durulan bir kavram olarak ön plana çıktı. Katılımcılar eşlerin birbirlerine ilgi göstermeleri gerektiğini belirtmişlerdir. Evlilikte ilgi bir süreç olarak ele alınmalıdır. Eşler davranışlarıyla, hisleriyle, zaman ayırma ile veya sevgiyle bu ilgiyi evlilik sürecinin değerli bir parçası haline getirebilirler. İlgiyle ilişkili oldukları için kaliteli zaman geçirme, yardımlaşma, saygı ve sevgi kavramları ilgi temasının alt temaları olarak ele alınmıştır.



Şekil 8. İlgi Teması ve Alt temaları

Yeri geldiğinde alttan alabilmek daha iyi anlaşılmayı sağlayabilir. Hz. Ömer'in dediği gibi eşiniz kızgın iken siz sakin olun. Biriniz ateş iken diğeriniz su olmalı. Empati kurabilmek ilgi göstermek anlaşmazlıkları çözecektir. Özellikle kadınlar surat asıyorsa ilgi istediklerini görmek gerekir. İlgileneceğine yine mi trip atıyorsun demek işleri çıkmaza sokar. Aslında çözüm çok basittir. (K7)

Hayata bakış açısını değiştirmesi gerekirdi. Belki de bugüne kadar ilgilenmediği eşi çocuğuna nasıl davranması gerektiğini iletişim noktasında ele alması gerekirdi, bu da kısa süreli bir sorun değil ama en önemlisi zihinsel olarak ciddi bir değişim geçirmesi gerekiyor. (K14)

Eşi ve çocuklarıyla ilgilenmemek, yani ailesinden önce arkadaşlarını düşünmek, sorumsuz olmak bana göre bunlar yani. (K17)

Kadınların ev içi sorumluluklarını yerine getirerek çocukları ve eşiyle ilgilenmesiyle oluşturabilir, erkeklerin ise fiziksel maddi şeylerden öte eşleri ve çocuklarının duygusal yönlerine ağırlık vererek onları yeterince severek evlilik ile ilgili görevlerini yerine getirdiği düşünülebilir. (K18)

Günün 24 saatini nasıl kullanacağını iyi belirlemeli ve ona göre zamanını iyi planlayarak hayatında dengeyi sağlamalıdır. Sorumlulukları artacağı için maddi ve manevi olarak eşi ve çocuklarına ilgi göstermeli ve ihtiyaçlarını karşılamalıdır. (K18)

4.1.1.2.1. Sevgi

Katılımcılar özellikle evliliğin ne olduğuna dair ve ideal bir evliliğin özelliklerine dair sorularda sevgiye sıklıkla vurgu yapmışlardır. İyi bir evlilikte sevginin mutlaka olması gerektiği, eşlerin birbirlerine sevgi beslemeleri gerektiği, maddi şeylerden ziyade birbirini yeterince sevmeye, birbirinin derdi ile dertlenmeye odaklanmak gerektiği belirtilmiştir.

Evlilikte diğer insani ilişkilerde de esas gaye Allah rızası olursa sorunlar kolaylıkla aşılabılır. Sevdiğini Allah için sevmek. Allah korkundan dolayı incitmemek, sakınmak ancak bu bilinçle olur. (K7)

Yine tabii ki birbirini seven sayan ondan sonracığıma derdi ile dertlenen neşesiyle neşelenen yanında olmayı arzulayan bir aile yapısı (K11)

Birbirini seven, birbirine değer verip saygı duyan, birbiri ile çoğu açıdan uyumlu, iki kişinin aile kurup mutlu olmak için bir araya gelmesidir. (K13)

Birbirleriyle uyumlu, birbirine saygı gösteren, seven, toplum değerlerine uygun yaşayan kişilerin evlilikleri ideal evlilik olarak görülebilir. (K13)

Saygı ve sevgi çerçevesi içerisinde yardımlaşma birbirine destek vermek olursa evlilik gayet güzel yürür. (K12)

İlkönce eşlerin tahammülü olacak saygı olacak sevgi olacak şahsen ben aşka inanmıyorum en önemlisi sevgi (K17)

Erkeklerin ise fiziksel maddi şeylerden öte eşleri ve çocuklarının duygusal yönlerine ağırlık vererek onları yeterince severek evlilik ile ilgili görevlerini yerine getirdiği düşünülebilir. (K18)

4.1.1.2.2. Saygı

Sevgi gibi saygı kavramı da evlilik ilişkisinde eşlerin önem vermeleri gereken bir davranış biçimi olarak ele alınmıştır. İletişimde saygılı bir dilin tercih edilmesi gerektiği ve özellikle tartışma durumlarında eşlerin saygı çerçevesinin dışına çıkmamaları gerektiği belirtilmiştir.

Birbirlerine güzel sözler söylediklerinde ve herkesin yanında bunu yaptıkları zaman mükemmel olduğunu tanımlayabilirim, saygı her şeyden önce, konuşurken tek tek kelimeleri seçmeleri özen göstermeleri, kırmadan incitmeden. (K2)

Bir insan evlendikten sonra bir söz bir ahit yaptığını unutmamalı. Çünkü bir insan ona güvenerek hayatını birleştirmiştir. Bu yüzden de onu anlamalı, ona saygı duymalı ve asla bencillik yapmamalıdır. Çünkü bencillikten kurtulamazsa o evliliğin selamete ilerlemesi çok da mümkün değildir. (K3)

Ayrıca sevgi ve saygı çerçevesinde sorunların anlayışla çözüldüğü problemlerin çözülmesinde karşılıklı uzlaşmaya gidildiği. (K4)

Birbirlerine saygılı davrandıklarını ve güven duyduklarını görmüş olabilirler birbirlerinin farklılıklarına saygı duymuşlardır(K4)

Saygı'nın ki saygı. Bence çok önemli bazen hani evlerimizde ailede, hani sevgi ortamı oluşmaya biliyor, arada insanların birbirini kırdığı ortamlarda yaşanabiliyor, bu olaylar yaşandığı anda bile saygının hiçbir zaman bitmemesi lazım(K11)

Evlilik ilişkim karşılıklı saygıya dayanmaktadır. Bu saygıyı zaman zaman ihlal ettiğimiz anlar bulunmaktadır. Ancak genel olarak toplumun bizden beklentilerini dikkate alarak yürüttüğümüz bir ilişkiden bahsedebilirim (K16)

4.1.1.2.3. Yardımlaşma

Paylaşmanın bir alt teması olarak ele alınan yardımlaşma evlilik ilişkisinde karşılıklı yardım etmeyi vurgulayan bir kavramdır. Katılımcı görüşmelerinde sıklıkla vurgulanan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla ilgili bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir:

Bir kere bir çift birbirlerini anlıyorsa, birbirlerine güvenebiliyorsa, birbirlerine yardım edebiliyorsa, sorumlulukları eşit şekilde dağıtabiliyorsa işte o çift evlilik görevlerini yerine getirmiş olur. (K3)

Kadın ve erkeğin öncelikle kendi sorumluluklarını yerine getirmesi gerekir bunu yaparken de birbirlerine yardım etmeleri ve yüklerini hafifletmeleri önemlidir. Küçük bebeği olan bir ailede gözlemlediğim gece sık sık uyanan anneye sabah biraz uyuyabilsin diye babanın bebeğe bakarak desteği. (K7)

Ailelerimize olan yaklaşımlarımız. Eşit şekilde davranma, ve saygı gösterme açısından, ev işleri ve çocukla ilgilenme konusunda yardımcı ve destek oluşu. (K7)

Eşlerin her zaman birbirlerine destek olması yardımcı olması, bu kadın işi bu erkek işidir demeden birbirine destek olmaları gerekir. (K11)

Saygı ve sevgi çerçevesi içerisinde yardımlaşma birbirine destek vermek olursa evlilik gayet güzel yürür. (K12)

4.1.1.2.4. Kaliteli zaman

Katılımcı görüşlerinden yola çıkarak kaliteli zaman geçirmek ile zaman ayırma kavramları birbirinden ayrı ele alınmıştır. Katılımcılar eşlerin birbirlerine özel olarak ayırdıkları, sohbet edebildikleri, özel olarak ayrılan zamanın ve ilginin önemine vurgu yapmışlardır. Bir katılımcı günlük yaşamın yoğunluğu içerisinde azalan evlilik farkındalığının birlikte geçirilen özel bir zamanda artabileceğini belirtmiştir. Kaliteli zamana ilişkin bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

Tabi birde zamanı kaliteli geçirmek var. Evet evin içinde oturup televizyon izlemekte bi zaman ayırmadır ama. Birlikte aynı filmi izlerken sohbet edebilmek, yorumlayabilmek te bi zaman ayırma şeklidir. Mesela o şekilde olmuş olmasını istedim. (K2)

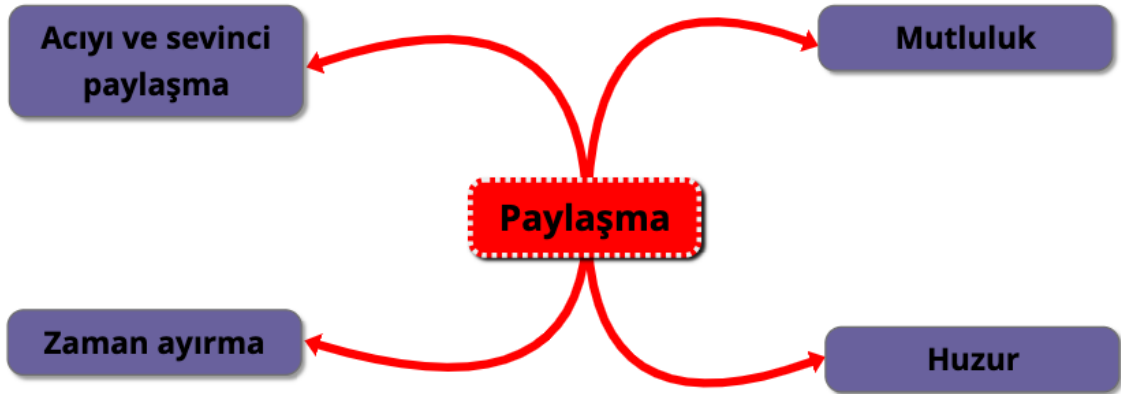
Günlük programlarında ailesine zaman ve ilgi olarak özel olduklarını hissettirecek bir takvim oluşturarak düzeltme veya eskiden iyiye eskiye döndürme imkânı elde edebilir (K5)

Hayatın içinde özellikle çalışmaların en yoğun olduğu dönemlerde farkındalık düzeyi düşer tatilde ya da birlikte zaman geçirmeye fırsat yaratabildiğimizde bu artabilir. (K8)

Ahmet bey'in birlikte bir şeyler yapmaları gerekiyor yani çocuklarına ve eşi ne zaman ayırabilmesi ve onlarla kaliteli bir şekilde vakit geçirmesi gerekiyor. (K10)

4.1.1.3. Tema 3: Paylaşma

Katılımcılarla yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlarda paylaşma, paylaşabilme, paylaşım gibi kavramların sıklıkla kullanıldığı görülmüştür. Bu kavramlar ve paylaşma ile ilişkili olduğu düşünülen acıyı ve sevinci paylaşma, zaman ayırma huzur ve mutluluk alt temaları paylaşma teması altında verilmiştir. Paylaşma teması ile ilgili bazı katılımcı görüşleri şu şekildedir:



Şekil 9. Paylaşma Teması ve Alt temaları

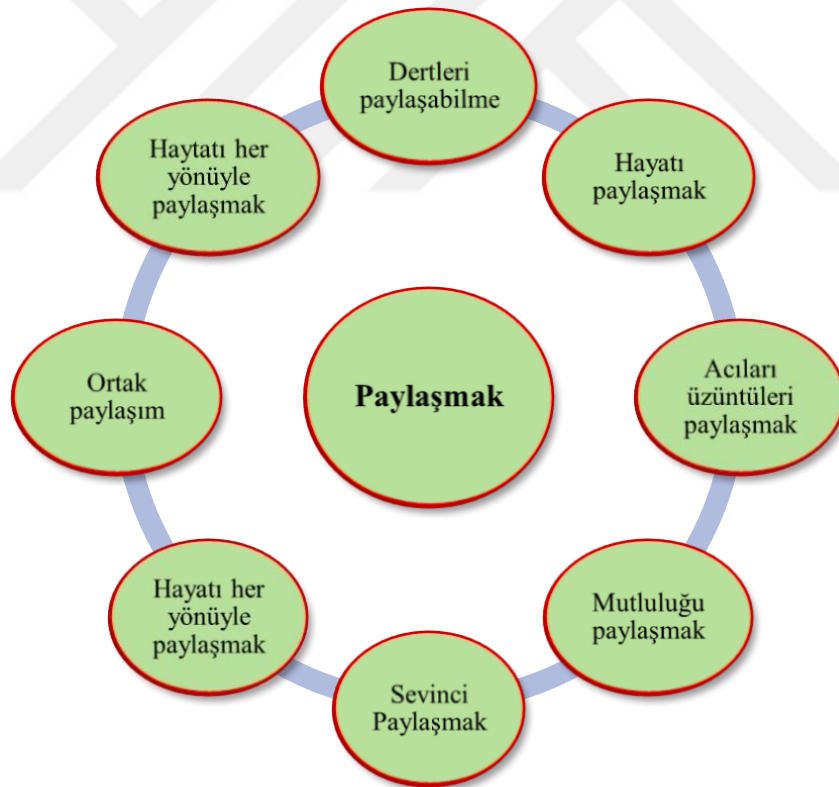
Bana göre evlilik her şeyden önce paylaşmaktır hayatı paylaşmak acıları üzüntüleri paylaşmak mutluluğu paylaşmak vaktini paylaşma velhasıl aynı evin içinde her şeyi paylaşmaktır (K4)

Çocuklarla ve eşle basit paylaşımlar çözüm üreticidir kahvaltılık sohbet gibi bu basit paylaşım süreçlerinde özellikle çocukların değişim ve gelişimi izlenebilir büyük değişim ve sorunlar bağırarak gelmez. (K8)

Kadın ve erkeğin hayatı her yönüyle paylaşması. Sadece kötü ya da iyi yanları değil hayatın tüm yükünü sevincini üzüntüsünü, işi- gücü, çocuğa bakmayı, evin sorumluluklarını ihtiyaçlarını vs. (K9)

.... Ailesiyle sadece eşinin ve çocuklarının paylaşımında bulunduğu zamanlarda değil, kendisi de paylaşımında bulunduğu takdirde aile hayatında bir düzelmeye olur (K10)

Katılımcılar evlilik ilişkisinde paylaşmaktan bahsederken paylaşmanın birçok yönüne vurgu yapmışlardır. Şekil 10'da verilen bu kavramlara baktığımızda evli bireylerin eş olmanın gereği olarak hayatı; acısıyla tatlısıyla, her yönüyle paylaşmak gerektiğini düşündükleri görülmektedir.



Şekil 10. Paylaşmanın Unsurları

4.1.1.3.1. Acıyı ve Sevinci Paylaşmak

Evlilik ilişkisinde paylaşmanın önemi ve özellikleri katılımcılar tarafından sıklıkla vurgulanmıştır. Paylaşmanın birçok yönüne vurgu yapılmıştır. Bunlardan zor günde ve mutlu günde birbirinin yanında olmayı sağlayan acıyı ve sevinci paylaşmak alt tema olarak ele alınmıştır. İyi günde ve kötü günde birbirinin yanında olmak, acıyı da sevinci de paylaşabilmek evlilik ilişkisinin önemli bir temel taşıdır. paylaşmanın bu yönlerine vurgu yapan bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

Evlilik ilişkimiz ... her türlü acı üzüntü mutluluk ve sevincin paylaşıldığı.... Bir evliliktir. (K4)

Eşim babasını kaybetti büyük bir acıydı elimden geldiğince acısına ortak oldum k8)

Evet mesela eşimin beni çok iyi tanınması herhangi bir üzücü durum yaşadığımda yanımda olması ve aslında beni pozitif olana yönlendirmesi gibi. (K9)

Kendi ailemle birlikte eşimin ailesini de kabul etmeyi ve aynı zamanda eşimin mutluluğuyla mutlu olmayı üzüntüsüyle üzülmeyi ifade ediyor. (K10)

Öncelikle eşlerin eşi için elinden geleni yapması gerekiyor üzüntüsüyle üzüлp mutluluğuyla mutlu olması gerekiyor. (K10)

4.1.1.3.2. Zaman Ayırma

Paylaşma becerisinin alt teması olarak kategorize edilen zaman ayırma kavramı evlilik ilişkisinde önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Aynı hayatı paylaşan bireylerin birbirlerine yeterli zaman ayırmaları gerektiği hatta birbirleri ile kaliteli zaman geçirmeleri gerektiği çokça vurgulanmıştır. Bununla ilgili olarak bazı katılımcıların düşünceleri şu şekildedir:

Her şeyden önce yani biraz daha evet ailesine yeterli zaman ayırabilmesi için kendi zamanından fedakârlık yapması gerekir. Arkadaşlarıyla belki biraz daha mesafeli olabilir. Çok fazla aile içine katmayabilir. Ailesiyle yani kendi ailesi ve eşinin ailesiyle biraz mesafeli olabilir yeni ailesine zaman ayırabilmek için. (K2)

Bu erkek için de geçerlidir ailesiyle zaman geçirmesi bu en önemli olanı. Bir erkek ne yapması gerekir düşünüyorum evin alışverişini yapar. Çocuklarıyla zaman geçirir.

Onları alışverişe götürür, eğlendirir, parka götürür gerekirse çöpünü atar. Ne bileyim bu tür şeyler. (K2)

Kahvaltı ve akşam yemeklerinde ailesine eşlik ederse eve vaktinde gelip eşine destek olursa aile hayatında düzelme olurdu. (K7)

Bazen günlük koşuşturmanın içinde eşe zaman ayırmak zorlaşıyor insan fevri davranıyor ya da bencilleşiyor bu bir süre sonra kalıcı hale geliyor iş güç derken yıllar geçiyor daha özenli davranmak birbirine zaman ayırmak lazım. (K8)

Eğer ilk zamanlar yeteri kadar vakit ayırsaydım şimdi yaşamış olduğum bir çok sıkıntıyı yaşamazdım. (K15) bize daha fazla zaman ayırmış olsaydı evet evliliğimizin ilk on yılında çok daha fazla zaman ayırmış olsaydı çok daha farklı olurdu. (K2)

Ahmet Bey'in bir defa yemek yerken eşiyle ve çocuklarıyla bir arada olarak yemeğini yemesi gerekiyor özellikle kahvaltıya yani güne ailesiyle birlikte başlaması gerekiyor (K10) çalışma programını değiştirirse haftanın bir gününü ailesine ayırırsa hayatında bir düzelme olur. (K12)

Eğer ilk zamanlar yeteri kadar vakit ayırsaydım şimdi yaşamış olduğum birçok sıkıntıyı yaşamazdım o da benim bu sıkıntıyı neden yaşadığımı anlasaydı yaşamış olduğum birçok sıkıntıyı kolaylıkla anlardı. (K15)

4.1.1.3.3. Huzur ve Mutluluk

Huzur ve mutluluk paylaşma teması alt başlığında ele alınmıştır. Evlilik ilişkisinde birlikte bir hayat yaşandığı için huzur ve mutlulukta ortak yaşantının ortak paylaşımın bir ürünü olarak ortaya çıkar. Eşler birbirlerinin huzur ve mutluluğundan etkilenirler. Bir katılımcı evliliği dünya yükünün paylaşılmasından dolayı oluşan huzur ve rahatlık olarak ifade etmiştir. Bu temaya ilişkin bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Bazen git gelleri olan bazen mutlu, bazen güzel, bazen üzen, bazen güldüren bir evlilik. (K13)

Bana göre evlilik insanın huzur bulduğu, kendini bulduğu ... ve eğer evlilikte çocuk olursa başkaları için yaşamak gerektiğini bir yönüyle yaşamın anlamının bulunduğu yerdir diyebilirim. (K14)

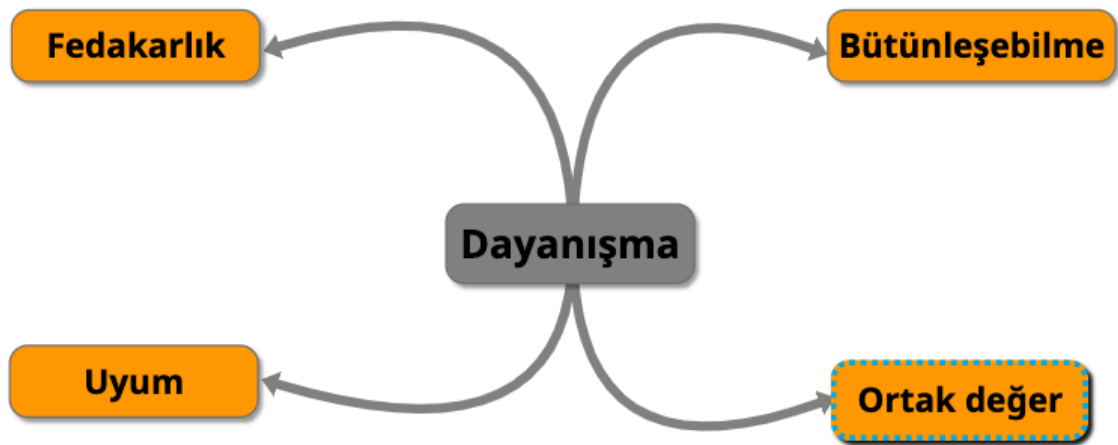
Eşlerin Eş-dost-akrabalarının farkında olmaları, birbirilerini mutlu etmeleri evliliği ideal bir hale getirebilir. (K16)

Bir toplumun geneli evlenmeye meyil ediyorsa şayet, evlilik uyum sağlamaktır, mutluluktur. (K19)

Evlilik; zahmetli olan dünya yükünün hafiflemesi, huzur ve rahatlığı ifade ediyor. Mutluluk ve karşılıklı saygıyı ifade ediyor. (K20)

4.1.1.4. Tema 4: Dayanışma

Evlilikte farkındalığa dair yapılan görüşmelerin sonuçlarından yola çıkarak elde edilen temalardan bir diğeri dayanışmadır. Dayanışma ortak paydada buluşabilmeyi, sorunlara karşı ortak hareket edebilmeyi, evliliği bir bütün olarak yürütebilmeyi gerektirir. Bütünleşebilme, ortak değer ve paydada buluşabilme, uyum ve fedakarlık dayanışma teması altında ele alınan kavramlardır.



Şekil 11. Dayanışma Teması ve Alt temaları

...zor zamanlarda ya da sıkıntılı durumlarda beraber bulunmaları... (K1)

Bence çiftler evlenip bir aile olmaya karar vermişlerse aynı zamanda bir bütün de olmaya karar vermişlerdir yani her konuda birbirlerini tamamlarlarsa evlilik ile ilgili görevlerini de yerine getirmiş olurlar. İnsan olarak birbirlerini kabul etmelidirler hatta aile içinde eksik kalan yerlerde diğer çift devreye girmelidir ayrıca bir evlilikte

kadının ayrı erkeğin ayrı görev ve sorumlulukları vardır herkes kendi sorumluluğunu yerine getirirse ortada bir sorun da kalmayacaktır çocuklar konusunda da her biri üzerine düşen görevleri yapmalıdır. Çevremde de böyle aileler var elbette bu ailelerde gözlemlediğim bütün sorunlara ortak çözüm bulmaya çalışmaları yani sorumluluktan kaçmamalarıdır baba işe gidip çalışıyorsa kadında evde yemek temizlik ve çocukların bakımında aktif rol almaktadır kadının yetişmediği işlerde erkek ona yardımcı olmaktadır yani evde bir iş bölümü vardır ama karşılıklı yardımlaşmalar da söz konusudur. (K4)

Sorumluluk almak, kendinden başkasını da düşünmek, ben olmaktan çıkarak biz olma yolunda ilerlemek, çocuk sahibi olmak, hayatı paylaşmak anlamına geliyor. (K18)

4.1.1.4.1. Bütünleşme (biz olabilme, bir olabilme)

Evlilik farklı yaşamları olan iki bireyin bir araya gelerek aynı yuvayı, aynı hayatı paylaştığı bir yapıdır. Dolayısıyla aile içinde bir biz kavramı oluşur. Farklı özelliklere sahip iki yaşamın birleştiği bir bütün oluşur. Dayanışmanın alt teması olarak ele alınan bütünleşme (biz olabilme) katılımcılar tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır. Birbirini tamamlamak, bir elmanın iki yarısı olabilmek, birlikte bir ben olabilmek gibi kavramlar kullanılarak bütünleşme temasına vurgu yapılmıştır. Buna ilişkin olarak bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Evlilik nefesinizin ve kalbinizin eşinizle bir atmasıdır. (K1)

İnsan evlilik ile doğal bir sahiplenme alanı oluşturarak tek başına çizdiği hayat çizgisini bir başkası ile kesişim alanı olarak devam ettirir. Buda hayatının geri kalanına biz perspektifi katmak ve hatta birlikte bir ben ortaya koymak anlamına da gelir. (K5)

Şimdi kendi evlerinizde düşünebilirsiniz, genel evliliğiyle düşünebilirsiniz. İnsan ben duygusundan sıyrılıp biz duygusuna girmeli. Artık hayatın bir kişiyle değil iki kişiyle veya bunun daha fazla sayıda insan la devam edeceğinin farkına varmalı olabilir... yine tabii ki birbirini seven sayan ondan sonracığıma derdi ile dertlenen neşesiyle neşelenen yanında olmayı arzulayan bir aile yapısı. (K11)

Birbirlerini köle olarak görmemek birbirinin tamamlayıcısı olarak birbirlerini görmek hani bir elmanın yarısı derler o elmanın bir bütünün bir yarısı olduğunu kendisinin bilmesi... (K14)

4.1.1.4.2. Fedakârlık

Evlilikte dayanışma karşılıklı fedakarlığı gerektirir. Fakat fedakarlığın tek taraflı olması sağlıklı bir ilişki sonucunu ortaya çıkarmaz. Biz olabilmek için fedakarlığın karşılıklı olması gerekir. Katılımcı görüşlerinde fedakârlık kelimesi her kullanıldığında karşılıklı olmasına da vurgu yapılmıştır. Fedakârlık temasına ilişkin bazı katılımcı görüşleri aşağıda yer almaktadır.

Her şeyden önce gece hayatı yani biraz daha evet ailesine yeterli zaman ayırabilmesi için kendi zamanından fedakârlık yapması gerekir. (K2)

Toplumda kabul gören bir evliliğin özellikleri şunlardır karşılıklı anlayış içinde olmak değer verme sorumluluk almaktan kaçınmamak sevgi ve saygı çerçevesinde davranışlar sergilemek karşılıklı fedakârlık içinde olma. (K3)

... ayrıca evlilik karşılıklı fedakarlıkta bulunmaktadır...(K4)

Evlilik ilişkimiz karşılıklı güvenin olduğu karşılıklı fedakârlık ve dürüstlüğün olduğu...(K4)

...fedakarlıkta bulunduğu aynı zamanda fedakarlığın ne olduğunu da gördüğü...(K14)

4.1.1.4.3. Ortak Değer

Ortak değer yargılarına sahip olmak ortak paydada buluşabilmek, bütünleşmeyi ve dayanışmayı kolaylaştıran unsurlardır. Bununla ilgili olarak bazı katılımcı ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

Evliliği ideal hale getiren diğer bir nokta bence ortak bir inanç sistemidir. Aynı yolda, aynı inançta yürümek te evliliği sağlamlaştırmaktadır. (K3)

Fakat genel olarak kendi evliliğime baktığımda karşılıklı bir anlayış çerçevesinde tabi bizim manevi inançlar yönümüz de olduğu için sorunlarımızı genellikle bu çerçeveden çözdüğümüz için bugüne kadar çok ciddi sorun yaşadığımı söyleyemem

burada tabii açıkçası söylemek gerekse manevi önemli bir etkisi olduğunu söyleyebilirim. (K14)

4.1.1.4.4. Uyum

Dayanışmanın alt teması olarak ele alınan uyum bir katılımcı tarafından evlilik uyum sağlamaktır şeklinde ifade edilmiştir. Başka bir katılımcı uyumun evlilikteki kaliteyi artıracığını belirtmiştir. Uyum ile ilgili bazı katılımcı görüşleri aşağıda yer almaktadır.

Biraz daha sakin bir insan olabilirim kalite artar diye düşünüyorum çünkü ben evdeki diğer tüm fertlere göre agresif ve sinirliyim. Bazen kıyamet kopabiliyor evde, daha sakin uyumlu yumuşak başlı olsam kalite artar. (K2)

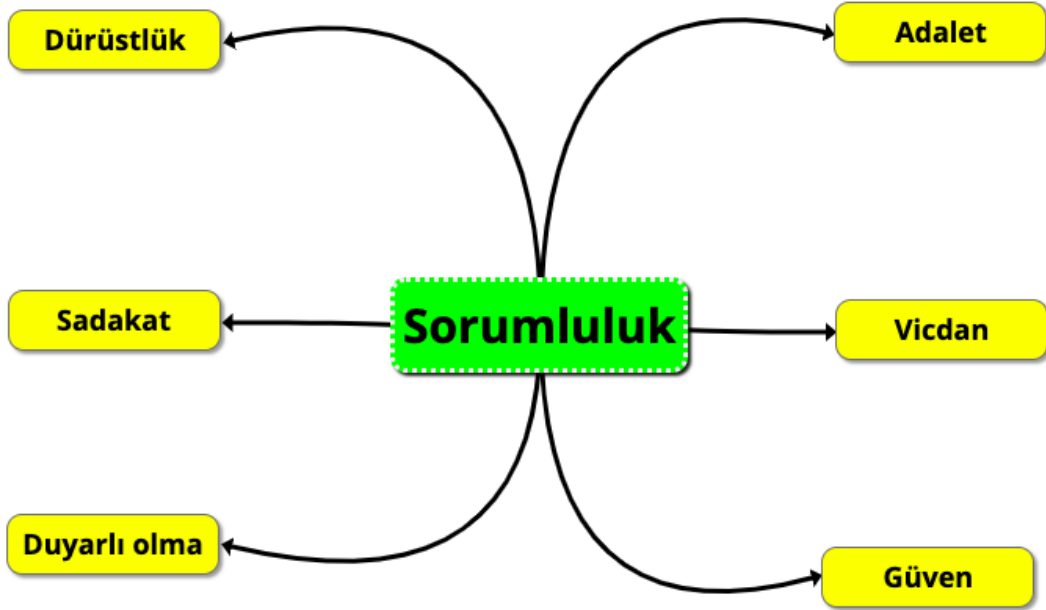
...birbiri ile çoğu açıdan uyumlu, iki kişinin aile kurup mutlu olmak için bir araya gelmesidir. (K13)

Bir toplumun geneli evlenmeye meyil ediyorsa şayet, evlilik uyum sağlamaktır, mutluluktur. (K19)

Günümüzde yaşantılar daha bireyselleşiyor kapitalizm getirisi. Alınacak kararlarda eşlerin ortak karar ve ortak hareket etmeleri sonuçların olumlu ve olumsuz getirisini de birlikte yüklenmeleri demektir. (K20)

4.1.1.5. Tema 5: Sorumluluk

Katılımcılarla yapılan görüşmeler değerlendirildiğinde evli bireylerin evlilikte sorumluluğun önemine sıklıkla vurgu yaptıkları görülmektedir. Bir katılımcı evliliğin en önemli noktasının sorumluluk olduğunu belirtmiştir. Evlilikte eşlerin birbirlerine karşı sorumluluklarının olması gerektiği ve çocukların sorumluluğunun birlikte üstlenilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Bir katılımcı sorumluluk sahibi olan bireylerin evliliğin yükünü kaldırabileceğini söylemiştir. Aynı çatı altında bir yuva kurmaya karar veren bireylerin kuşkusuz birbirlerine karşı aile olmanın gereği olarak birtakım sorumlulukları vardır. Katılımcı görüşlerinden elde edilen dürüstlük, sadakat, duyarlı olma, güven, adalet ve vicdan kavramları sorumluluk teması altında ele alınmıştır. Sorumluluk ile ilgili bazı katılımcı görüşleri aşağıda yer almaktadır.



Şekil 12. Sorumluluk Teması ve Alt temaları

Sorumluluklarını yerine getirmiş olmalı kadın olsun erkek olsun her iki taraf için sorumluluklarını yerine getirmiş olmaları bence evliliğin yürümesi için yeterlidir. (K2)

Bir kere evliliğin en önemli noktası bence sorumluluk bilincidir. Eğer ki bu yoksa hangi güzel özellik olsa fark etmez. Çünkü ancak sorumluluk sahibi kişi evliliğin yükünü kaldırabilir. (K3)

Ayrıca sıkıntıların evin içinde kaldığı dışarıya sızdırılmadığı iki çocuğun sorumluluğunun aynı ölçüde üstlenildiği bir evliliktir. (K4)

Kafasına estiği gibi davranamaz biz olmanın getirdiği sorumlulukları yerine getirmelidir artık çoğul olarak düşünülmelidir eskiden sadece bir gelecek planlanırken evlendikten sonra birçok gelecek (eş,çocuk) planlanmalıdır. (K4)

Eşlerin sosyal yaşamlarında kısmi bir esnekliğe sahip olmasıyla birlikte ev ile ilgili sorumlulukları paylaşabilmeleri önemlidir. (K5)

Evlilik bilinci taşımayan birey öncelikle kendine ait bir bilince de sahip değildir yani kendini tanımayan kişiliği oturmamış bir bireydir. Kendi kişilik olgunluğuna ulaşmadığı için evliliğin önem ve sorumluluğunu taşıyamaz. (K7)

Sorumluluk bilinciyle hareket edip eşi ve çocuğunun ihtiyaçlarını da en az kendi istekleri kadar merkeze alabilmesi, ev içinde iş bölümü yapıldıysa kendi payına düşen için maximum çabayı harcayabilmesi. (K10)

Öncelikle evlilik bir sorumluluk burada artık çünkü o yuvada sadece kendi ile meşgul olmamalı bence o sorumluluğunu yerine ve o sorumluluğunun bilincinde olması lazım burada eksik olan şey artık yani bir başına bir hayat yaşamadığını bir çatı altında birden fazla kişiyle yaşayacağı ve o insanlarla iletişim halinde olması gerektiği ve bu noktada da sorumluluğunun olduğunu farkına varması lazım. (K11)

4.1.1.5.1. Güven

Evlilikte eşlerin birbirlerine güven duymaları evliliğin yürüyebilmesi için önemli bir unsurdur. Eşine güvenmek ve onun güvenini kazanmak evlilikte bir sorumluluk olarak ele alınıp sorumluluk teması altında yer verilmiştir. Bir katılımcı evliliği eşlerin birbirine güven duyduğu huzurlu bir ortam olarak ifade etmiştir. Ayrıca güvenin karşılıklı olması gerektiğine vurgu yapılmıştır. Güven ile ilgili bazı katılımcı ifadeleri şöyledir:

Karşılıklı güven saygı ve sevgi, zor zamanlarda ya da sıkıntılı durumlarda beraber bulunmaları. (K1)

Bir insan evlendikten sonra bir söz bir ahit yaptığını unutmamalı. Çünkü bir insan ona güvenerek hayatını birleştirmiştir. (K3)

Toplumda kabul gören bir evliliğin özellikleri şunlardır ...karşılıklı güven ve bu güvenin sarsılmaması. (K4)

Aynı zamanda önceleri onu daha fazla kıskanıyordum. Şimdilerde ona güvendiğim için bu kadar kıskançlık davranışları göstermiyorum. (K3)

Evlilik karşılıklı sadakatin olduğu, eşlerin birbirine güven duyduğu huzurlu bir ev ortamının birlikte oluşturulduğu bir yuvadır. (K6)

4.1.1.5.2. Duyarlı Olma

Bir evliliğinin olduğunun farkına varma, evlilikteki görevlerinin bilincinde olma, eşine ve çocuklarına karşı duyarlı olmak sorumluluğun bir gereği olarak bu başlık altında ele alınmıştır. Bununla ilgili olarak bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

Evlilik bilinci düşük olan aileler birçok olumsuz özellik içinde barındırır bu tür evliliklerde sorumluluk bilinci düşük olur karşılıklı sevgi saygı güven fedakarlık değer verme sadakat anlayış olmaz genelde kavgı ve gürültü olur ve maalesef ki çocuk varsa çok kötü etkilenir çocuklar için tam bir travmadır bu gibi evliliklerde duygusal ve fiziksel şiddete sıkça rastlanır çevremde böyle bir aile var aile olmaktan uzak daha doğrusu bu ailede babanın sorumsuz davranışları ile beraber annenin de duygusal şiddeti olmaktadır. (K4)

Ahmet bey öncelikle bir baba bilinciyle hareket etmediğini fark ederdi. Çocuklarına iyi bir baba olmadığını daha doğrusu babalık vazifesini hiçbir anlamda yerine getirmediğini fark ederdi. Eş olarak düşündüğümüzde ise Ahmet bey eşine karşı çok duyarsız olduğunu ve paylaşılan sorunlara karşı kulak tıkadığını fark ederdi. Ahmet bey tamamıyla bireysel takıldığını dolayısıyla ailenin sorunlarına karşı hep uzak kaldığını ve dolayısıyla bir baba ve eş olarak sorumluluktan tamamıyla uzak bir yaşantı sürdürdüğünü fark ederdi. (K10)

Karı kocalar rollerine uygun hareketleri yerine getirdiğinde erkeğin erkek gibi kadının kadın gibi hareket ettiği aileler evlilik görevlerini yerine getirir. Kısmen anne babamın evlilikleri bu şekildeydi. (K15)

Eşimi sahiplenme çocuklarımızı sahiplenme, eşimde bana karşı aynı. Yani çocuklarımıza sahip çıkan bireyler olabilme. (K17)

4.1.1.5.3. Dürüstlük ve Sadakat

Dürüstlük ve sadakat evliliğin bir sorumluluğu olarak sorumluluk temasının kavramları olarak ele alınmıştır. Bir katılımcı iyi bir aile olabilmek için eşlerin birbirlerine karşı dürüst olmaları gerektiğini belirtmiştir. Baka bir katılımcı ise evliliği karşılıklı sadakatin olduğu bir yuva olarak tanımlamıştır. Dürüstlük ve sadakat ile ilgili bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

...karşılıklı fedakârlık ve dürüstlüğün olduğu... (K4)

Yüklendiği rollerin gereğini yerine getirmesi (ebeveyn, eş vs.) Bu cümle bence sadakat, dürüstlük, sorumluluk vs. hepsini kapsıyor. Spesifik olarak eve mutlaka güler yüzle girip güler yüzle çıkmalı. (K19)

Bence eşlerin iyi bir aile olabilmesi için öncelikle birbirlerine karşı dürüst olmalılar. Her konuda birbirine karşı dürüstçe davranmalılar. Çünkü dürüstlük olmayınca güven de olmaz güven olsa bile zedelenir. O yüzden eşler asla yalana başvurmamalı her zaman eşine karşı dürüst olmalı. (K6)

Ne sevgi var. Ne kıymet verme var. Ne sadakat var hiçbir şey yok. (K14)

Evlilik karşılıklı sadakatin olduğu, eşlerin birbirine güven duyduğu huzurlu bir ev ortamının birlikte oluşturulduğu bir yuvadır. (K6)

4.1.1.5.4. Vicdan ve Adalet

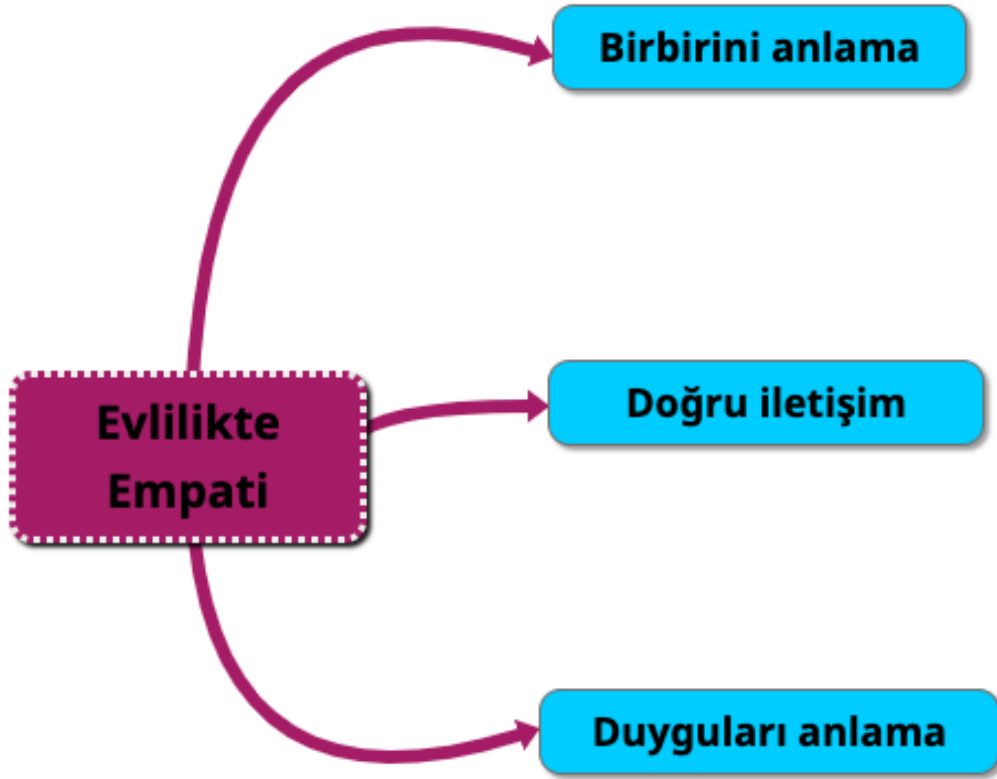
Evli bireylerin eşlerine ve çocuklarına karşı her durumda adil olmaları vicdanları ile hareket etmeleri evlilikte sorumluluğun bir gereği olarak ele alınmıştır. Bazı katılımcı görüşleri şu şekildedir:

Bi kere en önemlisi şefkat yok, şefkat eksik, vicdanı ve merhameti olanın bi kere şefkati de olur. Bunda kesinlikler vicdan merhamet şefkat yok, bunlar olması gerekiyor bir evlilikte, özellikle çocuklarınız varsa bunların mutlaka olması gerekiyor. (K2)

Adaletli olma gayreti. (K3)

Bir defa evli bir insanın vicdanının sesini dinlemesi lazım ben eşime karşı çocuklarıma karşı vicdanlı mıyım, adaletli miyim, yoksa kendimi düşünüp onları ihmal ediyor muyum? Kendisini düşünüp ailesini ihmal etmesi ne vicdana sığar ne adalete. Akşam işten çıktığında benim bir ailem var düşüncesini zihnine getirip eviyle ilgilenmeli. (K6)

4.1.2. Evlilikte Empatiye İlişkin Bulgular



Şekil 13. Evlilikte Empatiye İlişkin Alt temalar

4.1.2.1. Empati teması ve Alt temaları

Evli bireylerle yapılan görüşmelerde evlilikte empatinin evli kişiler tarafından nasıl algılandığına dair sorular soruldu. Katılımcı görüşlerinden elde edilen sonuçlar çerçevesinde evlilikte empati 3 alt tema ile birlikte ele alındı. Bu temalar birbirini anlama, doğru iletişim ve duyguları anlamadır. İletişimin önemli bir ögesi olan empatinin literatürdeki tanımlarında bilişsel ve duygusal yönüne vurgu yapılır. Katılımcıların görüşlerinde de bu temalar sıklıkla vurgulandı. Konu evlilik ilişkisi olunca karşılıklı olma ilkesine çok vurgu yapıldı. Bu yüzden bilişsel yöne vurgu yapan tema olarak birbirini anlama teması ele alındı. Birbirini anlayabilmek için doğru ve sağlıklı bir iletişim kurmak gereklidir. Katılımcılar doğru iletişim temasına da sıklıkla vurgu yaptılar. Son tema olarak ele alınan duyguları anlama

empatinin duygusal alanına hitap etmektedir. Genel olarak empatiye dair bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Özellikle anne ve babası sağ iken her hafta il dışına onları görmeye gittiğinde benim iyi bir şekilde karşılamam arkadaşlarımın ve komşularımın hayretine sebep olmuştur. Ama ben olsam annem ve babam rahatsızsa her an onları görmek isterim diye düşünerek hep destek oldum. (K1)

Demek ki, eşler birbirlerinin dertlerini anlayabiliyor. Kendini diğerinin yerine koyabiliyor. Gerektiğinde birbirlerine yardım edebiliyor. Ev işlerinde yardımcı olabiliyor. (K3)

Bu mesleğimden önceki mesleğim çok zordu ve yaparken sıkıntılar yaşıyordum mesleğimi değiştirmeye ve önceki mesleğinden istifa etmeye karar verdiğimde eşim anlayışla karşıladı ve bu konuda beni destekledi hatta beni teşvik etti de diyebilirim duygularıma ortak olduğu için ve beni anlayışla karşıladığı için çok mutlu oldum. (K4)

Her zaman anlayışlı olmaya çalışmışımdır. Kendimi onun yerine koyar arkadaşlarıyla vakit geçirmesine teşvik dahi ederim halı saha maçları vs. (K7)

Öncelikle işte anlayabilme yani empati noktasında biraz eksikliğimiz var çünkü insanız sonuçta bazen hani yorulabiliyoruz ya da öyle olmadığı halde hemen erken hüküm vermek hoş değil. Bence birazcık hani dinledikten sonra veya sebebini araştırdıktan sonra hüküm verilirse bu noktada daha iyi netice alacağımızı düşünüyorum hani hemen peşin hüküm vermekten ziyade biraz daha ortamın yatışması, ne bileyim olayın suların durulması daha iyi olacaktır bu konuda ama maalesef dedim ya biz biraz daha sinirlilik veya ne bilim hemen ağzımıza geleni söylemeyi daha tercih ediyoruz bu da tabii ki evliliği zedeliyor. (K11)

Bir akşam geç geldiği için bende trip attım ve onun bana şu sözü söyleyişini hiç unutmam. 7/24 saat hiç izin olmadan çalışıyorum, 1-2 saat gecikmişim diye benim buna hakkım yok mu. Bende kendimi onun yerine koydum ve onu anladım. (K12)

Onun alınganlıklarından yaşadığı şeyler onu duygusal olarak daha iyi anlamama sebep olmuştur. Yaşamış olduğum iletişimde onunla empati kurup sıkıntının üstesinden gelmeye çalışıyorum. (K15)

Birbirlerinin duygusal değişimlerini fark edebilirler, birbirlerinin duygularını anlarlar, birbirlerinin düşüncelerine saygı duyarlar, ikisinin de bakış açısında benzerlikler vardır. Kendilerini birbirlerinin yerine koyabilirler. (K16)

4.1.2.2. Birbirini Anlama

Birlikte bir yuva kuran kişilerin birbirlerini dinlemeden ve anlamadan kaliteli bir ilişki sürdürmeleri beklenemez. Birbirini dinlemek, anlamak ve anlayabilmek için de çaba göstermek evlilik ilişkisi için mühim bir unsurdur. Eşlerin birbirini anlama teması ile ilgili kullandıkları ifadeler baktığımızda; birbirini değiştirmeden olduğu gibi kabul etme, birbirinin beklentilerini anlayabilme, peşin hükümlü olmayıp anlamak için mücadele etme gibi vurguların yapıldığı görülmektedir. Birbirini anlama ile ilişkili bazı katılımcı görüşleri aşağıda verilmiştir.

Birbirimizi yeterince anladığımızı düşünüyorum. (K1)

..... Çünkü bir insan ona güvenerek hayatını birleştirmiştir. Bu yüzden de onu anlamalı, ona saygı duymalı ve asla bencillik yapmamalıdır. Çünkü bencillikten kurtulamazsa o evliliğin selamete ilerlemesi çok da mümkün değildir. (K3)

...birbirimizin farklılıklarına saygı duysaydık yani olduğumuz gibi kabul etseydik birbirimizi daha iyi olurdu. Birbirimizi daha iyi anlardık. Kendi istediğimiz kalıba koymaya çalışmasaydık kafamızdaki profile uydurmaya çalışmasaydık daha iyi anlayabilirdik birbirimizi. (K4)

Burada önemli bir nokta eşlerin ruhen de birbirlerinin beklentilerini anlayabilmeleri ve hayal dünyalarında da ortak noktalar bulabilmeleridir. (K5)

Dinlemesi ve anlamaya çalışması, peşin hükümlü olmaması da önemli. (K7)

Her bireyin farklı sorunları var. Eğer eşler bunu anlayıp kabulleniyorsa ilişkiler kolaylaşır. (K8)

Bir gün benim yaptığım her iş kendisi de yapsa beni anlardı. Ben de onun yaşantısını bir günlüğüne yaşasam onu anlardım. (K9)

Özellikle yaşadığım kötü olaylarda eşim duygu ve düşünlerimi anlar. Beni anladığını düşünmem beni rahatlatıyor. (K16)

Birbirimizi anlamamız için öncelikle birbirimize karşı bir özel bağ olması gerektiğini düşünüyorum. Birbirimizi daha iyi anlayabilmek için bu özel bağın güçlendirilmesine dayalı bir yaşam sürmek gerekiyor. (K16)

Benim hakkımdaki düşüncelerini değiştirirse anlayabilir. Örneğin eve geç geldiğim bir zamanda eşimin düşünceleri beni anlayıp anlayamadığını en belirgin göstergesi olur. Bakış açısı şu olsa: yine geç geldi bizi umursamıyor... ya da bakış açısı şu olsa: işleri çok yoğun ona yardımcı olmalıyım... eşlerin birbirilerini anlaması düşüncelerinden geçiyor. (K16)

Eşimle göz teması kurduğumuzda bile birbirimizi anlıyoruz. O şeye gelmişiz yani (K17)

4.1.2.3. Doğru İletişim

Evlilikte empati yapabilmek için doğru bir iletişim tarzımızın olması gerekir. Duygu ve düşüncelerimizi doğru bir şekilde karşı tarafa aktarabilirsek karşıdakinin bizi anlaması daha kolay olur. Eşlerin birbirlerini en doğru şekilde anlayabileceği şekilde bir iletişim tarzı benimsemeleri anlamayı ve empatiyi kolaylaştıracaktır. Katılımcılar ses tonu, özür dileme, kelimeleri özenle seçme, öfke anında kullanılan kelimelere ve saygı sınırlarına dikkat etme, iyi dinleme, suçlayıcı bir dil yerine sevgi dili ve problem çözücü bir dil kullanma gibi doğru iletişimle ilgili bazı temel kavramlara değinmişlerdir. Doğru iletişimle ilgili bazı katılımcı görüşleri şöyledir:

Her zaman olaydan sonra sesini dahi yükseltmeden özür dileyerek konuyu kapatmayı yeğler. (K1)

Her şeyden önce, konuşurken tek tek kelimeleri seçmeleri özen göstermeleri, kırmadan incitmeden. (K2)

Bizim evliliğimiz için sınırlarımızı koruduğumuzu söyleyebilirim. Tartışırken dahi seçtiğimiz kelimelere dikkat ederiz hakaret ifadeleri kullanmayız. Şaka bile olsa en basitinden geri zekalı bile dememişizdir. Bu beni mutlu eden bir detaydır. (K7)

Öncelikle daha iyi dinlemeli ve benim açımdan da bakmaya çalışmalı. (K9)

Zaman zaman sıkıntılar ufak tefek problemler yaşasak ta birbirimize saygı ve sevgi çerçevesinde hareket ettiğimizi düşünüyorum. (K10)

Aynı zamanda eşine karşı hem kadının hem de erkeğin sevgi ve saygı çerçevesinde hareket edebilmesi gerekiyor kesinlikle empati kurabilmesi gerekiyor. Eşini koşulsuz kabul edebilmesi gerekiyor, ne olursa olsun sıkıntıdan sonra yapıcı bir dil kullanmaya özen göstermesi gerekiyor. (K10)

Saygıyı hiçbir zaman elden bırakmaması, sesini yükseltmemesi ve ne olursa olsun aynı yastığa baş koyduğunu bilerek hareket etmesi gerekiyor. (K10)

En başta sağlıklı bir iletişimin olması lazım çünkü sadece kendini düşünen kendi ne diyelim ona sıkıntılarıyla... (K11)

İlk görev yerim Antalya idi öğretmen olarak orada bir öğretmen çift vardı. Ben o zaman eşim burada kalmıştı götürmemiştim oraya bazen davet ederlerdi evlerine ve gerçekten hala onlara gıpta ile bakıyorum böyle kendilerini. Hani aile olmalarına rağmen böyle sanki iki güzel arkadaşmış gibi işte o hanım bey işte o ifadelerle çağırırlardı ben gerçekten o özel bir iletişimleri var, sanki çok sevdim yani? Konuşurken gerçekten böyle. Hani insanı kırmayan, yani karşı tarafı gerçekten sevdiğini hissettirecek ifadelerde bunu dışarıya yansıtıyorlardı. (K11)

Ne bileyim yanında olmak yani olayı dinledikten sonra yani hemen hüküm vermeyip te dinledikten sonra karar verme ondan sonracığıma sağlıklı bir iletişim birbirlerini anlayabilme, her şeyden önce empati kurabilme ve biraz da tabii ki olmazsa olmaz dediğim gibi alttan alma olacaktır inşallah. (K11)

4.1.2.4. Duygudaşlık (Duyguları Anlama)

Duygudaşlık duyguları anlama ilişkilerde önemli bir konudur. Fakat evlilikte eşler arasındaki ilişkide daha da önem kazanmaktadır. Çünkü insanların acı ve üzüntüye yol açacak bir olay yaşadıklarında genelde ilk yanında olacak olan kişi eşi olur. Eşler böyle bir durumda acıyı paylaşmak ister. Üzüntüsünü hafifletecek bir ortak arar kendine. Katılımcılar da buna vurgu yaparak duyguları anlamadan empati kurmadan aile olmanın zor olduğunu, birbirinin duygusal varlığının farkında olmak gerektiğini ve acı zamanlarında birbirinin yanında olmaları gerektiğini belirtmişlerdir. Bununla ilgili bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Bence karşılıklı biraz daha duygularımızı anlamaya yönelik hareket etseydik daha iyi olabilirdi. Yani biraz daha empati kurabilseydik daha iyi anlardık birbirimizi... (K4)

Annemin hastalanması ile ilgili bir haber aldığımda benim yerime kendini koyduğunu hissediyorum. Sakinleştirici olmaya çalışıyor. (K5)

Her gün birbirimizin duygularına ortak oluyoruz aslında. Empati kurmadan aile olmak zor. Aklıma gelen geçen yıl bir akrabamı kaybettim çok sarsıldım eşim benim yanımdaydı. (K8)

Eşim babasını kaybettiğinde kendimi onun yerine koyup anlamaya çalıştım. Belki kendimi onun kadar boşlukta hissetmesem de babasını bir daha göremeyecek oluşunu anlamaya çalıştım. Bu yüzden kendisinin ve ailesinin yanında olmaya çalıştım ve elimden geleni yaptım. (K9)

Özellikle eşimin gözyaşı döktüğü. Duygusallık yaşadığı durumlarda ben daha çok eşimin duygularını anlamaya ve onun neler yaşadığını anladığımı kendisine gösterebilmeyi amaçlıyorum ve bu noktada da başarılı olduğumu düşünüyorum. (K10)

Onun alınganlıklarından yaşadığı şeyler onu duygusal olarak daha iyi anlamama sebep olmuştur. Yaşamış olduğum iletişimde onunla empati kurup sıkıntının üstesinden gelmeye çalışıyorum. (K15)

Bir yakınımı kaybettiğimde çok duygusaldım ve bana sarılıp benimle birlikte ağlayarak yanımda olduğunu hissettirdiği andı. (K18)

4.2. Ölçek Geliştirmeye İlişkin Bulgular

Bu kısımda, çalışmanın nitel kısmını oluşturan Fenomenolojik görüşmeler sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda hazırlanan “Evlilikte Farkındalık” ve “Evlilikte Empati” ölçeklerine ilişkin psikometrik sonuçlar yer almaktadır.

4.2.1. “Evlilik Farkındalığı Ölçeği”nin Geliştirilme Aşamalarına İlişkin Bulgular

Bu bölüm içinde Evlilik farkındalığı ölçeği (EFÖ)’nin geliştirilmesi ile ilgili ulaşılan bulgulara yönelik geçerlik ve güvenirlik analizleri bulunmaktadır. Bu aşamada ölçek

geliştirme için literatürde kabul gören prosedürler dikkate alınarak gerekli işlem ve analizler yapılmıştır.

4.2.1.1. Geçerlik Analizlerine İlişkin Bulgular

Evlilik farkındalığı ölçeğinin yapı geçerliliğini test etmek için öncelikle açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde maddelerin yük değerleri ve hangi alt boyutlarda yük aldıkları incelenmektedir. Maddelerin yük değerlerinin yüksek olması yapı geçerliğini sağlama noktasında önemli bir kriterdir. Büyüköztürk'e (2002) göre madde yük değerinin 0,30-0,59 arasında olması orta düzey, 0,60 ve üstü olması yüksek olarak değerlendirilmektedir. Bu durum göz önünde bulundurularak her bir maddenin ,50 ve üstü olmasına dikkat edilmiştir. Madde yükü ,50'nin altında kalan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. İlk olarak Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett değerlerine bakılmış, bu değerlerin uygunluğundan sonra ölçek geliştirmenin diğer analizlerine geçilmiştir.

Tablo 8. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri

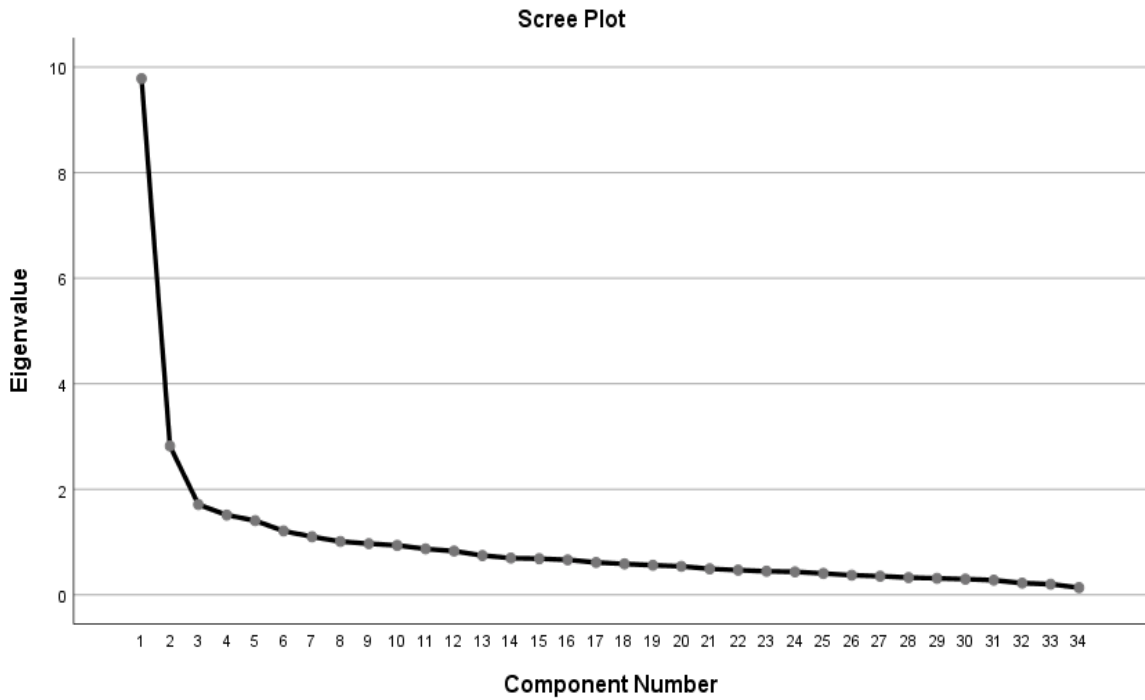
KMO Örneklem Yeterliliği		.910
Ki-kare Değeri		5095,634
Bartlett's Test of Sphericity	S.Derecesi	561
	P	,000

Tablo 8'deki değerlere baktığımızda KMO değerinin ,901 olarak elde edildiği görülmektedir. KMO testi ölçek verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için önemlidir. KMO değerinin 0,50'nin altında olması kötü olarak değerlendirilir. Bu değer 1'e ne kadar yakın olursa o kadar iyi olarak değerlendirilir. Tavşancıl (2010) bu değer 0,90 ve üstü olmasını mükemmel, 0,80 ve üstü olmasını çok iyi olarak değerlendirmiştir. Bu ölçeğin veri seti için elde edilen KMO değeri (.910) mükemmel bir değer olarak bulunmuştur. Yapılan Bartlett's testinden elde edilen değerlere göre p değerinin anlamlı olduğu ve verilerin çok değişkenli normal dağıldıkları görülmektedir (5095,634 ($p < ,000$))

Tablo 9. Evlilik Farkındalığı Ölçeği İlk Halinin Açıklanan Toplam Varyans Miktarları

Faktörler	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yük Değerleri		
	Toplam	%	Kümülatif %	Toplam	%	Kümülatif %
1	9,783	28,772	28,772	9,783	11,478	11,478
2	2,821	8,297	37,069	2,821	11,471	22,950
3	1,712	5,036	42,105	1,712	8,186	31,135
4	1,512	4,447	46,552	1,512	8,159	39,294
5	1,405	4,133	50,686	1,405	6,958	46,253
6	1,210	3,558	54,244	1,210	5,425	51,678
7	1,101	3,237	57,481	1,101	5,229	56,907
8	1,011	2,973	60,454	1,011	3,548	60,454
9	,969	2,851	63,305			
10	,937	2,756	66,061			

Tablo 10. Scree Plot Grafiği



Tablo 9’da verilen evlilik farkındalığı ölçeği toplam varyans miktarları ve tablo 10’da verilen scree plot grafiğinde eigen değeri 1 olarak alındığında sekiz faktörlü bir yapı ortaya çıkmaktadır. Elde edilen bu sekiz faktörlü yapı toplam varyansın %60,454’ini açıklamaktadır. Yapılan ilk analizde bazı maddelerin birden fazla faktörden yük aldıkları, bazı maddelerin faktör yüklerinin düşük olduğu bazı maddelerin ise hiçbir faktörde yük almadıkları görölmüştür. Bu durumdaki maddeler sırasıyla atılarak, kalan maddelerin tümünün tek alt boyutta ve yeterli yüke sahip olduğu durumu ortaya çıkana kadar işlemlere devam edilmiştir. Burada maddelerin hangi faktörlere dağıldıklarını görmek için varimax dik döndürme analizleri yapılmıştır. Daha iyi yük değerlere sahip boyutların oluşması için (<,50) altı maddeler de elenmiştir. Bu analizlerin sonucunda 13 madde (2, 4, 5, 10, 12, 13, 20, 21, 22, 23,27, 31, 32) ölçekten atılmıştır. Yapılan bu işlemlerin sonucunda oluşan boyutlar ve bu boyutlardaki maddeler tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11. Faktör Analizi Neticesinde Dönüştürülmüş Bileşenler Matrixi

Maddeler	F1	F2	F3	F4	F5
M18	,721				
M30	,704				
M11	,678				
M8	,672				
M3	,659				
M9	,631				
M19	,592				
M34		,856			
M28		,845			
M29		,840			
M33		,753			
M24			,774		
M17			,752		
M25			,653		
M26			,524		
M14				,771	
M15				,760	
M16				,635	
M7					,714
M1					,704
M6					,701

Tablo 11’de görüleceği üzere yapılan analizler sonucunda ölçeğin beş faktörlü bir yapıya sahip olduğu ve her faktöre ait maddelerin de kabul edilebilir yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir (En düşük: ,524; En yüksek: ,856). Aynı zamanda herhangi bir madde diğer faktörlerden yük de almamaktadır. Ölçeğin son haline ait değerler aşağıdaki tablolarda sunulmuştur.

Tablo 12. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri

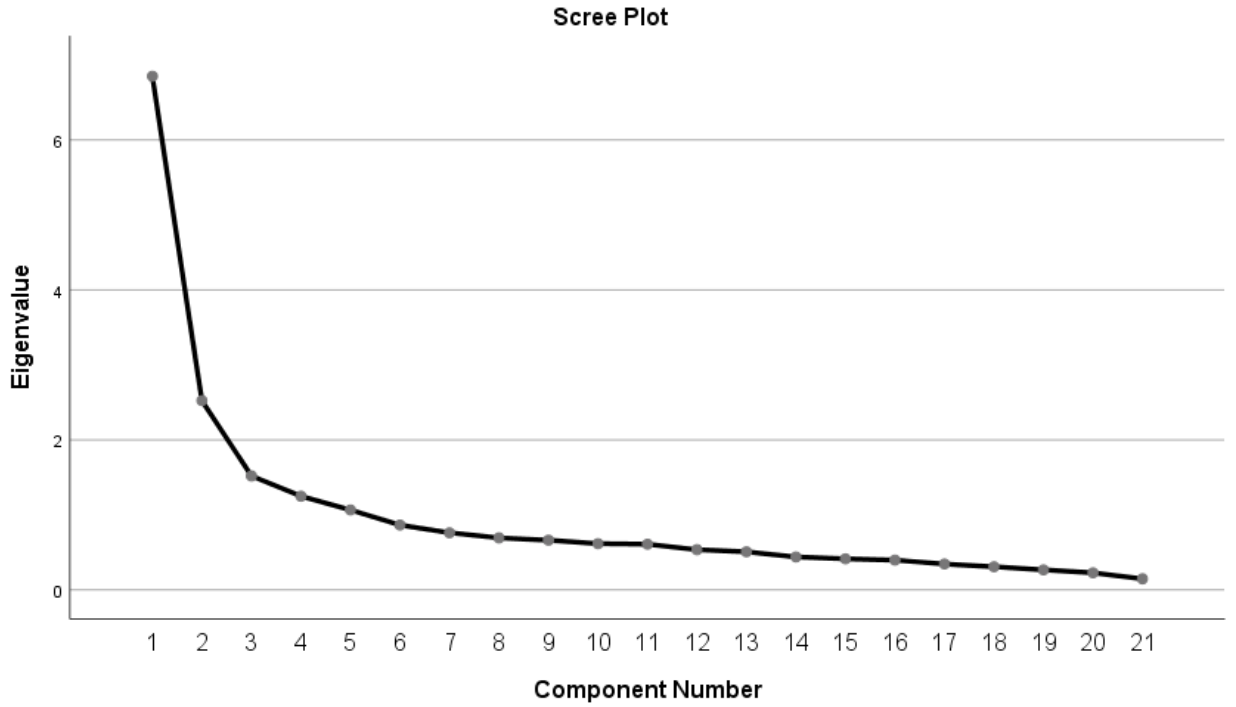
KMO Örneklem Yeterliliği		.901
Bartlett's Test of Sphericity	Ki-kare Değeri	3258,004
	S.Derecesi	210
	P	,000

KMO değerlerine bakıldığında veri toplanan örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu ve verilerin analizler için kabul edilebilir bir düzeyde olduğu görülmektedir (,901). Barlett's testi değerleri de anlamlı ($p<,000$) çıkmıştır. Bu anlamlılık verilerin normal dağıldıkları hipotezini desteklemektedir.

Tablo 13. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Açıklanan Toplam Varyans Miktarları

Faktörler	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yük Değerleri		
	Toplam	%	Kümülatif %	Toplam	%	Kümülatif %
1	6,850	32,618	32,618	6,850	18,080	18,080
2	2,524	12,021	44,640	2,524	15,774	33,855
3	1,520	7,236	51,876	1,520	10,999	44,853
4	1,249	5,948	57,824	1,249	9,445	54,298
5	1,066	5,075	62,899	1,066	8,601	62,899
6	,864	4,115	67,014			
7	,761	3,624	70,639			
8	,693	3,299	73,937			
9	,663	3,155	77,093			
10	,616	2,934	80,027			

Tablo 14. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Scree Plot Grafiği



Tablo 13’te verilen evlilik farkındalığı ölçeği toplam varyans miktarları ve tablo 14’te verilen scree plot grafiğinde eigen değeri 1 olarak alındığında beş faktörlü bir yapı ortaya çıkmaktadır. Bu beş faktörlü ölçeğin toplam varyansı açıklama oranı %62,899 olarak bulunmuştur. Sırasıyla faktörlerin toplam varyansa katkıları şu şekildedir: Birinci faktör= %18,080; ikinci faktör= %15,774; üçüncü faktör= %10,999; dördüncü faktör= %9,445; beşinci faktör=%8,601 şeklindedir. Ölçeğin beş faktörlü yapısının toplam varyansı açıklama oranı %60’ın üzerinde olduğu için iyi olarak değerlendirilebilir. (Tavşancıl, 2010). Bu aşamadan sonra alt boyutlarda toplanan maddeler toplandıkları özelliklere göre isimlendirilmiştir. Ölçek maddeleri fenomenolojik araştırma sonuçlarından yararlanılarak yazıldığı için alt boyutlarda elde edilen temalara göre isimlendirilmiştir.

Tablo 15. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler

Faktörler	Madde Sayısı	Maddeler Numarası
İlgi	7	18, 30, 11, 8, 3, 9, 19
Dayanışma	4	34, 28, 29, 33
Sorumluluk	4	24, 17, 25, 26
Paylaşma	3	14, 15, 16
Anlayış	3	7, 1, 6

Tablo 15’te analizler sonucu oluşan alt boyutlara ilişkin madde sayıları verilmiştir. Birinci boyutta 7 madde, ikinci boyutta 4 madde, üçüncü boyutta 4 madde, dördüncü boyutta 3 madde ve beşinci boyutta 3 madde yer almaktadır . Ölçeğin toplam madde sayısı 21 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin alt boyutları; ilgi, dayanışma, sorumluluk, paylaşma ve anlayış şeklinde isimlendirilmiştir. Ölçeğin ilk halinde ters maddeler bulunurken, açıcı faktör analizi sonucunda oluşan ölçeğin son halinde ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin toplam puanı yüksek düzeyde evlilik farkındalığını göstermektedir. Her alt boyutun kendine özgü toplam puanı bulunmaktadır.

4.2.1.2. Güvenirlik Analizleri ile İlgili Bulgular

Bir ölçeğin geliştirilme aşamalarında güvenilirlik analizi yapmak için başvuru en önemli yöntemlerden biri Cronbach alpha iç tutarlık katsayısını hesaplamaktır. Çünkü geliştirilen ölçme aracındaki maddeler kendi içinde ne kadar tutarlı olursa ölçmek istenen yapıyı test etme gücü o kadar artar (Kalaycı, 2010). İç tutarlık katsayısı genellikle ,70 ve üstü olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2015). İç tutarlık kat sayısı 1’ ne kadar yaklaşırsa iç tutarlığı o kadar yüksek demektir. Evlilik farkındalığı ölçeği ile ilgili yapılan güvenilirlik analizinde ölçeğin toplam ve alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Alt Boyutların Güvenirlik Katsayıları

Faktör	Cronbach's Alpha Değeri
1. İlgi	,886
2. Dayanışma	,918
3. Sorumluluk	,833
4. Paylaşma	,817
5. Anlayış	,787
TOPLAM	.923

Tablo 16 incelendiğinde Evlilik farkındalığı ölçeği (EFÖ) toplam puanı ve alt boyutların Cronbach alpha iç tutarlık katsayılarının,70'in üzerinde olduğu görülmektedir. Ölçeğin toplam puanının iç tutarlık katsayısı ise ,923 olarak bulunmuştur.

Tablo 17. Ölçek Toplam Puanının ve Alt Boyutlarının Ayırt Ediciliklerini Belirlemek İçin Yapılan t Testi Sonuçları

Puan	Gruplar	N	X	ss	Sh_x	t	p
Evlilikte Farkındalık Toplam	Üst	96	140,51	3,79	,387	39,41	,000
	Alt	96	106,31	7,54	,795		
İlgi	Üst	96	48,29	1,39	,141	16,91	,000
	Alt	96	39,55	4,85	,511		
Dayanışma	Üst	96	26,01	2,35	,240	18,10	,000
	Alt	96	14,74	5,59	,589		
Sorumluluk	Üst	96	27,36	1,09	,111	14,82	,000
	Alt	96	22,71	2,86	,301		
Paylaşma	Üst	96	20,57	,92	,094	12,97	,000
	Alt	96	15,67	3,57	,376		
Anlayış	Üst	96	18,27	2,29	,233	11,30	,000
	Alt	96	13,62	3,26	,343		

Tablo 17'de toplam puan ve alt boyutların ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar *t* testinden elde edilen sonuçlara baktığımızda Evlilik farkındalığı ölçeği toplam puanında ve tüm alt boyutlarda alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<,001$). Alt ve üst grupların puan ortalamalarına baktığımızda hem ölçek

toplamında hem de alt boyutlarda alt-üst grupları arasında önemli bir puan farklılığının olduğu görülmektedir.

Tablo 18. Madde Toplam ve Madde Kalan Korelasyon Sonuçları

	Ölçek Ortalaması	Ölçek Varyansı	Madde-Toplam Korelasyonu	Cronbach's Alpha Madde Silinirse
Fark1	118,37	294,883	,550	,920
Fark3	117,90	296,996	,682	,917
Fark6	119,03	311,372	,278	,926
Fark7	118,46	297,742	,554	,920
Fark8	117,30	315,725	,484	,922
Fark9	117,64	305,021	,589	,920
Fark11	117,53	309,645	,515	,921
Fark14	118,33	288,762	,648	,918
Fark15	117,80	297,663	,612	,919
Fark16	117,55	307,751	,546	,920
Fark17	117,53	314,078	,450	,922
Fark18	117,92	302,783	,603	,919
Fark19	117,75	303,744	,677	,918
Fark24	117,61	311,126	,539	,921
Fark25	117,72	304,754	,664	,919
Fark26	117,88	301,889	,639	,919
Fark28	119,22	271,665	,721	,917
Fark29	118,81	272,067	,776	,915
Fark30	117,62	304,281	,683	,918
Fark33	118,76	287,511	,606	,919
Fark34	118,49	280,986	,737	,916

*P<,000

Tablo 18'deki sonuçlara göre madde toplam ve madde kalan korelasyon değerleri tüm maddeler için anlamlı çıkmıştır ($p<,000$). Ölçeğin geçerliği ve güvenirliği için önemli olan bu sonuç ölçekteki tüm maddelerin bir yapı içerisinde yer aldığını göstermektedir.

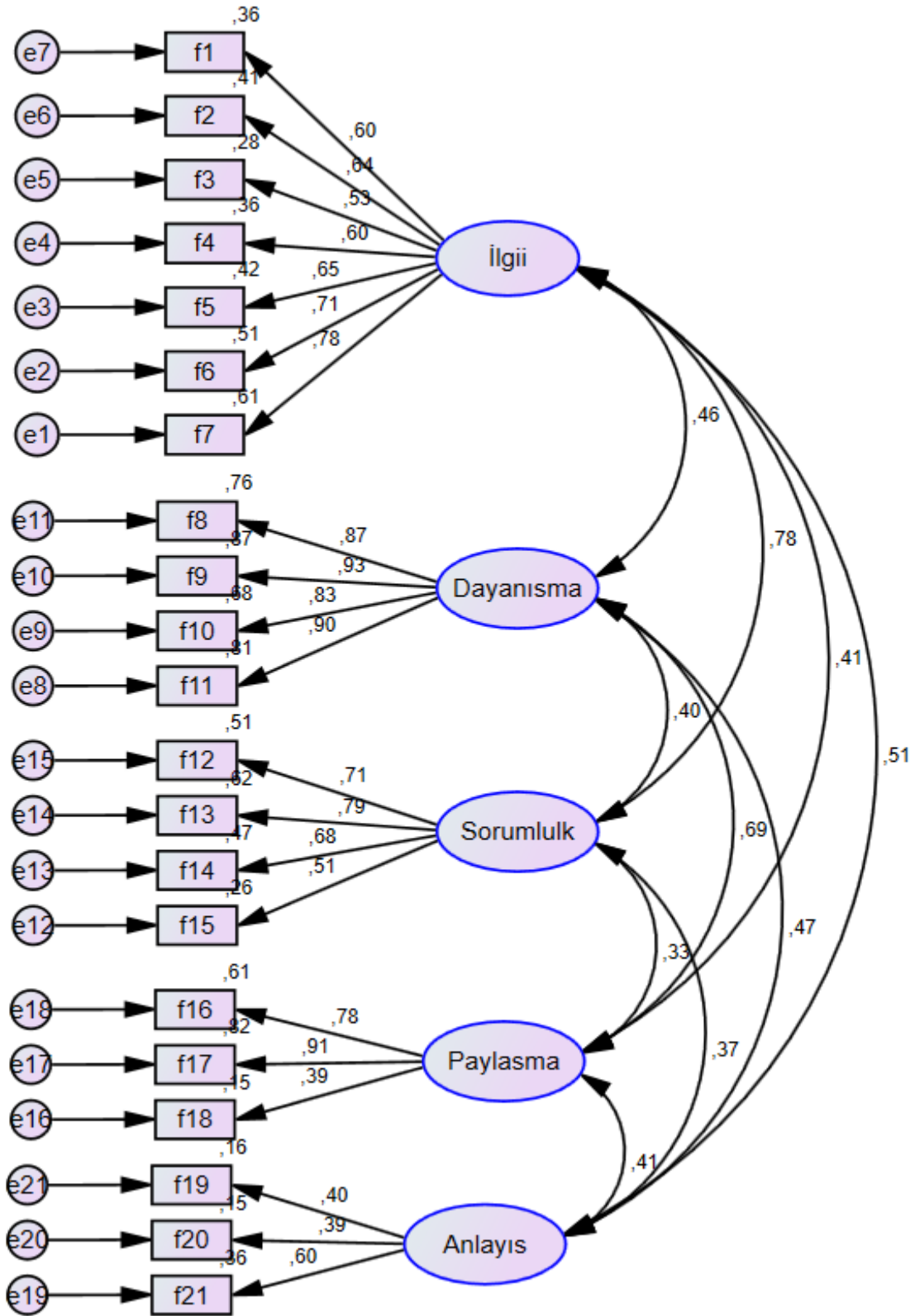
Tablo 19. Faktörler Arası İlişkileri Belirlemek için Yapılan Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
Farkındalık	1	,782**	,788**	,666**	,688**	,555**
İlgi	,782**	1	,400**	,604**	,413**	,323**
Dayanışma	,788**	,400**	1	,311**	,551**	,240**
Sorumluluk	,666**	,604**	,311**	1	,290**	,327**
Paylaşma	,688**	,413**	,551**	,290**	1	,206**
Anlayış	,555**	,323**	,240**	,327**	,206**	1

Evlilik farkındalığı ölçeği ve alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkilerini belirlemek için yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 19’da verilmiştir. Alt boyutlar arasında ve alt boyutlarla toplam puan arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($p<,001$).

4.2.1.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi

Bu bölümde açıklayıcı faktör analizi sonucunda oluşan ölçeğin beş boyutlu yapısının yapısal geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır. Yapı geçerliliğini test etmek için kullanılan doğrulayıcı faktör analizi (Kline, 2005) ileri düzey araştırmalarda kullanılan ve gizil değişkenlerin test edildiği bir analiz yöntemidir (Tabachnick ve Fidell, 2001).



Şekil 14. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Path Diyagramı

Şekil 14'te Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen değerler verilmiştir. Bu şekil incelendiğinde Evlilik farkındalığı ölçeğinin tüm alt boyutlarının birbiri ile ve ölçek toplam puanı ile ilişkilerinin anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar hem ölçek toplam puanı için hem de alt boyutlar için daha önce yapılan açımlayıcı faktör analizinin sonuçlarını doğrulamaktadır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre tüm madde yük değerlerinin ,30'un üzerinde olduğu görülmektedir. Bu durum ölçekte bulunan tüm maddelerin yeterli düzeyde yüke sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda Evlilik farkındalığı ölçeği'nin 21 maddeli ve beş alt boyutlu yapısı Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda test edilmiş ve doğrulanmıştır. Elde edilen uyum indeksleri Tablo 20'de verilmiştir.

Tablo 20. Standart Uyum İyilik Ölçütleriyle Araştırma Verilerinin Kıyaslanması

Uyum Ölçüleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Araştırmada Elde Edilen Uyum Değerleri
c2/df	$0 \leq c2 \leq 2df$	$2df \leq c2 \leq 3df$	2.045
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.08$	0.066
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$	0.09
IFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.924
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1.00$	$0.90 \leq CFI \leq 0.97$	0.923
RFI	$0.90 < RFI < 1.00$	$0.85 < RFI < 0.90$	0.854

Yukarıdaki tablo incelendiğinde doğrulayıcı faktör analizi yoluyla elde edilen değerler genel olarak iyi bir uyumu göstermektedir. Bu uyum değerlerine baktığımızda, ki-kare (χ^2/sd)= 2,045 olarak bulunmuştur. RMSEA değeri=0,066; ve SRMR değeri= 0,09, IFI= 0,924; CFI= 0,923; RFI= 0,854 olarak bulunmuştur. Verilerden elde edilen bu sonuçlar ölçeğin iyi uyum indekslerine sahip olduğunu göstermektedir.

4.2.1.4. Evlilik Farkındalığı Ölçeği Ölçüt Geçerliği

Geliştirilen evlilik farkındalığı ölçeğinin ölçüt geçerliğini sınamak için Toronto Empati Ölçeği kullanılmıştır. Evlilik farkındalığı ölçeği ve alt boyutlarının Toronto Empati Ölçeği ile ilişkisini belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonuçları tablo 21'de verilmiştir.

Tablo 21. Evlilik Farkındalığı Ölçeği ve Toronto Empati Ölçeği Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1.Toronto Empati	1	,426**	,341*	,568**	,435**	,365*	,573**
2. Farkındalık T		1	,804**	,692**	,819**	,701**	,573**
3.İlgi			1	,461**	,612**	,495**	,423**
4.Dayanışma				1	,668**	,547**	,388*
5.Sorumluluk					1	,593**	,430**
6.Paylaşma						1	,362*
7.Anlayış							1

*P<,001

Tablo 21'deki analiz sonuçları incelendiğinde Toronto Empati Ölçeği toplam puanının Evlilik Farkındalığı Ölçeğinin toplam puanı ve tüm boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Korelasyon değerlerine baktığımızda en düşük ilişkinin ilgi alt boyutuyla ($r=,341$; $p<,001$), en yüksek ilişkinin ise anlayış alt boyutuyla olduğu görülmektedir ($r=,573$; $p<,001$). Evlilik farkındalığı toplam puanı ile ($r=,426$; $p<,001$) düzeyinde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar doğrultusunda geliştirilen Evlilik Farkındalığı Ölçeği'nin ölçüt geçerliğine sahip olduğu görülmektedir.

4.2.2. “Evlilikte Empati Ölçeği”nin Geliştirilmesi ile İlgili Bulgular

Bu bölüm içinde Evlilikte Empati Ölçeği (EEÖ)'nin geliştirilmesi ile ilgili ulaşılan bulgulara yönelik geçerlik ve güvenirlik analizleri bulunmaktadır. Bu aşamada ölçek geliştirme için literatürde kabul gören prosedürler dikkate alınarak gerekli işlem ve analizler yapılmıştır.

4.2.2.1. Geçerlik Analizlerine Ait Bulgular

Evlilik empati ölçeğinin yapı geçerliliğini test etmek için öncelikle Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizinde maddelerin yük değerleri ve hangi alt boyutlarda yük aldıkları incelenmektedir. Maddelerin yük değerlerinin yüksek olması yapı geçerliğini sağlama noktasında önemli bir kriterdir. Büyüköztürk'e (2002) göre madde yük değerinin 0,30-0,59 arasında olması orta düzey, 0,60 ve üstü olması yüksek olarak değerlendirilmektedir. Bu durum göz önünde bulundurularak her bir maddenin ,50 ve üstü olmasına dikkat edilmiştir. Madde yükü ,50'nin altında kalan maddeler ölçekten

çıkarılmıştır. İlk olarak Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett değerlerine bakılmış, bu değerlerin uygunluğundan sonra ölçek geliştirmenin diğer analizlerine geçilmiştir

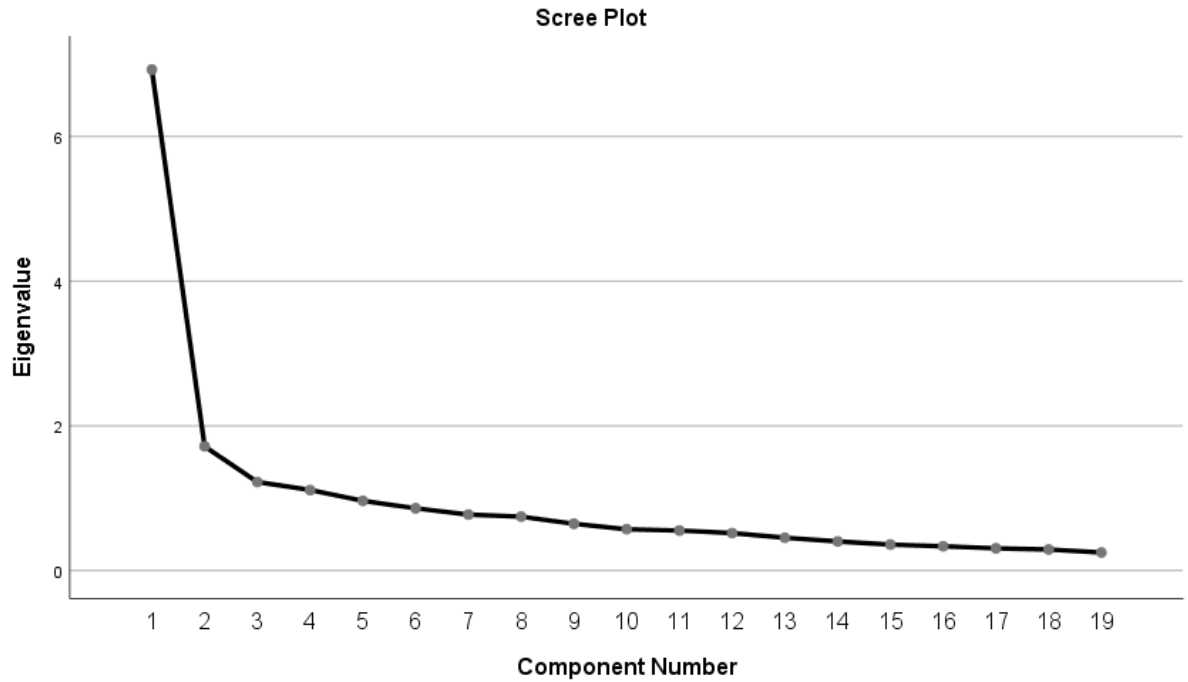
Tablo 22. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri

KMO Örneklem Yeterliliği		.897
Ki-kare Değeri		2686,559
Bartlett's Test of Sphericity	S.Derecesi	171
	P	,000

Tablo 22'deki değerlere baktığımızda KMO değerinin ,897 olarak elde edildiği görülmektedir. KMO testi ölçek verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için önemlidir. KMO değerinin 0,50'nin altında olması kötü olarak değerlendirilir. Bu değer 1'e ne kadar yakın olursa o kadar iyi olarak değerlendirilir. Tavşancıl (2010) bu değer 0,90 ve üstü olmasını mükemmel, 0,80 ve üstü olmasını çok iyi olarak değerlendirmiştir. Bu ölçeğin veri seti için elde edilen KMO değeri (,897) çok iyi bir değer olarak bulunmuştur. Yapılan Bartlett's testinden elde edilen değerlere göre p değerinin anlamlı olduğu ve verilerin çok değişkenli normal dağıldıkları görülmektedir (2686,559 ($p < ,000$))

Tablo 23. Evlilikte Empati Ölçeği İlk Hali Açıklanan Toplam Varyans Miktarları

Faktörler	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yük Değerleri		
	Toplam	%	Kümülatif %	Toplam	%	Kümülatif %
1	6,924	36,443	36,443	6,924	36,443	36,443
2	1,717	9,035	45,478	1,717	9,035	45,478
3	1,223	6,435	51,913	1,223	6,435	51,913
4	1,113	5,857	57,770	1,113	5,857	57,770
5	,963	5,067	62,837			
6	,860	4,526	67,363			
7	,773	4,071	71,434			
8	,745	3,923	75,357			
9	,646	3,400	78,757			
10	,571	3,003	81,760			

Tablo 24. Scree Plot Grafiği

Tablo 23'te verilen evlilikte empati ölçeği toplam varyans miktarları ve tablo 24'te verilen scree plot grafiğinde eigen değeri 1 olarak alındığında dört faktörlü bir yapı ortaya çıkmaktadır. Elde edilen bu dört faktörlü yapı toplam varyansın %57,770'ini açıklamaktadır. Yapılan ilk analizde bazı maddelerin birden fazla faktörden yük aldıkları, bazı maddelerin faktör yüklerinin düşük olduğu bazı maddelerin ise hiçbir faktörde yük almadıkları görülmüştür. Bu durumdaki maddeler sırasıyla atılarak, kalan maddelerin tümünün tek alt boyutta ve yeterli yüke sahip olduğu durumu ortaya çıkana kadar işlemlere devam edilmiştir. Burada maddelerin hangi faktörlere dağıldıklarını görmek için varimax dik döndürme analizleri yapılmıştır. Daha iyi yük değerlere sahip boyutların oluşması için (<,50) altı maddeler de elenmiştir. Bu analizlerin sonucunda 8 madde (5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14) ölçekten atılmıştır. Yapılan bu işlemlerin sonucunda maddelerin tek boyutta toplandığı görülmüştür. Bu maddeler tablo 25'te verilmiştir.

Tablo 25. Faktör Analizi Neticesinde Dönüştürülmüş Bileşenler Matrixi

Maddeler	Madde Yükleri
Empati17	,801
Empati19	,782
Empati4	,758
Empati18	,754
Empati6	,747
Empati16	,729
Empati2	,698
Empati3	,646
Empati15	,626
Empati1	,622
Empati10	,574

Yapılan nihai işlemler neticesinde, ölçeğin tek faktörden meydana geldiği ve her maddenin de kabul edilebilir yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir (En düşük:574; En yüksek:801). Ölçeğin son haline ilişkin veriler aşağıdaki tablolarda sunulmuştur.

Tablo 26. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri

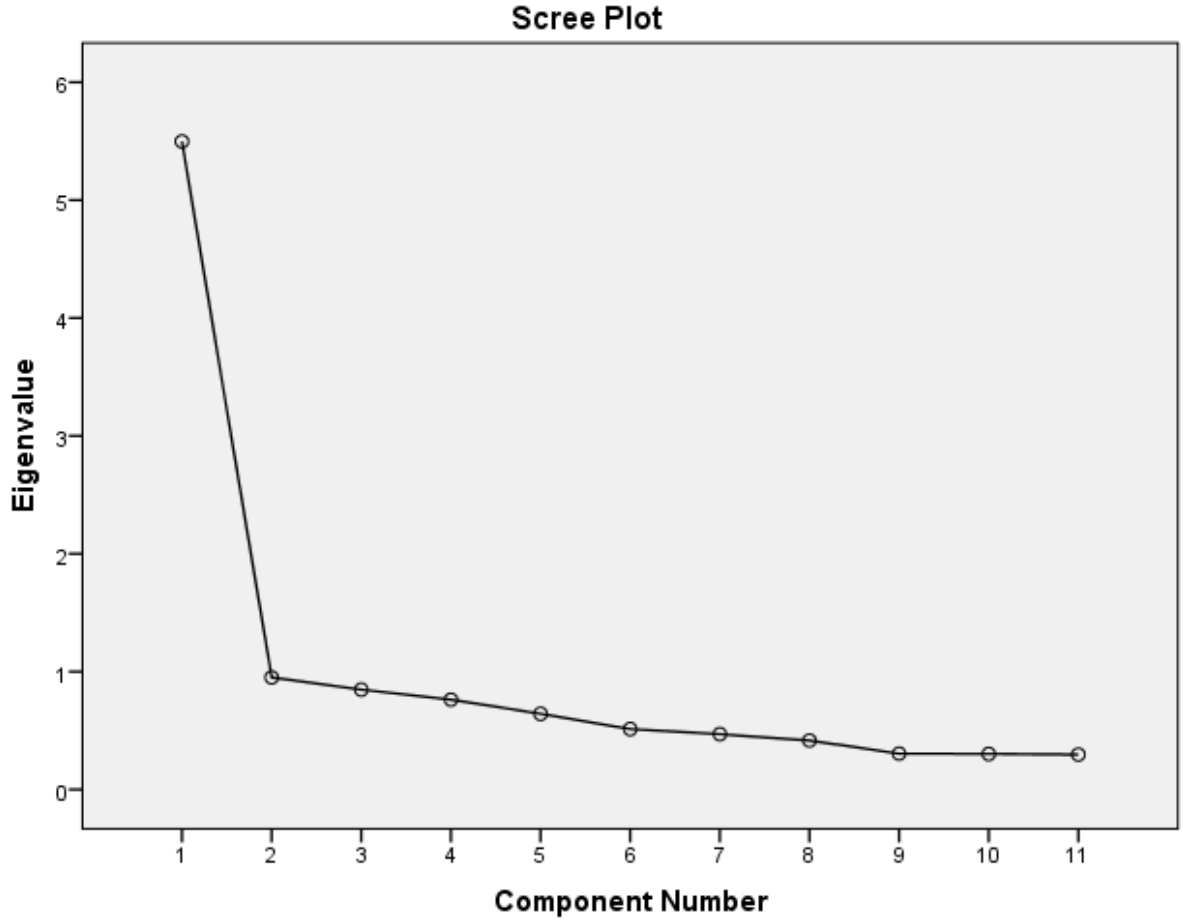
KMO Örneklem Yeterliliği		.912
Bartlett's Test of Sphericity	Ki-kare Değeri	2980,521
	S.Derecesi	55
	P	,000

KMO değerlerine bakıldığında veri toplanan örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu ve verilerin analizler için kabul edilebilir bir düzeyde olduğu görülmektedir (.912). Bartlett's testi değerleri de anlamlı ($p<,000$) çıkmıştır. Bu anlamlılık verilerin normal dağıldıkları hipotezini desteklemektedir.

Tablo 27. Evlilikte Empati Ölçeği Açıklanan Toplam Varyans Miktarları

Faktörler	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yük Değerleri		
	Toplam	%	Kümülatif %	Toplam	%	Kümülatif %
1	5,498	49,984	49,984	5,498	49,984	49,984
2	,951	8,642	58,626			
3	,847	7,701	66,327			
4	,762	6,929	73,256			
5	,642	5,839	79,095			
6	,512	4,659	83,753			
7	,469	4,268	88,021			
8	,416	3,779	91,800			
9	,304	2,762	94,562			
10	,301	2,738	97,300			

Tablo 28. Evlilikte Empati Ölçeği Scree Plot Grafiği



Tablo 27’de verilen evlilikte empati ölçeği toplam varyans miktarları ve tablo 28’de verilen scree plot grafiğinde eigen değeri 1 olarak alındığında evlilikte empati ölçeğinin tek boyutlu yapısı ortaya çıkmıştır. Tek boyutun toplam varyansı açıklama oranı %49,984 olarak elde edilmiştir. Bu oran orta düzey ve kabul edilebilir bir orandır.

Tablo 29. Faktör Analizi Sonucunda Oluşan Ölçekten Yük Alan Maddeler

Faktörler	Madde Sayısı	Maddeler Numarası
Empati	11	1, 2, 3, 4, 10, 15, 16, 17, 18, 19, 6

Tablo 29’dan da anlaşıldığı üzere; ölçek tek faktörden ve 11 maddeden meydana gelmektedir. Ölçeğin yazılan ilk maddelerinde ters maddeler olmasına rağmen açıklayıcı

faktör analizi neticesinde herhangi bir ters madde ölçekte yer almamıştır. Ölçekten alınan yüksek puan evlilikte empatinin yüksekliğini göstermektedir.

4.2.2.2. Güvenirlik Analizleri ile İlgili Bulgular

Bir ölçeğin geliştirilme aşamalarında güvenilirlik analizi yapmak için başvuru en önemli yöntemlerden biri Cronbach alpha iç tutarlık katsayısını hesaplamaktır. Çünkü geliştirilen ölçme aracındaki maddeler kendi içinde ne kadar tutarlı olursa ölçmek istenen yapıyı test etme gücü o kadar artar (Kalaycı, 2010). İç tutarlık katsayısı genellikle ,70 ve üstü olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2015). İç tutarlık kat sayısı 1' ne kadar yaklaşırsa iç tutarlığı o kadar yüksek demektir. Evlilikte Empati Ölçeği ile ilgili yapılan güvenilirlik analizinde ölçeğin iç tutarlık katsayıları tablo 30'da verilmiştir.

Tablo 30. Faktör Analizi Sonucunda Ölçeğe Ait Güvenirlik Katsayıları

Faktör	Cronbach's Alpha Değeri
TOPLAM	.876

Tablo 30 incelendiğinde Evlilikte Empati Ölçeği (EFÖ) toplam puanının Cronbach alpha iç tutarlık katsayısının ,70'in üzerinde olduğu görülmektedir (,876).

Tablo 31. Ölçek Alt Toplam Puanlarının Ayırt Ediciliklerini Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Puan	Gruplar	N	X	ss	Sh_x	t	p
Empati Toplam	Üst	96	122,48	9,37	,956	17,832	,000
	Alt	96	95,81	11,00	1,160		

Tablo 31'de Evlilikte Empati Ölçeği toplam puanının ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testinden elde edilen sonuçlara baktığımızda toplam puanın alt ve üst grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,001$). Alt ve üst grupların puan ortalamalarına baktığımızda alt-üst grupları arasında önemli bir puan farklılığının olduğu görülmektedir.

Tablo 32. Madde Toplam ve Madde Kalan Korelasyon Sonuçları

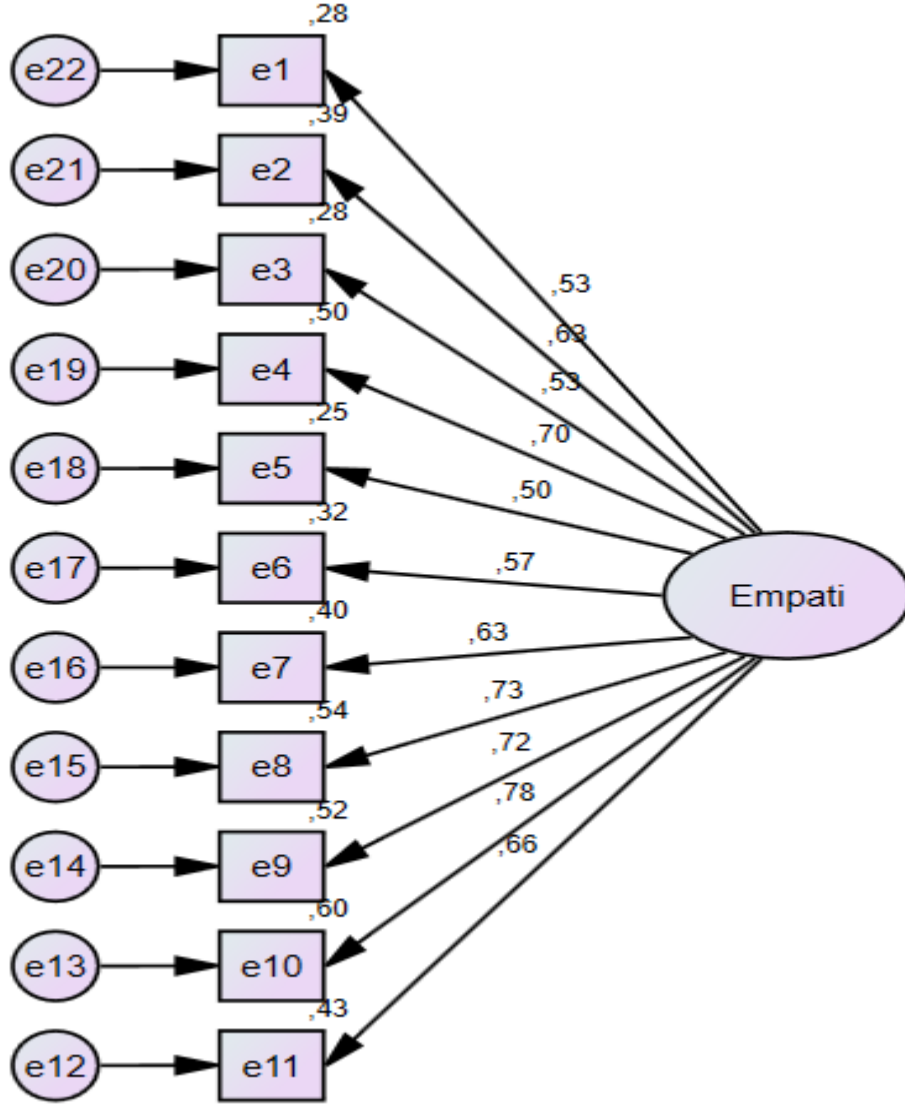
	Ölçek Ortalaması	Ölçek Varyansı	Madde-Toplam Korelasyonu	Cronbach's Alpha Madde Silinirse
E1	59,01	60,003	,511	,870
E2	59,20	57,669	,588	,865
E3	59,15	59,839	,527	,869
E4	59,19	57,631	,679	,859
E11	59,16	58,521	,616	,863
E5	59,39	58,987	,472	,874
E6	59,66	57,644	,532	,870
E7	58,63	62,103	,577	,867
E8	58,84	59,654	,659	,861
E9	59,27	57,181	,659	,860
E10	58,92	58,488	,686	,859

*P<,000

Tablo 32'deki sonuçlara göre madde toplam ve madde kalan korelasyon değerleri tüm maddeler için anlamlı çıkmıştır ($p<,000$). Ölçeğin geçerliği ve güvenirliği için önemli olan bu sonuç ölçekteki tüm maddelerin bir yapı içerisinde yer aldığını göstermektedir.

4.2.2.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi

Bu bölümde açımlayıcı faktör analizi sonucunda oluşan ölçeğin yapısının yapısal geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır. Yapı geçerliliğini test etmek için kullanılan doğrulayıcı faktör analizi (Kline, 2005) ileri düzey araştırmalarda kullanılan ve gizil değişkenlerin test edildiği bir analiz yöntemidir (Tabachnick ve Fidell, 2001).



Şekil 15. Evlilikte Empati Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Path Diyagramı

Şekil 15'te Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen değerler verilmiştir. Bu şekil incelendiğinde Evlilikte Empati Ölçeği'nin tüm maddelerinin tek boyutta ve anlamlı bir ilişkide olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar daha önce yapılan açımlayıcı faktör analizinin sonuçlarını doğrulamaktadır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre tüm madde yük değerlerinin ,50'nin üzerinde olduğu görülmektedir. Bu durum ölçekte bulunan tüm maddelerin yeterli düzeyde yüke sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda Evlilikte Empati Ölçeği'nin 11 maddeli ve tek boyutlu boyutlu yapısı Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda test edilmiş ve doğrulanmıştır. Elde edilen uyum indeksleri Tablo 33'te verilmiştir.

Tablo 33. Standart Uyum İyilik Ölçütleriyle Araştırmada elde edilen verilerin karşılaştırılması

Uyum Ölçüleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Araştırmada Elde Edilen Uyum Değerleri
c2/df	$0 \leq c2 \leq 2df$	$2df \leq c2 \leq 3df$	2.977
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.08$	0.075
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$	0.05
IFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.954
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1.00$	$0.90 \leq CFI \leq 0.97$	0.954
RFI	$0.90 < RFI < 1.00$	$0.85 < RFI < 0.90$	0.897

Tablo 33 incelendiğinde araştırma kapsamında elde edilen uyum değerlerinin genel olarak iyi bir uyum gösterdiği görülmektedir. Bu değerleri incelediğimizde, ki-kare (χ^2/sd)= 2,977 olarak bulunmuştur. RMSEA değeri=0,075; ve SRMR değeri= 0,05 olarak elde edilmiştir. CFI= 0,954; RFI= 0,897 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar geliştirilen evlilikte empati ölçeğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

4.2.2.4. Evlilikte Empati Ölçeği Ölçüt Geçerliği

Araştırma kapsamında geliştirilen Evlilikte Empati Ölçeği'nin ölçüt geçerliğini sınamak için Toronto Empati Ölçeği kullanılmıştır. Evlilikte Empati Ölçeği'nin Toronto Empati Ölçeği ile ilişkisini belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonuçları tablo 34'te verilmiştir.

Tablo 34. Evlilikte Empati Ölçeği ve Toronto Empati Ölçeği Korelasyonu

Değişkenler	1	2
Toronto Empati	1	,472*
Evlilikte Empati	,472*	1

*P<,001

Tablo 34'teki analiz sonuçları incelendiğinde Toronto Empati Ölçeği toplam puanının Evlilikte Empati Ölçeği'nin toplam puanı ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin

olduğu görülmektedir ($r=,472$; $p<,001$). Bu sonuçlar doğrultusunda geliştirilen Evlilikte Empati Ölçeği'nin ölçüt geçerliğine sahip olduğu görülmektedir.

4.3. Demografik Değişkenler ve Yapısal Modele İlişkin Bulgular

Bu bölümde, çalışma kapsamında geliştirilen evlilik farkındalığı ölçeği ile evlilikte empati ölçeği ve bunların yanı sıra alan yazında var olan evlilik yaşam ölçeği ve affetme ölçeği kullanılarak elde edilen verilerin analizlerine yer verilmiştir. Bu analizler iki alt başlık halinde verilmiştir. İlk bölümde demografik değişkenlere ilişkin bulgular, ikinci bölümde ise test edilen yapısal modele ilişkin bulgular verilmiştir.

4.3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Bu başlık altında araştırmanın alt amaçlarından yola çıkarak bazı demografik değişkenlere ilişkin analizler sunulmuştur. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin cinsiyet, evlilik süresi, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yoluyla incelenmiştir. Normallik testi yapılarak verilen normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Diğer ANOVA varsayımlarının sağlandığı kontrol edilerek analizlere geçilmiştir.

Tablo 35. Evlilik Farkındalığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşma Durumu ile İlgili Yapılan t Testi Sonuçları

Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Sh $_{\bar{x}}$	t Testi		
						t	Sd	p
Evlilikte Farkındalık Toplam	Kadın	298	124,87	15,03	,870	1,013	594	,311
	Erkek	298	123,52	17,45	1,011			
İlgi	Kadın	298	45,44	4,348	,251	4,328	594	,000
	Erkek	298	43,61	5,90	,342			
Dayanışma	Kadın	298	19,92	6,90	,399	-3,611	594	,000
	Erkek	298	21,78	5,59	,324			
Sorumluluk	Kadın	298	24,93	2,87	,166	,297	594	,767
	Erkek	298	24,86	3,18	,184			
Anlayış	Kadın	298	15,83	3,22	,186	-,290	594	,772
	Erkek	298	15,91	3,27	,189			
Paylaşma	Kadın	298	18,72	2,83	,164	4,183	594	,000
	Erkek	298	17,75	2,82	,163			

Tablo 35 incelendiğinde, evlilik farkındalığı ölçeği ve alt boyutları için yapılan bağımsız gruplar t testine göre evlilikte farkındalık toplam puanı, sorumluluk ve anlayış alt boyutları aritmetik ortalamaları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemektedir. İlgili, dayanışma ve paylaşma alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İlgili ve paylaşma alt boyutlarında kadınların daha yüksek puanlara sahip olduğu görülürken; dayanışma alt boyutunda erkeklerin daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 36. Evlilik Doyumu, Affetme ve Evlilikte Empati Ölçekleri Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşma Durumu ile İlgili Yapılan t Testi Sonuçları

Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Sh _{$\bar{x}$}	t Testi		
						t	Sd	p
Evlilik doyumu	Kadın	298	38,33	8,70	,504	-1,944	594	,052
	Erkek	298	39,61	7,28	,422			
Affetme	Kadın	298	32,72	5,86	,339	-,838	594	,402
	Erkek	298	33,11	5,36	,310			
Evlilikte Empati	Kadın	298	64,76	8,68	,503	2,648	594	,008
	Erkek	298	62,75	9,81	,568			

Tablo 36 incelendiğinde araştırma kapsamında kullanılan evlilik doyumu, affetme ve evlilikte empati ölçeklerinin cinsiyet değişkenine göre aritmetik ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonucuna göre, cinsiyet değişkeni için sadece evlilikte empati puanları arasında farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılık kadın katılımcıların lehine olarak bulunmuştur. Evlilik doyumu ve affetme puanları arasında ise, herhangi bir farklılığa ulaşılmamıştır.

Tablo 37. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Evlilik Süresi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

<i>f</i> , $\bar{x}$ ve <i>SS</i> Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Grup	<i>N</i>	$\bar{x}$	<i>SS</i>	Var. K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	Fark
Evlilik Süresi Evlilikte Farkındalık	0-5 arası	217	124,87	14,91	G.Arası	1347,10	3	449,03		
	6-10 arası	151	121,64	16,95	G.İçi	156579,32	592	264,49	1,69	
	10-20 arası	135	125,44	17,47	Toplam	157926,43	595			
	21 ve üstü	93	124,97	16,31						
	Toplam	596	124,20	16,29						
Evlilik Süresi Evlilik Doyumu	0-5 arası	217	39,34	7,96	G.Arası	253,01	3	84,33		
	6-10 arası	151	37,87	8,94	G.İçi	38259,70	592	64,62	1,305	
	10-20 arası	135	39,50	7,13	Toplam	38512,71	595			
	21 ve üstü	93	39,16	7,90						
	Toplam	596	38,97	8,04						
Evlilik Süresi Affetme	0-5 arası(1)	217	32,08	5,59	G.Arası	633,18	3	211,06		4>1
	6-10 arası(2)	151	32,19	5,13	G.İçi	18158,10	592	30,67	6,88*	4>2
	10-20 arası(3)	135	33,91	5,93	Toplam	18791,29	595			3>1
	21 ve üstü(4)	93	34,61	5,44						3>2
	Toplam	596	32,92	5,61						
Evlilik Süresi Evlilikte Empati	0-5 arası	217	63,66	8,68	G.Arası	341,36	3	113,78		
	6-10 arası	151	62,64	10,05	G.İçi	51274,35	592	86,61	1,314	
	10-20 arası	135	64,59	9,53	Toplam	51615,72	595			
	21 ve üstü	93	64,55	9,10						
	Toplam	596	63,75	9,31						

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda evlilik süresi değişkenine göre sadece affetme puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve evlilikte empati puanları arasında herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Affetme puanı için elde edilen farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek maksadıyla ANOVA sonrası Post Hoc LSD testi analizi kullanılmıştır. Analiz sonucu incelendiğinde, evlilik süresi, 21 yıl ve üstü ile 10-20 yıl arası olanların affetme puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Daha açık bir ifadeyle, evlilik süresi arttıkça affedicilik te artmaktadır.

Tablo 38. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Gelir Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

f , $\bar{x}$ ve SS Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Grup	N	$\bar{x}$	SS	Var. K.	KT	Sd	KO	F	Fark
Gelir Düzeyi Evlilikte Farkındalık	Düşük(1)	32	117,37	27,85	G.Arası	2144,74	2	1072,37		
	Orta(2)	498	124,95	14,52	G.İçi	155781,69	593	262,70	4,08*	2>1
	Yüksek(3)	66	121,83	20,33	Toplam	157926,43	595			
	Toplam	596	124,20	16,29						
Gelir Düzeyi Evlilik Doyumu	Düşük(1)	32	34,68	9,60	G.Arası	858,94	2	429,47		
	Orta(2)	498	38,98	7,80	G.İçi	37653,77	593	63,49	6,76*	3>1 2>1
	Yüksek(3)	66	41,00	8,34	Toplam	38512,71	595			
	Toplam	596	38,97	8,04						
Gelir Düzeyi Affetme	Düşük(1)	32	29,56	6,66	G.Arası	469,49	2	234,74		
	Orta(2)	498	32,99	5,37	G.İçi	18321,80	593	30,89	7,59*	3>1 2>1
	Yüksek(3)	66	34,19	6,28	Toplam	18791,29	595			
	Toplam	596	32,92	5,61						
Gelir Düzeyi Empati	Düşük	32	61,71	13,36	G.Arası	147,71	2	73,85		
	Orta	498	63,91	8,72	G.İçi	51468,01	593	86,79	,851	
	Yüksek	66	63,56	11,17	Toplam	51615,72	595			
	Toplam	596	63,75	9,31						

*p<,01

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda gelir düzeyi değişkenine göre, sadece evlilikte empati puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve affetme puanları arasında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla ANOVA sonrası Post Hoc LSD testi sonuçlarına bakılmıştır. Bu sonuçlara göre evlilikte farkındalık için orta gelir ile düşük gelirli olanlar arasında ve orta gelirli olanlar lehine bir farklılık bulunmuştur. Evlilik doyumu puanlarına bakıldığında, yüksek ve orta gelir düzeyinde bulunanların puanlarının düşük gelirli gruptan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Affetme puanlarına bakıldığında ise, yine benzer şekilde yüksek ve orta gelir düzeyine sahip olanların düşük gelir grubunda bulunan evli çiftlere göre daha affedici oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 39. Evlilik Farkındalığı Ölçeği, Evlilik Doyumu Ölçeği, Affetme Ölçeği ve Evlilikte Empati Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

f , $\bar{x}$ ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Grup	N	$\bar{x}$	ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	Fark
Eğitim Durumu Evlilikte Farkındalık	İlk/ortaokul	40	121,52	24,37	G.Arası	528,91	3	176,30		
	Lise	89	125,73	17,77	G.İçi	157397,5	592	265,87		
	Lisans	340	124,30	15,22	Toplam	157926,4	595			,663
	Lisansüstü	127	123,70	14,85						
	Toplam	596	124,20	16,29						
Eğitim Durumu Evlilik Doyumu	İlk/ortaokul	40	38,00	8,03	G.Arası	109,45	3	36,48		
	Lise	89	39,19	8,00	G.İçi	38403,26	592	64,87		,562
	Lisans	340	38,79	8,15	Toplam	38512,71	595			
	Lisansüstü	127	39,63	7,80						
	Toplam	596	38,97	8,04						
Eğitim Durumu Affetme	İlk/ortaokul	40	30,97	5,38	G.Arası	185,52	3	61,84		
	Lise	89	33,52	5,09	G.İçi	18605,76	592	31,42		1,968
	Lisans	340	32,96	5,74	Toplam	18791,29	595			
	Lisansüstü	127	32,98	5,62						
	Toplam	596	32,92	5,61						
Eğitim Durumu Evlilikte Empati	İlk/ortaokul	40	64,05	11,76	G.Arası	396,63	3	132,21		
	Lise	89	65,65	9,22	G.İçi	51219,09	592	86,51		1,528
	Lisans	340	63,42	9,32	Toplam	51615,72	595			
	Lisansüstü	127	63,22	8,39						
	Toplam	596	63,75	9,31						

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda eğitim durumu değişkenine göre dört ölçek için de herhangi bir farklılığa ulaşılmamıştır. Bir başka ifadeye göre, evli bireylerin eğitim durumları; evlilikte farkındalık, evlilik doyumu, affetme ve evlilikte empati puanları arasında bir farklılığa neden olmamaktadır.

4.3.2. Yapısal Modellere İlişkin Bulgular

Bu bölümde araştırmacı tarafından test edilen yapısal modellere ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Modeller test edilmeden önce değişkenler arasındaki korelasyon değerlerine, iç tutarlık katsayılarına ve aritmetik ortalamalara bakılmış ve elde edilen sonuçlar tablo 40'da verilmiştir.

Tablo 40. Değişkenler Arası Korelasyon Tablosu, Aritmetik Ortalamaları ve Değişkenlere İlişkin İç Tutarlık Katsayıları Tablosu

Değişkenler	N	X	Cronbach's Alpha	1	2	3	4
1.Evlilikte Farkındalık	596	124,2	,903	1	,672**	,332**	,771**
2. Evlilik Doyumu	596	38,97	,918	,672**	1	,262**	,525**
3. Affetme	596	32,92	,820	,332**	,262**	1	,257**
4.Evlilikte Empati	596	63,75	,868	,771**	,525**	,257**	1

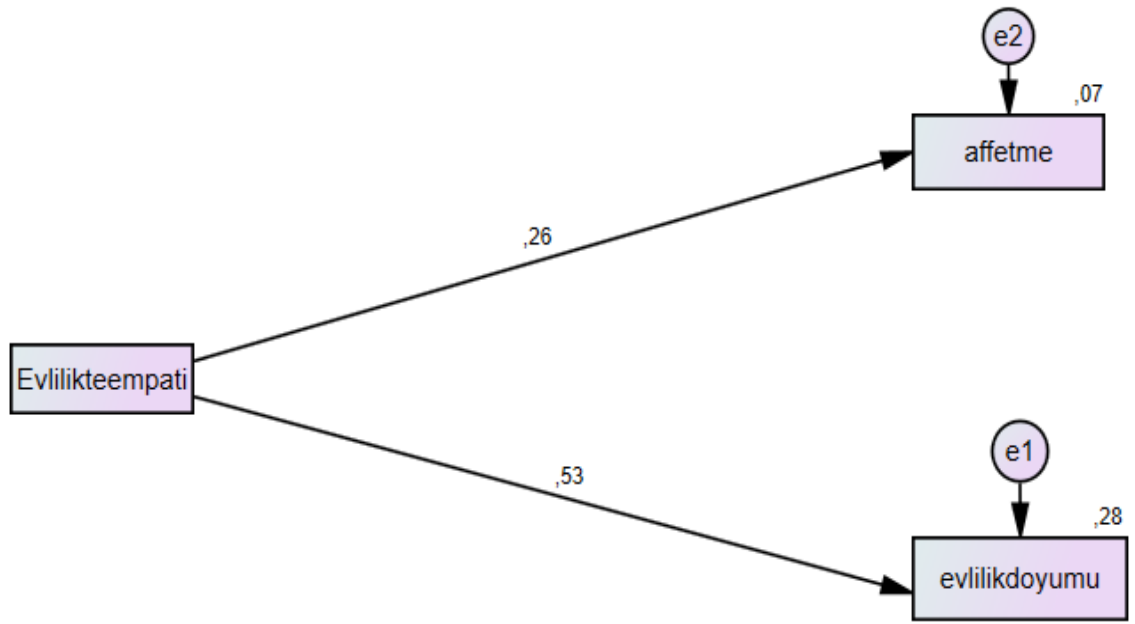
**P<,001

Tablo 40'ta evlilik farkındalığı, evlilik doyumu, affetme ve evlilikte empati değişkenlerine ait aritmetik ortalamalar, Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları ve bu değişkenlerin birbiri ile olan ilişkisini gösteren korelasyon değerleri görülmektedir. Tüm değişkenlerin İç tutarlık katsayılarının .70'in üzerinde olduğu görülmektedir ($\alpha > .70$). Yapılan korelasyon analizine ilişkin değerlere baktığımızda bütün değişkenler arasında anlamlı ve pozitif bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik arasındaki ilişkide evlilikte farkındalık değişkeninin aracı rol etkisi incelenmiştir.

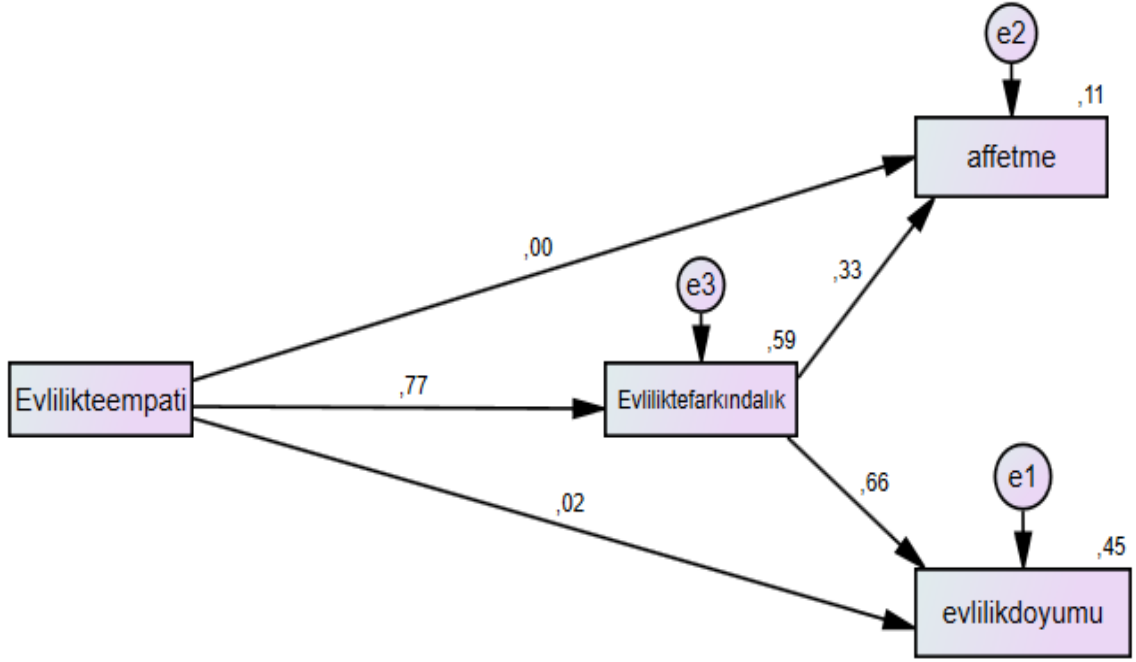
Aradaki ilişkinin kapsamlı ve detaylı bir şekilde ortaya konulması maksadıyla şu model test edilmiştir:

1. Model: Evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Model: Evlilikte farkındalığın; evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik arasındaki ilişkide aracı rol etkisi söz konusu mudur?



Şekil 16. Evlilikte Empati ile Evlilik Doyumu ve Affetme Arasındaki İlişkiye İlişkin Yapısal Model

Şekil 16 incelendiğinde evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r_1 = .26$; $p < .001$; $r_2 = .53$; $p < .001$). Affedicilik için açıklanan varyans %7 iken evlilik doyumu için %28 olarak bulunmuştur. Anlamlı bu ilişki sonrasında, aracılık modeli test edilmiştir.



Şekil 17. Evlilikte Empati ile Evlilik Doyumu ve Affetme Arasındaki İlişide Evlilik Farkındalığının Aracı Rol Etkisini İncelemeye İlişkin Yapısal Model

Şekil 17’de gösterilen evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik arasındaki ilişkide evlilik farkındalığının aracı rol etkisi incelendiğinde, evlilikte farkındalığın evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasındaki ilişkinin tamamını açıkladığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle evlilikte farkındalık bu ilişkide tam aracı rol etkisi göstermektedir. İlk modelde evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasındaki yol katsayıları anlamlı iken ($r_1=,26$; $p<,001$; $r_2=,53$; $p<,001$); araya evlilikte farkındalık değişkeni eklenince yol katsayıları anlamsız hale gelmiştir ($r_1=,00$; $p>,05$; $r_2=,02$; $p>,05$). Bu durum evlilikte farkındalığın tam aracı rol etkisini göstermektedir. Zira tam aracı rol etkisinde; aracı değişkenin ilişkiye eklenmesi durumunda yordayan ve yordanan değişkenler arası ilişkinin yüksek düzeyde zayıflayarak istatistiki olarak anlamsız hale gelmesi beklenmektedir (Yılmaz ve İlhan-Dalbudak, 2018). Aynı şekilde modele bakıldığında, affetmenin %11 ve evlilik doyumunun %45 açıklandığı görülmektedir. Modele ilişkin uyum iyiliği indeksleri aşağıdaki tabloda sunulmuştur. Tüm değerlerin kabul edilebilir değerler arasında olduğu görülmektedir.

Tablo 41. Model 2'ye İlişkin Uyum İyilik İndeksleri

İndeksler	Model Değerleri	Kabul Edilebilir Sınırlar
χ^2/sd	1,208	≤ 5 Kabul edilebilir uyum, ≤ 3 mükemmel uyum
RMSEA	.018	$\leq .10$ zayıf uyum, $\leq .08$ iyi uyum, $\leq .05$ mükemmel uyum
GFI	.999	.85-.89 arası kabul edilebilir uyum, $\geq .90$ iyi uyum
AGFI	.990	.85-.89 arası kabul edilebilir uyum, $\geq .90$ iyi uyum
CFI	1.000	$\geq .90$ kabul edilebilir uyum, $\geq .95$ iyi uyum, $\geq .97$ mükemmel uyum
IFI	1.000	$\geq .90$ kabul edilebilir uyum, $\geq .95$ iyi uyum, $\geq .97$ mükemmel uyum
TLI (NNFI)	.999	$\geq .90$ kabul edilebilir uyum, $\geq .95$ iyi uyum

Modele ilişkin iyilik uyum değerleri incelendiğinde, tüm değerlerin mükemmel uyum değerleri gösterdikleri anlaşılmaktadır ($\chi^2/sd=1,208$; RMSEA=.018; GFI=.999; AGFI=.990; CFI=1.000; IFI=1.000; TLI (NNFI)=.999).

BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA, ÖNERİLER

Bir araştırmanın başarıya ulaşması, o araştırmanın tüm boyutlarının belli bir ahenk içerisinde ele alınmasıyla mümkün olmaktadır. Araştırmanın meyvesi hükmünde olan tartışma ve sonuç kısmının başarılı bir şekilde ele alınması hiç şüphesiz yapılan araştırmayı sağlam bir zemine oturtma noktasında oldukça önemlidir. Bu düşünceden yola çıkarak, bu araştırma için de belli bir düzene riayet edilmiştir. İlk etapta araştırma kapsamında elde edilen nitel ve nicel verilere ilişkin yargılara yer verilmiştir. Akabinde elde edilen sonuçlar literatürle desteklenerek tartışılmış ve en son olarak da araştırma ve uygulama alanları için çeşitli öneriler verilerek bu bölüm tamamlanmıştır.

5.1. Sonuç

Bu bölümde çalışmanın amaçları kapsamında yapılan uygulama ve analizlerden elde edilen sonuçlara yer verilmiştir. Öncelikle nitel araştırmaya ilişkin sonuçlar verilmiştir. Akabinde nicel uygulamalardan elde edilen sonuçlar verilmiştir.

5.1.1. Nitel Bulgulara İlişkin Sonuçlar

Çalışmanın nitel aşamasında evli bireylerin evlilikte farkındalık ve empatiye dair algıları fenomenolojik araştırma çerçevesinde ele alınmış ve bulgulara ilişkin sonuçlar bu bölümde verilmiştir.

5.1.1.1. Fenomenolojik Çalışmaya İlişkin Sonuçlar

Evlilik ve aile kurumu toplumsal yapının niteliği, gelişimi ve insani değerler çerçevesinde sürdürülebilirliğinde önemli bir fonksiyona sahiptir. Çünkü hem toplumun önemli bir yapı taşını oluşturur. Hem de toplumun öznesi olan bireyler en iyi gelişim dönemlerini bu yapı içinde geçirirler. Araştırmacı bu gerekçelerden yola çıkarak evli bireylerin bir evlilikte olması gerekenlere dair farkındalıklarını ve evlilik ilişkisindeki empatiye dair algılarını incelemiştir. Evlilik farkındalığı ve empatiye dair hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu yardımıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerden elde edilen sonuçlar çeşitli analiz adımlarından geçirilerek temalar ve alt temalar şeklinde kategorilendirilerek evlilikte farkındalık ve empatiye dair genel bir bakış açısı sunulmuştur.

5.1.1.1.1. Evlilik Farkındalığına Dair Sonuçlar

Evlilikte farkındalığa dair sonuçlar beş tema altında kategorize edilmiştir. Katılımcıların sıklıkla yaptığı vurgulamalardan yola çıkarak oluşturulan bu temalar sorumluluk, ilgi, anlayış, paylaşma ve dayanışmadır. Katılımcılarla yapılan görüşmelerin genel çerçevesi bu temalar etrafında şekillenmiştir.

Katılımcılar sorumluluğu evliliğin önemli bir parçası olarak ön plana çıkardılar. Evli bir kişinin mutlaka sorumluluklarının olduğu ve bu sorumluluklarının farkında olması gerektiği vurgulanmıştır. Sorumluluk temasında evlilik öncesi ve evlilik sonrasına vurgu yapılmıştır. Bir bireyin evlenmeden önceki günlük yaşamı ile evlendikten sonraki günlük yaşamı arasında bir farklılık olması gerektiği belirtilmiştir. Çünkü evlenen birey artık bir aile olmuştur. Bu yüzden bu ailedeki her bireye karşı sorumlulukları vardır. Ayrıca sorumluluğun karşılıklı olduğu ve bireyler bu sorumluluklarını yerine getirdiğinde evliliğin daha nitelikli hale geleceği vurgulanmıştır.

Katılımcı görüşlerinde ilgi evlilik farkındalığının önemli bir unsuru olarak görülmüştür. Katılımcılar sıklıkla eşlerin birbirlerine ilgi göstermeleri gerektiğini vurgulamıştır. Evli olan bireylerin eşleri ve çocuklarıyla ilgilenmelerinin evlilikteki sorunları çözeceğine değinilmiştir. İlgi temasının alt temaları olarak kategorize edilen sevgi, saygı, kaliteli zaman ayırma ve yardımlaşma kavramları da sıklıkla dile getirilmiştir.

Katılımcı görüşlerinden yola çıkarak evlilik farkındalığına dair oluşturulan diğer bir tema paylaşma temasıdır. Birlikte bir yaşam sürdüren evli bireylerin hayatı her yönüyle paylaşımları gerektiği vurgulanmıştır. Bununla ilgili olarak katılımcılar hayatı her yönüyle paylaşmak, dertleri paylaşabilmek, acıları ve üzüntüleri paylaşmak, mutluluğu paylaşmak, sevinci paylaşmak gibi paylaşmanın birçok yönüne vurgu yapmışlardır.

Nitel görüşme sonuçlarına bağlı olarak ortaya çıkan diğer bir tema anlayıştır. Eşlerin birbirlerine karşı anlayışlı davranmaları gerektiği vurgulanmıştır. Bu anlayışın tek taraflı değil karşılıklı olması gerektiği de sıklıkla dile getirilmiştir. Çalışma kapsamında anlayış temasının alt temaları olarak gruplandırılan nezaket, değer verme, hoşgörülü olma, şefkat, merhamet, sabır ve affetme kavramları da katılımcılar tarafından bir evlilikte olması gereken özellikler olarak ifade edilmiştir. Evli bir bireyin eşine karşı hoşgörülü, merhametli, affedici, nezaketli ve sabırlı olması gerektiğinin farkında olması ve bu farkındalığı yaşamına entegre etmesi şüphesiz ki evlilik yaşantısına çok olumlu katkılar sunacaktır.

Evlilik farkındalığına dair katılımcı görüşlerinden elde edilen dayanışma teması hayatı acı ve tatlı yönleriyle birlikte yaşayıp zorluklara karşı birlikte mücadele verip birbirine destek olma açısından önemli bir kavramdır. Kalplerin bir atması, birlikte nefes alma ve ben değil biz olabilme gibi ifadelerle dayanışma temasına sıklıkla vurgu yapılmıştır. Fedakârlık, ortak paydada buluşabilme, bütünleşebilme ve uyum kavramları dayanışma teması altında ele alınmıştır.

5.1.1.1.2. Evlilikte Empatiye Dair Sonuçlar

Evliliğin temel özelliklerinden birisi eşlerin birbirleri ile iletişim kurması, etkileşim halinde olmalarıdır. Eşlerin birbirlerine karşı davranışları, pozitif ve negatif yaşam olaylarında birbirlerine karşı olan yaklaşımları etkileşimin birer parçasıdır. Eşler arasında doğru bir etkileşimin olması evliliğin seyri açısından büyük önem taşımaktadır. Bu düşünceden yola çıkarak insanı doğru etkileşime götürecektir olan empatinin evli bireyler açısından nasıl algılandığı ele alınmıştır. Yapılan görüşmelerden yola çıkarak empatiye dair üç önemli tema oluşturulmuştur. Bunlar birbirini anlama, doğru iletişim ve duyguları anlamadır.

Birbirini anlama temasında karşılıklı bir anlamaya vurgu yapılmıştır. Birbirini dinleme, anlama, farklılıklara saygı duyma ve beklentileri anlama gibi kavramlara değinilmiştir. Birbirini anlayabilmek için aradaki bağın güçlendirilmesi gerektiği ve eşlerin kendilerini diğer eşin yerine koyarak onu daha iyi anlayabileceği katılımcı görüşlerinde yer almıştır.

Toplumsal yaşam içerisinde gerekli bir meziyet olan doğru iletişim evlilik ilişkisinde de önemli bir konuma sahiptir. Katılımcı görüşlerinde de evlilik ilişkisinde doğru iletişime sıklıkla değinilmiştir. Birbiri ile konuşurken saygı ve sevgi çerçevesinde bir dil kullanma, sorgulayıcı ve suçlayıcı bir dilden ziyade sorun çözücü bir dili tercih etme, tartışma anında bile hakaretten uzak durup doğru bir üslupla konuşabilmek doğru iletişim teması çerçevesinde katılımcılar tarafından dile getirilen görüşlerdir.

Katılımcı görüşlerinde yola çıkarak oluşturulan duyguları anlama teması alan yazında da sıklıkla empatinin önemli bir parçası olarak ele alınmaktadır. Özellikle eşlerden birinin gergin, sinirli, üzgün, alıngan veya ağlamaklı olduğu durumlarda diğer eşin bu duygu durumlarının farkına varması ve eşine yanında olduğunu hissettirmesi olarak vurgulanmıştır.

5.1.2. Nicel Bulgulara İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın nicel kısmında; nitel verilerden elde edilen bulgular sonucu geliştirilmiş olan Evlilik farkındalığı ölçeği' (EFÖ) Evlilikte Empati Ölçeği (EEÖ) ve bu ölçeklerle birlikte kullanılan evlilik yaşam ölçeği ve affetme ölçeğine ilişkin yapılan analizler neticesinde elde edilen yapısal modele ait yargılar yer almaktadır. Bu bağlamda yapılan üç çalışmaya ilişkin yargılara bu başlık altında ayrı ayrı yer verilecek ve tartışma kısmında da bu şekilde yer alacaktır.

5.1.2.1. Evlilik Farkındalığı Ölçeği'ne (EFÖ) İlişkin Sonuçlar

- Yapılan fenomenolojik görüşmeler neticesinde elde edilen verilerden yola çıkarak geliştirilen Evlilik Farkındalığı Ölçeği (EFÖ) yeterli geçerlik ve güvenirlik değerlerine sahiptir.
- Evlilik Farkındalığı Ölçeği (EFÖ) Beş alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyutun bir toplam puanı bulunmakla birlikte tüm alt boyutların toplamı evlilik farkındalığı toplam puanını vermektedir.

5.1.2.2. Evlilikte Empati Ölçeği'ne (EEÖ) İlişkin Sonuçlar

- Yapılan fenomenolojik görüşmeler neticesinde elde edilen verilerden yola çıkarak geliştirilen Evlilikte Empati Ölçeği (EFÖ) yeterli geçerlik ve güvenirlik değerlerine sahiptir.
- Evlilikte Empati Ölçeği (EFÖ) tek boyuttan meydana gelmekte ve evlilikte empatiyi ölçmektedir.

5.1.2.3. Betimsel İstatistiklere İlişkin Sonuçlar

Bu bölümde araştırma kapsamında kullanılan kişisel bilgi formu ve ölçeklerden elde edilen verilerle yapılan analizler neticesinde elde edilen sonuçlar verilmiştir. İlk önce kişisel bilgi formundaki demografik değişkenlere ilişkin sonuçlar verilmiştir. Ardından araştırma kapsamında elde edilen modele ilişkin sonuçlar verilmiştir.

5.1.2.3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Sonuçlar

- Araştırma sonuçlarına göre, Evlilik doyumu ve affetme düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Evlilikte empati cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık göstermiştir. Bu farklılık kadınlar lehinedir. Kadınların empati

düzeyi anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Evlilik farkındalığı toplam puanı, sorumluluk ve anlayış alt boyutları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemektedir. İlgi, dayanışma ve paylaşma alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İlgi ve paylaşma alt boyutlarında kadınların daha yüksek puanlara sahip olduğu görülürken; dayanışma alt boyutunda erkeklerin daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmektedir.

- Araştırma sonuçlarına göre Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve evlilikte empati puanları evlilik süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Affetme evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Evlilik süresi, 21 yıl ve üstü ile 10-20 yıl arası olanların affetme puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Daha açık bir ifadeyle, evlilik süresi arttıkça affedicilik te artmaktadır.
- Araştırma sonuçlarına baktığımızda gelir değişkenine göre evlilikte empati düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve affetme puanları arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Orta gelir düzeyine sahip kişilerin evlilik farkındalığı düşük gelir düzeyine sahip kişilerden daha yüksek çıkmıştır. Orta ve yüksek gelir düzeyine sahip kişilerin evlilik doyumları düşük gelirli kişilerden daha yüksek çıkmıştır. Orta ve yüksek gelir düzeyine sahip kişilerin affedicilikleri düşük gelirli kişilerin affediciliklerinden daha yüksek çıkmıştır
- Araştırma sonuçlarına baktığımızda eğitim durumu değişkenine göre; evlilik farkındalığı, evlilik doyumu, affetme ve evlilikte empati puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır.

5.1.2.3.2. Modele İlişkin Sonuçlar

- Evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir.
- Evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affedicilik arasındaki ilişkide evlilik farkındalığının aracılık rol etkisi incelendiğinde, evlilikte farkındalığın evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasındaki ilişkinin tamamını açıkladığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle evlilikte farkındalık bu ilişkide tam aracılık rol etkisi göstermektedir.

5.2. Tartışma

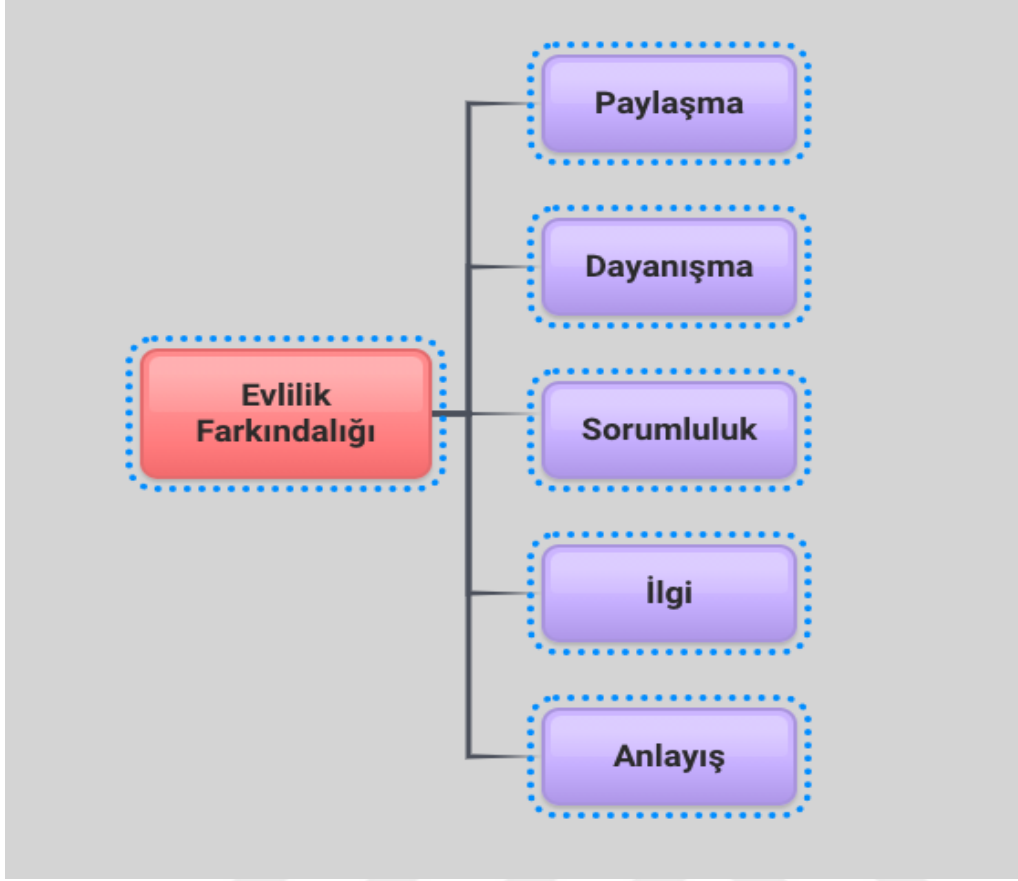
Bu bölümde nitel araştırma ve nicel araştırma kapsamında elde edilen bulgular alan yazındaki diğer çalışmalarla birlikte ele alınarak tartışılmıştır.

5.2.1. Nitel Araştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma

Bu bölümde nitel araştırma kapsamında evlilikte farkındalık ve empatiye dair elde edilen sonuçlarla ilgili tartışma yer almaktadır.

5.2.1.1. Evlilikte Farkındalığa İlişkin Tartışma

Katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucunda evlilikte farkındalığa dair beş ana tema ortaya çıkmıştır. Bu temalar sorumluluk, ilgi, anlayış, paylaşma ve dayanışmadır. Katılımcılar tarafından sıklıkla dile getirilen bu beş kavram evlilik farkındalığını oluşturan kavramlar olarak ele alınmıştır. Evlilik farkındalığını oluşturan kavramlar şekil 18’de görsel olarak sunulmuştur. Farkında olmak bilmenin ötesinde davranışa dönüştürmeyi gerektirir. Bu sebeple bireylerin evlilik ilişkisinde bu kavramlar hakkında farkındalık sahibi olmaları evliliğin niteliğine önemli katkı sunacaktır. Evlilik farkındalığı yüksek olan eşler evlilikteki sorumluluklarını yerine getiren, anlayışlı, birbirlerine ilgi gösteren, paylaşma becerilerine sahip ve dayanışma içerisinde evliliği sürdüren bireylerdir. Eşlerin evliliğe dair farkındalıklarının yüksek olması beraberinde doyumu, mutluluğu getirecektir. Evliliği ve ilişkiyi güçlendirmeye yönelik yapılan araştırma ve uygulamalarda eşlerin farkındalık kazanmalarının amaçlandığı görülmektedir. Bu programlarda bireylerin kendilerine ve eşlerine dair farkındalık kazanmaları, karşılıklı anlayış, yakınlık, empati, sorumluluk gibi becerileri geliştirebilmeleri amaçlanmaktadır (Bowling, Hill ve Jencius, 2005). Evlilik farkındalığı temaları ve ilişkili kavramlar aşağıda ele alınmışlardır.



Şekil 18. Evlilik Farkındalığının Boyutları

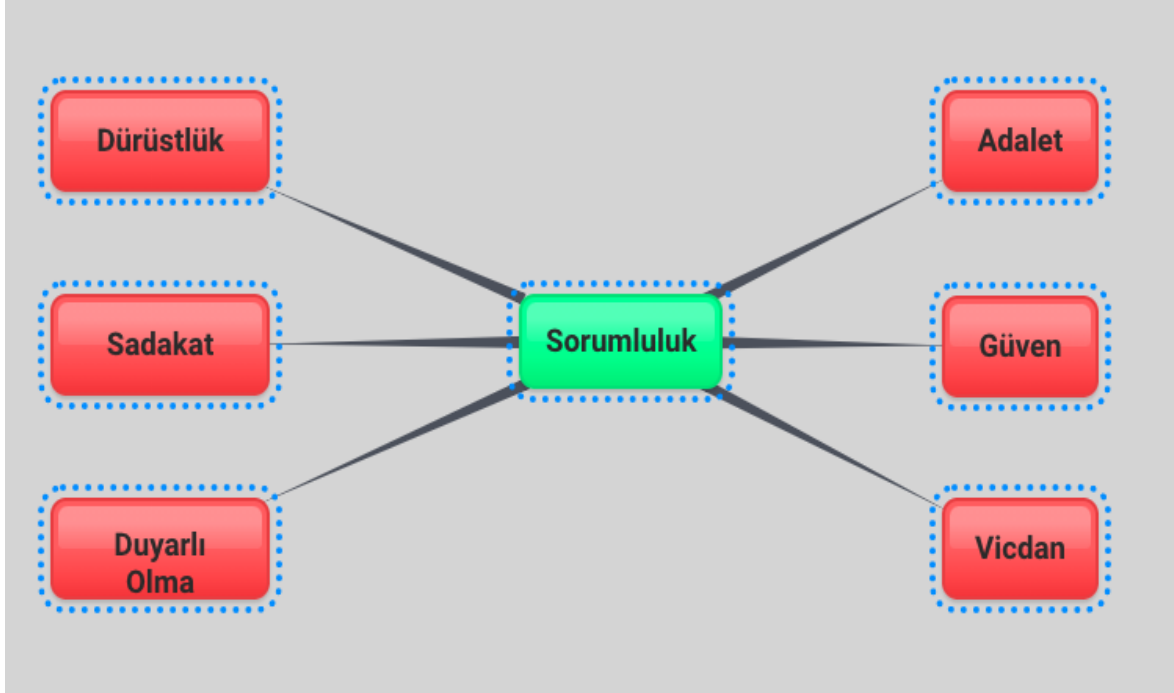
5.2.1.1.1. Sorumluluk Temasına İlişkin Tartışma

Evlilik farkındalığı önemli özelliklerinden biri sorumluluğunun farkında olmaktır. Katılımcılar tarafından sıklıkla vurgulanan sorumluluk insan yaşamının her döneminde olduğu gibi evlilik ilişkisinde de önemli bir konuma sahiptir. Yapısal aile terapisi yaklaşımı aile ilişkilerinde sorumluluğa büyük önem vermektedir. Bu kuram sorumluluğu alt sistemler kavramı içinde ele almaktadır. Yapısal aile kuramına eş alt sistemi ve ebeveyn alt sistemi aileyi oluşturan birimlerdir. Bu alt sistemler aile yapısı içerisinde çeşitli görev ve sorumlulukları yerine getirmek durumundadırlar. Alt sistemler sorumluluklarını yerine getirmedikleri zaman aile bir bütün olarak işlevlerini sağlıklı bir şekilde sürdüremez. Alt sistemlerin sorumlulukları çeşitli kural ve sınırlarla belirlenir. Bu sorumlulukların bir kısmı geçici bir kısmı ise kalıcı sorumluluklardır (Minuchin ve Fishman, 1981). Ebeveyn alt sisteminde anne babalar çocukların korunması, psikolojik ve sosyal gelişimi gibi konulardan sorumludurlar. Eş alt sisteminde de eşler aile içindeki görevleri paylaşarak iş birliği içinde bu sorumlulukları yerine getirebilirler (Gladding, 2012). Aile içinde her birey sorumluluklarını yerine getirdiğinde ailenin işleyişi sağlıklı bir şekilde devam edecektir.

Evlilik ilişkisinde sorumluluğun önemi çeşitli çalışmalarda ele alınmıştır. Canel (2012) evlilikte boşanmaya yol açan çatışma durumları ile ilgili olarak eşler arasındaki sevgi dilinin zayıflığı, eşlerin evliliğe dair gerekli sorumluluklardan kaçınmaları veya bu sorumlulukları yerine getirmekte zorlanmalarına vurgu yapmaktadır. Ev içinde sorumluluğun paylaşılması ise çatışma ve boşanma ihtimalini azaltacak bir eylemdir (Şener ve Terzioğlu, 2002). Pinar'ın (2008) "Üniversite son sınıf öğrencilerinin evliliğe bakış açısı" adlı çalışmasının sonuçlarına göre son sınıf öğrencilerinin %94.2'si evliliği sorumluluk alma olarak görmektedirler. Tarhan'a (2014) göre evlilik ilişkisinde eşler birbirlerine karşı sorumludur. Her ikisi de evlilikteki sorumluluğunu yerine getirmediğinde, bireysel takıldığında o evlilik sağlıklı bir şekilde ilerleyemez. Evliliği "büsbütün bir sorumluluk" olarak tanımlayan Tarhan'a göre birbirlerine karşı sorumluluk duygusuyla hareket eden eşlerin çocukları da sorumluluk duygusuyla yetişirler. Yaşantısal aile terapisi aile üyelerinin öz farkındalık ve öz sorumluluklarını artırmaya odaklanır (Daneshpour, 2016). Kızıldağ ve Can Aran'ın (2018) çalışmasında katılımcıların evlilikteki sorumluluğa dair algıları sorulmuştur. Katılımcıların %35'i sorumluluğu kişisel sorumluluk alma, %11'i de ebeveynliğe dair sorumluluklarını yerine getirme olarak algıladıklarını ifade etmişlerdir.

Sorumluluk ile birlikte ele alınan diğer kavramlar güven, dürüstlük, sadakat, vicdan, adalet ve duyarlı olmaktır. Eşlerin birbirlerine karşı dürüst olmaları, birbirlerine güvenmeleri, sadakatli olmaları, evin ve çocukların sorumluluğunu alma hususunda adil olmaları evlilikteki sorumluluklarının bir gereğidir. Canel'e (2012) göre güven ve sorumluluk evliliğin uzun ömürlü olmasını sağlayan önemli özelliklerdir. Kızıldağ ve Can Aran'ın (2018) çalışmasında katılımcıların %55'i evlilikte güvenilir olmayı sadakatli olmak (%33), yalan söylememek (dürüstlük) (%13) ve sözünde durma (%9) olarak algıladıklarını belirtmişlerdir. Evli bireylerin evlilik yaşantısında adalet, hakkaniyet, onur gibi değerlere karşı hassas olmaları ve aile içindeki sorumlulukların paylaşılması noktasında adaletli bir tutum sergilemeleri evlilik uyumunu artırabilecek değerlerdir (Kublay ve Oktan, 2015). Demir ve Durmuş (2015) tarafından yapılan çalışmada bir evliliğin uzun ömürlü olması için sadakat ve saygının önemli olduğu belirtilmiştir. Mevcut araştırmalar ve bu araştırmanın sonuçlarından yola çıkarak şöyle bir değerlendirme yapılabilir: Sorumluluk evliliğin önemli bir parçasıdır. Evlilik farkındalığı yüksek olan bireyler evlilikteki sorumluluğunun farkında olurlar. Evli bireyler iyi bir evliliği tesis etmek için dürüstlük ve güvene dayalı bir ilişki kurmaları gerektiğinin farkında olmalıdırlar. Ayrıca evin ve çocukların sorumluluklarını

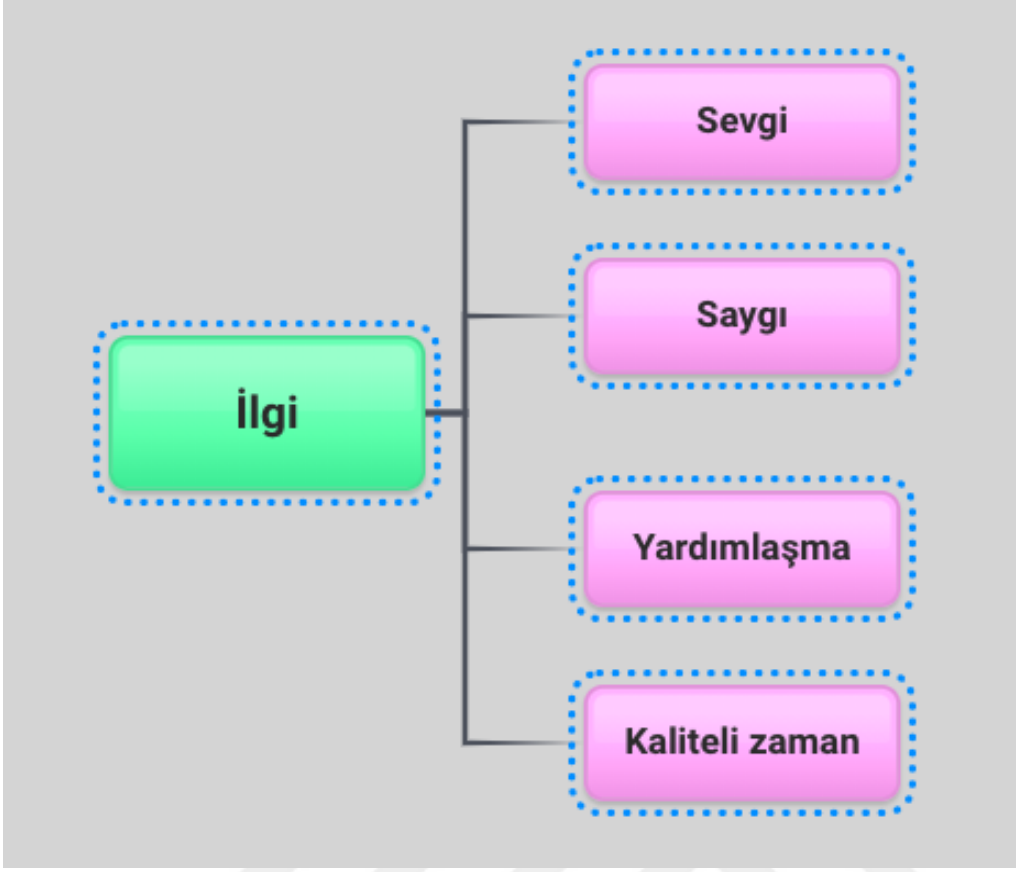
alma ve paylaşma noktasında adil davranmanın, vicdanının sesini dinlemenin evlilikteki uyumu, doyumu ve niteliği artıracağının farkında olmalıdırlar.



Şekil 19. Evlilikte Sorumluluğa İlişkin Kavramlar

5.2.1.1.2. İlgi Temasına İlişkin Tartışma

Nitel görüşmelerden elde edilen sonuçlarda eşlerin birbirlerine ilgi göstermeleri, birbirleriyle ilgilenmeleri gerektiği sıklıkla vurgulanmıştır. Birbiri ile kaliteli zaman geçirme, yardımlaşma, eşlerin birbirlerine olan saygı ve sevgisi kavramları ilgi ile ilişkili olduğu düşünülerek ilgi temasıyla birlikte ele alınmıştır. Evlilikte ilgiye ilişkin kavramlar şekil 20’de verilmiştir. Birbirini sevmek, birbirine saygı ile muamelede bulunmak, ilgi göstermek, iş birliği içinde olmak, yardımlaşmak ve birlikte zaman geçirmek sağlıklı ailelerin özelliklerindendir (Canel, 2012; Özgüven, 2014). Gladding (2011) sağlıklı ailelerin birbirleriyle uzun süre vakit geçirdiklerini ve bu süreyi kaliteli bir şekilde kullandıklarını belirtmektedir. Bu araştırmada da zaman ayırma ve kaliteli zaman ayırma kavramları ayrı ayrı olarak ele alınmıştır. Çünkü eşlerin birbirlerine zaman ayırmaları önemlidir. Fakat bu zamanı kaliteli bir şekilde değerlendirdiklerinde evlilik ilişkisi açısından daha önemli sonuçları olacaktır.



Şekil 20. Evlilikte İlgiye İlişkin Kavramlar

John Gotman’a göre davranışçı çift terapisi özellikle yeni evli olup evlilik ilişkisine dair farkındalık ve becerileri düşük olan çiftlerde olumlu sonuçlar vermektedir. Terapi süreci bu çiftlerin problem çözme, karşılıklı anlayış geliştirme birbirlerine ilgi ve sevgi gösterebilmeleri konusunda farkındalık kazandırır (Young, 2005). Stuart’ın çiftlere olumlu davranışlar kazandırmaya yönelik hazırladığı kuramında kullandığı tekniklerden biri de ilgi günleri oluşturmaktır. Bu teknik eşlerin gün içerisinde birbirlerine ilgi gösterdiğini hissettirecek davranışlarda bulunmayı içeriyor. Bu davranışlar gün içerisinde birbirini aramak olabilir. Düşük maliyetli de olsa diğerini önemseydiğini ve sevdiğini hissettirecek hediyeler olabilir. Gününün nasıl geçtiği sorulabilir. Bunun gibi davranışlarla eşler birbirlerini önemsediklerini ve ilgi gösterdiklerini hissettirebilirler (Stuart, 1980). Bu teknik yoluyla eşlerin birbirlerine olan ilgilerinin artması aynı zamanda birbirleri ile kaliteli zaman geçirmelerini de sağlayacaktır. Eşlerin birbirlerine ilgi göstermeleri hem iletişimi güçlendirir hem de karşılıklı sevgi ve saygı bağına güçlendirir.

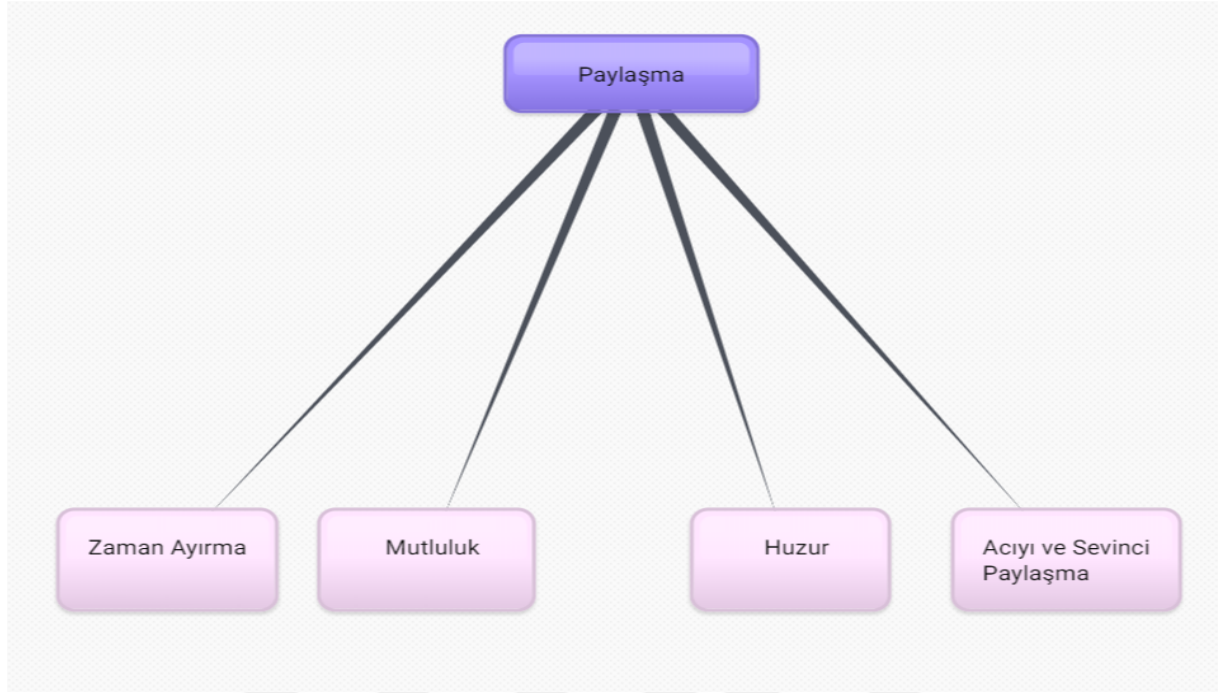
İlgi, sevgi ve saygı gibi özelliklerin evlilik ilişkisindeki önemi birçok araştırmada ele alınmıştır. Demir ve Durmuş (2015) tarafından uzun süredir evli olan bireylerle yapılan

çalışmada evliliklerinin uzun sürme gerekçeleriyle ilgili soruya en çok “birbirimize saygılı olmak” cevabı verilmiştir. Ayrıca eşine saygılı olmak katılımcılar tarafından iyi bir evlilik için ideal eş özelliği olarak ön plana çıkarılmıştır. Previti ve Amato’ya (2003) göre insanlar sevgi, saygı, iletişim, güven, mutluluk ve arkadaşlık gibi gerekçelerle evliliklerini devam ettirmektedirler. Dey ve Ghosh’a (2016) göre eşine ilgi göstermek, sevginin uygun yollarla ifade edilmesi, eşin görüşlerine saygı duymak ve eşin kusurlarına tahammül etmek evliliğin tatmin edici olabilmesi için önemli hususlardır. Evlilikte saygı, sevgi ve yardımlaşma gibi değerleri ön plana çıkarmak evliliğin devamı için önemlidir (Ünal, 2013). Eşlerin birbirlerine sevmeleri ve birbirlerine karşı saygılı davranmaları benlik saygısını yükselten bir davranıştır (Thomas, 1992). Araştırma sonuçları birlikte değerlendirildiğinde evlilik farkındalığının bir unsuru olan ilgi, sevgi, saygı, yardımlaşma ve kaliteli zaman geçirmenin hem evliliğin niteliğini artırdığı hem de bireylerin yaşam kalitesini artırdığı görülmektedir. Eşlerin bu davranışları hem birbirlerine karşı hem de çocuklarına karşı göstermeleri sağlıklı bireylerin yetiştiği bir aile ortamını sunacaktır.

5.2.1.1.3. Paylaşma Temasına İlişkin Tartışma

Evlilik farkındalığı ile ilgili sıklıkla dile getirilen temalardan biri de paylaşma temasıdır. Hayatı birçok yönüyle paylaşmanın evliliğin bir gerekliliği olduğu vurgulandı. Bunlardan en çok tekrarlananlardan acıyı ve sevinci paylaşmak alt tema olarak ele alındı. Paylaşma ile ilişkili olarak ele alınan diğer alt temalar zaman ayırma, huzur ve mutluluktur. Paylaşma ve ilişkili kavramların evlilik ilişkisindeki önemine vurgu yapan çalışmalar alan yazında yer aldığı görülmektedir. Pınar’ın (2008) “Üniversite son sınıf öğrencilerinin evliliğe bakış açısı” adlı çalışmasının sonuçlarına göre son sınıf öğrencilerinin %98.5’i evliliği hayatı paylaşmak olarak ifade etmişlerdir. Berkiten (1999) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğu evliliği paylaşım ve mutluluk olarak tanımlamışlardır. Berkiten ve Pınar’ın çalışmaları birlikte değerlendirildiğinde hem evli bireylerin hem de evlilik yaşına gelmiş fakat evliliği dışarıdan bir gözle değerlendiren bireylerin paylaşmanın önemine vurgu yapıyor olmaları önemlidir. Bradbury ve Karney’e (2004) göre eşlerin bir aile olmaktan duydukları huzur ve mutluluk evliliğin sürdürülmesinde önemli bir etkidir. Kaya (2017) ilişkilerdeki mutluluğun evlilik uyumu ve evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Aluş (2016) tarafından yapılan çalışmada sevgi, huzur ve mutluluk ortamının oluşmasında ailenin önemli bir rol oynadığı sonucuna varılmıştır. Mutsuz bir evliliğin varlığı ise genel mutluluk ve yaşam doyumunun azalmasına yol açmaktadır (Hawkins ve

Booth, 2005). Gladding (2011) sağlıklı ailenin özelliklerini sayarken birlikte zaman geçirmeye istekli olmaya vurgu yapmaktadır. Eşlerin birbirine zaman ayırması gerektiği katılımcılar tarafından sıklıkla vurgulanmıştır.

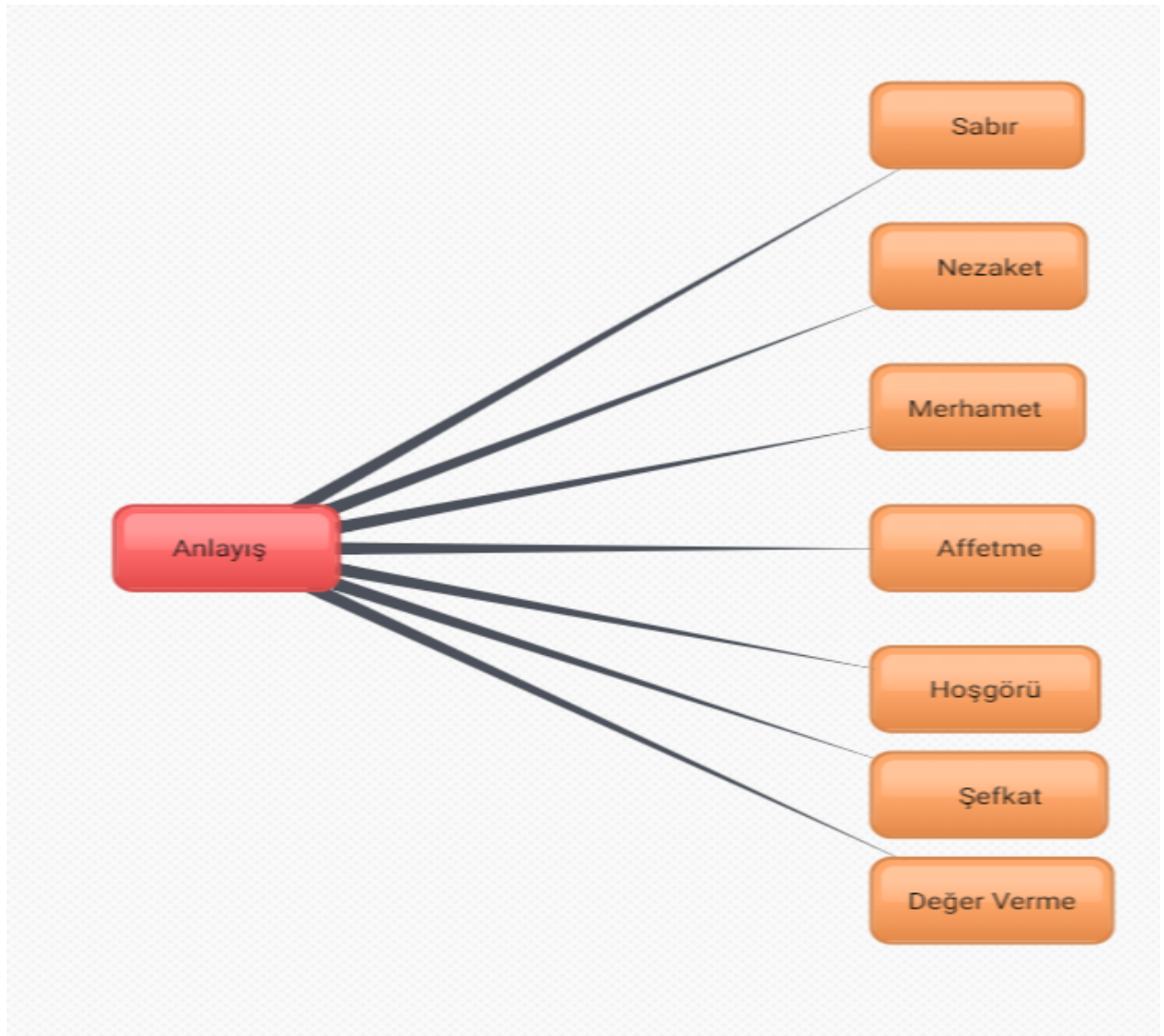


Şekil 21. Evlilikte Paylaşmaya İlişkin Kavramlar

5.2.1.1.4. Anlayış Temasına İlişkin Tartışma

Evlilik ilişkisinde eşlerin birbirlerine karşı anlayışlı olmaları gerek ilişkide daha az problemin ortaya çıkması hususunda gerekse ortaya çıkan problemlerin çözümü noktasında önemli bir fonksiyona sahiptir. Bu sebeple anlayış evlilik farkındalığının önemli bir temasını oluşturmaktadır. Evlilik ilişkisinde anlayışla ilişkili olarak; birbirine değer verme, nezaket çerçevesinde hareket etme, hoşgörülü olma, affetme, şefkat, merhamet ve sabır kavramları da evlilik ilişkisinin niteliği ile ilişkili olarak ele alınabilecek önemli temalardır. Evlilikte anlayış ve ilişkili kavramlar şekil 22’de görülmektedir. Demir ve Durmuş’un (2015) çalışmasında uzun süredir evli olan bireyler sorunları büyütmeden anlayışlı ve hoşgörülü bir tutum sergilemenin evliliğin uzun sürmesinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Eşler birbirlerine değer verdiklerini, birbirlerinin kıymetini bildiklerini söz ve davranışlarıyla birbirlerine hissettirirlerse birbirlerine olan bağlılıkları artar (Gladding, 2011). Allen ve Thompson (1984) tarafından yapılan çalışmada anlayış ve anlaşılma hissi evlilik iletişimindeki doyumun önemli bir belirleyicisi olarak bulunmuştur. Ağdemir’e (1991) göre mutlu bir evlilik için karşılıklı anlayış ve fedakârlık gibi hasletlere sahip olmak gerekir.

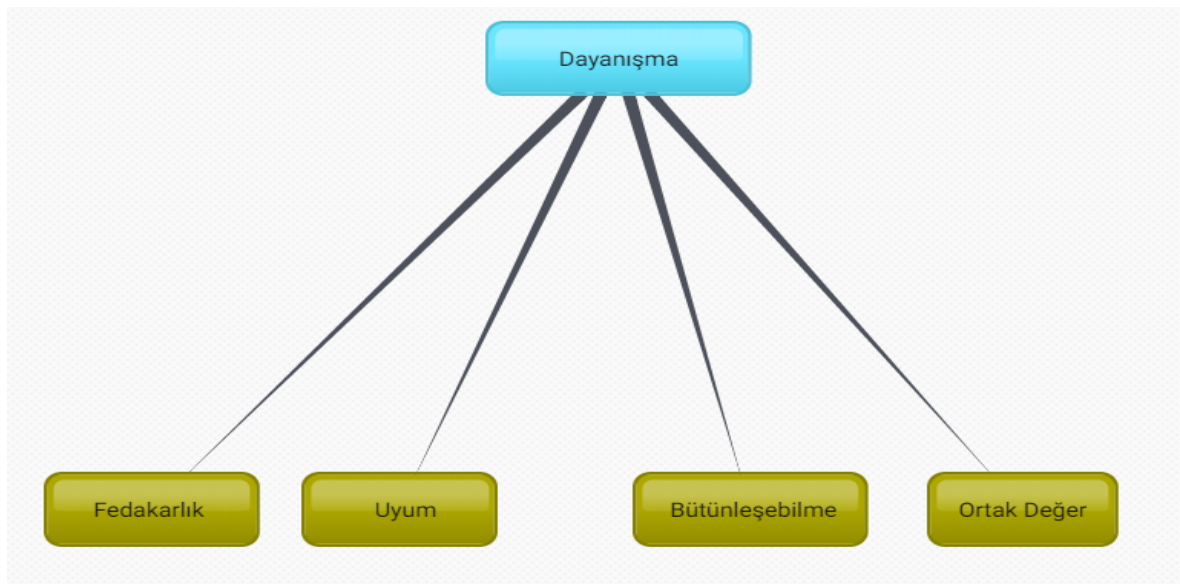
Canel'e (2012) göre eşlerin birbirlerine karşı gösterdikleri saygı, sevgi, nezaket, hoşgörü, sabır ve anlayış gibi güzel özellikler evliliğin niteliğini artırmakla beraber çocuklar tarafından gözlemlendiği için, çocuklar da bu yolla sağlıklı ilişki geliştirmeyi ve karşılaştığı çatışma durumlarında nasıl davranması gerektiğini öğrenir. Evlilikte çatışma durumları anlayış ve affetme ile çözüldüğü zaman aradaki sevgi bağı da güçlenir. İlişkilerde affetme ilişki doyumu, ilişki uyumu, duygusal bağlılık (Telli, 2019), ikili ilişkilerde güven (Keleş, 2018), romantik ilişkilerde empati (Bayar, 2015), evlilik doyumu (Mirzadeh ve Fallahchai, 2012) ve evlilik kalitesi (Fincham ve Beach, 2007) gibi değişkenlerle pozitif bir ilişki göstermektedir.



Şekil 22. Evlilikte Anlayışa İlişkin Kavramlar

5.2.1.1.5. Dayanışma Temasına İlişkin Tartışma

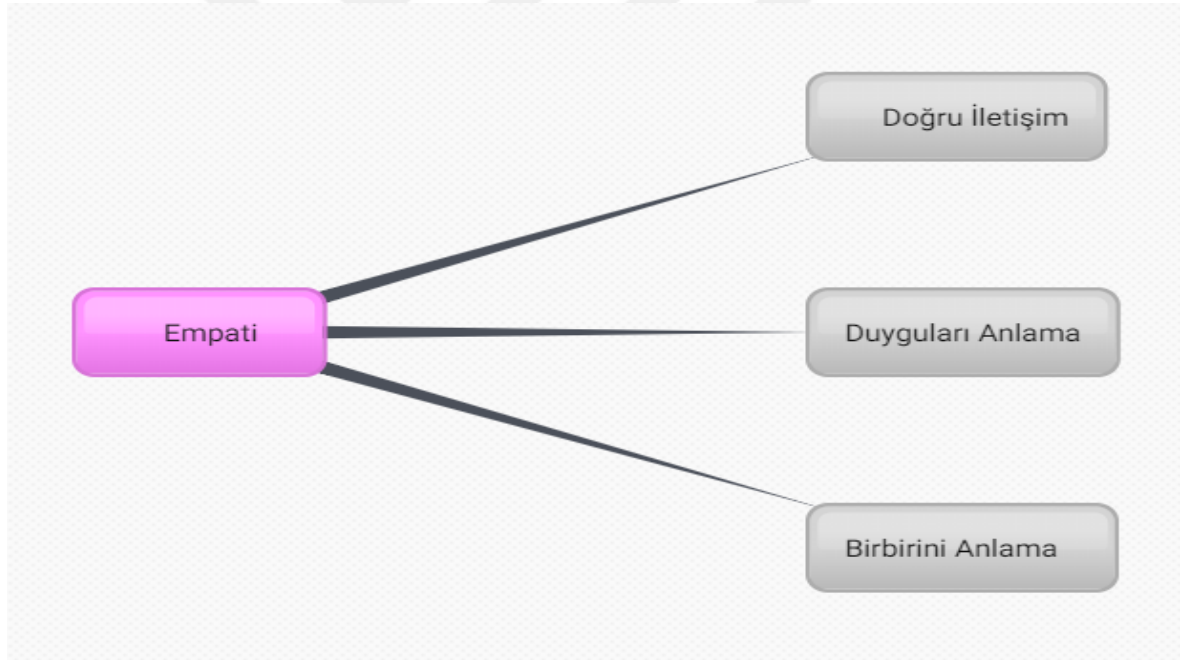
Bir evliliği nitelikli bir evliliğe dönüştürebilecek önemli kavramlardan biri de dayanışmadır. TDK sözlüğünde dayanışma “Bir topluluğu oluşturanların duygu, düşünce ve ortak çıkarlarda birbirlerine karşılıklı bağlanması” olarak ifade edilmektedir. Evlilikte dayanışmanın olması için eşlerin ortak payda ve değerde buluşabilmeleri, ortak bir amaç için mücadele verebilmeleri gerekmektedir. Bu sebeple dayanışma ile ilişkili olan bütünleşebilme (biz olabilme), fedakarlık, ortak değer ve uyum kavramları da dayanışma teması ile birlikte ele alınmıştır. Yapısal aile terapisi yaklaşımı aile ilişkilerinde dayanışma, iş birliği ve uyum gibi kavramların önemine değinmektedir. Bu yaklaşıma göre birbirleriyle evlenmeye karar veren çiftlerin birbiri ile uyum sağlamaya çalışması, birbirlerini destekleyerek birbirlerini tamamlamaya çalışmaları beklenir. Yaşanacak yer, çocuk sahibi olma, günlük yaşamlarının nasıl planlanacağı gibi birçok konuda uyum sağlanmalıdır. Dayanışmanın sağlanması için eşlerin birbirlerine destek olmaları gerekir, bazı durumlarda eşlerden birinin diğerinin görevini yerine getirmesi gerekebilir. Örneğin birisi hasta iken diğeri onun görevlerini yerine getirebilir. (Nichols, 2013). Yapısal aile kuramına göre bir ailenin işlevlerini sağlıklı bir şekilde yerine getirebilmesi ve sürdürebilmesi için eşlerin birbiri ile uyumlu ve dayanışma içerisinde olması gerekmektedir (Madden-Derdich ve Diğ.,2002). Canel (2012) dayanışma duygusunu evliliğin amaçlarından biri olarak ele almıştır. Ağdemir (1991) fedakârlık ve anlayış gibi özelliklerin mutlu bir evlilik için gerekli olduğunu belirtmiştir. Aile içindeki samimi ilişkiler ve sevgi ortamı dayanışmayı artırır (Kır, 2011).



Şekil 23. Evlilikte Dayanışmaya İlişkin Kavramlar

5.2.1.2. Evlilikte Empatiye İlişkin Tartışma

Evlilikte empati ile ilgili yapılan görüşmelerde empati üç alt tema ile birlikte ele alınmıştır. Bunlar birbirini anlama, duyguları anlama ve doğru iletişimdir. Bu kavramlar şekil 24'te görsel olarak sunulmuştur. Evlilikte empatinin nasıl algılandığının araştırıldığı bu araştırmadaki temalar alan yazındaki araştırmalarda vurgulanan empati bileşenleri ile benzerlik içerisindedir. Bowen aile sistemleri terapisi evlilik ilişkisinde duygudaşlığın bir ihtiyaç olduğunu vurgular. İnsanlar duygularını anlayabilecek duygularına ortak olabilecek birine ihtiyaç duyarlar. Evlilik ilişkisinde bu kişi bireyin eşidir. Dolayısıyla eşler arasında bu duygudaşlığın kurulması gerekmektedir. (Nichols, 2013). Özgüven (2014) sağlıklı ailenin özelliklerini belirtirken duyguları paylaşma, duyguları anlama, sorunları etkili bir şekilde çözebilme ve etkili iletişimde bulunmaya dikkat çekmektedir. Bu özellikler evlilikte empatinin önemini ortaya çıkaran özelliklerdir.



Şekil 24. Evlilikte Empatinin Bileşenleri

İletişimin önemli bir düzenleyicisi olan empati evlilik ilişkisinde güçlü bir yere sahiptir. Bu yüzden yapılan çalışmalara baktığımızda empatinin evlilik ilişkisindeki birçok özelliğin gelişimine katkı sağladığı görülmektedir. Tosyalı'nın (2010) çalışmasında empatik eğilimleri yüksek olan evli bireylerin mutluluk düzeylerinin de yüksek olduğu gözlenmiştir. Aile içinde eşlerin birbirlerine karşı olan tutum ve davranışları çocuklarının davranışlarının

şekillenmesinde önemli rol oynamaktadır. Kır (2011) eşlerin birbirlerine karşı olan empatik yaklaşımlarının, karşılıklı saygı, sevgi ve anlayışlarının çocuklarının gelişim süreçlerine pozitif yönde olumlu katkılar sağlayacağını vurgulamaktadır. Ayrıca farklı araştırmalar incelendiğinde empatinin evlilik doyumuyla (Blackmon, 1999;), affetme ile (Alpay, 2009; Paleari, Regalia ve Fincham, 2005) Evlilik kalitesiyle (Fincham, Paleari ve Regalia, 2002), evlilik uyumuyla (Dağlı, 2017; Tutarel-Kışlak ve Göztepe, 2012) ve özgecilikle (Yeşilkayalı, 2015) pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Araştırmaların sonuçları birlikte değerlendirildiğinde evlilik ilişkisinde empatinin artırılmasına yönelik yapılacak çalışmalar doyumu, kaliteyi, uyumu beraberinde getirecektir. Evliliği ve ilişkiyi güçlendirme gibi programların içeriklerinde de empati ve etkili iletişimin çiftlere kazandırılmaya çalışıldığı görülmektedir (Bowling, Hill, ve Jencius, 2005; Monarch ve diğ., 2002).

5.2.2. Nicel Yargılara İlişkin Tartışma

Araştırma kapsamında elde edilen verilere ilişkin sonuçlardan elde edilen yargılar, araştırmanın sonuçlarına ilişkin bilgi vermektedir. Bu bölüm altında araştırmanın nicel bölümünde elde edilen yargılara yönelik tartışmalar yer almaktadır.

5.2.2.1.Evlilik Farkındalığı Ölçeğine İlişkin Tartışma

Araştırmacı tarafından, evlilikte farkındalığı ölçmek amacıyla geliştirilmesi planlanan evlilik farkındalığı ölçeği için fenomenolojik görüşmelerin yapılmasının yararlı olacağı düşünüldüğünden, evli bireylerin evlilikte farkındalık ile ilgili algılarını ortaya çıkarmayı amaçlayan görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerde özellikle evli bireylerin sıklıkla vurguladıkları ve belirttikleri ortak temalar dikkate alınmıştır. Bu bağlamda özellikle katılımcı algılarının beş tema etrafında şekillendiği görülmüştür. Şekillenen bu beş tema kapsamında madde yazımına geçilmiştir. Araştırma kapsamında ölçme geliştirme basamaklarının tamamı dikkate alınmış, aynı şekilde ölçme aracının geçerlik ve güvenirlik yapısının test edilmesi amacıyla SPSS 22 ve AMOS 24 Paket Programları yardımıyla gerekli analizler yapılmıştır. Analizlere için elde edilen veriler ile Evlilik farkındalığı ölçeği için ilk etapta açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Buradaki temel amaç, maddelerin ve varsa alt boyutların birbirleriyle olan ilişkilerini ortaya çıkarmaktır. Öncelikle Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett değerlerine bakılmış, bu değerlerin uygun olmasıyla beraber, ölçek geliştirme için gerekli olan diğer analizlere geçilmiştir. Analizlerde dik döndürme

tekniklerinden varimax kullanılmıştır. Büyüköztürk (2002) 0,60 ve üstü yük değerini yüksek; 0,30-0,59 arasını ise orta düzey olarak görmektedir. Bu durum dikkate alınarak her bir maddenin ,50 ve üstü olmasına dikkat edilmiş ve geri kalan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. KMO testi ölçek verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için önemlidir. KMO değerinin 0,50'nin altında olması kötü olarak değerlendirilir. Bu değer 1'e ne kadar yakın olursa o kadar iyi olarak değerlendirilir. Tavşancıl (2010) bu değer 0,90 ve üstü olmasını mükemmel, 0,80 ve üstü olmasını çok iyi olarak değerlendirmiştir. Bu ölçeğin veri seti için elde edilen KMO değeri (,901) mükemmel bir değer olarak bulunmuştur. Yapılan nihai işlemler neticesinde, ölçeğin beş faktörden meydana geldiği ve her faktöre ait maddelerin de kabul edilebilir yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir (En düşük:524; En yüksek:856). Bununla birlikte ortak faktörlerden yük alan maddeler de bulunmamaktadır. Elde edilen sonuçlara göre, evlilik farkındalığı ölçeğini meydana getiren beş faktörün toplam varyansı açıklama miktarı %62,899 olarak elde edilmiştir. Bu oran Sosyal Bilimler için kabul edilebilir değer olan %40-60 aralığının üstünde bir değere sahip olup iyi değer eşiği düzeyindedir (Tavşancıl, 2010). Ölçekte toplam 21 madde bulunmaktadır. Ölçek için elde edilen alt boyutlar sırasıyla; ilgi, dayanışma, sorumluluk, paylaşma ve anlayış olacak şekilde isimlendirilmiştir. Madde havuzu oluşturulurken birkaç ters madde yazılmış olmasına rağmen, analizlerde ters maddeler ölçek içerisinde yeterli yük değerlerini taşıyamadıklarından dolayı elenmiştir. Ölçeğin toplamı ve tüm alt boyutları için ,70 üstü olarak kabul edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı üzerinde değerler elde edilmiş olup toplam iç tutarlık katsayısı ,923 olarak bulunmuştur. Kalaycı (2010) bir ölçme aracındaki maddelerin kendi aralarındaki tutarlılığının, yapının tutarlılığını gösterdiğini belirtmiştir. İç tutarlık katsayısı genellikle ,70 ve üstü olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2015; Kalaycı, 2010). 1'e yaklaştıkça iç tutarlılık daha da artmaktadır.

Evlilik farkındalığı ölçeği ile ilgili yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçek ile alt boyutları arasında ve ölçeğin alt boyutlarının birbirileri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğunu göstermektedir. DFA sonucunda, tüm madde yük değerlerinin ,39 üzerinde olduğu görülmektedir. Bu durum ölçekte bulunan tüm maddelerin yeterli düzeyde yüke sahip olduklarını göstermektedir. Ayrıca doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen değerler ölçeğin iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir: ki-kare (χ^2/sd)= 2,045 olarak bulunmuştur. RMSEA değeri=0,066; ve SRMR değeri= 0,09 olarak elde edilmiştir. CFI= 0,923; RFI= 0,854 olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları açıklayıcı faktör analizi sonuçlarını doğrulamakta ve ölçeğin yapı geçerliliğinin sağlandığını

göstermektedir. Bu bağlamda Evlilik farkındalığı ölçeğinin (EFÖ) 21 maddeli ve beş alt boyutlu yapısı Doğrulamalı Faktör Analizi sonucunda test edilmiş ve doğrulanmıştır. Ölçek kapsamında elde edilen her alt boyutun kendi puanı olup aynı şekilde tüm alt boyutların toplamı evlilikte farkındalığın toplam puanını vermektedir.

5.2.2.2. Evlilikte Empati Ölçeğine İlişkin Tartışma

Araştırmacı tarafından, evlilikte empatiyi ölçmek amacıyla geliştirilmesi planlanan evlilikte empati ölçeği için fenomenolojik görüşmelerin yapılmasının yararlı olacağı düşünüldüğünden, evli bireylerin evlilikte empati ile ilgili algılarını ortaya çıkarmak amacıyla görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerde özellikle evli bireylerin sıklıkla vurguladıkları ve belirttikleri ortak temalar dikkate alınmıştır. Bu bağlamda özellikle katılımcı algılarının üç tema etrafında şekillendiği görülmüştür. Şekillenen bu üç tema kapsamında madde yazımına geçilmiştir. Araştırma kapsamında ölçek geliştirme basamaklarının tamamı dikkate alınmış, aynı şekilde ölçek aracının geçerlik ve güvenilirlik yapısının test edilmesi amacıyla SPSS 22 ve AMOS 24 Paket Programları yardımıyla gerekli analizler yapılmıştır. Analizlere için elde edilen veriler ile Evlilikte Empati Ölçeği için ilk etapta açıcı faktör analizi yapılmıştır. Buradaki temel amaç, maddelerin ve varsa alt boyutların birbirleriyle olan ilişkilerini ortaya çıkarmaktır. Öncelikle Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett değerlerine bakılmış, bu değerlerin uygun olmasıyla beraber, ölçek geliştirme için gerekli olan diğer analizlere geçilmiştir. Analizlerde dik döndürme tekniklerinden varimax kullanılmıştır. Büyüköztürk (2002) 0,60 ve üstü yük değerini yüksek; 0,30-0,59 arasını ise orta düzey olarak görmektedir. Bu durum dikkate alınarak her bir maddenin ,50 ve üstü olmasına dikkat edilmiş ve geri kalan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. KMO testi ölçek verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için önemlidir. KMO değerinin 0,50'nin altında olması kötü olarak değerlendirilir. Bu değer 1'e ne kadar yakın olursa o kadar iyi olarak değerlendirilir. Tavşancıl (2010) bu değer 0,90 ve üstü olmasını mükemmel, 0,80 ve üstü olmasını çok iyi olarak değerlendirmiştir. Bu ölçeğin veri seti için elde edilen KMO değeri (,912) mükemmel bir değer olarak bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda, ölçeğin tek faktörden meydana geldiği ve maddelerin de kabul edilebilir yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir (En düşük:574; En yüksek:801). Elde edilen sonuçlara göre, evlilikte empati ölçeğini meydana getiren tek faktörün toplam varyansı açıklama miktarı %49,984 olarak elde edilmiştir. Bu oran Sosyal Bilimler için kabul edilebilir değer olan %40-60 aralığında bulunmaktadır (Tavşancıl, 2010). Ölçekte toplam 11 madde bulunmaktadır. Ölçek kapsamında elde edilen puan evlilikte

empati için toplam puanı vermektedir. Ölçeğin toplamı için ,70 üstü olarak kabul edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı üzerinde değerler elde edilmiş olup toplam iç tutarlık katsayısı ,876 olarak bulunmuştur. Kalaycı (2010) bir ölçme aracındaki maddelerin kendi aralarındaki tutarlılığının, yapının tutarlılığını gösterdiğini belirtmiştir. İç tutarlık katsayısı genellikle ,70 ve üstü olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2015; Kalaycı, 2010). 1'e yaklaştıkça iç tutarlılık daha da artmaktadır.

Evlilikte empati ölçeği ile ilgili yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin yapı geçerliliğini doğrular niteliktedir. DFA sonucunda, tüm madde yük değerlerinin ,50 üzerinde olduğu görülmektedir. Bu durum ölçekte bulunan tüm maddelerin yeterli düzeyde yüke sahip olduklarını göstermektedir. Ayrıca doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen değerler ölçeğin iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir: ki-kare (χ^2/sd)= 2,977 olarak bulunmuştur. RMSEA değeri=0,075; ve SRMR değeri= 0,05 olarak elde edilmiştir.; CFI= 0,954; RFI= 0,897 olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları açımlayıcı faktör analizi sonuçlarını doğrulamakta ve ölçeğin yapı geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir.

Bu bağlamda Evlilikte Empati Ölçeğinin (EEÖ) 11 maddeli ve tek boyutlu yapısı Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda test edilmiş ve doğrulanmıştır. Bu sonuçlar geliştirilmiş ölçeğin yapı geçerliliğinin yüksek olduğunu göstermektedir.

5.2.2.3. Demografik Değişkenler ve Yapısal Modellere İlişkin Tartışma

Araştırmanın nicel kısmının ilk iki amacı geliştirilen Evlilik farkındalığı ölçeği (EFÖ) ve Evlilikte Empati Ölçeği'ne (EEÖ) ilişkin geçerlik ve güvenirlik analizlerini yapmaktır. Bu noktadan hareketle ilk etapta bu iki ölçeğe ilişkin geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmış bunlarla ilgili tartışma da tamamlanmıştır. Araştırmanın bir sonraki amacı ise, araştırma kapsamında kullanılan demografik değişkenlere ilişkin fark testleri ve yapısal modele ilişkin sonuçları tartışmaktır. Araştırma kapsamında incelenen ilk demografik değişken cinsiyet değişkenidir. Araştırmanın amaçlarından biri olan cinsiyet değişkeni için yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda, evlilik doyumu ve affetme düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Kabasakal ve Soylu (2016) yaptıkları çalışmada cinsiyete göre evlilik doyumunun farklılaşmadığı sonucunu elde etmişlerdir. Benzer bir sonucu Çağ ve Yıldırım (2013) yaptıkları çalışmada elde etmişlerdir. Bu araştırmada cinsiyet değişkeni için elde edilen bir sonuç da evlilikte empati puanları

bakımından kadınların daha yüksek düzeylere sahip olduğudur. Alver (2005) yaptığı çalışmada kadınların empatik becerilerinin erkeklere nazaran daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı şekilde Demir, Atlı ve Kış (2016) tarafından yapılan meta analiz çalışmasında Türkiye’de yapılan 73 çalışmanın 40’ında kadınların empati puanlarının erkeklere nazaran daha yüksek çıktığı görülmüştür. Başka bir çalışmada Taturel-Kışlak ve Çabukça (2002) yaptıkları çalışmada cinsiyetler arası empatik farklılık elde etmemişlerdir. Evlilik farkındalığı ölçeği ve alt boyutları için yapılan bağımsız gruplar t testine göre evlilikte farkındalık toplam puanı, sorumluluk ve anlayış alt boyutları aritmetik ortalamaları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Baltacı (2018) yaptığı bir çalışmada kadın ve erkek katılımcıların üst düzey bilişsel farkındalıkları arasında herhangi bir farka ulaşmamıştır. Akgün-Boylu (2018) de aynı şekilde evli bireylerin farkındalık düzeyleri için herhangi bir farka ulaşmamıştır. İlgi, dayanışma ve paylaşma alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İlgi ve paylaşma alt boyutlarında kadınların daha yüksek puanlara sahip olduğu görülürken; dayanışma alt boyutunda erkeklerin daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmektedir.

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda evlilik süresi değişkenine göre sadece affetme puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve evlilikte empati puanları arasında herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Akgün-Boylu (2018) yaptığı çalışmada, çalışmamızdan farklı olarak evlilik süresi ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Küçükçelik (2015) yaptığı çalışmada evlilikte geçirilen süre ile evlilik uyumu arasında herhangi bir farklılığa ulaşmamıştır. Taşköprü (2013) yaptığı çalışmada evlilik süresi ile evlilik doyumu arasında ters ilişki bulmuştur. Yani evlilik süresi arttıkça evlilik doyumunda azalma meydana gelmektedir. Çalışmada elde edilen önemli bir sonuç ise, evlilik süresi ile affetme arasında anlamlı bir ilişkinin olduğudur. Gerçi bazı araştırmacılar affetmeyi evlilik için olumlu bir durum olarak ifade etmiş olsalar da affetmenin sürekliliğinin evliliğe ilişkin sonuçları değiştirebileceğini belirtmişlerdir. Nitekim McNulty (2008) daha az olumsuz davranış sergileyen eşlerin birbirlerine karşı daha affedici olduklarını, dolayısıyla bu durumla birlikte doyumun da oluştuğunu ifade etmiştir. Ancak çok sık olumsuz davranışlarda bulunan eşlerin birbirlerini affetseler bile, evliliklerinden gereken doyumunu alamadıkları söylenmektedir. Tabi burada Tayşi’nin (2010) ifade ettiği “suçun şiddeti” kavramının belirleyici bir rol oynadığı belirtilmektedir. Başka bir yönünün ise, sürekli affedilen olumsuz davranışların yeni olumsuz davranışları

tetikleyebileceği de önemli bir nokta olarak belirtilmektedir (Fincham ve Beach, 2002). Benzer bir ifadeyi McNulty (2008), çalışmasında dile getirmiştir.

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda gelir düzeyi değişkenine göre, sadece evlilikte empati puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve affetme puanları arasında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Taşköprü (2013) yaptığı çalışmada gelir durumu ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bradbury, Fincham ve Beach (2000) evlilik doyumu üzerinde çok sayıda demografik değişkenlerin etkili olduğunu söylemiş ve bunlardan bir tanesinin ise gelir durumu olduğunu ifade etmiştir. Evli bireylerle yapılan başka bir çalışmada, gelir düzeyinin evlilik düzeyi üzerinde etkili olduğu sonucu elde edilmiştir (Aktürk, 2006). Gelir düzeyinin azlığı ile birlikte çeşitli sorunların ortaya çıktığı ve bu durumun da evlilik doyumunu azalttığı belirtilmektedir (Storaasli ve Markman, 1990).

Araştırma kapsamında kullanılan dört ölçek için yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda eğitim durumu değişkenine göre dört ölçek için de herhangi bir farklılığa ulaşılmamıştır. Bir başka ifadeye göre, evli bireylerin eğitim durumları; evlilikte farkındalık, evlilik doyumu, affetme ve evlilikte empati puanları arasında bir farklılığa neden olmamaktadır. Çağ ve Yıldırım (2013) yaptıkları çalışmada eğitim düzeyi ile evlilik doyumu arasında bir ilişki bulmuşlardır. Benzer bir sonuç Kabasakal ve Soylu (2016) tarafından bulunmuştur. Mussatayeva (2018) yaptığı çalışmada ise, eğitim düzeyi ile evlilik doyumu arasında herhangi bir ilişki bulamamıştır. Çınar'ın (2008) çalışmasında da evlilik doyumunun eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Bu konuda araştırmalarda ortak bir sonucun elde edilmediğinden bahsedilebilir.

Araştırma kapsamında yapılan yapısal eşitlik modellemesinde öncelikle evlilikte empatinin affetme ve evlilik doyumunu yordamasına bakılmıştır. Yapılan analizde evlilikte empatinin affetme ve evlilik doyumunu anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Alan yazında evli bireylerde empati affetme ve doyum kavramlarının incelendiği çalışmalar bu sonuçları destekler niteliktedir. Alpay (2009) ve Paleari, Regalia ve Fincham'ın (2005) çalışmalarında evli bireylerde empatinin affetmeyi yordayan bir değişken olduğu görülmüştür. Fincham, Paleari ve Regalia (2002) tarafından yapılan başka bir çalışmada evlilikte affetmenin empatiyle pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Bayar (2015) tarafından yapılan çalışmada ise romantik ilişkilerde affetme ile empatinin pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Blackmon'un

(1999) çalışmasında evli bireylerin kendilerine ve eşlerine dair empatik algılarının evlilik doyumu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Benzer bir çalışmada Larned (2006) algılanan empatinin evlilik doyumunu yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Çıtışlı Turgut, (2018) tarafından yapılan çalışmada affetme ile evlilik doyumunun pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışmanın sonuçlarına göre Affetme evlilikte çatışma ve evlilik doyumu arasında kısmi aracı rol üstlenmiştir. Benzer şekilde Orathinkal ve Vansteenwegen (2006) tarafından yapılan çalışmada da evli bireylerde evlilik doyumu ile affetme pozitif ilişkili çıkmıştır. Ayrıca bu çalışmada İlk evliliği olan bireylerin affetme düzeyi yeniden evlenenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Fakat araştırma hipotezinin tersi olarak yeniden evlenenlerin evlilik doyumu ilk evliliği olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. McNulty'nin (2008) çalışmasının sonuçlarına göre affetme eğilimi yüksek eşlerle evlenen eşlerin affedici olmaları ilişki memnuniyetini artırmaktadır. Benzer şekilde Braithwaite, Selby ve Fincham (2011) tarafından yapılan çalışmada da romantik ilişkilerde affetmenin ilişki memnuniyetini artırdığı görülmüştür. Mirzadeh ve Fallahchai'nin (2012) sadece evli kadınlardan oluşan bir örnekleme yaptığı çalışmada evlilik doyumunun affetmeyi yordadığı görülmüştür. Ayrıca evlilikte affetmenin yaşam doyumu (Ezerçe, 2016), ilişki doyumu ve ilişki uyumu (Telli, 2019) ile de pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. İletişim ve dolayısıyla empati evlilik ilişkisinde önemli bir kavramdır. Eşlerin birbirleriyle olan ilişkisinin kalitesinde belirleyici bir rol oynar. Eşlerin empati düzeylerinin yüksek olması birbirleriyle kaliteli bir iletişim kurduklarını gösterir. Birbirlerini dinleyebildiklerini, anlayabildiklerini ve doğru tepkiler verebildiklerini gösterir. Böyle bir yaklaşıma sahip olan bireylerin daha affedici olmaları beklenen bir durumdur. Araştırmadan elde edilen sonuçta bu beklentiyi doğrulamıştır. Birbirlerini dinleyebilen ve anlayabilen eşlerin evliliklerin doyum verici olması da beklenen bir sonuçtur.

Yapısal eşitlik modeli ile yapılan ikinci modelde evlilikte empati ile evlilik doyumu ve affetme arasındaki ilişkide evlilik farkındalığının aracı rol etkisi incelenmiştir. Modelden elde edilen sonuçlara göre evlilik farkındalığı evlilikte empati ile affetme ve evlilik doyumu arasında tam aracı bir rol üstlenmektedir. Evlilik farkındalığı kavramı bu araştırma kapsamında yapılan nitel araştırmanın sonucunda kavramsallaştırılmıştır. Bu sebeple alan yazında doğrudan evlilik farkındalığını ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmada evlilik farkındalığının empati, affetme ve evlilik doyumu gibi pozitif değişkenlerle ilişkisi dikkate alınarak alan yazında evlilikte bilinçli farkındalık, evlilikte kişiler arası bilinçli farkındalık gibi kavramların ele alındığı çalışmalar araştırmamızla

ilişkili olarak ele alınabilir. Erus (2019) tarafından yapılan çalışmada bilinçli farkındalığın ve evlilikte kişiler arası bilinçli farkındalığın öznel iyi oluşu yordadığı görülmüştür. Yine bu çalışmanın sonuçlarına göre evlilikte kişiler arası bilinçli farkındalık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygusal zeka ve evlilik uyumunun anlamlı düzeyde aracı rol etkisinin olduğu görülmüştür. (Erus, 2019). Parlar ve Akgün (2018) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerde bilinçli farkındalık problem çözme ve evlilik doyumu arasında pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Jones ve diğerleri (2011) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları da bilinçli farkındalık ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiye vurgu yapmıştır. Daşcı Kılıç (2020) tarafından yapılan çalışmada ise eşlerde duygusal farkındalığın evlilik uyumu ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Bu çalışmaların sonuçlarına bakıldığında bilinçli farkındalık, evlilikte kişiler arası bilinçli farkındalık, duygusal farkındalık gibi kavramların evlilik ilişkisindeki pozitif değişkenlerle olumlu bir ilişkiye sahip oldukları görülmektedir. Bizim araştırmamızda elde edilen sonuçlarda da evlilik farkındalığının evlilikte empati, evlilik doyumu ve affetme ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Evlilik farkındalığı sorumluluk, anlayış, ilgi, dayanışma ve paylaşma gibi kavramları içinde barındırmaktadır. Bu sebeple evlilikte olması gerekenleri bir bütün olarak kapsamaktadır. Dolayısıyla evlilik farkındalığı yüksek olan bireylerin empatik becerilere sahip olması, affedici olması ve evlilikten doyum alabilmesi beklenen bir sonuçtur.

Bu araştırma genel olarak değerlendirildiğinde evlilik farkındalığı, evlilikte empati, evlilik doyumu ve affetmenin birlikte ele alındığı ilk çalışmadır. Bu araştırma bağlamında evlilik farkındalığı ele alınmış ve evli bireyler tarafından nasıl algılandığı fenomenolojik olarak ortaya çıkarılmıştır. Evli bireylerin evlilik farkındalığına sahip olabilmeleri için eşlerine gereken ilgiyi göstermeleri, karşılıklı olarak evlilik sorumluluklarını yerine getirmeleri, hayatı birbiriyle paylaşmaları, evliliğin zorluklarına göğüs gerebilmek için dayanışma içinde olmaları ve birbirlerine karşı anlayışlı davranmaları gerektiği araştırma sonucundan elde edilmiştir. Evlilikte empatinin nasıl algılandığı da yine fenomenolojik olarak ele alınmıştır. Eşlerin doğru bir iletişim dili kullanmaları, birbirlerini anlamaları ve duygudaşlık kurabilmeleri empatinin temaları olarak ortaya çıkmıştır. Evlilik farkındalığını ve evlilikte empatiyi ölçebilecek ölçme araçlarının geliştirilmiş olması bireylerin evlilik farkındalıklarını ve empati düzeylerini değerlendirebilmeleri noktasında alana önemli bir katkı sunacaktır. Evlilik farkındalığı, evlilikte empati, affetme ve evlilik doyumu birbiri ile pozitif ilişkili çıkmıştır. Empatinin evlilik doyumu ve affetmeyi yordamasında evlilik

farkındalığının tam aracı rol üstlendiği görülmüştür. Elde edilen sonuçlarla ilgili olarak aşağıdaki bölümde araştırmacılara ve uygulayıcılara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

5.3. Öneriler

Bu bölümde araştırmanın sınırlılıkları da dikkat alınmak kaydı ile elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak uygulayıcılara ve araştırmacılara birtakım önerilerde bulunulmuştur.

5.3.1. Araştırmacılara yönelik öneriler

- Evlilik farkındalığına ilişkin yapılan görüşmelerde “sorumluluk, ilgi, anlayış, paylaşma ve dayanışma” adlı beş ana tema ortaya çıkmıştır. Evlilik farkındalığını oluşturan bu özelliklerin evliliğin niteliğine nasıl bir yön verdiğine ilişkin daha detaylı çalışmalar yapılabilir. Bu temalar ayrı ayrı ele alınarak evlilik ilişkisindeki payı daha ayrıntılı değerlendirilebilir.
- Evlilik farkındalığının düşük olması ve yüksek olmasının eşlerin psikolojik ve sosyal yaşamları üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri üzerine araştırmalar yapılabilir.
- Evlilik farkındalığının düşük olması ve yüksek olmasının ailede yetişen çocukların psikolojik ve sosyal gelişimi üzerindeki etkileri araştırılabilir.
- Katılımcı görüşlerinde evlilik farkındalığı temaları ile ilişkili olarak “sevgi, saygı, yardımlaşma, güven, dürüstlük, affetme, fedakarlık” gibi birçok kavrama sıklıkla vurgu yapılmıştı. Bu kavramların evlilik ilişkisindeki yerini daha detaylı değerlendirebilmek için aşağıdaki sorulara cevap verebilecek nitel araştırmalar yapılabilir.
 - Evlilik ilişkisinde saygı ve sevginin yeri nedir?
 - Dürüst olma ve birbirine güven duyma evliliğe nasıl bir boyut kazandırır?
 - Affetmek ilişkideki sorunların çözümüne nasıl bir katkı sunar?
 - Yardımlaşmanın ve fedakarlığın olduğu bir evlilik eşlerin evlilik ilişkisini nasıl etkiler? Fedakarlık tek taraflı olur mu?
- Evlilik Farkındalığı Ölçeği (EFÖ) bu araştırma kapsamında geliştirilmiştir. Bu ölçek araştırmacılar tarafından farklı çalışmalarda kullanılarak ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine katkı sunulabilir.

- Evlilikte Empati Ölçeği (EEÖ) bu araştırma kapsamında geliştirilmiştir. Bu ölçek araştırmacılar tarafından farklı çalışmalarda kullanılarak ölçeğin geçerlik ve güvenirliğine katkı sunulabilir.
- Evli kadınların empati düzeyleri evli erkeklerin empati düzeylerinden yüksek çıkmıştır. Alan yazında da bunu destekler nitelikte sonuçlar bulunmaktadır. Kadınların empati düzeylerinin daha yüksek olmasını etkileyen faktörler üzerine nitel araştırmalar yapılabilir
- Evlilikte farkındalık, evlilik doyumu ve evlilikte empatinin evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Fakat evlilik süresi arttıkça affetme düzeyinin de arttığı görülmüştür. Farklı örneklem gruplarıyla benzer çalışmalar yapılarak elde edilen bu sonuçlar tekrarlı olarak test edilebilir. Ayrıca nitel araştırmalar yoluyla da elde edilen bu bulguların nedenleri üzerine detaylı bir inceleme yapılabilir.
- Orta ve yüksek gelir düzeyine sahip olan evli bireylerin affetme ve evlilik doyumları düşük gelirli olanlara göre yüksek çıkmıştır. Sosyo ekonomik düzeyin evliliğin kalitesiyle olan ilişkisine dayalı daha kapsamlı çalışmalar yapılabilir.
- Evlilik farkındalığı, evlilikte empati, evlilik doyumu ve affetme birbiri ile ilişkili çıkmıştır. Evlilik farkındalığı ve evlilikte empati kavramları bu çalışma kapsamında ilk defa kullanılmışlardır. Dolayısıyla evlilik farkındalığı ve evlilikte empatinin; mutluluk, iyimserlik, evlilik uyumu, öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, duygusal bağlılık, psikolojik sağlamlık, ilişki memnuniyeti ve umut gibi kavramlarla ilişkisi incelenebilir.

5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler

- İyi bir evlilik bir yanda çiftlere huzurlu ve kaliteli bir yaşam sunarken diğer yandan bu ailede yetişen çocukların sağlıklı bir gelişim sergilemelerini sağlamaktadır. Evli çiftlere ve evlilik çağına gelmiş yetişkinlere evlilik farkındalığı konusunda eğitimler verilebilir.
- Evli bireylere ve evlilik yolundaki yetişkinlere evlilik farkındalığını artırmaya yönelik sorumluluk, ilgi, anlayış, paylaşma ve dayanışma gibi becerileri artırmaya yönelik eğitimler ve seminerler verilebilir. Bu şekilde bireylerin evlilik farkındalığı artırılmış olur.

- İletişim ve empati evlilik ilişkisinin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır. Evli çiftlere ve evlilik çağına gelmiş yetişkinlere evlilikte empati üzerine eğitimler verilebilir.
- Evlilik süresi arttıkça bireylerin affetme düzeylerinin arttığı görülmüştür. Affetmenin evlilik farkındalığı, empati ve evlilik doyumu ile pozitif ilişkisi dikkate alınarak yeni evli çiftlere affetme üzerine eğitimler verilebilir. Bu eğitimler aynı zamanda evlilik hazırlığı yapanlara da verilebilir.



KAYNAKÇA

- Acar, N. V. (2009). *Ne kadar farkındayım?: Gestalt terapi* (3. baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Ağdemir, S. (1991). Aile ve eğitim. *Aile ve Toplum*, 1(1), 11-13.
- Akbulut, Z. (2018). *İmago yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışma uygulamalarının evli çiftlerin affetme ve mutluluk düzeyine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akçabozan Kayabol, N. B. (2017). *Relationship maintenance behaviors and marital satisfaction: The mediator roles of relational equality and appreciation* (Yayınlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Akgün-Boylu, Ş. (2018). *Evli bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile evlilik doyumu ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Aksan, N., ve Kisac, B. (2009). A descriptive study: Reading comprehension and cognitive awareness skills. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 834-837. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2009.01.149>
- Aktürk, B. E. (2006). *Marital satisfaction in turkish remarried families: comparison among marital status, effect of stepchildren and contributing factors* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara
- Aktürk, E.B. (2006). *Yeniden evlenen Türk ailelerde evlilik doyumu: medeni duruma göre karşılaştırma, üvey çocukların etkisi, ve yordayan faktörler* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Allen, A., & Thompson, T. (1984). Agreement, understanding, realization, and feeling understood as predictors of communicative satisfaction in marital dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 46(4), 915-921. doi:10.2307/352540
- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Altay, B., ve Gönener, D. (2009). Evli erkeklerin aile planlaması yöntemlerini bilme ve kullanma durumları ve etkileyen faktörler. *Fırat Tıp Dergisi*, 14(1), 56-64.

- Aluş, Y. (2016). *Türk ailesinde eşler arası mutluluk algısı ve beklentileri: Sakarya ili örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Alver, B. (2005). Psikolojik danışma ve rehberlik eğitimi alan öğrencilerin empatik beceri ve karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi . Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (14) , 19-34.
- Anthony, J. L., & Francis, D. J. (2005). Development of phonological awareness. *Current Directions In Psychological Science*, 14(5), 255-259. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00376.x>
- Atan, A. (2016). *Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının ebeveynlerin iletişim becerilerine, çift uyumuna, evlilik doyumuna ve 5-6 yaş çocuklarının sosyal duygusal uyumuna etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Atan, A., ve Buluş, M. (2019). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin evlilik doyumuna etkisi. *İlköğretim Online*, 18(1), 226-240.
- Ateş, G., (2018). *Associated factors of subjective well- being in married individuals: Online infidelity tendency, gender roles, and marital satisfaction*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu teknik Üniversitesi, Ankara.
- Aydın, N. (2016). Hz. Peygamber'in aile hayatında eşler arası iletişimin temel ilkeleri. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 99-129.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2018). Evlilikte fedakârlık doyumunun ilişkisel özgünlük ve evlilik doyumunu bağlamında değerlendirilmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(2), 1276-1290.
- Aysu, B. (2019). *Drama temelli çevre eğitiminin çocukların çevre farkındalık düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical Intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 125–143. doi:10.1093/clipsy.bpg015
- Baltacı, A. (2018). Okul yöneticilerinin üst-bilişsel farkındalık düzeyleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(4), 840-854.

- Barnes, S., Brown, K.W., Krusemark, E., Campbell, W.K. & Rogge, R.D. (2007), The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33: 482-500. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2007.00033.x>
- Batson, C. D., & Coke, J. S. (1981). Empathy: A source of altruistic motivation for helping? In J. P. Rushton & R. M. Sorrentino (Eds.), *Altruism and helping behavior: Social personality, and developmental perspectives* (pp. 167–211). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bayar, Ö. (2015). *Romantik ilişkilerde aldatma ve affetme: Empatinin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Bellet, P. S., & Maloney, M. J. (1991). The importance of empathy as an interviewing skill in medicine. *Journal of the American Medical Association*, 266 , 1831–1832.
- Berkiten, A. (1999). *Babaların gebelik, doğum ve sonu sürecine katılımlarının eşler açısından değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., O'Connor, L. E., Parrott, L., & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73(1), 183–226. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x
- Blackmon, A.D. (1999) *Empathy in marriage: Implications for marital Satisfaction and depression* (Unpublished doctoral thesis). Yale University, Faculty of the Graduate School.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (2003). *Qualitative research for education* (4th ed.). Allyn & Bacon.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & 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. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Bradbury, T.N. & Karney, B.R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 862–879. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x>
- Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Fincham, F. D. (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: Mediating mechanisms. *Journal of Family Psychology*, 25(4), 551–559. <https://doi.org/10.1037/a0024526>

- Breshgold, E. K. (1989). Resistance in Gestalt therapy: An historical theoretical perspective. *Gestalt Journal*, 12(2), 73–102.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848.
- Buluş, M., & Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40). 136-152
- Burpee, L. C., & Langer, E. J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 12, 43-51. DOI: 10.1007/s10804-005-1281-6
- Buunk, B. P., & Van Yperen, N. W. (1991). Referential comparisons, relational comparisons, and exchange orientation: Their relation to marital satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(6), 709–717. <https://doi.org/10.1177/0146167291176015>
- Bowling, T. K., Hill, C. M., & Jencius, M. (2005). An Overview of Marriage Enrichment. *The Family Journal*, 13(1), 87–94. <https://doi.org/10.1177/1066480704270229>
- Büyüköztürk, Ş. (2002) Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32, 470-483.
- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı* (21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi Yayınları.
- Byrne, B. M. (2010). Structural equation modeling with AMOS: basic concepts, applications, and programming. Routledge Taylor & Francis Group.
- Canel, A. N. (2012). *Evlilik ve aile hayatı*. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Canel, A. N. (2012). *Evlilikte İletişim ve Yaşam Becerileri*. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Carr, A. (2006). *Family therapy: Concepts, process and practice*. (2nd Ed.), John Wiley & Sons.

- Carroll, H. L. (2014). *Social cognitive factors associated with verbal bullying and defending* (Unpublished doctoral thesis). Wayne State University, Detroit, Michigan.
- Carson, J. W., Carson, K. M., Gil, K. M., & Baucom, D. H. (2004). Mindfulness-based relationship enhancement. *Behaviour Therapy*, 35, 471-494.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B. ve Turner, L. A. (2015). *Araştırma yöntemleri: Desen ve analiz*. (A. Aypay, Çev. Ed.). Anı Yayıncılık.
- Christopher, J. C., Chrisman, J. A., Trotter-Mathison, M. J., Schure, M. B., Dahlen, P., & Christopher, S. B. (2011). Perceptions of the long-term influence of mindfulness training on counselors and psychotherapists: A qualitative inquiry. *Journal of Humanistic Psychology*, 51(3), 318-349. doi:10.1177/0022167810381471
- Clarkson, P., & Mackewn, J. (1993). *Fritz Perls*. London: Sage.
- Coplan, A. (2011). Understanding empathy: Its features and effect. In Coplan, A. & Goldie, P. (Ed.) *Empathy: Philosophical and psychological perspectives* (pp. 3-18). Oxford University Press
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. (8th Ed.), Thomson Brooks Cole,
- Crain. E. (2017). *The relationship between adlerian birth order and marital satisfaction* (Unpublished Doctoral Dissertation). The Chicago School of Professional Psychology.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Pearson.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: A qualitative, quantitative, and mixed method approaches* (4nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. (H. Ekşi, Çev. Ed.). İstanbul: Edam.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and conducting mixed methods research* (3th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Cutler, H. A. & Radford, A. (1999). Adult children of alcoholics: Adjustment to a college environment. *The Family Journal: Therapy for Couples and Families*, 7, 148-153.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.

- Çetintaş, Ş., & Ekşi, H. (2020). Spiritually oriented couple, marriage and family therapies. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5(1), 7-24.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çıtışlı Turgut, M. K. (2018). *Evlilik çatışması ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çokluk, Ö., Şekercioglu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları* (4. Baskı). Pegem Akademi.
- Dağlı, B. (2017). *Evli bireylerin evlilik uyumları ile denetim odakları ve empati eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Daneshpour, M. (2016). *Family therapy with Muslims*. Routledge.
- Daşcı Kılıç, E. (2020). *Eşlerde duygusal süreçlerin evlilik uyumuna etkilerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Demir, Y., & Durmuş, E. (2015). Uzun evlilikler: bir yastıkta kırk yıl. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 636-645.
- Demir, Y., Atlı, A., & Kış, A. (2016). Empathy based on gender in dissertations submitted in turkey: A Meta-Analysis Study. *Eurasian Journal of Educational Research*, 64, 69-90.
- Demirbilek, M. (2016). Aile danışmanlığı: Bir uygulama örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(2), 109-120.
- Deniz, M. E., Uzun, G., & Yıldırım-Kurtuluş, H. (2019). Evlilikte suçu affetme ve yüklemenin evlilik doyumu üzerindeki yordayıcı etkisi. *İlköğretim Online* 18(2). 852-861. doi:10.17051/ilkonline.2019.562065
- Dey, S., & Ghosh, J. (2016). Factors in the distribution of successful marriage. *International Journal of Social Sciences and Management*, 3(1), 60-64. <https://doi.org/10.3126/ijssm.v3i1.14315>

- Dolunay Cuğ, F. (2015). *Öznel iyi oluşun yordayıcıları olarak kendini affetme, öz-duyarlılık, öznel yaşam enerjisi ve mutluluğa yönelim*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Efe, Ş. Y., & Ayaz, S. (2010). Kadına yönelik aile içi şiddet ve kadınların aile içi şiddete bakışı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(1), 23-29.
- Eisenberg, N., & Spinrad, T.L. (2004), Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75: 334-339. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x>
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B., Karbon, M., et al. 1994a. The relations of emotionality and regulation to dispositional and situational empathy-related responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 776–797.
- Eker, E. (2019). *Romantik çiftlerde öznel partner affediciliğinin ilişki istikrarına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eker, H. (2017). *Affetme esnekliği kazandırma amaçlı bilişsel davranışçı yönelimli grupla psikolojik danışma uygulamasının ergenlerdeki umutsuzluk üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ekşi H., Kahraman Z., (2012). Bir evlilik ve aile hayatı eğitim programının evli kadınlarda evlilik uyumuna ve aile sistemine etkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 36, 129-145
- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erdoğan, Ö. (2012). İlköğretim birinci sınıf öğrencilerinin fonolojik farkındalık becerileri ile okuma becerileri arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim*, 37(166). 41-51
- Erdoğan, S., ve Uslu, M. (2018). Evli bireylerin evlilik doyumu ve merhamet düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim Bilimleri Çalışmaları 2018*, 125-134.

- Eren, E. (2019). *Romantik ilişkilerde bağışlamanın aşk biçimlerine göre yordanması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erkuş, A., & Yakupoğlu, S. (2001). Spor ortamında empati ölçeği (sem) geliştirme çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 22-31.
- Ermumcu, E. (2014). *Evli çiftlerde bağışlama sürecinin bağlanma, stresle başa çıkma, empati ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Erus, S. M. (2019). *Evlilikte bilinçli farkındalık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygusal zekâ ve evlilik uyumunun aracılık rolü* (Yayımlanmamış doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Ezerçe, E. (2016). *Eşlerin suçu affetmesi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72–81. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.72>
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2007). Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 542–545. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.542>
- Fincham, F. D., ve Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9(3), 239-251. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00016>
- Fincham, F. D., ve Beach, S. R. H. (2007). Forgiveness and marital quality: Precursor or consequence in well-established relationships?. *The Journal of Positive Psychology*, 2(4), 260-268. <https://doi.org/10.1080/17439760701552360>
- Fincham, F.D., Paleari, F.G. and Regalia, C. (2002), Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9(1), 27-37. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00002>
- Flavell, J. H. (1976). Metacognitive aspects of problem solving. In L.B. Resnick (Eds.), *The nature of intelligence* (pp. 231-235). Hillside, NJ: Erlbaum.

- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911.
- Gafoor, K. A. (2012). Considerations in the Measurement of Awareness. *Online Submission*.
- Gençoğlu, C. (2012). *Duygu odaklı terapiye dayalı duygusal farkındalık eğitiminin genç yetişkinlerin iyimserlik düzeylerine etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Gibbons, C. L. (2020). *Marital satisfaction among army spouses: a multivariate analysis of the influence of attachment, resiliency, forgiveness, and self-awareness* (Doctoral dissertation). Capella University School of Counseling and Human Services
- Gladding, S. (2002). *Family Therapy. History, Theory and Practice*. Pearson Education, Inc., Merrill Prentice Hall, New Jersey.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları* (İ. Keklik ve İ. Yıldırım, Çev). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları* (İ. Keklik ve İ. Yıldırım, Çev). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Goodman, J. H., Guarino, A., Chenausky, K., Klein, L., Prager, J., Petersen, R., ..., & Freeman, M. (2014). CALM Pregnancy: Results of a pilot study of mindfulness-based cognitive therapy for perinatal anxiety. *Archives of women's mental health*, 17(5), 373-387. <https://doi.org/10.1007/s00737-013-0402-7>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2000). *The use of forgiveness in marital therapy*. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (p. 203–227). Guilford Press.
- Gourgey, A. F. (1998). Metacognition in basic skills instruction. *Instructional science*, 26(1-2), 81-96.
- Gürtunca, A. (2013). *Çocuklar ve ergenler için empati ölçeği Türkiye geçerlik ve güvenirlik çalışması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hargrave, T. D., & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23(1), 41-62.

- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 451–471. doi:10.1353/sof.2005.0103
- Herbert, B.M., Herbert, C. and Pollatos, O. (2011). On the relationship between interoceptive awareness and alexithymia: is interoceptive awareness related to emotional awareness?. *Journal of Personality*, 79(5), 1149-1175. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00717.x>
- 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(4), 432–446. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.8.4.432>
- Hill, E. W. (2001). Understanding Forgiveness as Discovery: Implications for Marital and Family Therapy. *Contemporary Family Therapy*. Sayı 23 (4), 369- 384. <https://doi.org/10.1023/A:1013075627064>
- Hoffman, M. L. (1981). The development of empathy. In J. Rushton & R. Sorrentino (Eds.), *Altruism and helping behavior: Social personality and developmental perspectives* (pp. 41–63). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hoffman, M. L. (2011). Empathy, justice, and the law. In Coplan, A. & Goldie, P. (Ed.) *Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives* (pp. 230-254). Oxford University Press
- Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed methods research: A research paradigm whose time has come. *Educational Researcher*, 33(7), 14–26. <https://doi.org/10.3102/0013189X033007014>
- Jones, K. C., Welton, S. R., Oliver, T. C., & Thoburn, J. W. (2011). Mindfulness, spousal attachment, and marital satisfaction: A mediated model. *The Family Journal*, 19(4), 357–361. <https://doi.org/10.1177/1066480711417234>
- Kabasakal, Z., ve Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical psychology: Science and practice*, 10(2), 144-156. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>
- Kalaycı, Ş. (2010). SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.

- Karaçam, Z., Çalışır, H., Dünder, E., Altuntaş, F., ve Avcı, H. C. (2006). Evli kadınların aile içi şiddet görmelerini etkileyen faktörler ve kadınların şiddete ilişkin bazı özellikleri. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 22(2), 71-88.
- Karakelle, S. (2012). Üst bilişsel farkındalık, zekâ, problem çözme algısı ve düşünme ihtiyacı arasındaki bağlantılar. *Eğitim ve Bilim*, 37(164).
- Karduz, F. F. A. (2019). *Affetme eğilimi kazandırmaya yönelik psiko-eğitim programının affectme eğilimi kazandırma ve beş faktör kişilik özellikleri üzerindeki etkisi* (yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kauppinen, A. (2014). Empathy, emotion regulation, and moral judgment. In H. L. Maibom (Eds.), *Empathy and morality*. Oxford University Press.
- Kaya, N. (2017). *Kırsal ve kentsel alanda yaşayan evli kadınların evlilik uyumu, evlilik doyumu ve ilişkilerde mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması ve incelenmesi*, (yayımlanmamış yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, Ö. S. (2018). Romantik ilişkilerde problem çözme becerilerinin empati ve mental iyi oluş açısından incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 8(1), 62-72. DOI: 10.5961/jhes.2018.248
- Keleş, A. (2018). *Evlilik kalitesi ile affectme, ikili ilişkilerde güven ve mizah tarzları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Kır, İ. (2011). Toplumsal bir kurum olarak ailenin işlevleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(36), 381-404.
- Kızıldağ, S., ve Can-Aran, Ö. (2018). Psikolojik Danışman Adaylarının Evlilikteki Evrensel Değerlere İlişkin Görüşleri. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi 2018.
- Kirby, J.S. (2005) *A study of the marital satisfaction levels of participants in a marriage education course* (Unpublished doctoral dissertation). University of Louisiana, Department of Educational Leadership and Counseling Department, Monroe.
- Kline P. (1994). *An easy guide to factor analysis*. USA and Canada: Rutledge.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. (Second Ed.).

- New York and London: The Guilford Press.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. (Third Ed.). New York and London: The Guilford Press.
- Koçak, C., & Önen, A. S. (2013). Öğretmen adayları için empatik yönelimler ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2), 947-964.
- Kozan, H. İ. O., Baloğlu, M., Kesici, Ş., & Kamer, Z. (2019). Genç kızların evliliğe ilişkin görüşlerinin incelenmesi: Neden evlenirim? Neden evlenmem?. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (50), 303-323. DOI: 10.21764/maeuefd.520263
- Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- 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.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş duygusal farkındalık ve duygularını ifade etmelerinin ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 1-24.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psiko-eğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara
- Küçükçelik, Z. M. (2015). *İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lalonde, R. N., Hynie, M., Pannu, M., & Tatla, S. (2004). The role of culture in interpersonal relationships: Do second generation south Asian Canadians want a traditional partner? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 503-524. <http://dx.doi.org/10.1177/0022022104268386>
- Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of personality assessment*, 55(1-2), 124-134.

- Lane, R., & Schwartz, G. (1987). Levels of emotional awareness: A cognitive–developmental theory and its application to psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 144, 133–143.
- Lane, R., Sechrest, L., & Riedel, R. (1998). Sociodemographic correlates of alexithymia. *Comprehensive Psychiatry*, 39, 377–385.
- Larned, A. G. (2006). *Examining expressed empathy, received empathy, and a need for power as predictors of marital satisfaction* (Unpublished doctoral dissertation). Boston College, Department of Counseling, Developmental, and Educational Psychology, USA.
- Lawler-Row, K. A., Piferi, R. L. (2006), The forgiving personality: describing a life well lived?. *Journal of Personality and Individual Differences*, 41(6), 1009-1020. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.007>
- Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel psychology*, 28(4), 563-575. doi:10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x
- Leech, N. L. ve Onwuegbuzie, A. J. (2009). A typology of mixed methods research designs. *Qual Quant.* 43, 265–275.
- Liberman, R. P., Wheeler, E. G., De Visser, L. A.J.M., Kuehnel, J., & Kuehnel, T. (1980). *Handbook of marital therapy: A positive approach to helping troubled relationships*. New York: Plenum Press.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Livingston, J. A. (2003). Metacognition: An Overview. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED474273.pdf>
- Madden-Derdich, D.A., Estrada, A.U., Updegraff, K.A. and Leonard, S.A. (2002). The boundary violations scale: an empirical measure of intergenerational boundary violations in families. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28: 241-254. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb00361.x>
- Maibom, H. L. (2007). The presence of others. *Philosophical Studies*, 132(2), 161-190. DOI 10.1007/s11098-004-0018-x

- Maibom, H. L. (2014). Introduction: (Almost) Everything you ever wanted to know about empathy. In H. L. Maibom (Eds.), *Empathy and morality* (pp. 1-40). Oxford University Press
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). The psychology of forgiveness: History, conceptual issues, and overview. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice*. New York: Guilford Press.
- McNulty, J. K. (2008). Forgiveness in marriage: Putting the benefits into Context. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 171-175. doi: 10.1037/0893-3200.22.1.171.
- Mertens, D. M. (2010). *Research and evaluation in education and psychology: Integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods* (3th ed.). Sage publications.
- Minuchin, S., & Fishman, C. H. (1981). *Family therapy techniques*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Mirzadeh, M., ve Fallahchai, R. (2012). The relationship between forgiveness and marital satisfaction. *Journal of Life Science and Biomedicine* 2(6), 278-282.
- Monarch, N. D., Hartman, S. G., Whitton, S. W., & Markman, H. J. (2002). The role of clinicians in the prevention of marital distress and divorce. In J. H. Harvey & A. Wenzel (Eds.), *A clinician's guide to maintaining and enhancing close relationships* (pp. 233–258). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Morse, J. M. (2003). Principles of mixed methods and multimethod research design. In A. Tashakkori & C. Teddlie (Eds.), *Handbook of mixed methods in social & behavioral research* (pp. 189– 208). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mussatayeva, M. (2018). *Alt sosyo-ekonomik düzeydeki kadınların evlilik doyumu ile aile işlevlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile terapisi, kavramlar ve yöntemler* (O. Gündüz, çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Nichols, W. (2005). The first years of marital commitment. In A. M. Harway (Eds.), *Handbook of couples therapy*. John Wiley & Sons,

- Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). The effect of forgiveness on marital satisfaction in relation to marital stability. *Contemporary family therapy*, 28(2), 251-260. <https://doi.org/10.1007/s10591-006-9006-y>
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Palancı, M. (2017). Engelli çocuğa sahip anne babaların aile yılmazlığı, öznel iyi oluş ve evlilik uyumlarının psiko-sosyal yeterlikler ile yordanması. *Eğitim ve bilim*, 43(193). doi:<http://dx.doi.org/10.15390/EB.2017.4384>
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: a longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 368–378. <https://doi.org/10.1177/0146167204271597>
- Paris, S. G. ve Winograd P. (1990). How metacognition can promote academic learning and instruction, B. F. Jones ve L. Idol (Edt), *Dimension of Thinking and Cognitive Instruction*, New Jersey: NCREL-Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Parlar, H., ve Akgün, Ş. (2018). Evlilikte bilinçli farkındalık, evlilik doyumu ve problem çözme becerileri ilişkilerinin incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 1(1), 11-21.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Pınar, G. (2008). Üniversite son sınıf öğrencilerinin evliliğe bakış açısı. *Aile ve Toplum* 10(4), 49-60.
- Pierce, A. S. (2016). *Perceived impact of prevention and relationship enhancement program (PREP) on marital satisfaction*. (Unpublished doctoral dissertation). Walden University, College of Social and Behavioral Sciences,
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. A. (2014). A practical guide to using interpretative phenomenological analysis in qualitative research psychology. *Psychological journal*, 20(1), 7-14. DOI: 10.14691/CPPJ.20.1.7
- Previti, D. & Amato, P.R. (2003), Why Stay Married? Rewards, Barriers, and Marital Stability. *Journal of Marriage and Family*, 65: 561-573. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00561.x>

- Rebello, K. , Junior, M. & Brito, R. (2014). Fundamental factors in marital satisfaction: An assessment of Brazilian couples. *Psychology*, 5, 777-784. doi: [10.4236/psych.2014.57088](https://doi.org/10.4236/psych.2014.57088).
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *Counseling Psychologist*, 5, 2–11.
- Sarıçam, H., ve Akın, A. (2013). Affedicilik ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 37-46.
- Satir, V. (2009). *Your many faces: The first step to being loved*. Random House Inc.
- Sayar, K. (2018). *Merhamet: kalbe dönüş için son çağrı*. Kapı yayınları.
- Schraw, G. (1998). Promoting general metacognitive awareness. *Instructional Science*, 26, 113-125.
- Schumacker, R. E., Lomax, R. G. (2010). A beginner's guide to structural equation modeling. New York: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203851319>
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(2), 131–145. <https://doi.org/10.1037/a0032025>
- Seyfi, S. (2017). *Evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Smith, J. D., Flowers, P. ve Larkin, M. (2009), *Interpretative phenomenological analysis: Theory, Method and Research*. London: SAGE Publications.
- Sokolski, D. M., & Hendrick, S. S. (1999). Fostering marital satisfaction. *Family Therapy: The Journal of the California Graduate School of Family Psychology*, 26(1), 39-49
- Soylu, Y., ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 44-54
- Spinrad, T. L., & Eisenberg, N. (2014). Empathy and morality: A developmental psychology perspective. *Empathy and morality*, In H. L. Maibom (Eds.), *Empathy and morality* (pp. 59-70). Oxford University Press

- Spreng, R. N., McKinnon, M. C., Mar, R. A., & Levine, B. (2009). The Toronto Empathy Questionnaire: Scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures. *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 62–71. <https://doi.org/10.1080/00223890802484381>
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach: Scale construction and validation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1150–1169. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.6.1150>
- Storaasli, R. D., & Markman, H. J. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology*, 4(1), 80–98. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.4.1.80>
- Stuart, R. B. (1980). *Helping couples change: A social learning approach to marital therapy*. New York: Guilford.
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and labeling one's mood states. *Personality and social psychology bulletin*, 21(9), 934-949.
- Şamatacı, G. (2013). *Romantik ilişkilerde affetme: Transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir inceleme* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Şener, A. ve Terzioğlu, R. S. (2002). Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. (Fourth Edition). M.A: Allyn & Bacon, Inc
- Tarhan, N. (2012). *Evlilik psikolojisi*. (12. baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Taylor, S. (1999). Better learning through better thinking: Developing students metacognitive abilities. *Journal of College Reading and Learning*, 30 (1), 34-45.
- Taysi, E. (2010). Evlilikte bağışlama: Evlilik uyumu ve yüklemelerin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 40-52.
- Telli, A. (2019). *Evli çiftlerde; benlik farklılaşmasının ilişki doyumu, ilişki uyumu, çatışma çözme tepkileri, ilişkide kıskançlık, ilişkide affedicilik ve eşe duygusal bağlılık açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 1-7.
- Thomas, M. B. (1992). *An introduction to marital and family therapy: Counseling toward healthier family systems across the lifespan*. Nj:Merriel
- Topçu, Ç. (2008). *The relation ship of cyber bullying to emphaty,gender,traditional bullying,internet use and adult monitoring* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tosyalı, M. (2010). *Evli bireylerde bağımlı ve özerk (sosyotropik-otonomik) kişilik özellikleri, empati ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Totan, T., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2012). The Toronto Empathy Questionnaire: Evaluation of psychometric properties among Turkish university students. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 46, 179-198
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A. & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a U.S. Probability Sample. *Journal of Adult Development*. 8, 249-257. <https://doi.org/10.1023/A:1011394629736>
- Tunç, E. (2015). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde yaşadıkları istismar ile ilişki doyumu, affetme ve kıskançlık düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Tutarel-Kışlak, Ş., & Göztepe, I. (2017). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 27-46. DOI: 10.1501/sbeder_0000000044

- Tutarel-Kışlak, Ş., ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5), 1-7.
- TÜİK, (2017). Aile yapısı araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?jsessionid=4l2FZ1kVpNL8JhhkfQtRLqmnJtJ6xk6sGXGwbChqTR9N0LY1K1bp!1813643467?id=21869>
- Uyar, Y. ve Sunay, H . (2020). Spor farkındalığı ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* , 18 (1) , 46-58. <https://doi.org/10.33689/spormetre.672441>
- Ülken, H.Z. (1990) “Aile” Aile Yazıları 1, (Derleyenler: Beylül Dikeçligil, Ahmet Çigdem, T.C. Basbakanlık Aile Arastırma Kurumu, Bilim serisi 5/1, Ankara.
- Ünal, V. (2013). Geleneksel geniş aileden çekirdek aileye geçiş sürecinde boşanma sorunu ve din. *Journal of International Social Research*, 6(26). 588-602
- Warden, D., & Mackinnon, S. (2003). Prosocial children, bullies and victims: An investigation of their sociometric status, empathy and social problem-solving strategies. *British Journal of Developmental Psychology*, 21, 367-385.
- Wispe, L. (1986). The distinction between sympathy and empathy: To call forth a concept, a Word is needed. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 , 314–321
- Yeşilkayalı, H. D. (2015). *Koruyucu aile bireylerinin sosyodemografik özellikleri ile empatik becerileri ve özgecilik durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Yıldız, M. A., ve Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 67-80.
- Yıldız, M. A., ve Büyüksahin-Çevik, G. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), 227-242.
- Yılmaz Yüksel, A. (2003). *Empati eğitim programının ilköğretim öğrencilerinin empatik becerilerine etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi), Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Yontef, G. (1995). Gestalt therapy. In A. Gurman & S. Messer (Eds.), *Essential psychotherapies* (pp. 261–303). New York: Guilford Press.

Young, M. A. (2005). Creating a Confluence: An Interview With Susan Johnson and John Gottman. *The Family Journal*, 13(2), 219–225.
<https://doi.org/10.1177/1066480704272597>



EKLER

Ek 1: Evlilik Farkındalığı Nitel Görüşme Formu

1. Cinsiyetiniz?.....
2. Eğitim düzeyiniz?.....
3. Kaç yıldır evlisiniz?.....
4. Kaç çocuğunuz var?..... Yoksa düşünüyor musunuz?..
5. Size göre evlilik, ne anlam ifade ediyor?
6. Evlilik ilişkinizi nasıl tanımlarsınız?
7. Örnek olay: Ahmet Bey son bir aydır sabah aile kahvaltısına eşlik etmiyor ve çocuklar okula gittikten sonra kalkıyordu. Akşam ise iş çıkışı arkadaşlarına uğrayıp geç saatlerde geliyordu. Çoğu zaman geldiğinde çocukları uyumuş oluyordu. Eşi çocuklarla ilgili ya da kendisiyle ilgili bir konuyu paylaşmak istediğinde ise yorgun olduğunu beyan edip sonra konuşalım diye erteliyordu. Ahmet bey bir sabah uyandığında evliliğini sorgulasaydı:
 - a. Neleri eksik yaptığını fark ederdi?
 - b. Ahmet bey hayatında neleri değiştirirse evlilik ve aile hayatında bir düzelme olurdu?
8. Sizce çiftlerin hangi davranışları evlilik ile ilgili görevlerini yerine getirdiklerini gösterir? Çevrenizde böyle bir aile varsa bu ailede gözlemlediğiniz davranışlar nelerdir?
9. Sizce bir insan evlendikten sonra hayatında neleri farklı yapmalıdır.
10. Sizce evlilik bilinci düşük olan ailelerin özellikleri nelerdir. Çevrenizde böyle bir aile varsa bu ailede gözlemlediğiniz davranışlar nelerdir?
11. Sizce çiftlerin hangi davranışları evliliği ideal (*toplumda kabul gören*) bir evlilik haline getirir?
12. Evlilikte farkındalık bir papatya olsaydı bu papatyanın her bir yaprağına ne isim verirdiniz.
13. Bugüne kadar ki evliliğinizi göz önüne alacak olursanız birbirinize karşı farkındalık düzeyinizin yüksek olduğu durumlara örnek verebilir misiniz?

Ek 2: Evlilikte Empati Nitel Görüşme Formu

1. Cinsiyetiniz?.....
2. Eğitim düzeyiniz?.....
3. Kaç yıldır evlisiniz?.....
4. Kaç çocuğunuz var?..... Yoksa düşünüyor musunuz?..
5. Evli bir çift komşuları tarafından evlilik ilişkilerinde birbirini anlayan bireyler olarak tanımlanmaktadır. Sizce bu çiftin hangi davranışlarından dolayı komşuları bu tanımlamayı kullanmışlardır?
6. Eşinizin kendisini sizin yerinize koyduğu sizin duygularınıza ortak olduğu bir olayı anlatır mısınız? Bu olayda nasıl davrandı size?
7. Sizin kendinizi eşinizin yerine koyduğunuz, onun duygularına ortak olduğunuz bir olayı anlatır mısınız? Bu olayda eşinize karşı tavırlarınız nasıldı?
8. Evliliğinizden yola çıkacak olursak sizce eşiniz neler yapsaydı sizi daha iyi anlayabilirdi. Siz neler yapsanız eşinizi daha iyi anlayabilirdiniz?
9. Evlilikte eşinizin sizi anlaması için neleri değiştirmesi gerekiyor?
10. Bu görüşmede benim size sormadığım fakat sizin ilave etmek istediğiniz herhangi bir şey var mı?

Ek 3. Evlilik Yaşam Ölçeği Uygulama İzni

ölçek izni

Gelen Kutusu x



YAHYA ŞAHİN <yahya.sahin@firat.edu.tr>

11 Nis 2020 14:24

Alıcı: esin ▾

Esin Hocam merhabalar ismim yahya şahin firat üniversitesinde çalışıyorum.
eğer izniniz olursa doktora tezim kapsamında geliştirmiş olduğunuz evlilik yaşam ölçeğini kullanmak istiyorum.

--

Yahya Şahin



esin <esin@metu.edu.tr>

11 Nis 2020 16:43

Alıcı: ben ▾

Evlilik Yasamı Ölçeği ve ölçek ile ilgili bilgileri ekte gönderiyorum.
Basarılar dilerim.
Prof. Dr. Esin Tezer

Sent from my Samsung Galaxy smartphone.

...

2 Ek



Ek 4: Affedicilik Ölçeği Uygulama İzni

ölçek izni

arşiv x



YAHYA ŞAHİN <yahya.sahin@firat.edu.tr>

1 Nis 2020 13:39

Alıcı: hakansaricam ▾

Hakan Hocam merhabalar ismim yahya şahin firat üniversitesinde çalışıyorum.
eğer izniniz olursa doktora tezim kapsamında geliştirmiş olduğunuz olduğunuz affedicilik ölçeğini kullanmak istiyorum.

--

Yahya Şahin



Hakan Saricam <hakansaricam@gmail.com>

2 Nis 2020 04:19

Alıcı: ben ▾

Merhabalar,
Ölçek maddeleri ve puanlaması ektedir
Tezinizde memnuniyetle kullanabilirsiniz.
Kolaylıklar dilerim.

YAHYA ŞAHİN <yahya.sahin@firat.edu.tr>, 1 Nis 2020 Çar, 13:39 tarihinde şunu yazdı:

--

Ek 5: Toronto Empati Ölçeği Uygulama İzni

toronto empati ölçeği Gelen Kutusu x



YAHYA ŞAHİN <yahya.sahin@firat.edu.tr>

5 Mar 2020 16:29

Alici: tarik.totan ▾

Tarik hocam merhabalar ismim yahya şahin firat üniversitesinde çalışıyorum.
eğer izniniz olursa bir araştırma kapsamında uyarlamış olduğunuz toronto empati ölçeğini kullanmak istiyorum

--
Yahya Şahin



TARİK TOTAN <tarik.totan@adu.edu.tr>

9 Mar 2020 10:28

Alici: ben ▾

Merhaba Ölçek ekte iyi çalışmalar dilerim

YAHYA ŞAHİN <yahya.sahin@firat.edu.tr>, 5 Mar 2020 Per, 16:30 tarihinde şunu yazdı:

--
Doç. Dr. Tarık Totan



Ek 6: Evlilik Farkındalığı Ölçeği Örnek Maddeleri

	Hiçbir zaman						Her zaman
Evlilik farkındalığı ölçeği örnek maddeleri							
Eşime her zaman yanında olduğumu hissettiririm.							
Aileme karşı görevlerimi yerine getiririm.							
Uyumlu bir çift olduğumuzu düşünüyorum							

Ek 7: Evlilikte Empati Ölçeği Örnek Maddeleri

	Hiçbir zaman						Her zaman
Evlilikte empati ölçeği örnek maddeleri							
Konuştduğunda eşimi ilgiyle dinlerim							
Eşimin zor zamanlarda neler hissettiğini kolayca anlayabilirim							
Duygusal anlarında eşimi anlarım							

Ek 8: Affedicilik Ölçeği Örnek Maddeleri

Her sorunun karşısında bulunan; **(1)Hiç Katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Kararsızım (4) Katılıyorum ve (5) Tamamen Katılıyorum** anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

1		1	2	3	4	5
2	Bana karşı yaptığı tüm hatalara rağmen arkadaşımı affedebilirim.	1	2	3	4	5
3		1	2	3	4	5
4		1	2	3	4	5
5	Genellikle onurumu inciten davranışları affedebilir ve onları unutabilirim.	1	2	3	4	5
6		1	2	3	4	5
7		1	2	3	4	5
8		1	2	3	4	5
9	Beni inciten insanları daima affetmişimdir.	1	2	3	4	5
10		1	2	3	4	5

Ek 9: Evlilik Yaşamı Ölçeği Örnek Maddeleri

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinde "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.	Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.	1	2	3	4	5
2.		1	2	3	4	5
3.	Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.	1	2	3	4	5
4.		1	2	3	4	5
5.		1	2	3	4	5
6.		1	2	3	4	5
7.		1	2	3	4	5
8.		1	2	3	4	5
9.		1	2	3	4	5
10.	Başbaşa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.	1	2	3	4	5

Ek 10: Toronto Empati Ölçeği Örnek Maddeleri

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz uygun	Uygun	Tamamen uygun
1.	Diğer insanların başına gelen talihsizlikler beni çok etkilemez.	1	2	3	4	5
2.		1	2	3	4	5
3.		1	2	3	4	5
4.		1	2	3	4	5
5.		1	2	3	4	5
6.	İnsanlar üzgün olduklarında hiçbir şey söylemeseler bile onların üzgün olduklarını anlayabilirim.	1	2	3	4	5
7.		1	2	3	4	5
8.		1	2	3	4	5
9.		1	2	3	4	5
10.		1	2	3	4	5
11.		1	2	3	4	5
12.		1	2	3	4	5
13.	Birisinin kullanıldığını gördüğümde, onu koruma isteği hissederim.	1	2	3	4	5