

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

EVLİLİKTE BAĞLANMA STİLİ İLE EVLİLİKTE SORUN ÇÖZME
BECERİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGUSAL ZEKÂNIN
ARACI DEĞİŞKEN ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEGÜM KOCA

GAZİANTEP - 2016

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

EVLİLİKTE BAĞLANMA STİLİ İLE EVLİLİKTE SORUN ÇÖZME
BECERİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGUSAL ZEKÂNIN
ARACI DEĞİŞKEN ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEGÜM KOCA

TEZ DANIŞMANI: PROF. DR. MÜCAHİT ÖZTÜRK

GAZİANTEP - 2016

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum ‘‘Evlilikte Bağlanma Stili ile Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Arasındaki İlişkide Duygusal Zekânın Aracı Değişken Rolü’’ başlıklı çalışmanın tarafımca, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım.

Begüm KOCA



ÖNSÖZ

Bu çalışma sürecimde benden desteklerini ve değerli katkılarını esirgemeyen sevgili hocalarım Prof. Dr. Mücahit Öztürk'e, Yrd. Doç. Dr. Ulaş Özcan'a ve Dr. İsmail Akaltun'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde tamamlamış olduğum uzmanlık dönemimde gerek teoride gerekse pratikte bilgi ve tecrübelerini bana aktaran tüm hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her döneminde olduğu gibi, eğitim sürem boyunca ve tezimi hazırladığım süre boyunca da maddi ve manevi desteğini benden esirgemeyen, bana inanan, sevgili annem Şerife Koca'ya, babam Faruk Koca'ya, kardeşim Ali Erkan Koca'ya ve benim en büyük varlığım olan tüm aileme sonsuz teşekkür ederim.

Bana her zaman verdiği destekle motive eden, veri toplama sürecinde ve tezimi yazmamda yardımlarını esirgemeyen sevgili kardeşim Beyza Koca'ya çok teşekkür ederim.

Tez yazım sürecimde varlığı ile beni motive eden, ilham kaynağıma Sude Naz Koca'ya çok teşekkür ederim.

Son olarak; bu araştırmanın gerçekleşmesini sağlayan tüm katılımcılara ve burada ismini sayamadığım, emeği geçen herkese sonsuz sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Begüm KOCA

ÖZET

Bu çalışmada, evli bireylerde bağlanma stilleri (güvenli bağlanma) ile evlilikteki sorun çözme becerileri arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracı rolünün olup olmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmaya, rastlantısal olarak seçilen, Kahramanmaraş ilinde yaşayan ve gönüllü katılımı kabul eden evli bireyler katılmıştır. Çalışma 179'u (%58.7) kadın, 126'sı (%41.3) erkek toplam 305 kişi ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Kişisel Bilgi Formu, Griffin ve Bartholomew tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlama çalışması Sümer ve Güngör tarafından yapılan İlişki Ölçekleri Anketi, Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth tarafından geliştirilen, Türkçeye standardizasyonu Hünler ve Gençöz tarafından yapılmış olan Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği ve Acar tarafından Türkçe'ye çevrilen ve geçerlilik, güvenilirlik çalışmaları yapılan Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmadaki bulgulara SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21,0 programı kullanılarak ulaşılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanma stili ve evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Duygusal zekâ ile evlilikte sorun çözme arasında ve güvenli bağlanma ile duygusal zekâ arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonrasında yapılan regresyon analizi sonuçlarında duygusal zekâ (toplam puanlarının) güvenli bağlanma ve evlilikte sorun çözme arasındaki ilişkide kısmi aracı etkiye sahip olduğu sonucu tespit edilmiştir. Araştırma değişkenlerinden bağlanma stilleri ve duygusal zekâ alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde güvenli bağlanma ile duygusal zekâ alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile duygusal zekâ alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Evlilikte sorun çözme becerisi ile duygusal zekâ alt boyutlarının tamamı arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Araştırmada evli bireylerin cinsiyetleri, gelir durumları ve çalışma durumlarına göre duygusal zekâ ve alt boyutlarının değiştiği gözlemlenmiştir. Evli bireylerin bağlanma stillerine göre evlilikte sorun çözme becerileri incelendiğinde; güvenli bağlanan bireylerin evlilikte sorun çözme becerisi puanları saplantılı bağlananlardan anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Güvenli bağlanan evli bireylerin duygusal zekâ puanları da korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stillerine göre yüksek bulunmuştur. Araştırmanın bulguları ve gelecek çalışmalar için öneriler ilgili literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: evlilik, bağlanma stili, duygusal zekâ, evlilikte sorun çözme becerisi.

ABSTRACT

The main purpose of this study was to investigate whether or not there is a mediator role of emotional intelligence on the relationship of attachment styles (secure attachment) with problem solving skills in marriage. The participants of this study are composed of volunteer married people who live in Kahramanmaraş. Total of 305 married individuals of whom 179 (58.7%) were women and 126 (41.3%) were men took place in the research. The instruments of the research were Individual Information Form; The Relationships Scales Questionnaire which was developed by Griffin and Bartholomew and Turkish adaptation study conducted by Sümer and Güngör; Marital Problem Solving Scale which was developed by Baugh, Avery and Sheets-Hawoth and, was done Turkish standardization by Hünler and Gençöz and Bar-On Emotional Quotient Inventory which was done validity and reliability by Acar were used.

Results of the research indicated significant correlations between secure attachment style and problem solving skills in marriage. Another results of the present study show that there is significant correlation between emotional intelligence and problem solving in marriage and there is significant correlation between secure attachment style and emotional intelligence. Regression analyses carried out for answering research question of this study resulted in that the relationship of secure attachment style and problem solving skills in marriage were partially mediated by the total score of emotional intelligence. The study examined the relationship between attachment styles and emotional intelligence sub-dimensions. Results of the research indicated significant positive correlations between secure attachment style and emotional intelligence sub-dimensions and there is negative correlation between fearful, preoccupied and dismissing attachment styles and emotional intelligence sub-dimensions. The analysis of the problem solving skills in marriage results show that there is positive correlation between problem solving skills in marriage and all the dimensions of emotional intelligence. Married individuals' emotional intelligence level and sub-dimensions varies according to their gender, working status and income status. The problem solving skills in marriage and married individuals examined according to attachment styles: Securely attached individual's problem-solving skills in the marriages are significantly higher than the preoccupied attachment style. Also, securely attached married individual's emotional intelligence scores are significantly higher than the preoccupied and dismissing attachment. Results and suggestion for future studies were discussed in the light of the literature.

Key Words: marriage, attachment style, emotional intelligence, problem solving skills in marriage.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖNSÖZ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLO LİSTESİ.....	vii
ŞEKİL LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x
1. GİRİŞ	1
1.1. Evlilik.....	3
1.1.1. Görücü Usulü ve Anlaşarak Evlilik	3
1.2. Bağlanma Kuramı	4
1.2.1. Çocukluktaki Bağlanma Stilleri.....	9
1.2.1.1. Güvenli Bağlanma.....	9
1.2.1.2. Güvensiz Kaygılı\Kararsız Bağlanma.....	9
1.2.1.3. Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma	9
1.2.2. Yetişkin Bağlanma Kuramı.....	10
1.2.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri	13
1.2.3.1. Güvenli Bağlanma Stili.....	14
1.2.3.2. Saplantılı Bağlanma Stili	15
1.2.3.3. Korkulu Bağlanma Stili	15
1.2.3.4. Kayıtsız Bağlanma Stili	16
1.2.4. Bağlanma Stilleri ve Evlilik.....	16
1.3. Evlilikte Sorun Çözme Becerisi	19
1.3.1. Evlilikte Yaşanan Sorunlar	21
1.3.2. Evlilikte Sorun Çözme Yolları.....	22
1.3.3. Bağlanma Stilleri ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi İlişkisi	24
1.4. Duygusal Zekâ	25
1.4.1. Duygusal Zekâ Kavramı	25
1.4.2. Duygusal Zekânın Gelişimi	27
1.4.3. Bar-On'nun Duygusal Zekâ Modeli ve Boyutları.....	30
1.4.4. Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zekâ İlişkisi	33

1.4.5. Duygusal Zekâ ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi İlişkisi.....	34
1.5. Araştırmanın Amacı.....	35
1.6. Araştırmanın Önemi.....	36
1.7. Araştırmanın Problem Cümlesi.....	36
1.8. Araştırmanın Alt Problemleri	36
1.9. Araştırmanın Hipotezleri	36
1.10. Araştırmanın Sayıtları	37
2. YÖNTEM	38
2.1. Araştırmanın Modeli.....	38
2.2. Örneklem Seçimi	39
2.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları	40
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	40
2.3.2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA).....	40
2.3.3. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği	41
2.3.4. Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeği (Bar-On EQ)	41
2.4. İşlem	44
2.5. Verilerin Analizi	44
3. BULGULAR.....	45
3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular.....	45
3.2. Ölçeklerden Alınan Puanların Araştırma Değişkenlerine Göre Değerlendirilmesi	48
3.3. Duygusal Zekânın, Bağlanma Stili ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Arasındaki Aracılık Etkisi.....	59
3.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkiler	63
4. TARTIŞMA.....	75
4.1. Ölçeklerden Alınan Puanların Araştırma Değişkenlerine Göre Değerlendirilmesi Bulgularının Tartışılması.....	75
4.2. Duygusal Zekânın, Bağlanma Stili ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Arasındaki Aracılık Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	77
4.3. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması	80
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	83
5. KAYNAKLAR	85
6. EKLER	95
Ek 1: Kişisel Bilgi Formu	95

Ek 2: İlişki Ölçekleri Anketi.....	96
Ek 3: Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği	98
Ek 4: Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeği.....	99



TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Örneklemin sosyo-demografik özellikleri.....	39
Tablo 2. Cinsiyete göre demografik değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma ve t test Bulguları.....	45
Tablo 3. Cinsiyete göre demografik özelliklerin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare testi bulguları.....	46
Tablo 4. Cinsiyete göre evlilik değişkeninin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare testiBulguları	47
Tablo 5. Cinsiyete Göre Duygusal Zeka Ölçeği Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	49
Tablo 6. Cinsiyete Göre Duygusal Zeka Ölçeği Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	49
Tablo 7. Cinsiyete Göre Duygusal Zeka Ölçeği Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	50
Tablo 8. Gelir Durumuna Göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutları ortalamaları, standart sapmaları ve varyans analizi bulguları	51
Tablo 9. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişisel Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	53
Tablo 10. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	54
Tablo 11. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	54
Tablo 12. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları.....	55
Tablo 13. Çalışıp çalışmamaya göre Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ortalamaları, standartsapmalar ve t testi bulguları.....	56
Tablo 14. İlişki Ölçekleri Anketinden alınan puanlara göre bağlanma stillerinin frekans dağılımları,yüzdeleri ve bu stillere göre diğer stillerden alınan ortalamalar ve standart sapmaları	57
Tablo 15. Bağlanma Stilleri toplam puanları ile evlilik süresi ve çocuk sayısı arasındaki Korelasyonlar	58

Tablo 16. Cinsiyete göre baskın bağlanma stillerinin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare testi bulguları	58
Tablo 17. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan ortalama puan ve standart sapma.....	59
Tablo 18. Araştırma değişkenlerine ilişkin korelasyon matrisi	60
Tablo 19. Güvenli bağlanmanın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları.....	61
Tablo 20. Güvenli bağlanmanın duygusal zekâ üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi Bulguları.....	62
Tablo 21. Güvenli bağlanma ve duygusal zekânın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları	62
Tablo 22. Baskın bağlanma stillerine göre Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	63
Tablo 23. Baskın bağlanma stiline göre duygusal zeka ortalamaları, standart sapmaları ve varyans analizi bulguları	64
Tablo 24. Baskın bağlanma stiline göre DZ “Kişisel Beceriler” alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	65
Tablo 25. Baskın bağlanma stiline göre DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	67
Tablo 26. Baskın bağlanma stiline göre DZ Uyumluluk alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	68
Tablo 27. Baskın bağlanma stiline göre DZ Stresle Başa Çıkma alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	70
Tablo 28. Baskın bağlanma stiline göre DZ Genel Ruh Durumu alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları	71
Tablo 29. Bağlanma Stilleri Puanları ile Duygusal Zekâ Alt Ölçek ve Alt Boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	72
Tablo 30. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlarla Duygusal Zekâ Ölçeği ve alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları.....	73
Tablo 31. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlar ile İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	74

ŞEKİL LİSTESİ

	Sayfa No.
Şekil 1. Bağlanma Davranışlarının Temeli	12
Şekil 2. Bartholomew ve Horowitz'in (1991) Dörtlü Bağlanma Modeli	14
Şekil 3. Araştırmanın Modeli.....	38
Şekil 4. Güvenli Bağlanma ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi	60
Şekil 5. Güvenli Bağlanma ile Evlilikte Sorun Çözme ilişkisinde Duygusal Zekânın Aracılık Etkisi.....	60



KISALTMALAR LİSTESİ

İÖA: İlişki Ölçekleri Anketi

Bar-On EQ: Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeği

SPSS: Statistical Package for Social Sciences



1. GİRİŞ

İnsanlar sosyal olma özelliklerinden dolayı yaşamları sürdükçe başkalarıyla ilişki kurma ihtiyacı duymaktadırlar. Yaşamın çoğu kısmı başka bireylerle etkileşim ile geçmektedir; çünkü diğer bireylerle kurulmuş olan ilişkiler ile hayat devam etmektedir (Sümer, 2006). Son zamanlarda, evlilik ilişkileri konusunda araştırmalar yapmak, hem klinik alanda hem de kurumsal amaçlar yönünden önem kazanmaya başlamıştır. Dolayısıyla evlilik çeşitli konularla birlikte ele alınan ve çeşitli tanımlamalar getirilen bir kavram haline gelmiştir. Hayatın ilk dönemlerinden şekillenmeye bağlayan bağlanma stilleri, yaşımın ileri dönemlerinde bireyin karşı cinsle yaşayacağı ilişkiye müdahale edip etmeyeceği, yapılan çalışmalarda görülen önemli bir araştırma konusudur (Çelenoğlu, 2011). Yaşamın erken döneminde başlayan bu bağlanma yönelimlerinin, ilerideki sevgi ilişkisinin prototipi olabildiğine yönelik sonuçlar bulunmaktadır (Waters ve ark., 2002: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 2). Bebeklik döneminde bakım veren ile oluşturulan bağlanma stilleri belirli bir ölçüde yetişkinlikte romantik ilişkilere ulaşır ve romantik ilişkinin ya da evliliklerin gelişimini ve bireylerin sorun çözme becerisini etkilemektedir. Etkin ve olumlu sorun çözümü sağlıklı ilişkilerin oluşturulmasına imkân sağlayacağı için, kişilerin bu beceriye sahip olması gerekmektedir (Demirci, 2004). Evlilikte aynı olmayan karaktere ve cinsiyete sahip olan bireyin, hayatlarını birleştirmesiyle başlayan bu psikolojik düzen, mutlu taraflarının yanında güç ve sorunlu bir hayatı beraberinde getirmektedir (Tümer, 1998: akt. Sarı, 2012: s.9). Bu sebepten dolayıdır ki; insanların sahip oldukları bağlanma stilleriyle evlilikte sorun çözme becerisi arasında olabilecek ilişkiyi incelemek, hangi bağlanma stili olan kişilerin daha etkili sorun çözme becerisine sahip oldukları, evliliklerinde bir sorunla karşılaştıklarında olumlu veya olumsuz nasıl bir yaklaşım sergilediklerini incelemek önemli hal almaktadır. Literatürde psikoloji konuları incelendiğinde de romantik ilişkilerdeki eş seçiminde, evlilik doyumunda, evlilikte sorun çözme becerisinde önemli bir yere sahip olan bağlanma stillerini sıkça araştırıldığı görülmektedir (Çavuşoğlu, 2011). Ayrıca, insanların bağlanma stillerine göre evlilikte sorun çözme becerilerinin farklılaştığını belirten çalışmalara rastlanmaktadır. Yapılan bir araştırmada bağlanma teorisinin, erişkinlikteki yakın ilişkilerin, kişiler arası ilişkilerden etkilenmesine kadar şekil veren süreçlerin çalışılması için kuramsal bir ana hat olarak kullanıldığı belirtilmiştir (Feeney, 1999: akt. Okşak, 2004: s. 1). Bir diğer çalışmaya göre; bağlanma stilleri sorun çözme becerisini geliştirme ve sorunun tanımlanması, sorunun etkisine değer atfetme olmak üzere evlilik kavramını iki şekilde etkileyebilmektedir. Ayrıca bağlanma stillerinin sorun çözme stillerini de etkilediği vurgulanmıştır. Güvenli bağlanma

stiline sahip kişiler, evliliklerinde aktif olarak sorun çözücüdür ve uzlaşmacı, tamamlayıcı bir yapı göstermektedirler. Güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerinse var olan sorunu, çözüme bağlamında ele almadıkları ve çatışma aracı şeklinde kullandıkları belirtilmiştir (Shi, 2003: akt. Akkaya, 2010: s. 17). Bazı araştırmalar da, bağlanma stilleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişki üzerine kurulmuştur (Görünmez, 2006). Bağlanma stilleri ile alakalı araştırmalar duygusal zekânın içerdiği yeteneklerden; duyuşsal ve bilişsel durumlardaki bireysel farklılıkları doğru bir biçimde açıklamıştır. Dolayısıyla, güvensiz bağlanma stilleri duygusal mesajların bilgi işlemlerini yavaşlatmaktadır ve bireylerin duygularının farkındalık sürecine engel olmaktadır. Güvenli, kaçınan ve korkulu bağlanma stillerine sahip olan bireyler duygularda bilgiyi işleme süreçlerinde farklı stratejiler tercih etmektedirler (Mayer ve Salovey, 2000: akt. Görünmez, 2006: s. 2). Güvenli bağlanan kişiler, duygu düzenleme yöntemlerini, stresi en aza indirecek şekilde ve olumlu duygularını ortaya çıkartacak biçimde kullanırken; korkulu güvensiz bağlanan kişiler, olumsuz duygularını ortaya çıkartacak biçimde ve olayları daha stresli olarak deneyimleyecek biçimde kullanırlar, kaçınan güvensiz bağlanan kişiler ise duygusal deneyimlerini direk baskılamaktadırlar (Fuendeling, 1998: akt. Görünmez, 2006: s. 2). Kişisel yetenekler ve kişilerarası yetenekler duygusal zekâ boyutlarında temel durum duyguların yönetimidir. Bağlanma stilleri ise farklı yaşam evrelerindeki duygusal değişimlerdeki farklılaşmalar ile ilişkilidir. Bu iki açıklama birleştirildiğinde; güvenli bağlanan ergenlerde güvensiz bağlanan ergenlere göre daha az kaygı ve düşmanlık görüldüğünden, yetişkinlikteki ilişkilerinde daha fazla olumlu, daha az olumsuz duygular yaşamaktadırlar ve kişilerarası ilişkilerinde, duygularını daha az baskılamaktadırlar (Kafetsios, 2003: akt. Görünmez, 2006: s. 40). Duygusal zekâ ve evlilikte sorun çözme becerisi üzerine yapılan çalışmalarda bulunmaktadır. Duygusal zekâ, bireyin kendi duygularını; hayatta karşısına çıkan sorunları çözmek ve daha etkili, mutlu ve başarılı bir hayat yaşamak için yol gösteren bir araç olarak kullanmasıdır (Mobaçoğlu, 2006). Kişilerarası ilişkilerde özellikle evliliklerdeki kadın ve erkek arasındaki ilişkide, duygusal zekânın gelişmemiş olması sorunların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Gotmann, 1993: akt. Tuğrul, 1999: s. 17). Duygusal zekânın varlığı sorun çözme becerilerini olumlu derecede etkilemektedir (Cingisiz ve Murat, 2010), çünkü insanlar duygusal zekâyı ve duygularını kendi davranış ve tutumlarını yönlendirmek için kullanarak pozitif sonuçlara sahip olmaya çalışmaktadır (Çeçen ve İnanç, 2005; Weisinger, 1998: akt. Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009: s. 197). Sonuç olarak, yüksek duygusal zekâyı sahip bireyler sorun çözme konusunda düşük duygusal zekâ seviyesine sahip olan bireylere nazaran daha başarılıdırlar (Tetik ve Açıkgöz, 2013).

Literatürde verilen bu bilgilerden yola çıkarak araştırma konuları ile ilgili kuramsal çerçeve ve ilgili araştırmalar bu bölümde sunulacaktır.

1.1.Evlilik

İnsanlarda sosyal olma özelliği gözlemlenmektedir (Kaya, 2012). Başka insanlarla birlikte olmak, bir başka insan için özel olma isteği insanların kökleşmiş bir ihtiyacıdır (Akar, 2005). Dolayısıyla, yetişkinlikte evlilik çoğu insan için önemli yeri olan kişilerarası ilişki halini almaktadır. Literatür araştırıldığında evlilik için farklı tanımlar olduğu görülmektedir. Özgüven (2001)'e göre evlilik; karşı cinsten iki kişiyi karı-koca olmak üzere birbirlerine bağ kurduran, ileride doğacak bebelere kanuni statü sağlayan kurumsallaşmış yasal bir ilişki şeklidir (Özgüven, 2001: akt. Sığırcı, 2010: s.16). Gündoğan (2015)'a göre evlilik; iki insanın birlikte yaşayıp bir hayatı paylaşmak, çocuk sahibi olmak ve yetiştirmek gibi amaçları içeren bir sözleşmedir. Evlilik bütün toplumların geleceğini şekillendirmede önemli yeri olan, evrensel ve sosyal bir kurum (Kaya, 2012) olmasının yanında tüm insan topluluklarında gerçekleşen ve kültürlerarası farklar gözlemlenebilen bir sistemdir. (Kansız ve Arkar, 2011). Evlilik ilişkisinde kültürlerarası farklılıklar olsa da; evlilik ilişkisi kişilerarası ilişkileri çözmek açısından önemli yere sahiptir (Uluyol, 2014). Bireylerin hayatlarını çok yönlü olarak etkileyen evlilik; sevinçleri, mutlulukları, faydaları, güçlükleri ve zorluklarıyla kişilerin çoğunluğu için ulaşılmaması istenen bir hedeftir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik ilişkisi, insanların biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarına cevap veren bir süreçtir. Cinsel beklenti ve ihtiyaçların karşılanması, nesli sürdürme ve çocuk sahibi olma durumlarını sağlarken; beğenilme, değer verilme, sevme ve sevilme ihtiyaçları ile psikolojik işlevi karşılanmaktadır. Sosyal işlevinde ise eşlerin; birliktelik, dayanışma, güvende olma ve toplumda belli bir konuma sahip olma ihtiyaçları karşılanmaktadır (Özgüven, 2009: akt. Akkaya, 2010: s.1).

1.1.1.Görücü Usulü ve Anlaşarak Evlilik

Evlilikle ilgili kavramlardan olan evlenme biçimi önemli bir yere sahiptir ve eşin kim tarafından, ne şekilde seçildiğini belirtmektedir. Evlenme şekli, bireyler ve kültürler arasında farklılaşmaktadır. Anlaşarak evlenme biçimi, aşk, yakınlık ve evlilikte eşitlik kavramlarını temsil etmektedir. Bireyselleşmenin ön planda tutulduğu Batı toplumlarında anlaşarak evlenme biçimi yaygındır (Hortaçsu, 1999: akt. Şendil ve Korkut, 2008: s.16). Geleneksel değerleri devam ettiren toplumlarda, anlaşarak evlenme biçiminin yanında, ailelerin evlatları için eşlerini seçtiği ayarlanmış (görücü usulü) evlilikler görülmektedir (Fox, 1975; Fıfıloğlu, 2001: akt. Şendil ve Korkut, 2008: s.16). Görücü usulü evliliklerde, amaç evlilik olarak;

eşlerin bir başka kişi aracılığı ile tanışması durumu söz konusudur. Anlaşarak evlenme biçiminde ise, kişiler birbirlerini iş ortamı, arkadaş ortamı gibi sosyal ortamlarda seçmekte, ilişkinin başlamasının devamında evlilik düşüncesi ortaya çıkabilmektedir. Yılmazçoban (2008)'a göre flörtün tanımı, evlenmeden önce karşı cinsten kişiyi tanımayı amaçlayan arkadaşlık ilişkisidir. Görücü usulü ise, evlenme amaçlı geleneksel eş seçme biçimi olarak tanımlanmaktadır. Görücü usulü evlilik şeklinin günümüzde devam etmediğini söylemek yanlış bir söylemdir. Günümüzde modern kültürde de biraz farklılaşarak yetişkin insanların evleneceği kişiler yine aileleri veya yakın çevreleri tarafından seçilmektedir ve evliliklerin yarısına yakın kısmını oluşturmaktadır (Çimen, 2007). Günümüzdeki modern görücü usulü evliliklerde, aileler çiftleri bulup tanıştırdıktan sonra evlilik kararının, belli bir zaman görüşüp birbirlerini tanıma fırsatı bulan çiftlere bırakılmaktadır (Hortaçsu, 1999: akt. Çimen, 2007: s. 62). Bu konuyla ilgili yapılan bir araştırmada, cinsiyete göre evlilik biçimi tercihlerine bakılmıştır. Araştırma sonuçlarında, erkeklerin kendi kararıyla veya ailesinin kararıyla görücü usulü evlenmesinin yüzdesini %56.7 olarak bulurken; kadınların yüzdesini %64.2 olarak bulmuşlardır. Araştırmanın diğer sonucunda ailelerinin karşı olmasına rağmen kendi kararıyla anlaşarak evlenen bireylerin oranı %6 bulunmuştur (TÜİK, 2006). Araştırmanın bu sonuçları gösteriyor ki; görücü usulü evlenme biçimi halen sürdürülmektedir.

1.2.Bağlanma Kuramı

Türkçe yazınlara göz gezdirildiğinde bağlanma kavramı bebeklerin bakım veren kişiye; genellikle anneye bağlanması (attachment) anlamına gelirken, annenin de bebeğe olan duygusal bağı (bonding) da bağlanma sözcüğünü karşılamaktadır (Akkoca, 2009: akt. Güleşen ve Yıldız, 2013: s.177). Bağlanma (attachment), bireylerin kendilerine göre önemli olan kişiler ile kurdukları güçlü duygusal bağ şeklinde tanımlanmaktadır. (Bowlby, 1973, 1980: akt. Yusof ve Carpenter, 2013: s. 453). Bağlanma konusunda en geniş çalışmaları John Bowlby (1969) ve Ainsworth (1978; 1989) gerçekleştirmiştir (Şahin ve Yaka, 2010). İngiliz Psikiyatrist John Bowlby (1969)'e göre insan canlıları doğduklarından itibaren, kendileri ile tutarlı şekilde etkileşimde olan veya bakım veren kişi (temel bağlanma figürü) ile ömür boyu sürecek olan ve düşünce, duygu ve davranışlarını etkileyecek olan bağlanma kavramına sahip olurlar (Bowlby, 1969: akt. Batıgün ve Büyükşahin, 2008: s. 106). Bağlanma kuramı olarak isimlendirilen bu yaklaşım bebeklik döneminden itibaren oluşmaya başlar ve temeli benlik ve diğerleri ile olan zihinsel yapılara dayanır (Gündüz, 2013). Bu yaklaşım bebek ve bakım veren arasında oluşan duygusal ilişkinin ömür boyu sürecek olan gelişimdeki etkisini açıklamaya yönelmektedir (Uluyol, 2014). Dolayısıyla bağlanma kuramı, bebek ve onun

bakımını karşılayan kişi arasındaki oluşan ve geliştirilen ilişkiyi temel almaktadır (Akbağ ve İmamoğlu, 2010). Bu ilişkide bakım verenin bebeğin gereksinimlerine uygun cevap vermesi, ulaşılabilir ve destekleyici olma özellikleri ilişkideki niteliği belirleyeceğinden önemli hale gelmektedir (Batur, Demir, Ulu, Güneş, Irmak ve Aşkın, 2005). Klinik psikolojiye göre bağlanma kuramı, çocukluk çağında çocuk ve bakım veren arasındaki ilişkinin niteliğine göre oluşmaktadır ve bireyin yetişkinlik çağında kişilerarası ilişkilerinin niteliğini belirlemektedir (Şahin ve Yaka, 2010). Bağlanma kuramı, ayrıca bireylerin önem verdikleri kişiler ile kuvvetli duygusal olarak bağ kurma eğiliminin sebeplerini de açıklamaktadır. Duygusal olarak bağ kurma ihtiyacı ve eğilimi, bebeklerin yaşamlarını sürdürmeleri için önemlidir ve gelişiminde işlevsel olan bağlanma sistemini işaret etmektedir. (Dönmez, 2000: akt. Akbağ ve İmamoğlu, 2010: s. 653). Yeni doğanlar savunmasız olduklarından içgüdüsel olarak gereksinimlerini karşılayacak ve kendilerini koruyacak kişilere (ebeveyn ya da bakıcı) ihtiyaç duyarlar (Bowlby, 1969: akt. Çavuşoğlu, 2011: s. 11). Dolayısıyla bebeklerin hayatlarını devam ettirmeleri için ebeveynlerinin bakımına ihtiyaç duymaları, bağlanma kuramının temelini oluşturur (Dönmez, 2000; akt: Çavuşoğlu, 2011: s. 11). Bağlanma sistemi, bebeklerin kendilerine bakan kişi ile fiziksel olarak yakınlığı güçlü tutarak bebeklerin dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı korunmasına hizmet eder, aynı zamanda bebeklerin çevreyi keşifleri için gerekli şartları sağlar (Görünmez, 2006). Bakım veren kişi ve bebek arasındaki yakınlık, bebeğin çevreyi keşfetmesinde kullanacağı güvenli bir üs ve bir tehlike olduğunda korunacağı sağlam bir sığınak görevini üstlenir (Cooper, Shaver ve Collins, 1998: akt. Deniz, 2011: s. 97). Bebeklerin güvende oldukları hissi devam ettiği sürece bağlanma sistemi durağan kalmaktadır, fakat bakım veren kişinin ulaşılabilirliği bebekler tarafından zaman zamansınanmaktadır (Dönmez, 2000: akt. Sığırcı, 2010: s. 11). Bakım veren kişinin ulaşılabilir olması durumu sarsıldığında bağlanma sistemi anında aktive olur, sonrasında bakım veren kişinin bebeğe verdiği tepkinin niteliğine göre etkileşen bağlanma sisteminde iki durum oluşabilmektedir; buna göre ya bakım veren kişiyle temasın yeniden oluşturulmasını ve bebek ve bakım veren kişi arasındaki ilişkinin onarılmasını kolaylaştırır, ya da bebekte kaygı ve huzursuzluk yaratan ayrılığı protesto etmeyi ortaya çıkartır. (Sümer ve Güngör, 1999: akt. Görünmez, 2006: s.3). Bebek ve bakım veren kişi arasında oluşan bağlanma ilişkisinde yaşanan süreçlerin, oluşan benlik ve diğerleri algısının, erişkinlikteki sosyal, bilişsel ve duygusal süreci etkilediğini ortaya koymuştur (Ainsworth ve Bowlby, 1991; Cassidy, 2009; Shaver ve Fraley, 2009: akt. Şahin ve Yaka, 2010: s. 65). Dolayısıyla bireylerin bebeklikte bakımını karşılayan kişiyle kurdukları ilişki, bireyin ömür boyu düşünce, duygu ve davranışlarında etkili olacağı kabul edilmektedir (Berman ve Sperling, 1994: akt.

Boyacıoğlu ve Sümer, 2011: s. 106). Bağlanmanın işlevleri; yakınlığı koruma (yakınlığı kurma çabası ve ayrılık protestosu), güvenli sığınak ve keşfetme etkinlikleri için bakım veren güvenli üs olarak görme durumlarıdır. Güvence üssü olan durumları bebeklerin davranışlarında şu şekilde görmek mümkündür: Bebek korktuğunda, bir sıkıntı yaşıadığında veya savunmasız olduklarında güvenlik hissini ve fiziksel olarak yakınlığı korumak için bağlanma figürüne yakınlığı aramaktadır. Bu durumda bakım veren kişi, bebeği rahatlatmak ve kendisini güvende hissettiren güvence üssü görevini üstlenir. Bakım veren kişi bebeğin keşfetme gibi bağlanma harici davranımları gerçekleştirip döndükten sonra rahatlamak, yeniden destek ve güvence için geri geldiği güvenli sığınak görevini de üstlenmektedir (Bowlby, 1982: akt. Dönmez, 1994: s. 7). Bağlanma kuramına göre içsel çalışma modelleri (Internal Working Models), insanların bebeklik, çocukluk, erişkinlik dönemleri süresince başka insanlar ile ilişkileriyle ilgili, kendileri ve başka bireyler hakkında geliştirdikleri zihinsel temsiller (mental representation) olarak tanımlanan yapıları geliştirdikleri durumdur (Bowlby, 1969: akt. Okutan ve Sunal, 2011: s. 70). İçsel çalışma modelleri iki şekilde incelenebilmektedir. Birinci olarak diğerleri ile alakalı olan kısımda, yani bakım veren bireyin bebeğe destek verici, şefkatli ve güvenilir olup olmamasına göre içerik oluşturmaktadır. İkinci olarak benlik ile alakalı olan içsel çalışan modeller, bebeğin kendisinin ilgiye, sevgiye ve bakıma layık olmasını içeren beklenti ve inançlardan oluşmaktadır (Sümer, 1999: akt. Sığırcı, 2010: s. 12). Bebekler gelişme süresi boyunca bakım veren kişiyle olan yaşantılarını tamamen içselleştirirler, bu bağlanma yaşantılarının sonucu olarak bebeklerin ileriki dönemdeki sosyal ilişkilerine model oluşturur ve bu durum kişilik gelişiminde de etkili olmaktadır (Bowlby, 1973: akt. Deniz 2011: s. 97). Bu model davranışın yönlendirildiği ve duyguların düzenlendiği karakteristik stratejilerle bütünleşmektedir. Bu bakışa göre kişinin hayatıyla alakalı karar alırken duygularına, düşüncelerine ve davranışlarına şekil veren faktörlerden birinin bağlanma stilleri olduğu söylenebilmektedir (Deniz, 2011). Bu kuramın temeli; bağlanma ilişkisinin niteliğinin, bakım veren ve bebek arasında oluşan etkileşime ve temel bağlanma nesnelerinin güven ve destekleyiciliğinin derecesine bağlı olmasına dayanmaktadır. Bebeklerin ihtiyaçlarına karşı duyarlı olan bakım verenler, bebeklerinde güvenli bağlanma stilini oluşturmaktadır. Bu bebekler değerli olduklarına ve diğer kişilerin ihtiyaçlarına cevap verebildiklerini içeren içsel modeller geliştirmektedirler. Diğer yandan; duyarsız ve tutarsız davranan bakım veren kişiler bebeklerinde güvensiz bağlanmanın oluşmasına sebep olurlar ve bebeklerinin değersiz olduklarını hissetmelerine ve diğer kişilerin ihtiyaçlarına cevap vermeyeceği düşüncelerine yol açmaktadırlar (Lieberman, Doyle ve Markeiwic 1999: akt. Görünmez, 2006: s. 9). İçsel çalışma modelleri bağlanma biçimini

şekillendiren temel yapı niteliğindedir (Monteoliva, Martinez, Calvo-Salguero ve Aguilar-Luzon, 2012). Benlik modeli ve diğerleri modeli olmak üzere birbirleri ile ilişkili iki farklı boyutu içeren içsel çalışma modellerine göre benlik modeli, kişinin kendini ne derecede değerli gördüğünü ve diğer insanlar tarafından ne kadar sevildiğine ilişkin algısını belirtirken; diğerleri modeli, kişinin ihtiyacı olduğu zaman çevresindeki bireylerden ne kadar yardım talebinde bulunabileceğine ve bu bireylerin güven vericilik durumlarına ilişkin değerlendirmelerini belirtmektedir. (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bakım verenleriyle samimi ve tutarlı deneyimler yaşayarak güvenli olarak bağlanan bebekler hem kendilerine hem de diğerlerine ilişkin pozitif zihinsel temsiller geliştirirken, bakım verenleriyle soğuk ve reddedici deneyimler yaşayarak güvensiz bağlanan bebeklerin zihinsel temsilleri negatiftir (Okutan ve Sunal, 2011). Güvenli bağlanan bebekler kendi benliklerine ilişkin sevilebilir yetenekli olma, yeterli olma ve iyi huylu olma durumları gibi pozitif zihinsel temsiller geliştirirken; başkalarına ilişkin algıları da iyi niyetli, güven veren, yardımsever ve destekleyici olmak üzere olumlu zihinsel temsillerden oluşur. Güvensiz bağlanan bebekler kendi benliklerine ilişkin sevilmez, yeteneksiz, kötü ve yetersiz olma durumları gibi olumsuz zihinsel temsiller geliştirirken, başkalarına ilişkin algıları da onların uzak, güvenilmez ve soğuk olduğu şeklindedir (Bowlby, 1988: akt. Açık, 2008: s.2). Bu ilişkileri temel alarak araştırmacılar, güvenli, kaygılı ve kaçınan olmak üzere çocuklukta bağlanmayı üç kategoriye ayırmışlardır (Ainsworth ve Bowlby, 1989). Hazan ve Shaver (1987), bu bağlanma stillerinin benzer şekilde yetişkinlikte de devam ettiğini belirtmişlerdir. Bal (2007) araştırmasında, Hazan ve Shaver (1987)'ın Ainsworth (1978)'un bebeklikte bağlanmanın gelişimine ilişkin ortaya çıkardığı üç bağlanma biçimini yetişkinlikteki romantik ilişkileri (tüm sosyal ilişkileri) araştırabilmek için geliştirdiklerinden bahsedilmiştir. Geliştirilen kuramda yetişkinlikteki romantik ilişkilerin oluşturulma, biçimlendirilme, sürdürülme ve sona ermesinin nasıl gerçekleştiğini anlayabilmek için bebeklikteki bağlanma süreci çerçevesinde ele alınması gerektiğini belirtmişlerdir. (Hazan ve Shaver, 1987). Ainsworth (1978)'un geliştirdiği üç bağlanma biçimi kendilik ve diğeri modeli ile romantik ilişkilere uyarlanmış ve üç tür bağlanma biçimi tanımlanmıştır. Buna göre; güvenli bağlanma biçimi olan bireylerde, diğer insanlara bağlı olmaktan rahatsızlık duymadıkları aksine rahat hissettikleri ve insanlarla yakın ilişki kurabildikleri görülmüştür. Kaçınan bağlanma biçimi olan bireylerde, diğer insanlara bağlanmaktan ve yakın olmaktan ötürü rahatsız hissederken, kaygılı/kararsız bağlanma biçimi olan bireylerde ise, diğer insanlar ile yakın ilişki kurmak istemekle beraber yine o insanlar tarafından reddedilme ve terkedilme korkusu yaşadıkları bilinmektedir. (Hazan ve Shaver, 1987). Bu kuramın devamında ise Bartholomew ve Horowitz (1991), kendilik ve diğerleri

modeline olumluluk ve olumsuzluk olmak üzere iki boyut daha ekleyip birbirinden farklı olan dört bağlanma stili oluşturmuşlardır. Bartholomew dört bağlanma stilini bu şekilde isimlendirmiş olsa da tanımlaması diğer yetişkin bağlanma kuramcılarına benzemektedir (Griffin ve Bartholomew, 1994; Simpson, 1990: akt. Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009: s.201). Dolayısıyla Hazan ve Shaver (1987)'in kuramında kaygılı-kararsız olan bağlanma stili saplantılı bağlanma stiline benzerken; kaçınan bağlanma stilini kayıtsız bağlanma stili anımsatmaktadır. Güvenli bağlanma stili ise tüm yetişkin bağlanma kuramlarında aynı tanımlanmaktadır. Bowlby'nin çalışmalarından sonra Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) tarafından gerçekleştirilen 'Yabancı Ortam' (strange situation)" olarak bilinen olarak isimlendirilen deney, bağlanmayı ölçmeyi, davranış olarak bağlanmayı ve bireysel farklılıkları ortaya çıkarmak amacıyla laboratuvarında gözlemsel olarak yapılmıştır (Kaynak-Malatyalı, 2014). Bu deneyde, araştırmacılar 12-18 aylık bebeklerin ebeveynleri onları yabancı bir başka kişiyle ve çok sayıda oyuncakla yalnız bırakıp, biraz zaman geçtikten sonra geri döndüklerinde ebeveynlerine verdikleri tepkileri gözlemlemişler ve güvenli (secure), kaygılı/kararsız (anxious/ambivalent) ve kaçınmacı (avoidant) olmak üzere üç farklı bağlanma biçimini bulmuşlardır (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall 1978: akt. Alonso-Arbiol, Shaver ve Yarnoz, 2002: s.480). Deneye göre güvenli bağlanma biçimi olan bebekler, ebeveynleri (anneleri) ortamdaki gittiklerinde normal derece stres yaşadıkları, anneleri ortama geri geldiğinde de mutlu bir şekilde karşıladıkları gözlemlenmiştir. Kaygılı/kararsız bağlanma biçimi olan bebekler, ebeveynleri ortamdaki gittiklerinde fazla tepki verdikleri, anneleri ortama geri geldiğinde ise aşırı zor yatıştırıldıkları gözlemlenmiştir. Kaçınmacı bağlanma biçimi olan bebeklerin ise ebeveynleri ortamdaki gittiklerinde tepki vermedikleri, anneleri ortama geri geldiğinde ise aynı şekilde tepkisiz olduklarını ve ebeveynlerini reddettikleri gözlemlenmiştir (Bretherton, 1992). Yapılan diğer gözlemlerde de bakım veren kişinin bebeğin ihtiyaçlarına dair tepkilerinin bağlanma biçimlerinin oluşmasında etkili olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma biçimi olan bebeklerin anneleriyle olan ilişkilerine bakıldığında, anneler bebeklerinin ihtiyacı olduğunda; bebeğin ağlama veya başka rahatsızlıklarını gördüğünde duyarlı davranarak onlara olması gereken şekilde tepki verdikleri gözlemlenmiştir (Ainsworth ve ark., 1978: akt. Okşak, 2004: s. 3). Kaçınmacı bağlanma biçimi olan bebeklerin annelerinin ise bebeklerinin ihtiyaçlarına tepki vermedikleri ve kaygılı/kararsız bağlanma biçimi olan bebeklerin annelerinin bebeklerinin ihtiyacı olduğunda onlara bazen cevap verirken bazen cevap vermedikleri gözlemlenmiştir (Ainsworth ve ark., 1978: akt. Demirci, 2004: s.13). Güvenli bağlanma biçimine sahip olan çocukların ebeveynleri de güvenli ve sıcaktır. Kaygılı/Kararsız bağlanan çocukların ebeveynleri aşırı

müdahaleci ve tutarsızdır. Kaçınmacı bağlanan çocukların ebeveynlerinin ilgisiz ve soğuk olduğu belirtilmiştir (Belsky ve Cassidy, 1994: akt. Karakuş, 2012: s.34). Özetle, Ainsworth'un bağlanmanın niteliğini değerlendirebilmek için geliştirdiği bu çalışmada, yabancı bir ortamda bakım verenden ayrılma yoluyla bağlanma sistemini ve ortama oyuncaklar ekleyerek keşif sistemini aktivite etmeyi ve amaçlamaktadır. Ayrıca, bebeklerin temas ve yakınlık ihtiyacı duyduklarında bakım veren kişi tarafından ne kadar rahatlama sağladıkları ve ne kadar kabul edildikleri ve bakım veren kişinin ne kadar keşif davranışını kolaylaştırdığını da incelemek amaçlanmaktadır. Dolayısıyla, yakınlığı koruma, güvenli üs ve güvenli sığınak davranışları gözlemlenmektedir.

1.2.1. Çocukluktaki Bağlanma Stilleri

1.2.1.1. Güvenli Bağlanma: En yaygın şekliyle güvenli bağlanma biçimine sahip bebekler-çocuklar, anneleri odadan ayrıldıklarında huzursuz olmuş, stres yaşamışlar ancak çevre ile ilgilenmeyi bırakmamışlar ve yabancı diğer kişilerle iletişim kurmuşlardır, anneleri geri geldiğinde rahatlamış mutlu olmuş ve anneleri yanında olduğu müddetçe etkin olarak keşif yapmışlardır. Ayrıca güvenli bağlanma biçimine sahip bebekler-çocukların davranışlarında, keşif için bakım veren kişiyi güvenli üs gibi kullanma, yakınlığı koruma ve rahatlık arama görülmüştür (Ainsworth ve ark., 1978: akt. Sümer ve Güngör, 1999: s. 74).

1.2.1.2. Güvensiz Kaygılı\Kararsız Bağlanma: Kaygılı (kararsız) bağlanma biçimine sahip bebekler-çocuklar, anneleri çevreden ayrıldıklarında yoğun olarak kaygılı ve öfkeli oldukları görünmüş, başka insanlarla iletişim kurmaktan kaçmışlar, çevreyle ilgiyi kesmişler ve anneleri geri geldiğinde sakinleşmeyerek kararsız tepkiler vermişlerdir. Bu bağlanma biçimine sahip olan çocukların zihinleri annelerinin nerede olduğu ile meşgul olduğundan keşif yapamaz durumdadırlar. Annelerinin bazen sıcak davranıp bazen ilgi göstermeme şeklinde tutarsız davranması, çocuğun ihtiyacı olduğunda annesinin kendisine duyarlı olup olmayacağı konusunda kararsız kalmasına sebep olur bu durumda çocuklar bakım veren kişiyi güvence üssü olarak görmeyi reddederler (Ainsworth ve ark., 1978: akt. Sakman, 2011: s. 6).

1.2.1.3. Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma: Kaçınmacı bağlanma biçimine sahip bebekler-çocuklar, anneleri çevreden ayrıldıklarında tepki vermemiş ve huzursuz olmamışlardır, fakat diğer kişilerle de ilişki kurmamışlar bağımsız olarak görünmüşlerdir. Anneleri geri geldiğinde oyuncaklarına odaklanarak tepki vermemiş ve temastan kaçınmışlardır. Bu bağlanma biçimine sahip olan çocuklar ve anneleri arasındaki ilişkiye bakıldığında annelerin çocuğun isteklerini

tutarlı olarak reddetmekte, duyarsız kalmakta ve müdahaleci davranmakta oldukları gözlemlenmiştir (Ainsworth ve ark., 1978: akt.Uğur, 2014: s.9).

Bu iki güvensiz bağlanma biçimine daha sonraki yıllarda yönlendirilmemiş bağlanma (disorganized\disorientedattachmnet)-dağınık bağlanma (dezorganize/dezoryante) ismi altında kaygılı/kaçınan davranış örüntülerinin görüldüğü ve kaygıyla başa çıkmada, anksiyete denetiminde tutarsızlığın hâkim olduğu karma şekilde üçüncü bir güvensiz bağlanma biçimi eklenmiştir (Main ve Solomon, 1990: akt. Paetzold, Rholes ve Kohn, 2015: s. 1). Bu bağlanma stilinde görülen, tekrarlanan anormal davranış örnekleri şunlardır: çelişkili davranma, eksik, tamamlanmayan ve yanlış yönlendirilmiş ifade ve hareketler, zamanlama hatası, yanlış zamanda yapılan anormal hareketler, donuk ve yavaş bir ifade, oryantasyon ve bozukluğu, organize olmama karışıklık durumları bulunmaktadır (Main ve Solomon, 1990: akt. Hesse ve Main, 2000: s. 1100).

1.2.2. Yetişkin Bağlanma Kuramı

Yetişkinlerin bağlanması ile bebeklerin ve çocukların bağlanması arasında benzerlikler vardır. Yetişkin bireyler de tıpkı bebek ve çocuklar gibi, stresli olduğunda bağlanılan bireyin yanında olmak istemektedirler. Bağlanılan birey yanındayken rahat hissederken, o yokken kaygı hissedebilmektedir (Crowell, Fraley ve Shaver, 2009: akt. Şahin ve Yaka, 2010: s.65). Araştırmalarda, bireylerin bebeklikte anneleriyle oluşturdukları ilişkiyle yetişkinlikteki sahip oldukları romantik ilişkileri arasında benzerlikler olduğu belirtilmiştir. Çocuğun bağlanma nesnesi (ağırlıklı olarak annesi) yanında olduğu zaman ve ihtiyaçlarına hassas davrandığında kendini güvende hissetmesi durumu gibi, yetişkinler de partnerleriyle beraber olduklarında ve ihtiyaçlarına karşılık verildiğinde kendilerini rahat ve güvende hissedebilmektedirler. Bağlanma figürü güvenli bir üs görevindedir. Yetişkinlerde ise bağlanma figürünün (partner) cevap vermesi, bireye güvende olduğu hissini vermektedir. Bağlanma nesnesinden ayrı kalma ile karşılaşıldığında ise iki evrede de arama davranışlarının yanında stres tepkileri görülmektedir (Hazan, Shaver ve Bradshaw, 1988: Açık, 2008: s.4). Bebeklikte annenin sağladığı çevreyi keşif sürecindeki gibi yetişkinlikte de, bir eş partnerinin, iş hayatında başarılı projeler ortaya çıkarmasını sağlayan güven veren bir temel olma niteliği taşıyabilmektedir. Ayrıca, kişi, kendini hasta, huzursuz veya tehlikede hissettiğinde partneri, ona güvenli, rahat ve korumada hissetmesini sağlamaktadır (Solmus, 2002: akt. Bal, 2007: s.26). Bunların yanında yetişkinlerin bağlanması birkaç şekilde bebeklerin bağlanmasından farklılaşmaktadır (Weiss, 1982: akt. Dönmez, 1994: s. 14). Yetişkinlerin bağlanma ilişkileri

karşılıklıyken, bebeklerin ve çocukların bağlanma ilişkileri tamamlayıcıdır ve tek yönlüdür. Bebeklerde bağlanma figürü bakım verirken bakım almaz; bir bebek güvenlik arayışındadır, güvenliği kendi sağlayamaz. Yetişkinlerde ise karşılıklı bakım veren ve bakım alan durumu söz konusudur mesela; karşılıklı sıcaklığı, sevgiyi, şefkati almak ve vermek (Hazan ve Shaver, 1994: akt. Sarı, 2012: s. 9). Diğer bir farklılık, yetişkinler bağlanma figürünün gereklilik durumunda dokunabilecekleri düşüncesini rahatlamak için kullanırlarken, bebekler kendilerini güvende hissetmek için bağlanma figürü ile fiziksel olarak temas ihtiyacı duyabilirler. Burada önemli olan hissedilen güvenlik durumudur (Sroufe, ve Waters, 1977). Yetişkinlikteki bağlanmada çocukluktan farklı olarak, bağlanma figürleri yer değiştirebilmektedir. Bireyler karşılıklı şekilde zaman ve soruna göre bazen bağlanan kişi, bazen de bağlanılan kişi durumuna geçip rol değiştirebilmektedirler (Crowell, Fraley ve Shaver, 2009: akt. Şahin ve Yaka, 2010: s. 65). Bir diğer farklılık ise bebeklerin bağlanma figürü anne veya babayken, yetişkinlerin bağlanma figürü ebeveynlerin sorumlu oldukları işlevleri karşıladıklarından, güvenliği ve duygusal olarak desteği sağladıklarından dolayı bir akrana geçmektedir, bu da genelde bir cinsel ortaklıktır. (Shaver, Hazan ve Bradshaw, 1988; Weiss, 1982: akt. Dönmez, 1994: s. 15). Farklı gelişim evrelerine göre bağlanma davranışında görülen temel ihtiyaçlar karşılaştırılması aşağıda belirtilmiştir:

Şekil 1. Bağlanma Davranışlarının Temeli (Dönmez, 1994, s. 16).

Gelişimsel evreler	Ebeveyn	Akran ya da Partner
Bebeklik	Yakınlığı Koruma Güvenli Sığınak Güvenceli Üs	
Erken Çocukluk	Güvenli Sığınak Güvenceli Üs	Yakınlığı Koruma
Geç Çocukluk ve Erken Ergenlik	Yakınlığı Koruma Güvenceli Üs	Yakınlığı Koruma Güvenli Sığınak
Yetişkinlik		Yakınlığı Koruma Güvenli Sığınak Güvenceli Üs

Bu şekil bağlanmanın aktarım sürecini belirtmektedir. Normal gelişim süreçte çocukluk döneminde ebeveyne bağlanma baskın görülürken ergenlik evresinde arkadaşlara, yetişkinlik evresinde romantik ilişki yaşanan bireylere geçiş yapılmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Ainsworth 'un geliştirmiş olduğu bebeklikte oluşan üç bağlanma biçimini yetişkin bağlanma stillerine uyarlayan çalışmacılar Hazan ve Shaver (1987)'dir. Bireylerin romantik ilişkide aşka inancı ve anne babalarıyla olan çocukluk dönemi ilişkileri arasındaki bağ incelenmiş, duygusal ilişki ve bağlanma stilleri arasında ilişki kurulmuştur. Romantik aşkı bireylerin partnerlerine bağlanması şeklinde belirten Hazan ve Shaver (1987), içsel çalışan modellerini temel alarak, Ainsworth (1978)'un ortaya çıkardığı bağlanma biçimlerinin

kişilerin erişkinlikte sahip oldukları romantik ilişkilerde de sürdürüldüğünü belirtmişlerdir. Bu görüşü sınamak amacı ile güvenli bağlanma, kaçınmacı bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma stillerini belirten metinler yazılarak örneklem grubundaki deneklerden kendilerini en iyi anlatan metinleri seçmeleri rica edilmiştir. Güvenli bağlanma biçimi için oluşturulan paragraflara örnek olarak; partnerimle kolayca yakın olabiliyorum, birbirimize karşılıklı olarak rahatça bağlanabiliyoruz metinleri verilirken, kaçınmacı bağlanma biçimine romantik ilişkim olduğu kişi bana çok yakın olursa sinirleniyorum, başka insanlarla kolaylıkla yakınlık kuramıyorum örnekleri verilebilir. Kaygılı/kararsız bağlanma biçimi için oluşturulan metinlere; partnerim benim ona istediğim gibi benimle yakın olmak istemiyor, çoğu zaman sevgilimin beni sevmediğini düşünüyorum örnekleri verilmiştir(Hazan, Shaver ve Bradshaw, 1988: akt. Büyükşahin, 2006: s. 90). Bu çalışmaya göre, güvenli bağlanma stili olan kişilerin diğer insanlara bağlanma, onlara yakınlaşma ve başka insanlar tarafından terk edilme endişeleri yoktur. Kaçınmacı bağlanma stili olan kişiler, diğer insanlara bağlanmak ve onlara yakınlaşma konusunda zorluk çekerler. Kaygılı/kararsız bağlanma stili olan kişiler ise insanların kendilerini gerçekten sevip sevmedikleri konusunda endişe duyarlar ve diğerleriyle yakın olmayı isteseler de onlardan karşılık göremediklerine inanırlar (Hazan, Shaver ve Bradshaw, 1988: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 12).

1.2.3.Yetişkin Bağlanma Stilleri

Hazan ve Shaver (1987)'in bu araştırmaları, erişkinlikteki yakın ilişkilerde bağlanma biçimlerinin değerlendirildiği ilk araştırmalardır (Büyükşahin, 2006). Daha sonraki dönemde yetişkin bağlanma modeli güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma olmak üzere dördü bağlanma modeli şeklinde incelenmiştir. Bartholomew ve Horowitz (1991), yetişkin bağlanma kuramı içerisinde iki boyut üzerinden tanımladıkları dördü bağlanma modeli üzerine yoğunlaşmışlardır. Son yıllarda yetişkinlerin ilişkilerinde bağlanmayı konu alan çalışmalar da bu model üzerine yoğunlaşmışlardır (Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009). Model insanların ilişkilerde kendine ve diğer bireylere karşı pozitif ve negatif görüşlerine dayanarak dört bağlanma stilini oluşturmaktadır. Bir diğer deyişle, benlik ve başkaları modeline göre bağlanma stilleri tanımlanır. Bireyin benliğine ait algısı olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyut ise toplamda dört farklı bağlanma stili oluşmaktadır (Güngör, 2000: akt. Morsünbül, 2014: s. 358). Bu modele göre, kendine ve diğer bireylere karşı pozitif görüşe sahip olan insanlar güvenli (secure) bağlanmışlardır. Kendisi hakkında negatif; fakat diğer bireyler hakkında pozitif düşünceye sahip olan insanlar saplantılı (preoccupied) bağlanmışlardır. Kendisi hakkında olumlu; fakat diğer insanlar hakkında olumsuz düşünceye

sahip olan insanlar kayıtsız (dismissing) bağlanmışlardır. Dördüncü bağlanma stili olan korkulu (fearful) bağlanmada hem benlik modeli hem de diğerleri modeli olumsuzdur (Bartholomew ve Horowitz, 1991: s.227).

Şekil 2. Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991: s. 227)

		BENLİK MODELİ	
		Olumlu (Düşük)	Olumsuz (Yüksek)
BAŞKALARI MODELİ	Olumlu (Düşük)	Güvenli Duygusal yakınlık kurmada rahat ve özerk	Saplantılı İlişkilere yönelik saplantılı
	Olumsuz (Yüksek)	Kayıtsız Yakınlığa karşı kayıtsız ve karşıt bağımlı	Korkulu Duygusal yakınlıktan korkan ve sosyal kaçınan

1.2.3.1. Güvenli Bağlanma Stili

Olumlu benlik ve olumlu diğerleri modelini kapsayan bu bağlanma stiline sahip bireyler; kendisinin sevmeye layık olduğunu düşünür, başka insanları da destekleyici ve kabul edici olarak görür (Bahadır, 2006). Güvenli bağlanan bireyler başka insanlarla aynı zamanda kolayca yakınlaşırken özerkliklerini de koruyabilirler. Yani bu insanlar yakınlığı ve bağımsızlığı dengeleyerek yaşamaktadırlar. (Griffin ve Bartholomew, 1994: akt. Curun ve Çapkın, 2014: s.3). Bu bağlanma stiline sahip kişilerde, başka insanları kendisine duygusal olarak yakın hissetmenin zor olmadığı düşüncesi vardır (Erözkan, 2004). Böylece hislerini başkalarına kolayca açabilirler ve sıkıntılarını kabul ederek yardım ihtiyaçlarını rahatça dile getirebilirler (Akkaya, 2010). İlişkide eşlerine rahatça yaklaşabilir ve eşlerine bağlı olmaktan mutluluk duyarlar. Bireylerin kendilerine kendilerinin istediğinden fazla yakınlaşma kaygıları ve terkedilme kaygıları yoktur. Uzun süren ilişkiler kurarlar, kişilerarası ilişkilerde yapıcı, iyimser ve olumlu tutumları tercih ederler, kendilerine ve diğerlerine yüksek saygı ve güven duyarlar ve stresli durumlarda sosyal destek isterler (Bal, 2007).

1.2.3.2. Saplantılı Bağlanma Stili

Olumsuz benlik ve olumlu diğerleri modelini kapsayan saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler, temelde kaygılıdırlar, kendisini sevmeye değer bulmazken, başka insanları sevmeye layık bulur ve ilişkileri devamlı olarak kendilerini kanıtlamaya yöneliktir. Bu stil sahibi bireylerin kendine güvensizlik özelliği vardır. Bu özellikleri yüzünden reddedilmekten ve yakın ilişkilerinde terkedilmekten korkarlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Eşlerine karşı da öfke ve kıskançlıkları vardır (Sümer ve Güngör, 1999). Olumsuz duygularını sürekli ve abartılı olarak eşlerinin onayını arayarak göstermektedirler (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Bu bağlanma stiline sahip bireyler ilişkileriyle alakalı olarak sürekli takıntılıdırlar ve yine ilişkileriyle alakalı gerçekçi olmayan beklentileri vardır (Sümer ve Güngör, 1999). Yakın ilişkilerinde eşleriyle veya çevresindeki insanlarla duygusal anlamda yakınlık kurmak isterler, yakın olamadıklarında ise rahatsız hissetmektedirler. Yanlış anlaşıldıklarında kendilik değerinin gerçekte olandan daha düşük algılandığını düşünürler ve diğer insanları güvenilmez bulurlar (Tokuş, 2014). Saplantılı bağlanma stili Hazan ve Shaver'ın yetişkin bağlanma modelinde kaygılı/kararsız bağlanma stiline paraleldir (Görünmez, 2006). Hazan ve Shaver'in yetişkin bağlanma modelinden farklılaşarak, dörtlü bağlanma modeli korkulu ve kayıtsız olmak üzere iki çeşit kaçınan bağlanma stilini ortaya koymuştur (Sığırcı, 2010).

1.2.3.3. Korkulu Bağlanma Stili

Güvenli bağlanma stiline tam tersi olan, olumsuz benlik ve olumsuz diğerleri modelini kapsayan korkulu bağlanma stiline sahip bireyler, değersizlik duyguları ile kişi kendisinin sevmeye ve destek görmeye layık olmadığını düşünür, başka insanları da güvenilmez olarak ve reddedici olarak görür (Gezen ve Oral, 2013). Korkulu bağlanma stili Hazan ve Shaver'ın yetişkin bağlanma modelinde kaçınan bağlanma stiline paraleldir (Sümer ve Güngör, 1999). Bu bağlanma stiline sahip bireylerin, yakınlık ve sosyal temas ihtiyaçları vardır fakat diğer bireylere karşı reddedilme korkusu beslediklerinden sosyal onay almaya aşırı duyarlılık ile yolunda olmayan ilişkiler kurarlar (Sümer ve Güngör, 1999). Dolayısıyla diğer insanlarla yakın olmaktan kaçınarak reddedilme olasılığından korunmayı denerler (Main, 1996).

1.2.3.4. Kayıtsız Bağlanma Stili

Olumlu benlik ve olumsuz diğerleri modelini kapsayan bu bağlanma stiline sahip bireyler; yüksek özsaygıylakendilerini değerli görürler ve başka insanlardan zarar göreceklarını düşündüklerinden özerkliğe fazla önem verirler (Çalışır, 2009). Bu bağlanma stiline sahip bireyler, başka insanlara ve yakın ilişkiye duyulan ihtiyacı ve gerekliliğini kabul etmeyerek yakın ilişkilerden kaçarlar ve yakın ilişkilerin önemli olmadığını düşünürler. Yakın duygusal ilişkiye sahip olmaktan rahatlık duyar, bağımsız hissetmek ve kendine yetmek kayıtsız bağlanan biri için çok önemlidir. Kendisinin diğerlerine ve diğerlerinin kendine bağlı olmasından hoşlanmazlar (Bartholomew, 1990: akt. Sümer, 2006: s.39).

1.2.4. Bağlanma Stilleri ve Evlilik

Bağlanma, kişinin diğerleriyle kurduğu ilişkinin niteliğine göre şekillenmesinin yanında, bireyin gelecekteki kuracağı ilişkileri de etkileyebilmektedir. Bağlanma kuramının ise; evlilikte ilişkilerin dinamiklerini açıklayan, güvenilir kuramlardan biri olduğu bilinmektedir (Gündoğdu-Aktürk, 2010). Yetişkinlik döneminde eşler, bağlanma nesnesi gibi işlev görmektedir. Bağlanma stilleri de eşler arasında düşünce ve duygunun şekillenmesine katkıda bulunmaktadır (Uluyol, 2014). Bu durumun yanında insanların eşleriyle kurdukları ilişki, bağlanma stillerine göre farklılık göstermektedir (Çelenoğlu, 2011). Bebeklikte temellenen bağlanma stillerinin gelecekte kurulacak olan romantik ilişkileri belirlediği konusu birçok araştırmacıya ilgi konusu olmuştur (Curun ve Çapkın, 2014). Romantik ilişkilerde ki bağlanmayla ilgili çalışmalar yapan Hazan ve Shaver (1987), bireylerin âşık oldukları zaman olağan duygu ve tutumlarının bebeklikte ve çocuklukta şekillenen bağlanma biçimleriyle paralel olduğunu belirtmişlerdir. Dolayısıyla, yetişkinlikteki romantik ilişkilerde bağlanmayı açıklayabilmek için Bowlby (1969;1979;1980)' nin bağlanma kuramını temel alınması gerektiğini savunmuşlardır. Hazan ve Shaver (1987)'in yapmış oldukları çalışma aslında yakın ilişkilere ait olguları anlamaya yardımcı olan temel yapı niteliğindedir (Boyacıoğlu ve Sümer, 2011). Çünkü insanlar bebeklik veya çocuklukta ebeveynlerle oluşturulan bağlanmanın benzerini yetişkinlikteki romantik ilişkilerinde deneyimlemektedirler (Shaver, Hazan ve Bradshaw, 1988: akt. Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005: s. 2). Güvenli bağlanan yetişkinlerden eşlerine destek vermesi ve güvenli bir üs olması beklenmektedir. Ayrıca, güvensiz bağlanma stillerine sahip olan yetişkinlere göre daha aktif sorun çözücülerdir, çünkü bağlanma temsilleri evliliklerde çatışma yönetimi davranışı gibi süreçlerin gelişimiyle ilgilidir (Gündoğdu-Aktürk, 2010). Güvenli bağlanan yetişkin bireyler,

evliliklerinde ve romantik ilişkilerinde eşlerine güvenirlir ve ilişkide bağlanma ve bağlanılma durumlarını gerçekleştirmede zorlanmazlar. Romantik ilişkilerinde mutludurlar ve eşlerinin hatalarını kolaylıkla kabul edecek şekilde tutum sergilerler. Kaygılı/kararsız bağlanan yetişkin bireyler, romantik ilişkide eşlerinin ulaşılabilirliklerini ve bağlılıklarını güvenli görmezler ve yine eşleri tarafından hayal kırıklığına uğratılma korkusunu sürekli yaşarlar. Kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip olan yetişkin bireylere göre aşk, acı veren ve başka bir bireyle birleşmek için savaşılmaması gereken bir deneyimdir (Hazan ve Shaver, 1987). Bu tür bağlanma stili olan kişiler kıskanç, yapışkan ve duygusal yakınlığı saplantılı derecede istemektedirler. Bu durumun tam tersi olarak kaçınan bağlanma stili olan kişiler duygusal bağlılıktan uzak durmak istemektedirler. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan yetişkin bireylere göre aşk, güvensizlik duyma ve yakın ilişkilerden korkmayla belirginleşir. Diğer bireylere bağlı ve yakın olduklarında huzursuzluk yaşarlar. Kaçınan bağlanma stilinde ilişkiden kaçınma anlamından ziyade, aktif şekilde yakınlık korkusunu belirtmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Kendilerinin ve ilişki yaşadığı kişilerin bağlanma ihtiyacını inkâr ederler, böylece kaçınan bireyler için romantik ilişkide eşleriyle yakınlık ilişkisi kurmaları güçleşmektedir (Dönmez, 2000: akt. Sarı, 2012: s. 12). Bağlanma kuramına göre; bağlanma stilleri romantik ilişkilerde kişilerin davranışlarında, ilişkilerde olağan olumsuz olaylardan etkilenmelerinde ve bu olumsuz olaylarla baş etmelerinde etkilidir (Hazan ve Shaver, 1994: akt. Erözkan, 2004: s. 158). Erken dönemde ebeveynleri ile olumsuz yaşantılar olması sonucunda güvensiz bağlanan bireyler, yakın ilişkilerinde ve evliliklerinde sorunlar yaşamaktadırlar (Sümer, Ünal, Selçuk, Kaya, Polat ve Çekem, 2009). Yurt içinde ve yurt dışında bağlanma ve evlilik üzerine yapılan çalışmalara genel olarak bakıldığında da yine bağlanma stillerinin evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilik süresi ve evlilikte çatışma gibi konular kapsamında araştırılması bu açıklamayı desteklemektedir. Bağlanma kuramında; kendisi ve başkalarıyla alakalı olumlu algıya sahip olan iki kişinin ilişkisi güvenli bağlanmayı belirtir. Buna paralel şekilde; bu eşlerin sosyal ilişkileri de güvenlidir. Başka çiftlere oranla, bu çiftlerin sosyal ilişkilerinde de başarılı olduğu aşikârdır. Güvensiz bağlanan kişiler ise; saplantılı, korkulu, kayıtsız biçimlerde farklı bağlanma stiline sahip bireylerle ilişki kurabilmekte ve bu şekilde oluşan ilişkileri avantajlı durumlara sebep olabilmektedir (Simpson ve ark., 2007: akt. Akkaya, 2010: s. 32). Evlilik hayatı açısından; kişilerin evlenmeye karar vermeleri gibi başlangıç dönemi bağlamında bakıldığında, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin güvensiz bağlanma stillerine sahip kişilere göre; romantik ilişkilerini evliliğe taşıma eğiliminin daha fazla olduğu görülmektedir (Hill ve ark., 1994: akt. Akkaya, 2010: s. 37). Evliliğin içeriği ve niteliği bağlamında bakıldığında güvenli bağlanma stiline sahip çiftlerin yüksek evlilik doyumu

olduğu ileri sürülmektedir (Hazan ve Shaver 1987). Onur (2000), gelişim psikolojisi isimli kitabında bağlanma ve eş seçimi konusundan bahsetmiştir. İnsanların eş seçiminde her zaman kendi bağlanma stiline benzeyen, bağlanma stili olan kişileri seçmedikleri belirtilmiştir (Onur, 2000: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 19). Yapılan çalışmalar sonucunda, genel olarak güvenli bağlanan kişiler kendileriyle aynı olan güvenli bağlanan kişileri seçtikleri belirtilirken, güvensiz bağlanma stillerine sahip kişilerinse kendileri ile aynı bağlanma stili olan kişileri çok nadir seçtikleri belirtilmektedir. Evlilikte eşlerin birbirine benzeyen bağlanma stilini paylaşma eğilimi gösterdiklerini; ikisi de güvenli bağlanma stiline sahip çiftlerin biri ya da her ikisi güvensiz bağlanma stiline sahip eşlere oranla evliliklerini daha fazla olumlu değerlendirme eğilimine sahip oldukları, eşler arasında daha fazla yakınlık olduğu ve daha az çatışma yaşadıkları belirtilmiştir (Senchak ve Leonard, 1992: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 17). Bağlanma stillerinin evlilikteki izlerine bakılan bir araştırmada, kaçınan bağlanan yetişkinlerin tam tersi olarak, güvenli bağlanan yetişkinlerde yüksek seviyede güven, doyum, yakınlık ve bağlılığa sahip olduğu belirtilmiştir. Güvenli bağlanan eşlerde sevecen, birbirini önemseyen sevgi ilişkileri varken güvensiz bağlanan eşlerin ilişkilerinde yakınlık eksikliği olduğu belirtilmiştir. Yine aynı çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip eşlerin birbirlerini destekleyen şekilde açık iletişim kurdukları, güvensiz bağlanan eşlerde ise zayıf iletişim olduğu ve iletişimi kendilerini ve eşlerini eleştirme şeklinde kurdukları söylenmiştir. Güvenli bağlanan bireyler ilişkilerini güven, dürüstlük ve sağlamlık üzerine yapılandırmışlardır (Plessis ve Clarke, 2008). Kışlak ve Çavuşoğlu (2006), evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler isimli çalışmalarında; güvenli ve saplantılı bağlanma stillerine sahip bireylerin evlilik uyumu puanlarını korkulu bağlanma stiline sahip bireylerden yüksek bulmuşlardır. Saplantılı bağlanan bireylerin evlilik uyumunun yüksek çıkmasını; bu kişilerin ilişkiyi sürdürme ve yakınlığı koruma eğiliminin yüksek olmasının ilişkinin bitmesinden korkmalarından kaynaklandığı ve bu eğilim sayesinde evliliklerini olumlu algılayıp; ilişkiye fazlaca bağlanarak, evliliklerinde uyumu ve doyumunu yakalayabildikleri şeklinde açıklamışlardır. Bu sonuca kültürel açıdan açıklama getiren araştırmacılar; kültürümüzde romantik ilişkilerde ve evlilikte eşlerini sahiplenme ve kıskanma davranışlarına olumlu yönde anlamlar yüklendiğinden evlilik uyumu puanlarını arttırmış olabileceğini belirtmişlerdir. Işinsu-Halat (2009) tarafından evli çiftlerle yapılan araştırmada; bağlanma stillerinde sadece korkulu bağlanmada kadınların ortalamaları erkeklerin ortalamalarından yüksek bulunmuştur. Dolayısıyla, evli kadınlar evliliklerine eşlerinden daha korkulu şekilde bağlanmaktadır. Kaçınan bağlanan kadın ve kaygılı/kararsız bağlanan erkeğin ilişkileri, diğer bağlanma stillerine göre en erken biten ilişki niteliğindedir. Kaygılı/kararsız bağlanan kadın ve kaçınan

bağlanan erkeğin ilişkileri ise uzun süren ilişkiler arasında olduğu söylenmiştir. Kaygılı/kararsız bağlanma stili olan kadınlar, ilişki ve evliliklerine odaklanma, eşlerine annelik yapma gibi geleneksel kadınsı roller edinirken; kaçınan bağlanma stili olan erkekler duygularını göstermekten kaçınmalarını işaret eden erkeksi bir role sahiptirler. Eşlerin bu özellikleri birbirlerini cinsiyeti gereği şemasıyla algılamasına ve eşlerinin davranışlarına anlayışla cevap vermelerini sağlamaktır, dolayısıyla bu durum kaygılı/kararsız bağlanma stili olan kadının ve kaçınan bağlanan erkeğin ilişkilerinin ve evliliklerinin neden uzun sürdüğüne açıklama getirmektedir(Kirkpatrick ve Davis, 1994: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 18). Kaygılı/kararsız erkekler, evliliği terk edilme korkularıyla başa çıkmanın bir yolu olarak değerlendirdiklerinden; güvenli ve kaçınan bağlanan erkeklere göre daha çabuk evlendiği bulunmuştur(Senchak ve Leonard, 1992: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 17). Erdoğan ve Çepik (2013), bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkileri araştırdığı çalışmada, evlilikte yaşadıkları sorunlar sebebiyle psikiyatri polikliniğinden yardım alan 25 çifti çalışma grubuna ve evlilikleriyle ilgili sorun yaşamayan 25 çifti de kontrol grubuna almıştır. Araştırmanın bulgularında evliliklerinde sorun olan çiftlerde; kadın katılımcıların bağlanma stillerinde kaygı ve kaçınma boyutlarından yüksek puanlar aldıkları, erkek katılımcıların ise bağlanma stillerinde sadece kaçınma boyutundan yüksek puan aldıkları belirtilmiştir. Güvenli bağlanma stiline sahip yetişkin bireylerin, güvensiz bağlanma stillerine sahip yetişkin bireylere göre evliliklerinde ve ilişkilerinde uyumlu olma eğilimleri daha fazla olduğu, çatışmayı daha az deneyimledikleri ve ilişkilerinde problem çözme durumunda daha başarılı oldukları bilinmektedir (Çelenoğlu, 2011). Türkiye’de yapılan evliliklerin çoğunda, iki tarafın da en fazla güvensiz bağlanma stilleri gösterdiği belirtilmiştir. (Ertan, 2002; akt. Uluyol, 2014; s.13). Güvensiz bağlanma stillerinden de en yaygın olan kaygılı bağlanma stilidir (Sümer ve Kağıtçıbaşı, 2010; akt. Uluyol, 2014; s.13). Özetle, incelenen bütün çalışmalarda; güvenli bağlanan kişiler daha iyi evlilik ilişkisine sahiptirler görüşü desteklenmiştir (Çakır, 2008).

1.3. Evlilikte Sorun Çözme Becerisi

Çocuklukta öğrenilmeye başlayan sorun çözme becerisi yaşamın ilerleyen zamanlarında gelişmektedir. Alan yazında problem çözme becerisine ilişkin çeşitli tanımlar bulunmaktadır. Problem çözme; içsel veya dışsal istek ve arzulara uyum sağlamak için davranışsal tepkiler gösterme gibi duygusal ve bilişsel süreçleri bir amaca yönlendirmek olarak tanımlanmaktadır. Problem çözme kademeleri ise; ilk olarak probleme genel yaklaşım ile başlayarak; problemi tanımlamak, seçenekleri oluşturmak, karar vermek ve değerlendirme

yapmak şeklindedir (Heppner ve Krauskopf, 1987: akt. Güven, 2005: s. 32). Başka bir çalışmaya göre sorun çözme becerisi, var olan durum ile ulaşılmak istenen hedef arasındaki farkın algılandığı ve bu durumun ortaya çıkardığı gerginliği yok etmeye yönelik çabaları kapsayan bilişsel ve davranışsal süreçtir ve bu süreç sorunların farkındalığıyla ve sorunları tanımlamakla başlamaktadır ve sorun çözülene kadar sürmektedir (Öğülmüş, 2004: akt. Koca, 2013: s. 23). Araştırmalarda, kendini etkili problem çözen olarak algılayanların, problem çözmeye kendisini yeterli olarak algılamayanlara göre; problem çözme becerisine güvenen, kişisel kontrolü yapabilen ve insan ilişkilerinde daha girişken yapıya sahip oldukları belirtilmiştir (Şahin, Şahin ve Heppner, 1993). Bilişsel değişken olarak; insanların problem çözme becerilerini tanımlaması ve algılama biçimi, kişilerin problemler ile başa çıkma performansını etkilemektedir (Bonner ve Rich, 1988: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 9). Problem çözme becerisi için yapılan bir diğer açıklamaya göre; insanların sahip olduğu temel sorunların problem çözme becerisindeki eksiklikten kaynaklanmasının yanında bu becerileri aktif şekilde kullanmamaktan kaynaklandığını ve eğer insanlara bu beceri öğretilirse insanların çoğu sorunla başa çıkabileceği belirtilmiştir (Beck, 2001: akt. Akkaya, 2010: s. 51). Problemlere olumlu odaklanma, problemlere negatif odaklanma, rasyonel olarak problem çözme, dikkatsizlik ve kaçınma olmak üzere beş farklı problem çözme yaklaşımı boyutu bulunmaktadır. Problemlere olumlu odaklanma ve akılcı sorun çözme boyutları etkili problem çözme becerileridir. Problemlere olumlu odaklanma, bireyin kendini yeterli bulması, olumlu sonuç beklentisi gibi yapıcı olan bilişsel kurguları içermekteyken; negatif odaklanma, özgüven düşüklüğü, olumsuz sonuç beklentisi gibi işlevsel olmayan bilişsel duygusal kurguları içermektedir. Akılcı sorun çözme boyutu, sorun çözme yeteneklerinin dikkatli, sistematik ve rasyonel olarak uygulanmasını içermektedir (D’Zurilla ve Chang, 1995: akt. Akkaya, 2010: s. 51). Dikkatsizlik boyutu, problem çözme yöntemlerini etkin bir biçimde uygulayan işlevsel olmayan sorun çözme deseni şeklinde tanımlanmaktadır (Belzer, D’Zurilla ve Maydeu-Olivares, 2002: akt. Çam, Tümkaya ve Yerlikaya, 2011: s. 1706). Kaçınma ise problemlerle uğraşmayan; erteleme ve aktif olamama gibi nitelikleri içeren işlevsel olmayan sorun çözme boyutudur (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2002: akt. Çam, Tümkaya ve Yerlikaya, 2011: s. 1706). Evlilik hayatında eşlerde bireysel, maddi ya da cinsel sorunların görülebilmesi bu problemleri çözme yöntemlerinin geliştirilmesini zorunlu kılmıştır. Etkin sorun çözme becerileri çiftlerin yaşanan olaylara daha esnek yaklaşmasını sağlarken, etkisiz sorun çözme becerileri yaşanan problemlere karşı daha duyarlı olmalarına neden olmaktadır. Etkili sorun çözme becerisi olan eşler, birbirlerine karşı savunmasız bir şekilde sorunları tartışmaktadırlar. Sorun çözmeye yetersiz kalan eşler ise zorluklardan dolayı birbirlerine

sinirli suçlayıcı davranışlar sergilemektedir (Cohan ve Bradbury, 1997: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 10). Mutlu ve sorunları olan eşlerin sorun çözme davranışında birbirinden farklılıkları ve cinsiyete göre bakıldığında kadınların eşlerine göre olumsuz davranışlar ile daha çok ilgilendikleri yapılan bir çalışmada anlaşılmıştır (Ficthen ve Wright, 1983: akt. Güven ve Sevim, 2007: s. 51). Cast, Schweingruber ve Berns (2006), evlilikte sorun çözme davranışlarını yıkıcı ve yapıcı olmak üzere iki kısımda çalışmışlardır. Yapıcı sorun çözme stili; problemi tanımlayan, yargılamayarak çözümler sunan, başkalarının bakış açılarını kabul eden davranışları içererek, sorunların çözümünü kolaylaştırmaktadır. Yapıcı sorun çözme davranışları gösteren kişiler, eleştirel olmayan ikna tekniklerini kullanırlar ve sözlü ve fiziksel tehditlerden kaçınırlar. Bu tür stratejiler, insanlara suçlamadan ve eleştirmeden başkalarına olan bakış açılarını tanımlamalarına yardım ederler. Yıkıcı sorun çözme davranışlar ise eşlerini suçlayan, onları eleştiren, şikâyet eden ve hakaret eden, olumsuz ve eleştirel davranışlardır. Bu durumda eşler kendilerini yabancılaşmış ve eşleri tarafından desteklenmediğini hissedebilirler ve eşlerini terk edebilirler. Özetle, yıkıcı sorun çözme davranışları olan insanlar sorunlara etkin çözümler sunmak ve onlarla baş etmek yerine sorunlar için eşlerini suçlamak ve onları eleştirmeyi tercih etmektedirler.

1.3.1. Evlilikte Yaşanan Sorunlar

Romantik ilişkiye başlama ve evlilik bazı ilişki sorunlarının yaşanmasını beraberinde getirmektedir (Eşici, 2014). Evlilikte aralarında duygusal bağı olan eşler, birlikte bir hayatı paylaşmak ve bazı konularda beraber karar vermeleri gerekmektedir. Dolayısıyla, bu durum eşlerin arasında sorunlar çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Güven, 2005). Sorunların içeriğiyle ilgili konular; iletişim sorunları, aşkın anlamıyla ilgili eşler arası farklı görüşler, cinsel rolleri içeren sorunlar, cinsel ilişkide sorunlar, çocuk sahibi olamamak, kişilik bozuklukları, maddi sıkıntılar, zararlı madde alışkanlıkları, evlilik dışı ilişki ve aldatma, eşlerin ailelerinden kaynaklanan sebepleri kapsamaktadır (Köknel, 1997: akt. Akkaya, 2010: s. 41). Eşlerin evliliğe yükledikleri anlamlar ve evliliklerinden beklenti seviyelerinin yüksek olması evlilikte yaşanan problemlerin en önemli sebeplerinden biridir (Karduz, 2009). Bir başka çalışmaya göre evliliklerde yaşanan sorunlar; evlilikle ilgili gerçekçi olmayan beklentiler, eşlerin yetersiz sorun çözme becerileri, evliliğin getirdiği karı koca rollerine ilişkin eşlerin farklı görüşleri olması (yemeği kimin yapacağı, kararları kim vereceği, ev dışında kimin çalışacağı gibi) ekonomik sorunlar (gelirin nereye ne kadar harcanacağı gibi), eşler arası yetersiz iletişim, eşlerin akrabalarına maddi veya manevi olarak bağımlı olması, eşlerde görülen kopukluk veya ruhsal problemler sonucu meydana gelen cinsel sorunlar,

eşlerin birinde psikolojik sorun görülmesi, çocuk sahibi olmanın ardından meydana gelen sıkıntılar, eşlerin ilgi alanlarındaki farklılıklar sebebiyle birbirlerinden ayrı kalmaları, aşkın bitmesi, evlilikte bir tarafın kendini üstün görmesi, kıskançlık, aldatma ve kültür, din, siyasi görüşlerin farklı olmasından kaynaklanan durumlardır (Weiten, 2005: akt. Güven, 2005). Evlilik süresi ve eşlerin kişiliklerine göre bu sorunların yoğunluğu farklılık göstermektedir. Evlilikte yaşanan bu sorunlar eşlerin sorun çözme yolları aramalarına sebep olmaktadır, bu aşamada evlilikte sorun çözme becerileriyle karşılaşmaktadır (Özguven, 2000: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 9). Özcan (2014)'e göre evlilikte yaşanan bir diğer sorun; çocuk sahibi olduklarında ebeveynlerin zıt karakterde olma durumudur. Eşlerden birisinin çocuğuna karşı her konuda taviz veren diğer eşin ise sürekli kontrollü ve kısıtlayıcı olması evlilikte uyumu bozan etken olarak sorunlar ortaya çıkarmaktadır. Yine aynı çalışmada eşlerin sağlıklı bağlar oluşturamamaları durumunun sorun yaratabileceğine de değinilmiştir; eşlerin kendilerini iki ayrı kişilik gibi görmeleri yerine sürekli birlikte olması gereken çift olarak gördüğünde farklı arkadaşlıklar edinemezler, yalnız olarak yapabilecekleri ayrı aktivitelere katılmazlar ya da aksine eşler birbirlerine katı kurallarla bağlanmış iki yabancı gibi olabilirler; bu iki durumda evlilikte sorun yaratan etken olarak görülmektedir. Yapılan aile yapısı araştırmasında evlilikte yaşanan sorun konuları cinsiyete göre değerlendirilmiştir. Erkeklerin sorun yaşadığı konular; evle alakalı sorumluluklar (%33,4), çocuklarla alakalı sorumluluklar (%29,1), harcamalar (%56,9), ekonomik sıkıntılar (%25,2) ve aileye vakit ayıramama (%16,8) durumlarıdır. Kadınlara göre bu sorunların dağılımı ise; evle alakalı sorumluluklar (%37,2), çocuklarla alakalı sorumluluklar (%32,5), harcamalar (%29,3), ekonomik sıkıntılar (%27,1) ve aileye vakit ayıramama (%18) şeklindedir (ASAGEM, 2011: akt. Koca, 2013: s. 29).

1.3.2. Evlilikte Sorun Çözme Yolları

Evlilikte yaşanan sorunlar ile başa çıkma yolları incelendiğinde; eşlerin kendilerini suçlaması, olumlu yaklaşım, çatışma, eşin kendisiyle ilgilenmesi ve kaçınmayı içeren beş faktörden bahsedilmiştir. Olumlu yaklaşım faktörü evliliğin duygusal yönüne işaret etmekte ve evliliklerde kaliteyi olumlu şekilde etkilemektedir. Kalan dört faktörün ise evlilikleri olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir (Bowman, 1990: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 10). Bütün bu sorun çözme aşamalarından geçmeden önce, sorunun çözülmesi için eşlerin var olan sorunu kabullenmesi zorunludur. Sorunları görmezden gelmek çözümü de dolayısıyla erteleyecektir (Serin ve Derin, 2008). Yıldız (2012)' a göre, insanların evliliklerindeki sorunlarla olumlu şekilde başa çıkabilmeleri için izleyebilecekleri yollar aşağıda verilen maddelerden oluşmaktadır (Yıldız, 2012, s.226: akt. Koca, 2013: s. 33). Eşlerin sorunlarını

rahatsızlık verici olarak algılanması lazımdır. Farklı seviyelerde algılanan sorunların çözümünde ortak nokta bulmak zorlaşmaktadır. Her iki bireyin de var olan sorunu kabul etmesi gerekmektedir. Sorunları görmezden gelmek, olayın büyümesine ve başka bir sorunu çıkartmasına neden olabilmektedir. Sorunu doğru şekilde tanımlamak çok önemlidir. Ortada olan durumun gerçekte sorunu çıkartan durum olup olmadığını tanımlayabilmek sorun çözmede temel aşamadır. Sorunu çözmek için seçenekler oluşturulmalıdır. Esnek ve akıcı düşünme tarzıyla farklı sorun çözme yolları bularak çıkmazdan kurtulmak ve farklı bakış açılarıyla soruna bakmak için seçenekler üretmek gerekmektedir. Sonrasında, seçenekler arasından en uygun olanı seçip uygulamak gerekmektedir. Bu aşamada, eşlerin birlikte ortak karar alması ve evlilikleri için ortak yararlar belirlemeleri gerekmektedir. Son madde olarak; çıkan sonuçlar değerlendirmeye alınmalıdır. Değerlendirme yapabilme becerisi bireylere eksikliklerini fark etmeyi, olay ve sorunları tekrardan ele almayı, amaçlanan ve ulaşılan noktadaki farkın görülmesine olanak sağlamaktadır. Akkaya (2010)'nın araştırmasına göre; iletişim, evlilikte yaşanan sorunları çözmede önemli yeri olan belirleyici bir kavramdır. Evlilikte etkin sorun çözme, fikir alışverişinde bulunulabilen yapıcı iletişimi gerektirmektedir. (Soylu ve Kağncı, 2015). Başka bir çalışmada, evliliklerde eşlerin yaşadıkları sorunları algılama biçimleri ve sorunları çözme stilleri yaklaşma, kaçınma kavramlarıyla açıklanmıştır. Yaklaşma stili; eşlerin sorunlara pozitif ve yapıcı bakış açısıyla yaklaşmalarını ifade ederken; kaçınma stili eşlerin sorunlara negatif ve yıkıcı cevap vererek sorunlardan kaçmalarını belirtmektedir (Bodtker ve Jameson, 2001: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 10). Yapılan diğer çalışmalar göstermiştir ki; evlilikte yaşanan sorunlarla baş etme yolları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmaktadır. Kadınlar sorunlara kaygılı ve çatışmacı yaklaşmaktadırlar (Bowman, 1990: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 11). Yapılan başka bir çalışmaya göre evlilik yaşantısında mutlu olmayan kadınlar bir sorunla karşılaştıklarında kendilerini geri çekerek kaçınan ve boyun eğici davranmaktadırlar (Cohan ve Bradbury, 1997: akt. Çelenoğlu, 2011: s. 11). Evlilik hayatında bu sorunların ortaya çıkması ve etkili bir biçimde çözümlenememesi, zamanla evliliklerde yıpranmaya, ilişkilerin dağılmasına ve boşanmalarına sebep olmaktadır. Yapılan çalışmalarda sorunlarını çözmede zorunlu olan davranışı yapamayacağını düşünen eşlerin; kriz anlarında umutsuz davrandıklarını, yapıcı beklentileri olan insanların ise sorunu çözmeye daha eğilimli oldukları belirtilmiştir (Fincham ve Bradbury, 1990: akt. Güven ve Sevim, 2007: s. 51). Bu sebepten dolayı evlilik üzerine araştırma yapan çalışmacılar, evlilikte sorun çözmeyi etkileyen etkenleri belirlemek ve evli insanlarda sorun çözme becerilerini geliştirmek amacıyla, bu kavramı araştırmaya yönelmişlerdir (Güven, 2005). Koca (2013), bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve

psikolojik iyi oluşuna etkisi isimli çalışmasında Russell (1976)'in daha az çatışma yaşamak ve sorun çözüme etkili olmak için öne sürdüğü koşullardan bahsetmiştir. Çalışmaya göre; her iki eş içinde geçerli olan eşitlik duygusu var olmalı, karşılıklı olarak eşlerin özgürlüklerinde kısıtlama yapılmamalı, eşler arasında bilişsel ve bedensel yakınlık kurulmalı ve değerlere olan bakış açılarında paralellik olmalıdır. Etkili sorun çözme becerisinde yeterli olamama, sorunları tartışmama, iletişimde yetersizlik durumları evlilik sorunlarının kaynaklarından (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Sorun çözme kapasitesi problemlerin açıkça tanımlanmasının ardından sorunu çözme yollarının tartışılması ve eşler için en uygun çözüm yolunu uygulamaktır. Evlilikte iletişim sorunlarını çözmek için, eşlerin en fazla rahatsız oldukları konudan başlayarak; evliliklerinin aksayan taraflarının hem olumlu hem de olumsuz kısımlarını konuşabilmesi gerekmektedir (Akgün ve Uluocak, 2010). Ayrıca, bireyler gerektiği zaman eşlerinden yardım istemekten çekinmemelidirler. Eşlerinin farklı bir birey olduğunu kabul ederek hemen her durumda anlaşmalarının zorunlu olmadığını fark etmelidirler ve her iki tarafında söylemlerinde tutarlı olmaları gerekmektedir (Koca, 2013).

1.3.3. Bağlanma Stilleri ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi İlişkisi

Ergin ve Dağ (2013)'a göre sorun çözme becerisi için uygulanan yöntemlerin temeline ulaşabilmek için erken dönemde oluşmuş tutum ve davranışlara değinmek gerekmektedir. Bağlanma olgusunun, bebeklikte gelişen benlik ve başkalarına dair inançları içerdiği ve bireylerarası ilişkilerde önemli bir yeri olduğu için, bağlanma örüntüleriyle bireylerin ilişkilerindeki sorun çözme becerisi arasında ilişki olduğu belirtilmiştir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Yaşamın erken dönemlerindeki ilişkilerle oluşan bağlanma stillerinin, bireylerin stres veren durumların üstesinden gelme yollarını etkileyeceği öngörülmüştür (Bowlby, 1982). Açıklamaları destekler nitelikte çalışmalarda; eşler arasındaki sorun çözme becerilerinde erken dönemde geliştirilen inançların sergileniyor olabileceği söylenmiştir (Davila, Hammen, Burge, Daley ve Paley, 1996). Ergin ve Dağ (2013), bireyler arası sorunların çözümü aşamasında, kişilerin erken yaşlardaki çocukluk temsillerini şu ana getirmesi ve farkındalığı olmadan edindiği bu temsilleri içeren davranışlar göstermesi beklentisinden yola çıkarak araştırmalarının amacını belirlemişlerdir. Ayrıca yapılan söz konusu çalışmaya göre; güvensiz bağlanma stilleri ile etkin olmayan sorun çözme davranışları arasında ilişki olduğu belirtilirken; bağlanma örüntüsü kaçınmacı ya da kaygılı olan bireylerin sorunlarla başa çıkma yöntemlerinin görece etkin olmaması beklenmektedir (Lopez, Mauricio, Gormley, Simko ve Berger, 2001: akt. Ergin ve Dağ, 2013: s. 37). Yapılan diğer bir çalışmada güvenli bağlanan eşlerin; güvensiz bağlanan eşlere göre duygularını daha olumlu

ve yapıcı stilde düzenledikleri ve çatışma çözme sırasında duygularını ifade ederken daha olumlu iletişim tarzını tercih ettikleri belirtilmiştir (Kobak ve Hazan, 1991: akt. Boğda ve Şendil, 2012: s. 206). Güvenli bağlanma stiline sahip eşler güvensiz bağlanma stillerine sahip eşlere göre sorun çözmede daha fazla destekçidirler. Aradaki bu fark, güvenli bağlananların, güvensiz bağlanana nazaran problem çözme tartışmalarında kaygının az ve olumlu duyguların fazla yaşanmasına dayanmaktadır (Fuller ve Fincham, 1995). Farklı bağlanma stilleri olan insanların farklı çatışma çözme stilleri olduğu belirtilirken; kaygılı bağlanma stillerine sahip olan bireyler ilişkilerini daha olumsuz algılamaktadırlar (Simpson, Rholes ve Philips, 1996: akt. Boğda ve Şendil, 2012: s. 206). Güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler, etkin sorun çözme stratejileri geliştirirken (Corcoran ve Mallinckrod, 2000: akt. Uluçol, 2014: s. 29); kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireyler, eşleri tarafından sevilebilirlik ve terk edilme kaygısı duyduklarından öfke, kıskançlık, güven arama ve etkin olmayan sorun çözme stratejileri geliştirmektedirler (Hazan ve Shaver 2000; Collins ve Feeney, 2004: akt. Uluçol, 2014: s. 30). Evliliklerin genelinde sorunlar yaşanması kaçınılmazdır düşüncesinden kaynaklanarak; bağlanma stillerinin eşler arasındaki sorun çözme sürecindeki rolüne bakıldığında; bağlanma olgusunun, eşler arasındaki sorunların çözme becerisinde temel rolü eşler arasında karşılıklı olarak gerçekleşen sosyal desteğe vermektedir. Bağlanma olgusuna göre; eşlerin karşılıklı edindikleri ana rol; bakım veya ilgi almak ve vermektir. Bu perspektiften yola çıkıldığında; sorunların çözümü bu rolleri sağlıklı olarak gerçekleştirmekle sağlanmaktadır. Eşlerin bu ilgi veya bakım alma ve verme rollerini doğru şekilde yapmaları evlilik ilişkisinin güvenli doğasına katkı sağlamaktadır (Demir, 2009: akt. Akkaya, 2010: s. 53).

1.4. Duygusal Zekâ

1.4.1. Duygusal Zekâ Kavramı

Toplumda akademik başarıları yüksek olan bazı insanların; kişisel veya toplumsal uyum sorunları yaşayabilmesi, iletişimde gerekli beceriye sahip olamamaları, yorumlama ve anlamlandırma sorunları yaşamaları ve huzursuz ve dengeli olmayan tavırlar sergilemeleri araştırmacıların dikkatini çekerek, zekâ kavramını yeniden değerlendirmelerine neden olmuştur (Yılmaz, 2003: akt. Baba, 2010: s.28). Bu nedenden dolayı, son zamanlardaki çalışmalarda duygusal zekâ olgusundan sıkça bahsedilmektedir. Özellikle ilköğretim çocuklarına uygulanan zekâ testi sonuçlarının hayatlarındaki başarılarını yansıtmadığı fark edildikten sonra, zekâsı yüksek çocukların niye daha fazla başarılı olamamalarının araştırılması sonucunda duygusal zekâ olgusu daha çok önem kazanmıştır (Sümer, 2006). Eröz (2011) de

çalışmasında duygusal zekânın ortaya çıkmasında, başarı için zekânın tek başına ölçüt olmadığına kanıtlanması ve sosyal bilimlere duyulan ihtiyacın artmasından bahsederek bu duruma açıklık kazandırmaya çalışmıştır. Duygusal zekâ olgusu farklı araştırmacılar tarafından farklı çalışmalarda tanımlanmaya çalışılmıştır. Duygusal zekâ, insan duygularını algılamak, değerlendirmek, anlamak, ifade etmek kavramlarıyla birlikte; insanların iletişim halinde oldukları bireylerin duygularını yönetebilme becerisi olarak bilinmektedir (Konakay, 2013). Goleman (1995), duygusal zekâyı azim, sebat, insanların kendilerini harekete geçirebilmesini kapsayan, başka insanların nasıl hissettiklerini anlama ve dürtüleri yönetebilmeyi sağlayan yaşam becerisi olarak tanımlamıştır (Doğan ve Demiral, 2007: akt. Tetik ve Açıkgöz, 2013: s. 88). Diğer bir çalışmaya göre duygusal zekâ; duyguları algılama, anlama, bilişsel aşamalarda kullanabilme ve yönetme olarak tanımlanmakla beraber insan duygularının yönetimi, insanların sosyal amaçları ve farkındalıklarıyla alakalı bireysel fonksiyonelliğini etkileyebilmektedir (Mayer ve ark. 2004: akt. Tümkaya ve ark. 2008: s.2). Salovey ve Mayer (1990) ise bir bireyin kendisinin veya diğerlerinin duygularını yansıtabilme, ayırt edebilme, bireyin düşünce ve hareketlerinde bu bilgiyi kullanabilme şeklinde açıklama getirmişlerdir (Cingisiz ve Murat, 2010). Cooper ve Sawaf (1997), çalışmalarında duygusal zekâ kavramını duyguların hızlı şekilde algılayışını ve gücünü, insan enerjisi, bilgisi, insan ilişkileri ve bunun etkisinin kaynağı olarak anlama ve etkili bir biçimde kullanabilme yeteneği şeklinde açıklamışlardır (Cooper ve Sawaf, 1997: akt. Doğan ve Şahin, 2007: s.235). Başka bir çalışmada duygusal zekâ; bir kişinin kendinin ve başkalarının duygularını izlemek, ayırt etmek ve bir kişinin düşüncelerine ve hareketlerine rehber olmak için duygu bilgilerini kullanabilme yetisi şeklinde tanımlanmıştır (Salovey, Mayer ve Caruso, 2008). Bu araştırmacılara göre duygusal zekâ kavramı dört farklı yeteneği kapsamaktadır. Bunlar; insan duygularını doğru ve eksiksiz şekilde algılama, değerlendirme ve doğru ifade etme becerisi, duygu üretme yetisi, entelektüel ve duygusal gelişmeyi ve refahı arttırmak için duyguları düzenleyebilme becerisidir (Mayer ve Salovey, 1990: akt. Maboçoğlu, 2006: s. 45). Diğer bir çalışmada ise duygusal zekânın içerdiği yetenekler; kendi ve diğer insanların duygularını algılayabilmek ve dile getirmek, duyguları anlayabilmek, duyguları karar vermeye yardım edecek şekilde kullanabilmek ve bireyin kendisinin ve başkalarının duygularını düzenleyebilme yetenekleridir (Mayer, Salovey ve Caruso, 2004: akt. Aslan, 2008: s. 187). Bütün bunların yanında duygusal zekâ; bireyin kendisinin ve diğer insanların duygularını tanımlama ve değerlendirmenin yanında duygularla ilgili bilgileri ve duyguların enerjisini hayattaki ilişkilere ve günlük yaşama etkili bir şekilde yansıtarak onlara uygun tepkileri göstermemizi sağlamaktadır. Başka bir çalışmadaki yapılan tanımda, bireylerin

çevrelerindeki baskı ve isteklerle etkili biçimde başa çıkma yeteneği olarak verilmiştir. Dolayısıyla bu kavram, bireylerle sağlıklı şekilde iletişim kurabilme, aniden oluşan durumlara karşı hemen adapte olarak sorunları çözebilme ve çevreden gelen telepleri daha iyi cevaplayabilme yeteneklerini içermektedir (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Sonuç olarak denilebilir ki, duygusal zekâ yeteneği, bireylerin kendilerinin ve diğerlerinin duygularını tanıyabilmesi, duygularında ayırım yapabilmesi ve bütün bunları düşünce ve davranışların oluşmasında doğru bir şekilde kullanabilmesi yeteneğidir. Ayrıca duygusal zekânın doğuştan gelmediği, insan beyninin yapısı nedeniyle, çocukluk döneminde yaşanan tecrübelerin ve alınan duygusal eğitimin etkisiyle geliştirilebilir bir yetenek olduğu belirtilmiştir (Yavuz, 2004: akt. Üzel ve Hangül, 2012: s. 2). Bu durumdan yapılan başka bir çalışmada, bilim adamlarının IQ gibi duygusal zekânın kader olmadığını, her dönemde geliştirilebilir bir kavram olduğunu söylemeleri ile bahsedilmiştir (Baltaş ve Zuhâl, 2006: akt. Eröz, 2011: s. 45). Duygusal zekâ, ne hissettiğimizi, nasıl iyi veya kötü hissettiğimizi bilmektir ve ayrıca kötüyü iyiye nasıl çevirebileceğimizi bilmemizi sağlamaktadır. Dolayısıyla, değişken ruh halimizi kontrol altına alarak hedeflerimizi devam ettirmemizi sağlamaktadır. Doğuştan gelen özellikler, çocukluk tecrübeleri ve daha sonraki dönemde öğrenilen bilgilerin birleşiminin sonucunda oluşmaktadır (Mobaçoğlu, 2006). Dolayısı ile tüm yaşamda ve evlilikte başarının sırrı; duygusal zekâmızı kullanabilmemiz ve duygularımızı yönetebilmemizdir (Perek, 2002: akt. Mobaçoğlu, 2006: s. 44). Yüksek duygusal zekâ seviyesine sahip olan insanlar, aile ve sosyal hayatlarında iyi ilişkileri olan, evlilik hayatlarını daha sağlıklı ve mutlu kurabilen, daha fazla üretken olan, başarıyı daha kolay elde edebilen ve iş hayatlarında daha çok başarı gösterebilen insanlardır.

1.4.2. Duygusal Zekânın Gelişimi

Duygusal zekâ kavramının temelleri Thorndike'in (1920) sosyal zekâ olgusunu açıklaması ile atıldığı bilinmektedir. Bu kavrama göre diğer insanların duygularını anlama ve sezme yetisi genel zekâdan farklı bir niteliktir (Turgut, 2014). Thorndike zekâyı soyut, sosyal ve mekanik zekâ olmak üzere üç bölüme ayırmıştır (İşmen, 2001). Soyut zekâyı, kavram ve düşünceleri anlayabilme ve yönetebilme becerisi; sosyal zekâyı, başka insanları anlayabilme, yönetebilme ve onlar üzerinde etkileyici olabilme becerisi ve mekanik zekâyı da somut cisimleri anlayabilme ve yönetebilme becerisi olarak tanımlamıştır (Doğan ve Şahin, 2007). Thorndike'den sonra gelen çoklu zekâ teorisini ortaya atan Gardner isimli bilim adamı duygusal zekâ terimine temel olan ikinci araştırmacıdır. Bu dönemden önce zekâ, sabit, tek yönlü, ölçülebilir şekilde ve gerçek hayattan soyutlanarak değerlendirilmiştir. Gardner ise bu tanımı yetersiz bularak zekâyı alakalı farklı fikirler sunmuş (Yılmaz, 2003: Baba, 2010: s.

28), sosyal zekâ terimini geliştirerek araştırmalarında kullanmıştır. Gardner'a göre sosyal zekâ kavramının parçaları bireylerin birbirlerine göre ve bireysel zekâlarıdır. Kişilerarası zekâ, bir bireyle alakalı olan bir kişinin zekâsı ve duygularının karışık ve çok farklı oluşlarını gösterebilme yeteneği olarak anlatılırken; bireysel zekâ bu durumun tam tersini ifade etmektedir şöyle ki; diğer bireylerle alakadar olan bir bireyin kendi zekâsının ve kişisel farklılıklarının bilincinde olması ve bütün bunları birbiriyle karşılaştırmamasıdır (Gürbüz ve Yüksel, 2008: akt. Turgut, 2014: s. 16). Gardner kuramında kişilerarası zekâ (diğer insanların duygularını anlama) ve kişiye dönük zekâ (kendi duygularını anlama) kavramlarına yer vererek sonradan geliştirilen duygusal zeka kuramlarına zemin oluşturmuştur (Schutte ve ark., 1998: akt. İşmen, 2001: s. 113). Duygusal zekâ kavramını ilk olarak, 1885 senesinde doktora ğrencisi WayneLeonPayne savunduğu doktora tezinde kullanmıştır (Mobaçoğlu, 2006). Bu duygusal zekâ teriminin ilk akademik kullanımı olarak karşımıza çıkmaktadır (Houser, 2009). Bu kavram, 1990 yılında yayımlamış oldukları iki makale ile John Mayer ve Peter Salovey isimli psikologlar tarafından kullanılmış ve insanların duyguları ile başa çıkma yeteneği şeklinde tanımlamışlardır (Wong ve Law, 2002: akt. Konakay, 2013: s. 123). Bu araştırmacılar, bireylerin duygusal alandaki becerilerini bilimsel olarak ölçmeyi hedeflemişleridir. Elde ettikleri sonuçlar da bazı kişilerin diğer insanlardan, kendi ve başkalarının duygularını tanımlamada ve problem çözmede daha başarılı olabileceği bulunmuştur (Mobaçoğlu, 2006). Kavramın tanımını ise hisleri algılama, anlama, asimile ve idare etme kapasitelerini kapsayacak biçimde duygusal bilgiyi etkin ve doğru bir biçimde işleme kapasitesi olarak yapmışlardır (Mayer ve Salovey 1990: akt. Houser, 2009: s. 59). Duygusal zekâ olgusunun popüler hale gelmesi ise 1995 senesinde psikoloji alanında doktora yapmış olan gazeteci ve yazar Daniel Goleman' a ait olan "Duygusal Zekâ" kitabının yayınlanmasıyla gerçekteleşmiştir (Staff, 2001: akt. Tetik ve Açıkgöz, 2013: s. 88). Goleman (2002)'a göre duygusal zekâ; kişinin kendini harekete geçirebilmesi, terslikler olsa bile yolunu sürdürebilme, drtlerinde kontrolü sağlayarak tatmini erteleyebilme, ruh halini dengeleyebilme, duygudaşlık yapabilmektir (Goleman, 1995: akt. Aslan, 2008: s. 187). Bu kitabın içeriğine bakıldığında hislerin anlaşılması ve ifade edilme şeklinde etkilenen iletişimsel ve sosyal beceriler dikkat çekmektedir (İşmen, 2001). Aynı kitapta bunların yanında akılcı zihin ve duygusal zihin olmak üzere iki tür zihnimizin olduğundan bahsedilmiştir. Aynı olmayan bu iki kavrama şekli, zihinsel yaşantımızı hazırlamak için etkileşim halindedirler. Akılcı zihin tarzında çoğunlukla bilince yakınlık ve farkındalık varken; duygusal zihinde güçlü, fevri ve bazen de mantıksız kavrama sistemi vardır (Tuğrul, 1999). Goleman'ın (1998) "İşbaşında Duygusal Zekâ" isimli kitabı da duygusal zekâ

kavramının dikkat çekmesinde önemli bir yeri bulunmaktadır (Doğan ve Şahin, 2007). Reuven Bar-On (1997), kendini raporlama testi ile duygusal zekâ kavramını ölçen ilk yayını ortaya çıkarmasının yanında Bar-On EQ-I isimli ölçeği geliştirmiştir (Doğan ve Şahin, 2007). Reuven Bar-On (1997), duygusal zekâ kavramını bilişsel olmayan zekâ şeklinde isimlendirmiştir. Bahsedilen tanımlamaya göre duygusal zekâ kavramı çevreden gelen istek ve baskılarla etkili bir biçimde başa çıkma yetisini etkileyen bilişsel olmayan beceriler ve yeterlilikler durumudur (Mayer, Salovey ve Caruso, 2008). Sonraki yıllarda, Cooper ve Sawaf (1997)“Executive EQ” isimli bir kitap yayımlamışlardır ve liderlik ve duygusal zekâ ilişkisini incelemiştir. Kitabın içeriğinde duygusal zekânın; duygusal okur-yazarlık, duygusal uygunluk, duygusal derinlik ve duyguların simyası olmak üzere dört alt boyuttan oluşan eğilim ve becerilerinden bahsedilmiştir (Schutte ve ark., 1998: akt. İşmen, 2001: s. 113).Literatüre göre; farklı araştırmacıların duygusal zekâ kavramının boyut ve alt boyutlarını aynı şekilde ele almadıkları görülmektedir (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Bu durum nedeniyle kavram, karma model ve yetenek modeli olmak üzere iki farklı model ile ele alınmıştır.Duygusal zekâ kavramının karma modeli denildiğinde Goleman ön plana çıkmaktadır. Yetenek modeli ise Salovey ve Mayer tarafından geliştirilmiştir (Doğan ve Şahin, 2007). Yetenek tabanlı model; bu kavramı, duygusal bilginin gereksinimi ve bu bilgi ile mantık yürütmenin aktif kullanımının önemini içerecek şekilde yetenekler grubu şeklinde tanımlamaktadır ve dört kısma ayırmaktadır (Dökmen, 2003: akt. Eröz, 2011: s. 136). Birinci kısım, duyguları algılama ve onları ifade etme yeteneğini kapsamaktadır ve bireyin kendi ve diğerlerinin duygularını doğru değerlendirmeyi içermektedir. İkinci kısım, duyguları düşünceleri kolaylaştırmak için kullanabilme yeteneğini kapsamaktadır. Üçüncü kısım, duyguları anlama yeteneğini kapsamaktadır, bölümler arası duyguyu analiz etme, duygular arası geçişi anlama ve sosyal olaylar içindeki karmaşık duyguları anlama yeteneklerini içermektedir. Dördüncü kısım, bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygularını yönetebilme yeteneğini kapsamaktadır (Koçel, 2001: akt. Eröz, 2011: s. 136). Karma model; bu kavramı, yetenek olarak bireysel özellikler, sosyal yetenekler ve davranışlar ile birleştirmektedir ve bilişsel olmayan yetenekler şeklinde tanımlanmaktadır. Beş gruba ayrılmaktadır. Birinci kısımda içedönüklük kavramı görülmektedir ve özerklik, kendini gerçekleştirme ve duygusal farkındalık niteliklerini içermektedir. İkinci kısım, kişilerarası ilişkileri belirtmektedir ve sosyal sorumluluk, empati gibi özellikleri içermektedir. Üçüncü kısımda uyum yeteneği verilmiştir ve gerçekleri deneme, problem çözme gibi özellikleri içermektedir. Dördüncü kısım, stres yönetimidir ve strese tahammül etme ve dürtü kontrolü niteliklerini içermektedir. Son olarak genel ruh halinde iyimserlik ve mutluluk nitelikleri görülmektedir (Lopez ve

ark.,2004: akt. Eröz, 2011: s. 137). Bu kavramla ilgili en belirgin üç model Goleman, Salovey ve Mayer ve Bar-On'un geliştirmiş oldukları modellerdir (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Bu çalışmada Bar-On'un modeli temel alınmaktadır.

1.4.3. Bar-On'nun Duygusal Zekâ Modeli ve Boyutları

Araştırmamızdaki değişkenlerden duygusal zekâ kavramı Bar-On'un ortaya çıkardığı duygusal zekâ modeli üzerinden değerlendirilmiş olduğu için bu model ile ilgili aşağıda detaylı bilgi verilmiştir. Bar-On 1980 yılında duygusal zekâ modelinin çerçevesini hazırlamak için çalışmalarına başlamıştır (Doğan ve Selen, 2005: akt. Eröz, 2011: s.123). Duyguları değerlendirebilmek ve hislerin sosyal fonksiyonlara yaklaşımını açıklamak için doktora tezinde EQ (Emotional Quotient) kavramını ilk olarak kullanmıştır (Eröz, 2011). Duygusal zekânın tanımını da bireyin ümit, sosyal istek ve yaşamdaki stresörlerle baş edebilmeyi kapsayan ruhsal, kişisel ve sosyal beceriler bütünü şeklinde vermiştir (Turgut, 2014). Sonrasında, yaşamlarında bazı insanlar diğerlerinden neden daha başarılıdır sorusu üzerinden yaptığı çalışmalarda yaşamdaki başarıyı elde etmede beş fonksiyonun ilişkisi olduğunu ayrıca bu fonksiyonların da alt bağlamlarının bulunduğunu belirlemiştir (Mayer, Salovey ve Caruso, 2008). Dolayısıyla Bar-On'un duygusal zekâ modeli, sosyal ve duygusal yetiler, becerilerle alakalı çok boyutlu bir diziden oluşmaktadır (Eröz, 2011). Bütün bu özelliklerin yanında Bar-On'un duygusal zekâ çalışmaları, zihinsel yetenekler ile zihinsel yeteneklerden ayrı tutulan bazı nitelikleri birleştiren karma bir modeldir. Modeldeki bileşenler; problem çözme ve duygusal benlik bilinci gibi zihinsel yeteneklerin yanında iyimserlik ve uyumluluk gibi kişilik özellikleridir (Güllüce ve İşcan, 2010). Bar-On'un (2000) duygusal zekâ modeli, farkındalık yeteneğini anlamayı ve bireyin kendisini ifade etmesini; farkındalık yeteneğini anlamayı ve başkalarıyla bağdaştırmayı; güçlü ve baskın duygular ile başa çıkmayı ve güdülerini kontrol edebilme yeteneğini ve son olarak değişikliklere uyum sağlayabilmeyi ve kişisel veya sosyal problemleri çözme yeteneklerini kapsamaktadır. Bu modeli ölçmek için oluşturulan ölçek, diğerleri gibi kişilik özellikleri ve kavram kapasitesini değil, kişinin sosyal ve duygusal zekâsını değerlendirmekte ve bu açılarından uygun davranışları ölçmektedir (Emmerling ve Goleman, 2003: akt. Üncü, 2007: s.18). Modelinde beş ana boyut ve on beş alt boyut bulunmaktadır. Söz konusu boyutlar; kişiye dönüklük yani kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk boyutu, stresle başa çıkma ve genel ruh hali durumudur (Otacıoğlu, 2009). Ana boyutların alt boyutlarını Üncü (2007) araştırmasında şu sıralamayla vermiştir: 'Kişisel yetenekler ana boyutunun alt boyutları; duygusal benlik bilinci, kendine güven, kendine saygı, kendini gerçekleştirme ve bağımsızlıktır. Kişiler arası yetenekler ana

boyutunun alt boyutları; bireyler arası ilişkiler, empati ve sosyal sorumluluklardır. Uyumluluk ana boyutunun alt boyutları; gerçeklik ölçüsü, problem çözme ve esnekliktir. Stresle başa çıkma ana boyutunun alt boyutları; strese dayanıklılık ve dürtü kontrolüdür. Son olarak genel ruh durumu ana boyutunun alt boyutları ise mutluluk ve iyimserliktir' (Özdemir, 2003: akt. Üncü, 2007: s.18). Kişisel yetenekler boyutu, kişinin kendisi ile olan ilişkisi, kendisinde olan değerlerdir. Duygusal benlik bilinci; benlik kavramı bireyin kendini doğru biçimde algılayabilmesi, anlaması ve kabul etmesi olarak bilinirken duygusal zekâ modelinin bu bileşeni içsel güç, güvenlik, biricik olduğuna inanmak gibi hislerle alakalıdır (Houser, 2009). Kendine güven; bireyin yetkinliklerinin bilincinde olması ve bu yetkinlikler ile değerli olduğuna inanmasını belirtmektedir (Keleşoğlu, 2007). Kendine saygı; bireyin güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması, kendisini hataları ile kabul edebilmesidir. Kendini gerçekleştirme; bireyin, kendi potansiyelinin bilincinde olarak iş ve özel hayatındaki başarı derecesinden memnun olmasıdır (Goleman, 2007: akt. Eröz, 2011: s.139). Birey, kendisinden bulunan potansiyeli kullanarak hedeflerine ulaşmaktadır (Güngör-Houser, 2009). Bağımsızlık; bireyin kendisini kontrol edebilmesini, kendisini yönlendirebilmesini ve kendi kendine yetme niteliklerini belirtmektedir (Goleman, 2007: akt. Eröz, 2011: s.139). Bağımsızlık kavramı diğer insanlara duygusal olarak bağımlı olmamayı ve diğer insanlardan koruma ya da destek alma ihtiyacı duymamayı belirttiğinden; bu çeşit bireyler yaşamlarıyla alakalı plan oluştururken ve karar alırken kendilerine güvenirlere ve karar almadan önce diğerlerinin fikirlerinden çok fazla etkilenmezler (Güngör-Houser, 2009). Genel olarak değerlendirildiğinde kişisel yetenekler boyutu, bireyin kendi duygularından, zayıf ve güçlü yanlarını bilmesini ve zarar almayacak biçimde kendisini ifade edebilmesini kapsamaktadır. Yüksek kişisel beceriler yeteneğine sahip olan bireyler duygularını kolaylıkla ifade edebilmekte, değer ve düşüncelerine güvenmekte ve diğerlerini de bu durumlara inandırabilmektedir (Güngör-Houser, 2009). Kişilerarası beceriler boyutu, diğer insanları anlayabilme ve ilişki içerisinde olabilme yeteneğidir (Topuksal, 2011: akt. Turgut, 2014: s.19). Empati; olaylar sırasında karşıdaki bireyin nasıl düşündüğünü ve hissettiğini anlama, bireyin kendisini diğerlerinin yerine koyabilme yeteneğidir. Bireylerarası ilişkiler; Bireyin ilişki kurabilme ve sürdürülebilir başarılarının yanında duygusal yakınlığı gösteren alma ve verme güdüsünden ne derecede yararlanabildiğidir. Sosyal sorumluluk; Sosyal ortamlarda arkadaş aile gibi sosyal grup üyelerine katılımcı ve paylaşımcı bir tavır sergilemektir. Genel olarak bakıldığında bu boyut özelliğine sahip insanlar, başkalarını anlar, onlarla sağlıklı ilişkiler kurabilir ve onlarla iyi geçinebilirler (Tufan, 2011). Uyumluluk boyutundaki kapasitelere sahip bireyler sorunsal durumlar ile ilişkilerinde esnek olabilmekte ve çevresel

taleplere başarılı bir şekilde cevap verebilmektedir. Gerçeklik ölçüsü; duygusal şekilde yaşanmış olan ile sübjektif şekilde var olan arasındaki farkları anlayabilme becerisidir. Problem çözme; problemleri belirlemek, tanımlamak ve etkin çözümler bulma becerisidir. Bu yetenek, sorunun varlığını hissetmek ve etkin bir biçimde çözeceğine dair bireyin kendine güven duymak ve bütün çözüm yollarını değerlendirerek en uygunu seçebilmek olmak üzere aşamalardan geçmektedir. Esneklik; bireyin düşünce, duygu ve inançlarını değişen şart ve durumlara göre ayarlayabilme becerisidir (Baba, 2010). Esneklik becerisine sahip bireyler yeni düşünce ve davranışlara açıktırlar (Houser, 2009). Genel olarak bakıldığında, hisleri nesnel olarak değerlendirmek ve dış gerçeklik ile bağlantılı şekilde düşünmek, düşünce ve duyguları yeni durumlara göre uyarlamak, kişisel ya da kişiler arası sorunları etkili bir biçimde çözebilme yetenekleri görülmektedir (Cingisiz ve Murat, 2010). Stresle başa çıkma boyutu, sorun olan durumlarda içsel denetimi koruyarak ve ümidi kesmeden problem ile mücadele edebilmeyi, olumlu düşünce oluşturabilmeyi ve çözüm odaklı düşünebilmeyi kapsamaktadır (Topuksal, 2011: akt. Turgut, 2014: s.19). Stres toleransı; stres ile aktif ve pozitif biçimde baş edebilmektir. Bu yetenek; stres yaratan durumlara çözüm bulabilme, yeni değişikliklere karşı iyimser tutum sergileme ve stresli durumla ile başa çıkma inancına sahip olmayı içermektedir. Bu toleransa sahip bireyler ümitsizlik, kaygı ve çaresiz kalma durumlarını yaşamadan kriz ve sorunlarla baş edebilmektedirler. Dürtü kontrolü; kişinin duygularını düzenleme ve bir baskı ile karşılaştığında ona karşı koyabilme yeteneğidir (Cingisiz ve Murat, 2010). Bu yetenek, bireyin isteklerini erteleyebilme veya ortadan kaldırabilme yetisidir. Kişide bu özellik eksik ise kontrolü düşük, öfke sorunu yaşayan, engellenmeye tahammül edemeyen ve saldırganlık davranışları gösteren bir görünüm sergilenmektedir (Houser, 2009). Genel ruh durumu boyutu, kendini motive edebilme, hayata karşı olumlu tavır sergileyebilme ve olumlu taraflarını görebilme, genelde hayattan memnun olma durumlarını içermektedir. Bu ana boyuta sahip kişiler çevrelerinde pozitif ve coşkulu bir ortam oluşmasına katkı sağlamaktadırlar (Acar, 2001, Bar-On, 2006, Dawda ve Hart, 2000, Stein ve Book, 2003: akt. Cingisiz ve Murat, 2010: s.101). Mutluluk; kişinin kendisini ve diğerlerini olduğu gibi görmeyi ve yaşam aktivitelerinden zevk almayı ifade etmektedir. İyimserlik ise; pozitif bir ruh haline sahip olmak ve zor durumlarda dahi bu durumu koruyabilmektir (Eröz, 2011). Baba (2010)'nın çalışmasına göre; Bar-On'un duygusal zekâ modeli diğerlerine nazaran daha kapsamlıdır çünkü yalnızca duyguları değil, hayatta mutlu olmayı getiren çeşitli öğeleri içermektedir.

1.4.4. Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zekâ İlişkisi

Bağlanma kavramı üzerine oluşturulan teoriler aynı süreçte duygu düzenleme teorileri olarak da bilinmektedir (Feeney, 1999). Araştırmacılar bu tanıma şu şekilde açıklama getirmişlerdir: Bağlanma kuramını temsil eden içsel çalışma modelleri duyguları düzenlemede ve davranışları yönlendirmede etkili olan karakteristik stratejiler bütünü kapsamaktadır (Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009). Dolayısıyla, bu durum bağlanma stillerine uyarlandığında, güvenli bağlanma stiline sahip insanlar sosyal ilişkilerde olumsuz duygular ile baş etmede güvensiz bağlanma stillerine sahip insanlara nazaran daha başarılıdırlar (Kobak ve Sceery, 1988: akt. Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009: s. 201). Son yıllarda, bağlanma stilleriyle yapılan araştırmalar, duygusal zekâ yeteneklerinin içerisinde olan duygusal ve bilişsel aşamalardaki bireysel farklılıkları tutarlı şekilde açıklamışlardır (Görünmez, 2006). Yetişkin bireylerin, duygusal mücadelelerinin kişiler arası köklerini vurgulayan bağlanma kuramlarıdır. Böylece duygusal savunmaların şu durumları ifade ettiği söylenebilmektedir: Güvensiz bağlanma stilleri duygusal mesajların bilgiyi işleme sürecini yavaşlatmakta ve bireyin duygulardaki farkındalığını engellemektedir. Ayrıca, güvenli, kaçınan ve korkulu bağlanma stillerine sahip bireyler duygu bilgi işleme aşamalarında farklı farklı strateji kullanmaktadırlar (Mayer ve Salovey, 2000: akt. Görünmez, 2006: s. 2). Bağlanma stilleri ve duygu düzenleme ile ilgili yapılan bir çalışmada güvenli bağlanan bireylerin saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanan bireylere göre olumlu anlamda daha fazla duygu düzenleme yetenekleri olduğu belirtilmiştir (Cooper, Shaver ve Collins, 1998). Simpson (1990), bağlanma stillerinin romantik ilişkiler üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında ise güvenli bağlanan kişilerin romantik ilişkilerinde güvensiz bağlanma stillerine sahip kişilere göre daha olumlu duygulara sahip olduklarını belirtmiştir. Görünmez (2006)'in araştırmasında bağlanma stilleriyle duygusal zekâ arasındaki ilişkiye yer verilmiştir. Araştırma bulgularına göre; bağlanma stillerinden güvenli bağlanma ile duygusal zekâyı temsil eden; duyguları algılama, duyguları anlama, duyguları düzenleme, duyguları yönetme ve duygulardan yararlanma değişkenleri arasında pozitif yönde ilişki vardır. Aynı duruma Kafetsios (2004), bağlanma ve duygusal zekâ yetenekleri üzerine yaptığı çalışmasında yer vermiştir. Söz konusu çalışmanın sonuçlarında da güvenli bağlanma ile duyguları algılama, duyguları anlama ve duyguları yönetme duygusal zekâ yetenekleri arasında pozitif ilişki bulunmuştur ve duygusal zekâda üst seviye olarak görülen duygusal düzenleme becerisini de yine güvenli bağlanan bireyler daha iyi kullanabilmektedirler. Bağlanma stilleri ve günlük duygusal ve sosyal deneyim incelenen bir araştırmada, korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerine sahip kişiler duygusal zekâları açısından karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarında kayıtsız güvensiz bağlananların duygusal olaylara

dikkat etmedikleri üzüntü gibi duyguları kabul etmedikleri, korkulu güvensiz bağlananların ise olumsuz duygulara daha duyarlı oldukları belirtilmiştir. Aynı çalışmada, korkulu bağlanan bireylerin arkadaşları ile ilişkilerinde daha fazla olumlu duygular yaşadıkları, ancak romantik ilişkilerinde eşleri ile daha az olumlu duyguları hissettikleri belirtilmiştir (Kafetsios ve Nezlek, 2002). Hamarta ve ark. (2009), bağlanma stillerinin kişisel beceriler, kişiler arası beceriler, uyumluluk, stresle başa çıkabilme ve genel ruh durumu duygusal zekâ yeteneklerini yordama düzeylerini araştırmışlardır. Araştırma bulgularında, güvenli bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında pozitif ilişki olduğu, korkulu bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında negatif bir ilişki olduğu vurgulanmıştır. Sümer (2006), bağlanma stilleri ile duygusal zekânın ilişkili olduğunu varsayarak çalışma değişkenlerini şekillendirmiş ve araştırma sonuçlarında ilişkisi olan güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlananlara oranla duygusal zekânın ilişki kurabilme ve kişilerarası ilişkilerin kalitesini belirleyebilme yeteneğinde daha kaliteli ilişkiler oluşturabildiklerini belirtmiştir.

1.4.5. Duygusal Zekâ ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi İlişkisi

Duygusal zekâ ile yaşamın her alanında karşılaşmaktadır. Çünkü insanlar günlük hayatlarında çevreyle sürekli etkileşim halindedirler ve gittikleri her yere duygularını da götürmektedirler (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Evlilik ise bireyin eşiyle hayatını bütünleşmesi yalnızca fiilen değil; düşünce ve duygular ile hayatın her kısmında birlikte yaşamasıyla başlamaktadır. Çünkü evlilikte erkek ve kadının etkileşim içerisinde olduğu kişilerarası bir ilişki görülmektedir (Cingisiz ve Murat, 2010). Bu aşamada evlilikte eşler arasında mutlaka sorunlar yaşanabilecektir, fakat asıl önemli olan bu sorunların üstesinden nasıl gelindiğidir. İnsanların evliliklerindeki sorunları çözmeleri açısından önemli yeri olan duygusal zekâ; kişinin kendisinin ve eşinin duygularını okuma ve ilişkilerini sağlıklı bir biçimde yönetebilme yeteneklerinde etkilidir (Petrides ve Furnham, 2000: akt. Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009: s. 197). Sağlıklı evlilikler için de duyguları tanımak, duyguları ifade edebilmek, zorlayıcı olabilen duyguları idare etmek gerekmektedir (Cordova, Lee ve Warren, 2005: akt. Güngör-Houser, 2009: s. 52). Duygusal zekâ, duyguda farkındalık, duygu ile alakalı bilgiyi muhakeme edebilme yeteneklerini içerdiğinden sorunların çözümünde duygusal bilginin işlenmesi becerisi gerekmektedir (Aşan ve Özyer, 2003: akt. Güngör-Houser, 2009: s. 58). Etkin sorun çözme becerisi ise, kişisel veya kişilerarasında olan sorunların engelleyici etkisini ortadan kaldırmasına artı olarak, duygusal stresin negatif etkisini azaltmasında da önemli bir baş etme mekanizması görevini üstlenmektedir. Yüksek duygusal zekâyâ sahip kişiler, kendisini tanıyan, önemli gereksinimlerini bilen, zayıf ve güçlü yönlerini fark eden,

duygularında kontrolü yapabilen ve sağlıklı ilişkiler oluşturabilen bireylerdir; ayrıca evliliklerinde kendilerinin ve eşlerinin duygusal durumlarını çok iyi anlayabilir, bu duygusal bilgileri kullanarak zor durumlara uyum sağlayabilir ve yaşadıkları sorunları daha iyi çözebilmektedirler (Şahin, Güler ve Basım, 2009). Duygusal zekâsı yüksek olan bireyler, eş ve kendilerinin duygularını anlayabilir, empati yapabilir, onları en iyi şekilde idare edebilir, bütün bunların sonucunda da yaşanan sorunları olumlu olarak çözebilmektedir (Karabulutlu, Yılmaz ve Yurttaş, 2011). Sorun çözme becerisi, kişinin çevre ile başa çıkmada en önemsenen özelliklerinden birisidir. Bireyin sosyal yaşamını, evliliğini ve günlük hayattaki başarılarını olumlu şekilde etkilemektedir. Dolayısıyla duygusal zekâsı yüksek olan kişiler sorunlarını duygusal zekâsı düşük olan bireylere göre daha rahat çözebilmektedir (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Yaşamda duygusal zekâ, bireylerin eşleri, aile bireyleri, iş ve okul arkadaşlarıyla anlaşabilmelerini sağladığından, kendi ve çevresinde olan insanlarla ilgili sorunları kolayca çözümlenmektedir. Sorun çözümede duygusal zekâ; bilgiyi kullanabilme yeteneğidir. Duygusal bilgiyi kullanmak, hayattaki kalıplaşmış olan çözümlerden bireyi kurtarabilmekte ve sorun çözümede kapsamlı seçenekleri bulmaya yardım edebilmektedir (Atay, 2002: akt. Tetik ve Açıkgöz, 2013: s. 89). Yapılan bir çalışmada duygusal zeka ve sorun çözme becerisi arasında ilişki olabileceği şu şekilde açıklanmıştır: Kendisini başarılı sorun çözücü olarak algılayan bireylerin; sorunların temellerini içsel, kontrol edilebilen ve değişken sebeplere yükleme eğilimine gittiklerini, sorunun çözümü için daha çok vakit harcadıklarını, sorun çözme süreçlerini fark edebildiklerini, sosyal yeteneklerde de daha az kaygılı, daha iyi, fazla dikkatli ve sorunları kavrama güçleri daha iyi olan insanlar olduklarını ortaya koymaktadır (Çam, 1999: akt. İşmen, 2001: s. 116). Evlilikte eşlerin birinde veya ikisinde de duygusal zekâ yetersizliği varsa, yaşanan sorunlarda esnek davranmayarak sorunları çözmeleri imkânsızlaşmaktadır (Goleman, 1999: akt. Baba, 2010: s. 31).

1.5. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, evli bireylerin bağlanma stilleri ile evlilikte sorun çözme becerileri arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracı rolünü incelemektir. Ayrıca çalışmada bağlanma stilleri ve evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkiye; duygusal zekâ ile evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkiye ve bağlanma stilleri ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiye bakılması uygun görülmüştür.

1.6. Araştırmanın Önemi

Araştırma değişkenlerinden bağlanma stilleri, evlilikte sorun çözme becerisi ve duygusal zekâ değişkenleri klinik psikolojide ayrı ayrı araştırılan ya da sadece iki değişkenin birlikte çalışıldığı konulardandır. Ancak bütün bu değişkenlerin birlikte incelendiği çalışmalara denk gelinememiştir. Bağlanma stilleri ve evlilikle ilgili olan evlilik doyumu, uyumu gibi konular sıkça çalışılmıştır. Oysaki evliliklerdeki sorun çözme becerisi bireyin sahip olduğu bağlanma stillerinden etkilenmektedir. Duygusal zekâ değişkenine bakıldığında, bağlanma stilleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiye (Sümer, 2006) bağlanma stillerinin duygusal zekâyı yordama düzeyi gibi konulara bakılmıştır (Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2006); fakat hiç bu değişkenler arasındaki ilişkide aracı değişken görevini üstlenmemiştir. Dolayısıyla, bu çalışmada bütün bu değişkenler aynı anda incelenerek alana katkı sağlamak amaçlanmış ve bu araştırma ile literatüre yeni çalışma olanakları sağlayacağı düşünülmüştür. Ayrıca, evlilikte sorun çözme becerisinin öncelikli eşler olarak bütün aile düzeninin psikolojik iyiliği üzerinde etkisi bulunmaktadır. Bu sebeple araştırmamız sonucu elde edilen bulguların evlilik terapisialanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.7. Araştırmanın Problem Cümlesi

Çalışmanın problem cümlesi: Evlilikte sorun çözme becerisi bağlanma stilinden etkilenmekle beraber, duygusal zekâ, evlilikte sorun çözme becerisi ve bağlanma stili arasındaki ilişkide aracı değişken rolüne sahip midir?

1.8. Araştırmanın Alt Problemleri

1. Bağlanma stili ile evlilikte sorun çözme becerisi ilişkili midir?
2. Duygusal zekâ ile evlilikte sorun çözme becerisi ilişkili midir?
3. Bağlanma stili ve duygusal zekâ ilişkili midir?

1.9. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın amacı ve var olan literatür araştırması temelinde aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir.

H.1. Demografik özellikler bakımından duygusal zekâ ve alt boyutları, bağlanma stilleri ve evlilikte sorun çözme becerisi arasında farklar vardır.

H.2. Bağlanma stili ile evlilikte sorun çözme becerisi arasında ilişki vardır.

H.3. Duygusal zekâ ile evlilikte sorun çözme becerisi arasında ilişki vardır.

H.4. Bağlanma stili ile duygusal zekâ arasında ilişki vardır.

H.5. Güvenli bağlanan bireyler ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerin evlilikte sorun çözüme becerileri arasında anlamlı bir fark vardır.

H.6. Güvenli bağlanan bireyler ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerin duygusal zekâ ve alt boyutları arasında anlamlı bir fark vardır.

H.7. Yetişkinlerin bağlanma stilleri ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında ilişki vardır.

H.8. Evlilikte sorun çözüme becerisi ve duygusal zekâ ve alt boyutları arasında ilişki vardır.

1.10. Araştırmanın Sayıtları

Bu araştırmada; evli bireylerin ölçekleri içtenlikle cevaplayacakları ve veri toplamak için kullanılan araç ve yöntemlerinin çalışma amacına uygun olan bilgileri toplayabilecek geçerlilik ve güvenirliliği taşıdığı varsayılmaktadır.

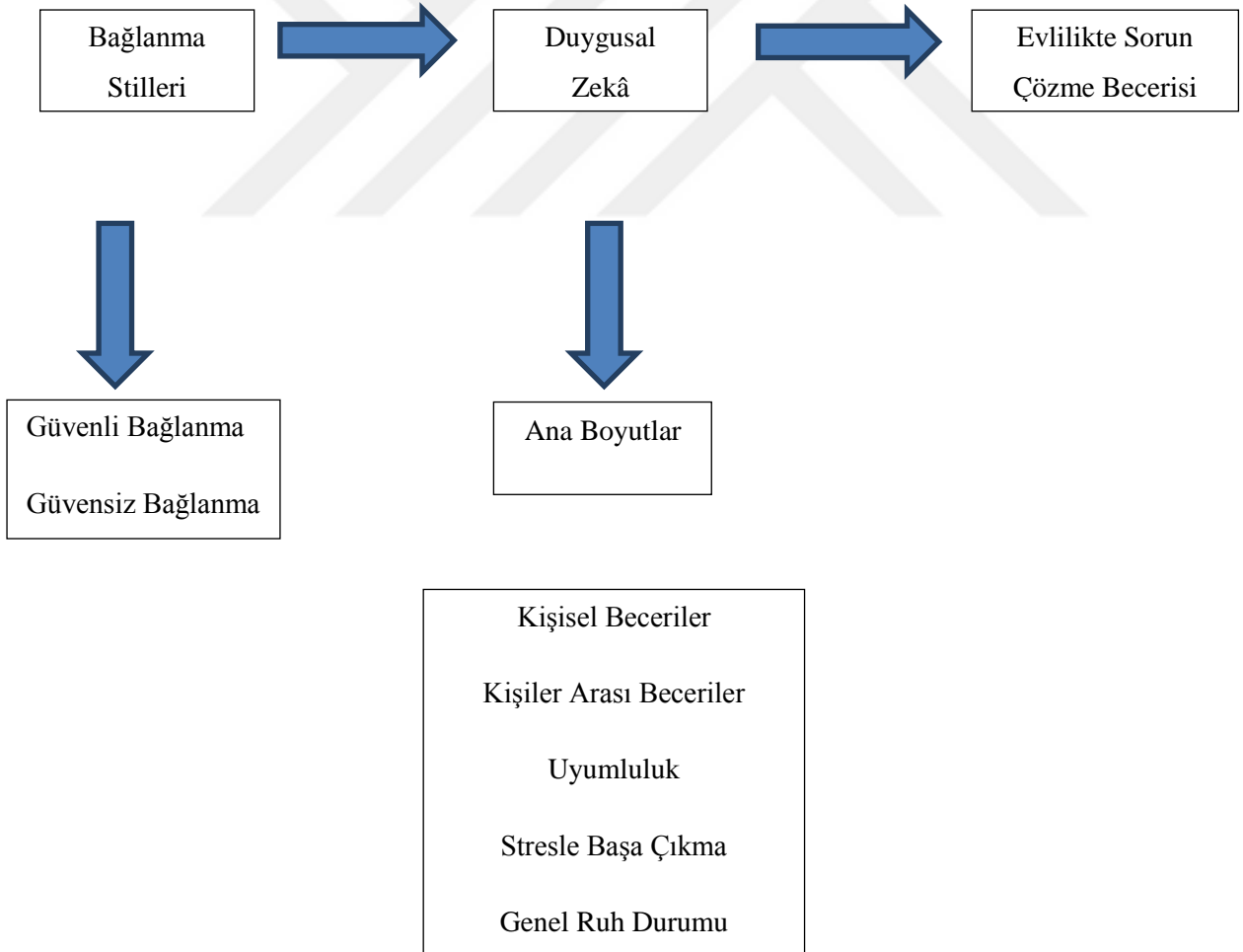
2. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, çalışmanın yürütüldüğü örneklem, kullanılan ölçüm araçları, çalışmanın nasıl uygulandığı ve verilerin analizleri ile ilgili bilgiler aktarılacaktır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli evlilikte bağlanma stili bağımsız değişkeni ile evlilikte sorun çözme becerisi bağımlı değişkeni ilişkisinde duygusal zekânın aracı değişken rolünü araştırmak üzerine kurulmuştur. Bağlanma stillerinin evlilikte sorun çözme becerisini duygusal zekâ aracılığıyla ne yönde ve nasıl etkileyeceği sorusu ve araştırmanın bu değişkenlerinin alt boyutları arasındaki ilişkiler çalışmanın ana hatlarını oluşturmaktadır. Araştırmanın şematik modeli Şekil 3’de verilmiştir.

Şekil 3. Araştırmanın Modeli



2.2. Örneklem Seçimi

Araştırmanın evrenini 179 kadın (%58.7), 126 erkek (%41.3), olmak üzere 305 evli birey oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu Kahramanmaraş ili merkezinde bulunan çeşitli kurum ve işyerinden, rastlantısal olarak seçilmiş evli bireyler oluşturmaktadır. Veri ölçüm araçları, Kahramanmaraş ili merkezinde bulunan, random olarak seçilen ve evli olma koşulunu sağlayan tüm kişilere gönüllülük esasına dayanarak uygulanmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 18-77, yaş ortalaması 37.82'dir (ss=11.5). Eğitim durumlarını belirten katılımcıların 19'u (%6,2) okur-yazar, 56'sı (%18,4) ilkokul, 46'sı (%15,1) ortaokul, 73'ü (%23,9) lise, 88'i (%28,9) üniversite, 23'ü (%7,5) lisansüstü ve üstü mezundur. Katılımcıların çalışma durumu araştırıldığında, 178'i (%58,4) çalıştıklarını, 127'si (%41,6) şuan çalışmadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımları tablo 1'de verilmiştir

Tablo 1. Örneklem sosyo-demografik özellikleri

Değişkenler	N	Ort	Ss
Cinsiyet			
Kadın	179 (%58.7)		
Erkek	126 (%41.3)		
Yaş		37.82	11.5
Evlenme Şekli			
Görücü Usulü	186 (%61)		
Tanışarak	119 (%39)		
Evlenme Yaşı		21.83	4.37
Evlilik Süresi (yıl)		15.94	12.58
Çocuk			
Var	244 (%80)		
Yok	60 (%19.7)		
Çocuk Sayısı		2.54	1.28

Aylık Gelir Seviyesi

1000 ve Altı	68 (%22.3)
1000-2000	73(%23.9)
2000-4000	93(%30.5)
4000-5000	12(%3.9)
5000 ve Üzeri	22(%7.2)

2.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu, ilişki ölçekleri anketi, Bar-On duygusal zekâ ölçeği, evlilikte sorun çözme ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan bu veri toplama araçları aşağıda sırayla tanıtılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu formda araştırmaya katılan bireylerin, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi gibi demografik bilgilerin yanında; araştırmada ele alınan değişkenlerle ilişkisi olduğu düşünülen evlenme şekli, evlilik süresi gibi sorulara da yer verilmiştir. Kişisel Bilgi Formu Ek 1’de verilmiştir.

2.3.2. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

İlişki Ölçekleri Anketi; Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ve 30 maddeden oluşan ölçek; güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı yetişkin bağlanma stillerini ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Bu dört bağlanma şekli ölçekteki farklı maddelerin toplanması ile elde edilmektedir. Ölçekte bulunan sorular; Hazan ve Shaver’ın (1987) bağlanmayı ölçen paragraflarından, Bartholomew ve Horowitz’in (1991) ilişki anketinden ve son olarak Collins ve Read’in (1990) yetişkin bağlanmasını ölçeğinin maddelerinin birleşiminden oluşmuştur (Çavuşoğlu, 2011). Söz konusu ölçeği Türkçe’ye Sümer ve Güngör (1999) uyarlamışlardır. Dört bağlanma stilini belirlemek için kullanılan ilişki ölçekleri anketi 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınacak puanlar 1 ve 7 arasında değişmektedir. Araştırmaya katılan bireylerden, her bir madde için romantik ilişki ve arkadaşlık gibi yakın ilişkilerinde bireyin kendisini ve tutumlarını ne kadar tanımladığını 7 basamaktan (1-beni hiç tanımlamıyor; 7-beni tamamiyle tanımlıyor) oluşan bu ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Ölçekte saplantılı ve korkulu bağlanma stillerini ölçen 4’er madde ve güvenli ve kayıtsız bağlanma stillerini ölçen 5’er madde bulunmaktadır. Ölçekteki maddelerde 5, 7 ve

17. sorular ters puanlanmaktadır; yani yeniden kodlanması gerekmektedir. Ölçekte olan 5. maddenin orijinal ve ters yüklü hali birlikte kullanılmaktadır. 5. maddenin orijinal hali kullanıldığında kayıtsız bağlanma stilini, tersten kullanıldığında saplantılı bağlanma stilini vermektedir. Güvenli bağlanma stilini 3, 7, 8, 10, 17. maddelerinin ortalaması; korkulu bağlanma stilini 1, 4, 9, 14. maddelerinin ortalaması; saplantılı bağlanma stilini 5 (ters yüklü), 6, 11, 15. maddelerinin ortalaması ve kayıtsız bağlanma stilini de 2, 5 (orijinal), 12, 13, 16. maddelerinin ortalaması vermektedir. Dört bağlanma stilini belirleyen toplam puanlar, bu stilleri ölçmeyi amaçlayan maddelerin toplanması sonucundan ve bu toplamın her bir ölçekteki soru sayısına bölünmesinden sonra bulunmaktadır. Araştırmaya katılanlar, en yüksek ortalamayı elde ettikleri bağlanma stillerine göre dört bağlanma stilinin birinde gruplandırılmaktadır. (Sümer ve Güngör, 1999: s.79). İlişki ölçekleri anketinde alt ölçeklerin alfa değeri .42 ile .71 arasında değişmektedir. İç tutarlılığın düşük olmasına karşın söz konusu ölçeğin alt ölçeklerinin kabul edilebilir seviyede test güvenilirliğine sahip oldukları belirtilmiştir (Bartholomew, 1994: akt. Sümer ve Güngör, 1999: s. 79). İlişki Ölçekleri Anketinin Türkçe formu Ek 2’de verilmiştir.

2.3.3. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği

Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği; Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth (1982) tarafından geliştirilen ve 9 madde 7 dereceden oluşan ölçek; evli kişilerin evliliklerinde karşılaştıkları sorunları çözme becerileriyle ilgili algılarını belirlemek için geliştirilmiştir. Söz konusu ölçeği Türkçe’ye Hünler ve Gençöz (2002) uyarlamıştır. Orijinal halinde 7 dereceli şekilde değerlendirilen ölçek, katılımcıların cevaplamaını kolaylaştırmak amacıyla çalışmacılar tarafından 5 dereceli değerlendirme ölçeğine çevrilmiştir. Evlilikte sorun çözme ölçeğinden alınabilecek en yüksek skor 45 en düşük puan 9’dur. Alınan yüksek puanlar, bireylerin evliliklerinde kendilerini sorun çözme becerileri açısından başarılı algıladıklarını belirtmektedir. Söz konusu ölçek geçerli ve güvenilirlerdir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması aşamasında iç tutarlılık (.95) ve test-tekrar test ($p < .001$) güvenilirlik incelemesi yapılmıştır (Koca, 2013). Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Ölçeğinin Türkçe formu Ek 3’de sunulmuştur.

2.3.4. Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeği (Bar-On EQ)

Bar-On Duygusal Zekâ ölçeği; Acar (2001) tarafından Türkçe’ye uyarlanmaya çalışılmıştır. Bar-On’un yapmış olduğu test ve yeniden test çalışmaları dört ay kadar sürmüştür; çalışmadan elde ettiği test yeniden test değerleri ise .78’den .92’ye ve .55’ten .82’ye ulaşmıştır. Ölçek sahibi Reuven Bar-On tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları

yapılmış olan anketi yine Acar kısaltmış ve okutmanlar Türkçe 'ye ayrı ayrı çevirdikten sonra tekrar İngilizce 'ye çevirmişlerdir. Bu çalışma sonrası anketin orijinal hali ile yapılan çeviriler karşılaştırılarak değerlendirilmiş, yanlış anlaşılma ihtimali olan maddeler tekrar incelenmiştir (Baba, 2010). İlk haliyle 133 maddeden oluşan ölçek, hiçbir boyutta yer almayan 15 ifadenin çıkartılmasıyla 88 maddelik kısaltılmış bir ölçek halini almıştır. Bar-On EQ anketi, 1 ile 5 arası değişen; 1-tamamen katılıyorum, 2-katılıyorum, 3-kararsızım, 4-katılmıyorum ve 5-kesinlikle katılmıyorum şeklinde derecelendirmeye göre sıralanmış ifadelerden oluşan 5'li likert tipi bir ankettir ve duygusal zekânın 5 ana boyut ve 15 alt boyutunu değerlendirmektedir. Ölçekte bazı maddelerin (3, 6, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 24, 29, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 44, 47, 50, 51, 56, 58, 59, 60, 64, 65, 66, 67, 70, 71, 73, 77, 79, 80, 82, 83, 85, 86) tersinden puanlandırılması gerekmektedir. Alt boyutlar ile alakalı puan ortalamaları, söz konusu boyut ile ilgili ifadelere verilen cevapların puanları toplamının madde sayısına bölünmesi ile hesaplanabilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam skor 87, alınabilecek en yüksek skor 435'tir. Ölçekte herhangi bir kesme noktası bulunmamaktadır. Bir alt boyuttan elde edilen puanın yükselmesi demek; o alt boyuttaki duygusal zekâ yeteneğinin daha çok kullanılması anlamına gelmektedir. Kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk, stresle başa çıkma ve genel ruh durumu alt boyutları için de güvenilirlik çalışması Acar (2001) tarafından yapılmıştır. Söz konusu çalışmanın boyutlara göre Cronbach Alpha katsayıları; kişisel yetenekler 83,73; kişilerarası yetenekler 77,87; uyumluluk; 65,42; stresle başa çıkma 73,14; genel ruh durumu 75,06 değerlerinden oluşmaktadır. Ölçeğin toplam boyutları için Alpha katsayısı 92,12'dir.

Ölçeğin boyutları, alt boyutları ve ilgili madde sayıları aşağıda sırayla verilmektedir (Kahraman, 2013: s. 27-28).

Kişisel beceriler boyutu, kişinin kendisi ile ilişkisini ve kendi içindeki değerini göstermektedir. Bu boyut için alınabilecek en düşük skor 29, en yüksek puan 145'tir. Kişisel beceriler boyutunun alt boyutları ve ölçekteki madde numaraları sırayla verilmektedir: Duygusal benlik bilinci alt boyutu için soru numaraları 2, 8, 13, 38, 53, 84; kendine güven alt boyutu için madde numaraları 7, 9, 20, 27, 39, 86; kendine saygı alt boyutu için soru numaraları 10, 14, 26, 44, 55, 69; kendini gerçekleştirme alt boyutu için soru numaraları 15, 17, 19, 21, 28, 35 ve bağımsızlık alt boyutunu gösteren soru numaraları 22, 24, 47, 64, 73'tür.

Kişilerarası beceriler boyutu, kişilerarası faaliyet ve becerileri belirtmektedir. Bu boyut için elde edilebilecek en düşük puan 18, en yüksek puan 90'dır. Kişilerarası beceriler

boyutunun alt boyutları ve ölçekteki madde numaraları sırayla verilmektedir: Empati alt boyutu için soru numaraları 25, 30, 49, 77, 81; kişilerarası ilişkiler alt boyutu için soru numaraları 16, 32, 42, 46, 57, 62, 67 ve sosyal sorumluluk alt boyutu için soru numaraları 34, 43, 45, 48, 59, 79'dur.

Uyumluluk boyutu, kişiden beklenen isteklerle ve problemlili olaylarla uygun biçimde başa çıkabilmesindeki başarısını belirtmektedir. Bu boyut için elde edilebilecek en düşük puan 15, en yüksek puan 75'dir. Uyumluluk boyutunun alt boyutları ve ölçekteki madde numaraları sırayla verilmektedir: Problem çözme alt boyutu için soru numaraları 1, 23, 33, 51, 87; gerçekçilik alt boyutu için soru numaraları 4, 12, 52, 56, 82 ve esneklik alt boyutu için soru numaraları 18, 50, 58, 61, 71'dir.

Stresle başa çıkma boyutu, umutsuzluk hissetmeden ve kontrolü elden bırakmadan stres ile başa çıkmayı belirtmektedir. Bu boyut için elde edilebilecek en düşük puan 13, en yüksek puan 65'tir. Stresle başa çıkma boyutunun alt boyutları ve ölçekteki madde numaraları sırayla verilmektedir: Stres yönetimi alt boyutu için soru numaraları 3, 6, 60, 63, 68, 75, 80 ve dürtü kontrolü alt boyutu için soru numaraları 11, 29, 36, 41, 66, 70'tir.

Genel ruh durumu boyutu, yaşamla alakalı duyguları, hayattan alınan zevki ve hayata genel bakış açısını belirtmektedir. Bu boyut için elde edilebilecek en düşük skor 12, en yüksek skor 60'tır. Genel ruh durumu boyutunun alt boyutları ve ölçekteki madde numaraları sırayla verilmektedir: Mutluluk alt boyutu için soru numaraları 37, 40, 54, 65, 72, 74, 83 ve iyimserlik alt boyutu için soru numaraları 5, 31, 76, 78, 85'tir.

Bar-On Duygusal Zekâ ölçeğinin İngilizce ve Türkçe versiyonu arasında dil eşdeğerliği güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasını Mumcuoğlu (2002) gerçekleştirmiştir. Anketin 133 maddeden oluşan Türkçe versiyonu 125 kişiye uygulanmıştır. İngilizce ile Türkçe versiyonu arasında $r = .95$ ile $r = .95$ seviyesinde bir ilişki belirtilmiştir. İçsel tutarlılık incelemelerinde boyutlar için Cronbach alfa güvenilirlik katsayılarının .48 ile .84 arasında bulunduğu belirlenmiştir. Test-tekrar test güvenilirlik çalışması yöntemi ile dört ay ara ile 57 katılımcıya uygulanmış ve boyut puanlarının .78 ve .92 arasında bulunduğu belirtilmiştir. Ölçekteki maddelerde 3, 6, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 21, 22, 24, 29, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 44, 47, 50, 51, 56, 58, 59, 60, 64, 65, 66, 67, 70, 71, 73, 77, 79, 80, 82, 83, 85 ve 86 numaralı ifadeler ters yönde değerlendirilen maddelerdir (Güngör-Houser, 2009: s. 99-100). Araştırmamızda dört anket kullanılmasının sonucunda toplam madde sayısının fazlaştığı düşünülerek belirtilen uyarlamadan Acar (2001) tarafından 88 ifadeye azaltılmış olan form kullanılmıştır.

Bunun yanında, anketin 88. ifadesini içeren ‘yukarıdaki ifadelere samimi ve doğru bir şekilde cevap verdim’ maddesine tamamen katılıyorum ya da katılıyorum şıkları dışında cevaplayanların anketleri değerlendirilmemiştir. Bar-On Duygusal Zekâ Ölçeğinin Türkçe versiyonu Ek 4’te sunulmuştur.

2.4. İşlem

Araştırma Kahramanmaraş ili merkezinde bulunan çeşitli konut, kurum ve işyerlerine gidilerek evli olma koşulunu sağlayan tüm kişilere, gönüllülük esasına dayanarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırmanın konusu, amaçları ve gizlilik ilkesi hakkında sözlü olarak açıklama yapılarak onayları alınmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylerden ilk önce kişisel bilgi formu elden verilerek, doldurmaları istenmiştir. Sonrasında sırayla daha önce açıklamaları yapılan üç ölçüm aracı sırayla verilmiştir. Katılımcılar sıralanan ölçekleri kendileri doldurmuşlardır. Ölçüm araçlarını uygulama zamanı 15 ile 30 dakika arasında değişmiştir. Araştırmaya katılan gönüllü bireylere kimliklerini belirleyen herhangi bir soru sorulmamıştır. Uygulama bittikten sonra katılımcılara tek tek teşekkür edilmiştir. Verilerin analizinden önce değerlendirme yapılarak, anketlere verilen eksik bilgi sebebiyle 10 katılımcının veri formu analize edilmemiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verileri değerlendirmede, istatistiksel analizler için SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır. Bağlanma stilleri, duygusal zekâ ve evlilikte sorun çözme değişkenleri arasındaki ilişki düzeyine bakılırken Pearson Korelasyon yöntemi kullanılmıştır. Aracı değişkene dair kurulan araştırma sorusu testi için Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen üç aşamalı regresyon analizinden faydalanılmıştır. Sosyodemografik özelliklerin analizinde gruplar arasındaki farkları tespit etmek amacıyla bağımsız gruplar t testinden, ANOVA testinden ve ki-kare testinden yararlanılmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistik analizlere yer verilmiştir. Birinci bölümde demografik değişkenlere ilişkin bulgulara yer verilmiştir. İkinci bölümde, araştırmada kullanılan ölçeklerden alınan puanların araştırma değişkenlerine göre karşılaştırıldığı bağımsız örneklem t testi, varyans analizi ve ki-kare bulguları yer almaktadır. Üçüncü bölümde, araştırmada kullanılan ölçeklerden alınan puanların birbirleri ile ilişkilerinin değerlendirildiği regresyonla aracı değişken analizi bulgularına yer verilmiştir. Dördüncü bölümde korelasyon analizlerine yer verilmiştir.

3.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Tablo 2’de araştırmanın katılımcılarının cinsiyetlerine göre yaş, evlenme yaşı ve evlilik süresi değişkenlere göre ortalamalarının karşılaştırıldığı t testi bulguları verilmiştir.

Cinsiyete göre yaş ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=1.99$; $p<.05$. Erkeklerin yaş ortalamaları (Ort.=39.38) kadınların yaş ortalamalarından (Ort=36.73) anlamlı şekilde yüksektir. Cinsiyete göre evlenme yaşı ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=9.05$; $p<.05$. Erkeklerin evlenme yaşı ortalamaları (Ort.=24.23) kadınların evlenme yaşı ortalamalarından (Ort.=20.14) anlamlı şekilde yüksektir. Cinsiyete göre evlilik süresi ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 2. Cinsiyete göre demografik değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma ve t testi bulguları

		N	Ort.	Ss	t
Yaş	Erkek	126	39.38	11.32	1.99*
	Kadın	179	36.73	11.56	
	Toplam	305	37.82	11.52	
Evlenme Yaşı	Erkek	126	24.23	3.94	9.05*
	Kadın	179	20.14	3.85	
	Toplam	305	21.83	4.37	
Evlilik Süresi	Erkek	126	15.21	11.65	-.859
	Kadın	179	16.46	13.21	
	Toplam	305	15.94	12.58	

* $p < .05$

Tablo 3’de cinsiyete göre demografik özelliklerin frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki-kare bulguları verilmiştir. Kadın ve erkeklerin eğitim durumlarına dağılımları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=9.907$; $p<.05$). Kadınların %7.3’ü okuryazar, %22.3’ü ilkökul, %14.5’i ortaokul, %25.7’si lise, %23.5’i üniversite, %6.7’si lisansüstü mezunu olduklarını bildirmişlerdir. Erkeklerin %4.8’i okuryazar, %12.7’si ilkökul, %15.9’u ortaokul, %21.4’ü lise, %36.5’i üniversite, %8.7’si lisansüstü mezunu olduklarını bildirmişlerdir.

Tablo 3. Cinsiyete göre demografik özelliklerin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare testi bulguları

		Erkek	Kadın	Toplam	χ^2	p
Eğitim Durumu						
Okuryazar	n	6	13	19	9.907	.009
	%	4.8	7.3	6.2		
İlkokul	n	16	40	56		
	%	12.7	22.3	18.4		
Ortaokul	n	20	26	46		
	%	15.9	14.5	15.1		
Lise	n	27	46	73		
	%	21.4	25.7	23.9		
Üniversite	n	46	42	88		
	%	36.5	23.5	28.9		
Lisansüstü	n	11	12	23		
	%	8.7	6.7	7.5		
Çalışma Durumu						
Evet	n	115	63	178	95.68	.000
	%	91.3	35.2	58.4		
Hayır	n	11	116	127		
	%	8.7	64.8	41.6		
Toplam	n	126	179	305		
	%	100.0	100.0	100.0		
Gelir Durumu						
1000 ve altı	n	28	40	68	6.782	.148
	%	22.4	28.0	25.4		
1000-2000	n	32	41	73		
	%	25.6	28.7	27.2		
2000-4000	n	48	45	93		
	%	38.4	31.5	34.7		
4000-5000	n	9	3	12		
	%	7.2	2.1	4.5		
5000 ve üzeri	n	8	14	22		
	%					

	%	6.4	9.8	8.2
Toplam	n	125	143	268
	%	100.0	100.0	100.0

Çalışma durumuna göre kadın ve erkeklerin dağılımları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=95.68$; $p<.05$). Erkeklerin %91.3'ü, kadınların %35.2'si bir işte çalıştıklarını bildirmişlerdir.

Gelir durumuna göre kadın ve erkeklerin dağılımları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Erkeklerin %22.4'ü kadınların %28'i 1000 TL altında, erkeklerin %25.6'si ve kadınların %28.7'si 1000-2000 TL arasında, erkeklerin %38.4'ü ve kadınların %31.5'i 2000-4000 TL arasında, erkeklerin %7.2'si ve kadınların %2.1'i 4000-5000 TL arasında, erkeklerin %6.4'ü ve kadınların %9.8'i 5000 TL üzerinde gelirlerinin olduğunu bildirmişlerdir. Kadın ve erkeklerin gelir durumu dağılımları açısından birbirine benzer oldukları, aralarında fark olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4'de cinsiyete göre evlenme şekli değişkeninin frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki-kare bulguları verilmiştir. Evlenme şekline göre kadın ve erkeklerin dağılımları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Erkeklerin %57.1'i kadınların %63,7'si görücü usulü, erkeklerin %42.9'u kadınların %36.3'ü severek evlendiklerini bildirmişlerdir. Kadın ve erkeklerin evlenme biçimleri dağılımları açısından birbirine benzer oldukları, aralarında fark olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Cinsiyete göre evlilik değişkeninin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare testi bulguları

		Erkek	Kadın	Toplam	χ^2	p
Evlenme Şekli						
Görücü usulü	n	72	114	186	1.331	0.150
	%	57.1	63.7	61.0		
Tanışarak, severek	n	54	65	119		
	%	42.9	36.3	39.0		
Toplam	n	126	179	305		
	%	100.0	100.0	100.0		

3.2. Ölçeklerden Alınan Puanların Araştırma Değişkenlerine Göre Değerlendirilmesi

3.2.1. Duygusal Zekâ Ölçeği (DZÖ)

Çocuk sahibi olup olmamaya, eğitim düzeyine, evlenme şekline göre Duygusal Zekâ Ölçeği ve alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Evlilik süresi ile Duygusal Zeka Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı korelasyon bulunmamıştır.

3.2.1.1. Cinsiyete Göre Duygusal Zekâ

Tablo 5’te cinsiyete göre DZÖ Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Cinsiyete göre DZÖ Kişisel Beceriler alt boyutlarından alınan puanlar ve Kişisel Beceriler toplam puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Cinsiyete göre, DZÖ Kişilerarası Beceriler “Empati” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=2.153$; $p<.05$. Erkeklerin empati ortalamaları (Ort.=11.96) kadınların ortalamalarından (Ort.=10.87) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre, DZÖ Kişilerarası Beceriler “Kişilerarası İlişkiler” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=2.373$; $p<.05$. Erkeklerin kişilerarası ilişkiler ortalamaları (Ort.=17.36) kadınların ortalamalarından (Ort.=15.79) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre, DZÖ Kişilerarası Beceriler “Sosyal Sorumluluk” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=2.248$; $p<.05$. Erkeklerin sosyal sorumluluk ortalamaları (Ort.=14.47) kadınların ortalamalarından (Ort.=13.09) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tablo 5. Cinsiyete Göre Duygusal Zekâ Ölçeği Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Kişilerarası Beceriler		N	Ort.	Ss	t
Empati	Erkek	126	11.96	4.230	2.153*
	Kadın	179	10.87	4.431	
	Toplam	305	11.32	4.375	
Kişilerarası İlişkiler	Erkek	126	17.36	5.804	2.373*
	Kadın	179	15.79	5.569	
	Toplam	305	16.44	5.710	
Sosyal Sorumluluk	Erkek	126	14.47	5.662	2.248*
	Kadın	179	13.09	4.986	
	Toplam	305	13.66	5.310	
Toplam	Erkek	126	43.79	14.103	2.521*
	Kadın	179	39.75	13.500	
	Toplam	305	41.42	13.873	

* $p < .05$

Tablo 6’da cinsiyete göre DZÖ Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Cinsiyete göre DZÖ Uyumluluk “Gerçekçilik” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=2.062$; $p<.05$. Erkeklerin gerçekçilik ortalama puanları (Ort.=15.29) kadınların ortalama puanlarından (Ort.=14.30) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre DZÖ Uyumluluk alt ölçeğinin diğer boyutlarından alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 6. Cinsiyete Göre Duygusal Zekâ Ölçeği Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Uyumluluk		N	Ort.	Ss	t
Problem Çözme	Erkek	126	11.59	4.119	0.601
	Kadın	179	11.32	3.502	
	Toplam	305	11.43	3.765	
Gerçekçilik	Erkek	126	15.29	4.083	2.062*

	Kadın	179	14.30	4.159	
	Toplam	305	14.70	4.150	
Esneklik	Erkek	126	16.33	3.313	
	Kadın	179	15.94	3.512	0.956
	Toplam	305	16.10	3.431	
Toplam	Erkek	126	43.20	8.401	
	Kadın	179	41.56	7.615	1.768
	Toplam	305	42.24	7.976	

* $p < .05$

Tablo 7’de cinsiyete göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Cinsiyete göre DZÖ Stresle Başa Çıkma “Stres Yönetimi” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=-2.446$; $p<.05$. Kadınların stres yönetimi ortalamaları (Ort.=22.75) erkeklerin ortalamalarından (Ort.=21.54) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Cinsiyete göre DZÖ Stresle Başa Çıkma “Dürtü Kontrolü” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Cinsiyete göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt ölçeği toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 7. Cinsiyete Göre Duygusal Zekâ Ölçeği Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Stresle Başa Çıkma		N	Ort.	Ss	t
Stres Yönetimi	Erkek	126	21.54	4.206	
	Kadın	179	22.75	4.281	-2.446*
	Toplam	305	22.25	4.285	
Dürtü Kontrolü	Erkek	126	20.49	5.169	
	Kadın	179	19.89	5.611	0.956
	Toplam	305	20.14	5.432	
Toplam	Erkek	126	42.03	7.552	
	Kadın	179	42.64	7.793	-.676
	Toplam	305	42.39	7.688	

* $p < .05$

Cinsiyete göre Genel Ruh Durumu alt ölçeği alt boyutlarından alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Cinsiyete göre Genel Ruh Durumu toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Cinsiyete göre Duygusal Zekâ Ölçeğinden alınan toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

3.2.1.2. Gelir Durumuna Göre Duygusal Zekâ

Tablo 8’de gelir durumuna göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir. Gelir durumuna göre stres yönetimi ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(4,253)=4.58$; $p<.05$.

Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda 1000 TL ve altı gelire sahip olanların stres yönetimi ortalamaları (Ort.=22.59), 4000-5000 TL gelire sahip olanların ortalamalarından (Ort.=18.33) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.013$).

2000-4000 TL gelire sahip olanların stres yönetimi ortalamaları (Ort.=22.92) 1000-2000 TL gelire sahip olanların stres yönetimi ortalamalarından (Ort.=21.08) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.045$).

2000-4000 TL gelire sahip olanların stres yönetimi ortalamaları (Ort.=22.92) 4000-5000 TL gelire sahip olanların ortalamalarından (Ort.=18.33) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.004$). Diğer gelir düzeylerine göre stres yönetimi ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 8. Gelir Durumuna Göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutları ortalamaları, standart sapmaları ve varyans analizi bulguları

Stresle Başa Çıkma	N	Ort.	Ss	F
Stres Yönetimi	1000 ve altı	68	22.59	4.147
	1000-2000	73	21.08	4.287
	2000-4000	93	22.92	3.707
	4000-5000	12	18.33	5.710
	5000 ve üzeri	22	22.45	5.369
	Toplam	268	22.09	4.342
Dürtü Kontrolü	1000 ve altı	68	20.32	5.560
	1000-2000	73	20.26	5.396
	2000-4000	93	20.91	4.548

	4000-5000	12	19.33	7.499	
	5000 ve üzeri	22	20.09	5.004	
	Toplam	268	20.45	5.213	
Toplam	1000 ve altı	68	42.91	7.188	
	1000-2000	73	41.34	7.787	
	2000-4000	93	43.84	6.254	2.44*
	4000-5000	12	37.67	1.309	
	5000 ve üzeri	22	42.55	9.440	
	Toplam	268	42.54	7.624	

* $p < .05$

Gelir durumuna göre DZÖ Stresle Başa Çıkma dürtü kontrolü ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Gelir durumuna göre DZÖ Stresle Başa Çıkma toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(4,253)=2.44$; $p<.05$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda hangi ortalamalar arasında fark bulunduğu tespit edilememiştir. Bu durum varyans analizinde elde edilen anlamlılık düzeyinin $p<.05$ 'e oldukça yakın bir değer almasından kaynaklanıyor olabilir.

Gelir durumuna göre Duygusal Zekâ Ölçeği toplam puanı, kişisel beceriler, kişiler arası beceriler, uyumluluk ve genel ruh durumu alt ölçekleri ve alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

3.2.1.3. Çalışma Durumuna Göre Duygusal Zekâ

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Genel Ruh Durumu alt boyutlarından alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 9'da çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişisel Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir. Çalışıp çalışmamaya göre "Kendini Gerçekleme" alt boyutundan alınan puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $t(1,303)=2.773$; $p<.05$. Bir işte çalışanların kendini gerçekleştirme ortalamaları (Ort.=16.46) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=14.78) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişisel Beceriler alt ölçeğinin diğer alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 9. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişisel Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Kişisel Beceriler		N	Ort.	Ss	t
Duygusal Benlik Bilinci	Evet	178	16.21	4.344	.628
	Hayır	127	15.90	4.121	
	Toplam	305	16.08	4.248	
Kendine Güven	Evet	178	17.24	4.874	.203
	Hayır	127	17.13	4.918	
	Toplam	305	17.19	4.885	
Kendine Saygı	Evet	178	14.13	5.311	-.060
	Hayır	127	14.17	5.058	
	Toplam	305	14.14	5.199	
Kendini Gerçekleme	Evet	178	16.46	5.390	2.773*
	Hayır	127	14.78	4.844	
	Toplam	305	15.77	5.227	
Bağımsızlık	Evet	178	16.37	5.077	.941
	Hayır	127	15.83	4.837	
	Toplam	305	16.14	4.977	
Toplam	Evet	178	80.41	18.672	1.254
	Hayır	127	77.81	16.594	
	Toplam	305	79.33	17.854	

* $p < .05$

Tablo 10’da çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişilerarası Beceriler “Kişilerarası İlişkiler” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $t(1,303)=2.520$; $p<.05$]. Bir işte çalışanların kişilerarası ilişkiler ortalamaları (Ort.=17.13) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=15.47) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

DZÖ Kişilerarası Beceriler “Sosyal Sorumluluk” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur $t(1,303)=2.984$; $p<.05$. Bir işte çalışanların sosyal sorumluluk ortalamaları (Ort.=14.42) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=12.60) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

DZÖ Kişilerarası Beceriler alt ölçeği toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $t(1,303)=2.666$; $p<.05$. Bir işte çalışanların kişilerarası beceriler ortalamaları

(Ort.=43.19) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=38.94) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişilerarası Beceriler “Empati” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 10. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Kişilerarası Beceriler alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Kişilerarası Beceriler		N	Ort.	Ss	t
Empati	Evet	178	11.65	4.460	1.538
	Hayır	127	10.87	4.228	
	Toplam	305	11.34	4.375	
Kişilerarası İlişkiler	Evet	178	17.13	5.853	2.520*
	Hayır	127	15.47	5.379	
	Toplam	305	16.44	5.710	
Sosyal Sorumluluk	Evet	178	14.42	5.501	2.984*
	Hayır	127	12.60	4.857	
	Toplam	305	13.66	5.310	
Toplam	Evet	178	43.19	14.396	2.666*
	Hayır	127	38.94	12.749	
	Toplam	305	41.42	13.873	

* $p < .05$

Tablo 11’de çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Uyumluluk “Gerçekçilik” alt boyutlarından alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur, $t(1,303)=2.759$; $p<.05$. Bir işte çalışanların gerçekçilik ortalamaları (Ort.=15.25) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=13.94) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çalışıp çalışmamaya göre diğer alt boyutlardan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 11. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Uyumluluk alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Uyumluluk		N	Ort.	Ss	t
Problem Çözme	Evet	178	11.57	3.974	.770
	Hayır	127	11.24	3.456	
	Toplam	305	11.43	3.765	
Gerçekçilik	Evet	178	15.25	4.282	2.759*
	Hayır	127	13.94	3.844	
	Toplam	305	14.71	4.150	
Esneklik	Evet	178	16.06	3.456	-0.240
	Hayır	127	16.16	3.407	
	Toplam	305	16.10	3.431	
Toplam	Evet	178	42.89	8.261	1.686
	Hayır	127	41.33	7.498	
	Toplam	305	42.24	7.976	

*p < .05

Tablo 12’de çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar standart sapmalar ve t testi bulguları verilmiştir.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Stresle Başa Çıkma “Dürtü Kontrolü” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bir işte çalışanların dürtü kontrolü ortalamaları (Ort.=20.89) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=19.09) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Stresle Başa Çıkma toplam puan ortalamaları ve “Stres Yönetimi” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 12. Çalışıp çalışmamaya göre DZÖ Stresle Başa Çıkma alt boyutlarından alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve t testi bulguları

Stresle Başa Çıkma		N	Ort.	Ss	t
Stres Yönetimi	Evet	178	22.13	4.330	-0.551
	Hayır	127	22.41	4.232	
	Toplam	305	22.25	4.285	
Dürtü Kontrolü	Evet	178	20.89	5.258	2.889*
	Hayır	127	19.09	5.518	
	Toplam	305	20.14	5.432	
Toplam	Evet	178	43.02	7.753	1.715
	Hayır	127	41.50	7.535	
	Toplam	305	42.39	7.688	

* $p < .05$

Tablo 13’de çalışıp çalışmamaya göre Duygusal Zekâ Ölçeğinden alınan toplam puan ortalamaları, standart sapmaları ve t testi bulguları verilmiştir. Çalışıp çalışmamaya göre Duygusal Zekâ Ölçeğinden alınan toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur $t(1,303)=2.088$, $p<.05$. Bir işte çalışanların duygusal zekâ ortalamaları (Ort.=239.65) çalışmayanların ortalamalarından (Ort.=228.36) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tablo 13. Çalışıp çalışmamaya göre Duygusal Zekâ Ölçeği toplam puan ortalamaları, standart sapmalar ve t testi bulguları

Duygusal Zekâ Toplam	N	Ort.	Ss	t
Evet	178	239.65	48.792	2.088*
Hayır	127	228.36	43.393	
Toplam	305	234.94	46.880	

* $p < .05$

3.2.2. İlişki Ölçekleri Anketi (Bağlanma Stilleri)

İlişki Ölçeği Anketinden alınan puanlar değerlendirildiğinde, cinsiyete, eğitim düzeyine, evlenme şekline göre bağlanma stilleri ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Katılımcıların %37.7'sinin güvenli, %22'sinin korkulu, %13.4'ünün saplantılı, %26.9'unun kayıtsız bağlanma ortalamalarının diğer bağlanma ortalamalarından yüksek olduğu görülmüştür. Yüksek puan hangi bağlanma stiline baskın olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 14'de İlişki Ölçekleri Anketinden alınan puanlara göre bağlanma stillerinin frekans dağılımları, yüzdeleri ve bu stillere göre diğer stillerden alınan ortalama puanları ve standart sapmaları verilmiştir. Bu tablodaki ortalamalar her bir bağlanma stiline kendi soru sayısına göre aldığı ortalamalardır. Bağlanma stilleri bu ortalamalara göre belirlenmiştir. Baskın bağlanma stilinde diğer stillerden alınan ortalamalar yer almaktadır.

Tablo 14. İlişki Ölçekleri Anketinden alınan puanlara göre bağlanma stillerinin frekans dağılımları, yüzdeleri ve bu stillere göre diğer stillerden alınan ortalamalar ve standart sapmaları

	Baskın Bağlanma Stili	N	%	Ort.	Ss
Güvenli Bağlanma	Güvenli	115	37.7	5.16	0.797
	Korkulu	67	22.0	4.04	0.968
	Saplantılı	41	13.4	3.87	0.770
	Kayıtsız	82	26.9	4.31	0.769
	Toplam	305	100.0	4.52	0.976
Korkulu Bağlanma	Güvenli	115	37.7	3.28	1.122
	Korkulu	67	22.0	5.61	0.785
	Saplantılı	41	13.4	3.74	1.112
	Kayıtsız	82	26.9	3.93	0.943
	Toplam	305	100.0	4.03	1.336
Saplantılı Bağlanma	Güvenli	115	37.7	3.51	0.815
	Korkulu	67	22.0	3.71	1.034
	Saplantılı	41	13.4	5.32	0.727
	Kayıtsız	82	26.9	3.39	0.918
	Toplam	305	100.0	3.76	1.080
Kayıtsız Bağlanma	Güvenli	115	37.7	3.72	0.858
	Korkulu	67	22.0	4.61	0.984
	Saplantılı	41	13.4	4.11	0.990
	Kayıtsız	82	26.9	5.31	0.830
	Toplam	305	100.0	4.39	1.104

Tablo 15’de bağlanma stilleri toplam puanları ile evlilik süresi ve çocuk sayısı arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları verilmiştir. Korkulu bağlanma ile evlilik süresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0.117$; $p<.05$). Korkulu bağlanma puanları arttıkça evlilik süresi de artmaktadır. Saplantılı bağlanma ile çocuk sayısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-0.127$; $p<.05$). Saplantılı bağlanma puanları arttıkça çocuk sayısı azalmaktadır.

Tablo 15. Bağlanma Stilleri toplam puanları ile evlilik süresi ve çocuk sayısı arasındaki korelasyonlar

	Evlilik Süresi	Çocuk Sayısı
Güvenli Bağlanma	.052	.081
Korkulu Bağlanma	.117*	.052
Saplantılı Bağlanma	-.079	-.127*
Kayıtsız Bağlanma	.056	.015

* $p<.05$

3.2.2.1. Cinsiyete Göre Bağlanma

Cinsiyete göre güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Tablo 16’da cinsiyete göre baskın bağlanma stillerinin frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki-kare bulguları verilmiştir. Kadınların %34,1’inin güvenli, %22,9’unun korkulu, %15,6’sının saplantılı, %27,4’ünün kayıtsız bağlanma stiline baskın olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin %42,9’unun güvenli, %20,6’sının korkulu, %10,3’ünün saplantılı, %26’sının kayıtsız bağlanma stiline baskın olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkeklerin bağlanma stillerine göre dağılımları arasında fark bulunmamıştır ($\chi^2=3.283$; $p>.05$).

Tablo 16. Cinsiyete göre baskın bağlanma stillerinin frekans dağılımları, yüzdeleri ve Ki-Kare test bulguları

		Erkek	Kadın	Toplam	χ^2	p
Baskın Bağlanma Stili						
Güvenli	n	54	61	115	3.283	.350
	%	42.9	34.1	37.7		
Korkulu	n	26	41	67		
	%	20.6	22.9	22.0		
Saplantılı	n	13	28	41		
	%	10.3	15.6	13.4		

Kayıtsız	n	33	49	82
	%	26.2	27.4	26.9
Toplam	n	126	179	305
	%	100.0	100.0	100.0

3.2.3. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği

Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlar değerlendirildiğinde, cinsiyete, eğitim durumuna, gelir durumuna, evlenme şekline, çocuk sahibi olup olmamaya göre Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlar ile yaş, evlenme yaşı, evlilik süresi ve çocuk sayısı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Tablo 17. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan ortalama puan ve standart sapma

	N	Ort.	Ss
Evlilikte Sorun Çözme	305	34.11	7.819

3.3. Duygusal Zekânın, Bağlanma Stili ve Evlilikte Sorun Çözme Arasındaki Aracılık Etkisi

3.3.1. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlar

Bu analizde bağlanma stili ile evlilikte sorun çözme arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracılık etkisinin anlaşılması amaçlanmıştır. Bu amaçla ilk önce araştırma değişkenlerine ilişkin korelasyon matrisi incelenmiş ardından Baron ve Kenny'nin (1986) adımları takip edilerek regresyonla aracı değişken testi yapılmıştır.

Tablo 18'de araştırma değişkenlerine ilişkin korelasyon matrisi verilmiştir. Evlilikte sorun çözme puanları ile güvenli bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0.268$; $p<.01$). Güvenli bağlanma puanları arttıkça evlilikte sorun çözme puanları da artmaktadır. Evlilikte sorun çözme puanları ile duygusal zekâ puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0.333$; $p<.01$). Duygusal zekâ puanları arttıkça evlilikte sorun çözme puanları da artmaktadır. Güvenli bağlanma puanları ile duygusal zekâ puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=0.213$; $p<.01$). Güvenli bağlanma arttıkça duygusal zekâ da artmaktadır.

Tablo 18. Araştırma değişkenlerine ilişkin korelasyon matrisi

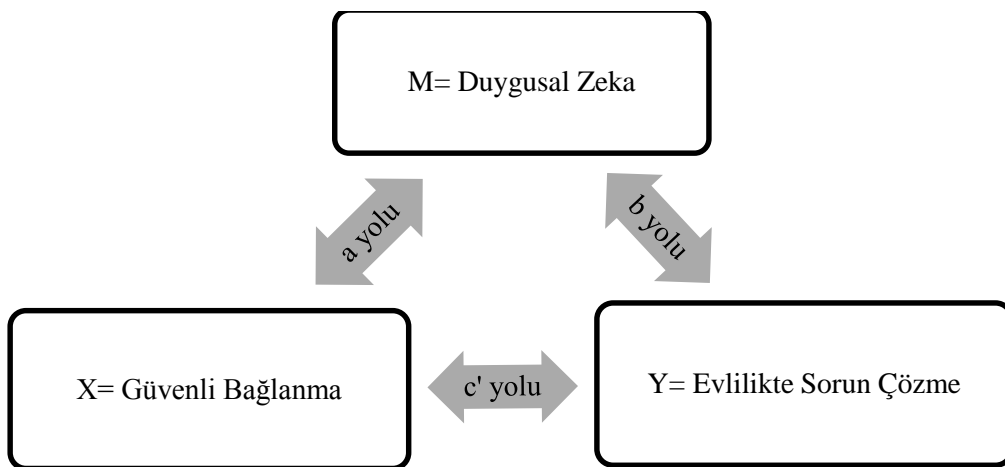
DEĞİŞKEN	1	2	3	4	5	6
1.Evlilikte Sorun Ç.	1					
2.Güvenli Bağlanma	.268**	1				
3.Korkulu Bağlanma	-.128*	-.137*	1			
4.SaplantılıBağlanma	-.137*	-.091	.088	1		
5.Kayıtsız Bağlanma	-.042	-.014	.466**	-.037	1	
6.Duygusal Zekâ	.333**	.213**	-.248**	-.188**	-.147*	1

* $p < .05$, ** $p < .01$

Şekil 4. Güvenli Bağlanma ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi



Şekil 5. Güvenli Bağlanma ile Evlilikte Sorun Çözme ilişkisinde Duygusal Zekânın aracılık etkisi.



3.3.2. Baron ve Kenny'nin (1986) Adımları ile Regresyonda Aracı Değişken Analizi

Şekil 1'de güvenli bağlanma ile evlilikte sorun çözme ilişkisi ve Şekil 2'de güvenli bağlanma ile evlilikte sorun çözmenin ilişkisinde duygusal zekânın aracılık etkisine ilişkin modeller verilmiştir.

Adım 1: X → Y (c yolu)

Güvenli bağlanma →Evlilikte sorun çözme

Tablo 19'da güvenli bağlanmanın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir. Regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu $R^2 = .07$, $F(1, 303) = 23.44$, $p < .01$; evlilikte sorun çözme bağımlı değişkenindeki varyansın %7'sinin güvenli bağlanma ile açıklandığı bulunmuştur ($R = .27$; $R^2 = .07$). Güvenli bağlanma bağımsız değişkenin evlilikte sorun çözme bağımlı değişkenini anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t = 4.84$; $p < .01$).

Tablo 19. Güvenli bağlanmanın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

Model ve Değişken	B	SH	β	t
1 Sabit	24.4	2.05		11.9*
Güvenli Bağlanma	.43	.09	.27	4.84*

* $p < .01$

Adım 2: X → M (a yolu)

Güvenli bağlanma →Duygusal zekâ

Tablo 20'de güvenli bağlanmanın duygusal zekâ üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir. Regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu $R^2 = .04$, $F(1,303) = 14.35$, $p < .01$; duygusal zekâ bağımlı (aracı) değişkenindeki varyansın %4'ünün güvenli bağlanma ile açıklandığı bulunmuştur ($R = .21$; $R^2 = .04$). Güvenli bağlanma bağımsız değişkeninin duygusal zekâ bağımlı (aracı) değişkenini anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t = 3.79$; $p < .01$).

Tablo 20. Güvenli bağlanmanın duygusal zekâ üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

Model ve Değişken	B	SH	β	t
1 Sabit	188.81	12.46		15.15*
Güvenli Bağlanma	2.04	.54	.21	3.79*

* $p < .01$

Adım 3 ve 4: XM → Y (b yolu ve c yolu)

Güvenli bağlanma ve duygusal zekâ →Evlilikte sorun çözme

Tablo 21’de güvenli bağlanma ve duygusal zekânın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir. Regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu $R^2 = .15$, $F(2, 302) = 27.03$, $p < .01$; evlilikte sorun çözme bağımlı değişkenindeki varyansın %15’inin güvenli bağlanma ve duygusal zekâ ile açıklandığı bulunmuştur ($R = .39$; $R^2 = .15$). Güvenli bağlanma değişkeninin ($t = 3.81$; $p < .01$) ve duygusal zekânın ($t = 5.34$; $p < .01$) evlilikte sorun çözme bağımlı değişkenini anlamlı şekilde yordadıkları bulunmuştur.

Tablo 21. Güvenli bağlanma ve duygusal zekânın evlilikte sorun çözme üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

Model ve Değişken	B	SH	β	t
Sabit	15.0	2.6		5.88*
1 Güvenli Bağlanma	.33	.09	.21	3.81*
Duygusal Zekâ	.05	.009	.29	5.34*

* $p < .01$

Üçüncü adımda duygusal zekâ belirleyici değişkeni analize sokulduğunda güvenli bağlanma belirleyici değişkeninin regresyon katsayısında azalma olduğu ($B = .43 > B = .33$) ancak hala anlamlı olduğu, dolayısıyla duygusal zekânın güvenli bağlanma ve evlilikte sorun çözme arasındaki ilişkiye *kısmi aracılık* ettiği tespit edilmiştir.

Aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki dolaylı etkisinin toplam etkisinin yüzde kaçı olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan hesaplamada dolaylı etkisinin toplam etkisinin % 23’ünü oluşturduğu bulunmuştur.

Sobel Testi

Güvenli bağlanma bağımsız değişkenin regresyon katsayısında gözlenen düşüşün anlamlı olup olmadığının ortaya konması amacıyla yapılan Sobel testinde elde edilen z değerinin 1.96'dan büyük olduğu ($z=2.51$; $p<.05$) ve aracı değişkenin dolaylı etkisinin $p<0.05$ düzeyinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

3.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkiler

3.4.1. Baskın Bağlanma Stillerine Göre Evlilikte Sorun Çözme

Tablo 22'de İlişki Ölçekleri Anketi ile belirlenen baskın bağlanma stillerine göre Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanların karşılaştırıldığı varyans analizi bulguları verilmiştir.

Baskın bağlanma stiline göre Evlilikte Sorun Çözme ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(3,301)=3.772$; $p<.05$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre Güvenli bağlanması baskın olanların Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden aldıkları ortalamaların (Ort.=35.90) saplantılı bağlanması baskın olanların ortalamalarından (Ort.=31.80) anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur ($p=0.020$). Diğer ortalamalar arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 22. Baskın bağlanma stillerine göre Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

	N	Ort.	Ss	F
Güvenli	115	35.90	6.830	
Korkulu	67	33.54	8.052	
Saplantılı	41	31.80	8.661	3.772*
Kayıtsız	82	33.23	8.100	
Toplam	305	34.11	7.819	

* $p < .05$

3.4.2. Baskın Bağlanma Stiline göre Duygusal Zekâ

Tablo 23'de baskın bağlanma stiline göre Duygusal Zekâ Ölçeğinden alınan ortalama puanlar standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir. Baskın bağlanma stiline

göre Duygusal Zekâ Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur, $F(3,301)=8.299$; $p<.001$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre güvenli bağlananların duygusal zekâ ortalamaları (Ort.=250.30) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=220.58) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=0.000$). Güvenli bağlananların duygusal zekâ ortalamaları (Ort.=250.30) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=219.51) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=0.001$). Güvenli bağlananların duygusal zekâ ortalamaları (Ort.=250.30) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=232.87) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=0.040$). Diğer bağlanma stillerinin duygusal zekâ ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 23. Baskın bağlama stiline göre duygusal zekâ ortalamaları, standart sapmaları ve varyans analizi bulguları

Duygusal Zekâ	N	Ort.	Ss	F
Güvenli	115	250.30	47.283	
Korkulu	67	220.58	41.676	
Saplantılı	41	219.51	44.128	8.299*
Kayıtsız	82	232.87	45.768	
Toplam	305	234.94	46.880	

* $p<.001$

3.4.2.1. Kişisel Beceriler

Tablo 24’de baskın bağlanma stiline göre Duygusal Zekâ Ölçeği Kişisel Beceriler alt ölçeği alt boyutlarından alınan ortalama puanlar standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir.

DZ Kişisel Beceriler alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=4.469$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre, güvenli bağlananların kişisel beceriler ortalamaları (Ort.=83.87) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=74.84) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.004$). Diğer bağlanma stillerinin kişisel beceriler ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. DZ Kişisel Beceriler alt ölçeği “Duygusal Benlik Bilinci” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=6.566$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre, güvenli bağlananların duygusal benlik bilinci ortalamaları (Ort.=17.43) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=15.25) anlamlı

şekilde yüksek bulunmuştur (p=.004). Güvenli bağlananların duygusal benlik bilinci ortalamaları (Ort.=17.43) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=15.10) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=0,012). Güvenli bağlananların duygusal benlik bilinci ortalamaları (Ort.=17.43) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=15.35) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.003). Diğer bağlanma stillerinin duygusal benlik bilinci ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 24. Baskın bağlanma stiline göre DZ “Kişisel Beceriler” alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

Kişisel Beceriler		N	Ort.	Ss	F	p
Duygusal Benlik Bilinci	Güvenli	115	17.43	4.468	6.566	0.000
	Korkulu	67	15.25	3.615		
	Saplantılı	41	15.10	3.231		
	Kayıtsız	82	15.35	4.434		
	Toplam	305	16.08	4.248		
Kendine Güven	Güvenli	115	18.05	4.279	3.996	0.008
	Korkulu	67	15.64	4.598		
	Saplantılı	41	17.95	5.239		
	Kayıtsız	82	16.88	5.437		
	Toplam	305	17.19	4.885		
Kendine Saygı	Güvenli	115	15.10	5.600	2.158	0.093
	Korkulu	67	13.72	5.351		
	Saplantılı	41	13.56	3.905		
	Kayıtsız	82	13.44	4.929		
	Toplam	305	14.14	5.199		
Kendini Gerçekleme	Güvenli	115	16.74	5.362	3.036	0.029
	Korkulu	67	14.57	4.655		
	Saplantılı	41	14.80	4.869		
	Kayıtsız	82	15.87	5.447		
	Toplam	305	15.77	5.227		
Bağımsızlık	Güvenli	115	16.55	4.691	.572	0.634
	Korkulu	67	15.66	5.484		
	Saplantılı	41	15.71	5.728		
	Kayıtsız	82	16.20	4.558		
	Toplam	305	16.14	4.977		
Toplam	Güvenli	115	83.87	1.118	4.469	0.004
	Korkulu	67	74.84	1.776		
	Saplantılı	41	77.12	1.288		
	Kayıtsız	82	77.73	1.249		
	Toplam	305	79.33	17.854		

DZ Kişisel Beceriler alt ölçeği “Kendine Güven” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=3.996$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre, güvenli bağlananların kendine güven ortalamaları (Ort.=18.05) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=15.64) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.007$). Diğer bağlanma stillerinin kendine güven ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır

DZ Kişisel Beceriler alt ölçeği “Kendini Gerçekleme” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=3.036$; $p<.05$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre, güvenli bağlananların kendini gerçekleştirme ortalamaları (Ort.=16.74) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=14.57) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.034$). Diğer bağlanma stillerinin kendini gerçekleştirme ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

3.4.2.2. Kişilerarası Beceriler

Tablo 25’de baskın bağlanma stiline göre Duygusal Zekâ Ölçeği Kişilerarası Beceriler alt ölçeği alt boyutlarından alınan ortalama puanlar standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir.

DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=9.035$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların kişilerarası beceriler ortalamaları (Ort.=46.02) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=38.07) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.001$). Güvenli bağlananların kişilerarası beceriler ortalamaları (Ort.=46.02) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=35.12) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Güvenli bağlananların kişilerarası beceriler ortalamaları (Ort.=46,02) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=40.85) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.039$). Diğer bağlanma stillerinin kişilerarası beceriler ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeği “Empati” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=8.896$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testine göre, güvenli bağlananların empati ortalamaları (Ort.=12.86) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.21) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Güvenli bağlananların empati ortalamaları (Ort.=12.86) saplantılı

bağlananların ortalamalarından (Ort.=9.76) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000). Güvenli bağlananların empati ortalamaları (Ort.=12.86) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.85) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.006). Diğer bağlanma stillerinin empati ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeği “Kişiler arası ilişkiler” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=6.765$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların kişilerarası ilişkiler ortalamaları (Ort.=18.07) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=15.36) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.009). Güvenli bağlananların kişilerarası ilişkiler ortalamaları (Ort.=18.07) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=14.02) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000). Diğer bağlanma stillerinin kişilerarası ilişkiler ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeği “Sosyal sorumluluk” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=6.803$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların sosyal sorumluluk ortalamaları (Ort.=15.09) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=12.51) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.007). Güvenli bağlananların sosyal sorumluluk ortalamaları (Ort.=15.09) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=11.34) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000). Diğer bağlanma stillerinin sosyal sorumluluk ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 25. Baskın bağlanma stiline göre DZ Kişilerarası Beceriler alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

Kişilerarası Beceriler		N	Ort.	Ss	F	p
Empati	Güvenli	115	12.86	4.718	8.896	0.000
	Korkulu	67	10.21	3.994		
	Saplantılı	41	9.76	3.382		
	Kayıtsız	82	10.85	4.000		
	Toplam	305	11.32	4.375		
Kişilerarası İlişkiler	Güvenli	115	18.07	6.229	6.765	0.000
	Korkulu	67	15.36	4.904		
	Saplantılı	41	14.02	3.908		
	Kayıtsız	82	16.24	5.736		
	Toplam	305	16.44	5.710		

Sosyal Sorumluluk	Güvenli	115	15.09	5.976	6.803	0.000
	Korkulu	67	12.51	4.577		
	Saplantılı	41	11.34	3.759		
	Kayıtsız	82	13.76	4.980		
	Toplam	305	13.66	5.310		
Toplam	Güvenli	115	46.02	15.541	9.035	0.000
	Korkulu	67	38.07	11.617		
	Saplantılı	41	35.12	9.242		
	Kayıtsız	82	40.85	13.060		
	Toplam	305	41.42	13.873		

3.4.2.3. Uyumluluk

Tablo 26’da baskın bağlanma stillerine göre DZ Uyumluluk alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir.

DZ Uyumluluk alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=8.205$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların uyumluluk ortalamaları (Ort.=44.87) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=40.12) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Güvenli bağlananların uyumluluk ortalamaları (Ort.=44.87) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=39.34) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.001$). Güvenli bağlananların uyumluluk ortalamaları (Ort.=44.87) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=41.73) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.026$). Diğer bağlanma stillerinin uyumluluk ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 26. Baskın bağlanma stiline göre DZ Uyumluluk alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

Uyumluluk		N	Ort.	Ss	F	p
Problem Çözme	Güvenli	115	12.68	4.246	7.437	0.000
	Korkulu	67	10.43	3.031		
	Saplantılı	41	10.54	3.155		
	Kayıtsız	82	10.95	3.428		
	Toplam	305	11.43	3.765		
Gerçekçilik	Güvenli	115	15.63	3.835	4.282	0.006
	Korkulu	67	13.48	4.117		
	Saplantılı	41	14.12	4.616		

	Kayıtsız	82	14.70	4.118		
	Toplam	305	14.70	4.150		
Esneklik	Güvenli	115	16.56	3.502		
	Korkulu	67	16.21	3.333		
	Saplantılı	41	14.68	3.305	3.096	0.027
	Kayıtsız	82	16.09	3.338		
	Toplam	305	16.10	3.431		
Toplam	Güvenli	115	44.87	7.591		
	Korkulu	67	40.12	7.358		
	Saplantılı	41	39.34	8.685	8.205	0.000
	Kayıtsız	82	41.73	7.634		
	Toplam	305	42.24	7.976		

DZ Uyumluluk “Problem çözme” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=7.437$; $p<.001$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların problem çözme ortalamaları (Ort.=12.68) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.43) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Güvenli bağlananların problem çözme ortalamaları (Ort.=12.68) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.54) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.008$). Güvenli bağlananların problem çözme ortalamaları (Ort.=12.68) kayıtsız bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.95) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.006$). Diğer bağlanma stillerinin problem çözme ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

DZ Uyumluluk “Gerçekçilik” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=4.282$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların gerçekçilik ortalamaları (Ort.=15.63) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=13.48) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.004$). Diğer bağlanma stillerinin gerçekçilik ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

DZ Uyumluluk “Esneklik” alt boyutundan alınan ortalama puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=4.282$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların esneklik ortalamaları (Ort.=16.56) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=14.68) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.014$). Diğer bağlanma stillerinin esneklik ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

3.4.2.4. Stresle Başa Çıkma

Tablo 27’de baskın bağlanma stiline göre DZ Stresle Başa Çıkma alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir.

Baskın bağlanma stillerine göre DZ Stresle Başa Çıkma alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=3.812$; $p<.05$. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda güvenli bağlananların stresle başa çıkma ortalamaları (Ort.=43.70) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=40.27) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.018$). Diğer bağlanma stillerinin stresle başa çıkma ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Baskın bağlanma stillerine göre DZ Stresle Başa Çıkma “Stres Yönetimi” ve “Dürtü Kontrolü” alt boyutlarından alınan ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 27. Baskın bağlanma stiline göre DZ Stresle Başa Çıkma alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

Stresle Başa Çıkma		N	Ort.	Ss	F	p
Stres Yönetimi	Güvenli	115	22.83	3.594	2.063	.105
	Korkulu	67	21.37	4.648		
	Saplantılı	41	21.59	5.643		
	Kayıtsız	82	22.49	4.001		
	Toplam	305	22.25	4.285		
Dürtü Kontrolü	Güvenli	115	20.87	4.866	2.611	.052
	Korkulu	67	18.90	5.505		
	Saplantılı	41	19.12	5.728		
	Kayıtsız	82	20.63	5.807		
	Toplam	305	20.14	5.432		
Toplam	Güvenli	115	43.70	6.148	3.812	.010
	Korkulu	67	40.27	8.722		
	Saplantılı	41	40.71	9.125		
	Kayıtsız	82	43.12	7.576		
	Toplam	305	42.39	7.688		

3.4.2.5. Genel Ruh Durumu

Tablo 28’de baskın bağlanma stiline göre DZ Genel Ruh Durumu alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları verilmiştir.

DZ Genel Ruh Durumu alt ölçeğinden alınan puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)= 5.112$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda, güvenli bağlananların ruh durumu ortalamaları (Ort.=31.84) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=27.28) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.004$). Güvenli bağlananların ruh durumu ortalamaları (Ort.=31.84) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=27.22) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.020$). Diğer bağlanma stillerinin genel ruh durumu ortalamaları arasındaki farklar anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 28. Baskın bağlanma stiline göre DZ Genel Ruh Durumu alt ölçeğinden alınan ortalama puanlar, standart sapmalar ve varyans analizi bulguları

Genel Ruh Durumu		N	Ort.	Ss	F	p
Mutluluk	Güvenli	115	19.30	6.172	4.623	.004
	Korkulu	67	16.46	5.375		
	Saplantılı	41	16.44	5.581		
	Kayıtsız	82	17.65	5.476		
	Toplam	305	17.85	5.844		
İyimserlik	Güvenli	115	12.54	4.525	3.147	.025
	Korkulu	67	10.82	3.554		
	Saplantılı	41	10.78	3.732		
	Kayıtsız	82	11.78	4.478		
	Toplam	305	11.72	4.260		
Toplam	Güvenli	115	31.84	9.448	5.112	.002
	Korkulu	67	27.28	7.712		
	Saplantılı	41	27.22	8.147		
	Kayıtsız	82	29.43	8.793		
	Toplam	305	29.57	8.920		

DZ Genel Ruh Durumu “Mutluluk” alt boyutundan alınan puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=4.623$; $p<.01$. Farkın kaynağının tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda, güvenli bağlananların mutluluk ortalamaları (Ort.=19.30) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=16.46) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.008$). Güvenli bağlananların mutluluk ortalamaları (Ort.=19.30) saplantılı bağlananların ortalamalarından (Ort.=16.44) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.033$). Diğer bağlanma stillerinin mutluluk ortalamaları arasındaki farklar anlamlı bulunmamıştır.

DZ Genel Ruh Durumu “İyimserlik” alt boyutundan alınan puanlar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur, $F(3,301)=3.147$; $p<.05$. Farkın kaynağının tespiti amacıyla yapılan

Tukey testi sonucunda, güvenli bağlananların iyimserlik ortalamaları (Ort.=12.54) korkulu bağlananların ortalamalarından (Ort.=10.82) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.042). Diğer bağlanma stillerinin iyimserlik ortalamaları arasındaki farklar anlamlı bulunmamıştır.

3.4.3. Ölçekler ve Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 29’da İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutları olan bağlanma stillerinden alınan puanlarla Duygusal Zekâ Ölçeği alt ölçekleri ve alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları verilmiştir. Tablo genel olarak incelendiğinde güvenli bağlanma stili ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu diğer bağlanma stilleri ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmektedir.

Tablo 29. Bağlanma Stilleri Puanları ile Duygusal Zekâ Alt Ölçek ve Alt Boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma
Duygusal Zekâ Toplam	.213**	-.248**	-.188**	-.147*
Duygusal Benlik Bilinci	.155**	-.160**	-.153**	-.141*
Kendine Güven	.085	-.260**	-.034	-.196**
Kendine Saygı	.100	-.180**	-.089	-.077
Kendini Gerçekleme	.180**	-.198**	-.178**	-.074
Bağımsızlık	.033	-.066	-.122*	-.093
Kişisel Beceriler Toplam	.151**	-.238**	-.158**	-.157**
Empati	.231**	-.161**	-.184**	-.061
Kişilerarası İlişkiler	.149**	-.150**	-.150**	-.116**
Sosyal Sorumluluk	.177**	-.151**	-.139**	-.055
Kişilerarası Beceriler Toplam	.202**	-.170**	-.173**	-.088
Problem Çözme	.211**	-.254**	-.166**	-.163**
Gerçekçilik	.190**	-.142*	-.112	-.111
Esneklik	.094	-.015	-.096	-.001
Uyumluluk Toplam	.239**	-.200**	-.178**	-.135*
Stres Yönetimi	.122*	-.123*	-.088	-.021
Dürtü Kontrolü	.152**	-.162**	-.078	-.082
Stresle Başa Çıkma Toplam	.175**	-.183**	-.104	-.070
Mutluluk	.127*	-.203**	-.128*	-.140*
İyimserlik	.111	-.189**	-.152**	-.103
Genel Ruh Durumu Toplam	.136*	-.223**	-.156**	-.141*

*p<.05, **p<.01

Tablo 30’da Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlarla Duygusal Zekâ Ölçeği alt ölçek ve alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları verilmiştir. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlarla Duygusal Zekâ Ölçeği alt ölçek ve alt boyutlarından alınan puanların tamamı arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 30. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlarla Duygusal Zekâ Ölçeği ve alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları

Evlilikte Sorun Çözme	
Duygusal Zekâ Toplam	.333**
Duygusal Benlik Bilinci	.221**
Kendine Güven	.158**
Kendine Saygı	.205**
Kendini Gerçekleme	.233**
Bağımsızlık	.221**
Kişisel Beceriler Toplam	.285**
Empati	.259**
Kişilerarası İlişkiler	.222**
Sosyal Sorumluluk	.216**
Kişilerarası Beceriler Toplam	.256**
Problem Çözme	.181**
Gerçekçilik	.272**
Esneklik	.151**
Uyumluluk Toplam	.292**
Stres Yönetimi	.236**
Dürtü Kontrolü	.221**
Stresle Başa Çıkma Toplam	.288**
Mutluluk	.247**
İyimserlik	.235**
Genel Ruh Durumu Toplam	.274**

** $p < .01$

Tablo 31’de Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlarla İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon katsayıları verilmiştir.

Evlilikte sorun çözme ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı ($r=0.268$ $p < .01$), korkulu bağlanma ile negatif yönde anlamlı ($p=-0.128$; $p < .05$), saplantılı bağlanma ile negatif yönde anlamlı ($p= -0.137$; $p < .05$) ilişki bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma ile evlilikte sorun çözme arasında ilişki bulunmamıştır.

Güvenli bağlanma artarken evlilikte sorun çözme becerisi artmakta, ancak korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma arttığında evlilikte sorun çözme becerisi azalmaktadır. Kayıtsız bağlanmada ise değişim olmamaktadır.

Tablo 31. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeğinden alınan puanlar ile İlişki Ölçekleri Anketi alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Evlilikte Sorun Çözme
Güvenli Bağlanma	.268**
Korkulu Bağlanma	-.128*
Saplantılı Bağlanma	-.137*
Kayıtsız Bağlanma	-.042

* $p < .05$, ** $p < .01$

4. TARTIŞMA

Bu bölümde, evli bireylerde bağlanma stilleri (güvenli bağlanma) ile evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı rolünün incelenmesi amacıyla yürütülen araştırmanın bulguları literatür doğrultusunda tartışılmıştır. Demografik değişkenler için yapılan fark testlerinin sonuçları, araştırma sorularına uygun şekilde yapılan analizler sonucu tespit edilen bulgular, değişkenlerin alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkileri, diğer araştırmaların bulguları ve karşılaştırmalar, en son kısımda da araştırmanın sınırlılıklarına ve gelecek çalışmalar için önerilere yer verilmiştir.

4.1. Ölçeklerden Alınan Puanların Araştırma Değişkenlerine Göre Değerlendirilmesi Bulgularının Tartışılması

Demografik özellikler bakımından duygusal zekâ ve alt boyutları, bağlanma stilleri ve evlilikte sorun çözme becerisi arasında farklar vardır hipotez bulgularını incelemek için değişkenler ayrı ayrı değerlendirilecektir.

Araştırmada evli bireylerin cinsiyetleri, gelir durumları ve çalışma durumlarına göre duygusal zekâ ve alt boyutlarının değiştiği gözlemlenmiştir. Cinsiyete göre duygusal zekâ toplam puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır; ancak bazı duygusal zekâ alt boyutları arasında anlamlı fark belirlenmiştir. Kişilerarası beceriler empati, kişilerarası ilişkiler, sosyal sorumluluk alt boyutlarında ve uyumluluk gerçeklik alt boyutunda erkeklerin kadınlardan daha yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Stresle başa çıkma boyutunun stres yönetimi alt boyutunda ise kadınların erkeklerden daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Yapılan çalışmalara bakıldığında araştırmanın bu bulgusuyla örtüşmeyecek şekilde kadınların duygusal zeka düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Aynı çalışmada, erkeklerin bağımsızlık ve girişkenlik boyutlarında kadınlardan yüksek puan aldıkları, bunun dışında genel olarak kadınların daha yüksek duygusal zekâyâ sahip oldukları şeklinde açıklama yapılmıştır (Güngör-Houser, 2009). Eğitim düzeyine, evlenme şekline göre duygusal zeka ve alt ölçeklerinden alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Evlilik süresi ve duygusal zeka ve alt boyutları arasında anlamlı korelasyon tespit edilmemiştir. Araştırmanın bu bulgusunu destekler nitelikte Üncü (2007) çalışmasında duygusal zekânın eğitim durumlarına ve evlilik sürelerine göre gruplar arasında anlamlı farkın olmadığını belirtmişleridir. Diğer bir çalışmada ise araştırma bulgularını destekler nitelikte evli bireylerin duygusal zekâlarının cinsiyete ve eğitim durumuna göre farklılık göstermediği belirtilmiştir (Baba, 2010). Karduz (2009) araştırmasında eğitim düzeyi arttıkça duygusal zekânın artacağını

varsayarak eğitim düzeyine göre anlamlı fark vardır sonucuna ulaşılması beklenmiş ancak araştırma bulguları istatistiksel olarak anlamlı bir farkı desteklememiştir. Söz konusu varsayımı açıklamak gerekirse; eğitim seviyesinin artmasıyla bireyin kendini tanıması, empati yapabilmesi ve objektif bakabilmesi becerilerini kazanması gerçeği söz konusudur. Cingisiz ve Murat (2010), duygusal zekâ düzeylerini bazı değişkenlere göre incelediği araştırma bulgularında duygusal zekâ seviyelerinin eğitim düzeyine göre farklılaştığını; eğitim düzeyi arttıkça duygusal zekâ düzeyinin de arttığını belirtmişlerdir. Ayrıca, araştırma bulgularını destekler şekilde duygusal zekâ ile cinsiyet ve evlenme şekli arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir. Gelir durumuna göre duygusal zekâ toplam puanı, kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk ve genel ruh durumu alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır; ancak duygusal zekâ stresle başa çıkma boyutunun stres yönetimi alt boyutunda gelir durumuna göre anlamlı derecede fark bulunmuştur. Baba (2010)'nın çalışma bulgularında evli bireylerin duygusal zekâ düzeylerinin, gelir durumuna göre farklılık gösterdiği belirtilmiştir. Bu bulgu araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir. Çalışma durumuna göre duygusal zekâ toplam puanı, kişisel beceriler kendini gerçekleştirme; kişilerarası beceriler kişilerarası ilişkiler, sosyal sorumluluk ve uyumluluk gerçeklik ve stresle başa çıkma dürtü kontrolü alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Genel olarak bir işte çalışanların duygusal zekâ puanları çalışmayanlardan anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Bağlanma stilleri, evlilikte sorun çözme becerisi ve sosyodemografik değişkenler incelendiğinde; cinsiyete, çalışıp çalışmamaya, gelir durumuna, eğitim düzeyine, evlenme şekline ve çocuk sahibi olup olmamaya göre bağlanma stilleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. İlgili araştırmalar incelendiğinde bu bulguların bir kısmı alan yazın ile benzerlik göstermemektedir. Literatürdeki çalışmalar bağlanma stillerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşması ve farklılaşmaması konusunda birbirinden farklı bilgiler sunmaktadır. İlgili çalışma bulgularında kadınların erkeklere göre daha yüksek seviyede korkulu bağlandıkları belirtilmiştir (Akkaya, 2010). Bir diğer çalışmada cinsiyet ve bağlanma boyutları karşılaştırılmış ve cinsiyete göre kaçınmacı bağlanmada fark bulunmadığı ancak kadınların kaygılı bağlanma puanları erkeklerden daha yüksek bulunduğu belirtilmiştir (Ergin ve Dağ, 2013). Korkulu bağlanma ile evlilik süresi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Demirci (2004) bağlanma stilleri ile evlilik süresi, evlenme şekli ve eğitim düzeyini incelediği araştırmada; evlilik süresi, evlenme şekli ve eğitim düzeyine göre bağlanma stilleri arasında anlamlı şekilde ilişki olduğu; erkekler ve kadınların eğitim seviyesi

yükselmesiyle bağlanma stillerinin de güvensiz bağlanma stillerinden güvenli bağlanma stili yönünde değişime uğradıkları belirtilmiştir. Eğitim seviyesinin yükselmesi ile bireylerin kendine güvenini, yeterlilik hissini ve sorunları çözme becerisini geliştirmesini sağlaması; eğitime göre evlilikte sorun çözme becerisinde farklılıkları bekleyen bir durumdur ancak araştırma bulguları beklenen bu sonuçları karşılamamıştır. Evlenme şekline göre evlilikte sorun çözme becerisi puanları farklılık göstermemektedir. Bu bulgu alan yazındaki bazı çalışma bulguları ile çelişmektedir. Literatürde görücü usulü evlenen bireylerin ve anlaşarak evlenen bireylerin sorun çözme becerilerinin farklı olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmaktadır (Akkaya, 2010).

4.2. Duygusal Zekânın, Bağlanma Stili ve Evlilikte Sorun Çözme Becerisi Arasındaki Aracılık Etkisine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada evli bireylerde bağlanma stilleri ile evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkide duygusal zekâ toplam puanının aracı rolü için yapılan analizler sonucunda duygusal zekânın güvenli bağlanma ve evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkide kısmi aracı rol oynadığı bulunmuştur. Araştırma modellerinde aracı değişken hipotezlerin tam olarak desteklenmesi çok rastlanan bir durum değildir; çünkü iki değişken arasındaki ilişkiye arabuluculuk sorumluluğu yalnızca tek bir değişken tarafından sağlanmayabilir, arada birçok faktörün etki etmesi söz konusu olabilmektedir (Odabaş, 2014). Bu bulguya göre, evlilikte sorun çözme becerisi güvenli bağlanmadan etkilenmekle beraber duygusal zekanın da etkisinin olabileceği düşüncesi üzerine, duygusal zeka toplam puanının da dahil edilmesiyle güvenli bağlanma stili ile evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkinin gücünün azaldığı düşünülmektedir. Buna göre, evli bireylerin duygusal zekâlarının (toplam puanlarının) evliliklerindeki sorun çözme becerilerinde önemli rol oynayarak, güvenli bağlanma stilinin önemini hafifletebildiği görülmüştür. Buradan yola çıkarak, bağlanma stillerinin özellikle güvenli bağlanma stilinin önemli olduğu kadar, evli bireylerin duygusal zekâ yeteneklerine sahip olmaları da evlilikte sorun çözme becerilerinin artışında etkili olmaktadır. Bu yüzden, evlilikte sorun çözme becerisinin araştırılması durumunda bağlanma örüntüleriyle birlikte duygusal zekânın da incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Literatürde Türkiye’de normal örnekleme sürdürülmüş bağlanma stilleri ile evlilikte sorun çözme becerisi arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracı rolünün incelendiği bir çalışmaya rastlanmamasına rağmen, bu çalışmayı destekler nitelikte bağlanma stillerinin, evlilikte sorun çözme becerisinin ve duygusal zekânın birbirleriyle olan ilişkilerini ele alan araştırmalar yer almaktadır.

Literatürdeki söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar aşağıda sırayla verilmiştir.

Aracı değişken analizlerini uygulayabilmek için ilk şart, yordayıcı ve yordanan değişken arasındaki ilişkinin anlamlı olması durumudur. Dolayısıyla ilk olarak bu iki değişken arasındaki ilişkiye değinilmiştir. Araştırma sonucunda, bağlanma stilleri ile evlilikte sorun çözme becerisi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma ile evlilikte sorun çözme pozitif yönde anlamlı, korkulu ve saplantılı bağlanma ile negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma artarken evlilikte sorun çözme becerisi artmakta, ancak korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma arttığında evlilikte sorun çözme becerisi azalmaktadır. Böylece araştırmanın bu hipotezi desteklenmiş olmaktadır. Bu bulgu ile ilgili literatürde karşılaşılan çalışmaların bir kısmı şu şekildedir; literatürde evlilikte sorun çözme becerisi insanların evlilik ilişkilerindeki sorunlar ile baş etme ve etkili çözüm yolları bulma becerisi olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım üzerinden yapılan çalışmalarda görülmüştür ki; güvenli bağlanma stiline sahip olan eşlerin diğer bağlanma stillerine kıyasla sorun çözme etkileşiminde eşlerin birbirlerine olumlu duyguları daha fazla yansıtarak, daha çok birbirlerini destekledikleri belirtilmiştir (Fuller ve Fincham, 1995). Bulguları destekler nitelikte Davila ve arkadaşlarının (1996) çalışmasında, güvensiz bağlanma stillerinin sorun çözme becerisindeki eksiklikle alakalı olduğu belirtilmiştir. Güvensiz bağlanma stiline sahip evli bireylerin evliliklerinde yüksek seviyede çatışma yaşadıkları ve karşılaşılan sorunlarda çatışma, kaçınma, kendini suçlama gibi olumsuz yolları tercih etmeleri sorun çözme becerilerinin düşük olduğunu göstermektedir (Çelenoğlu, 2011). Aynı zamanda bu bulgular Wei, Heppner ve Mallinckrodt (2003) çalışmasıyla örtüşmektedir. Söz konusu çalışmada güvensiz bağlanma (korkulu, saplantılı, kayıtsız) eğilimlerinin artmasıyla etkin olmayan sorun çözme davranışlarının da birlikte arttığı belirtilmiştir. Ergin ve Dağ (2013) araştırmalarında bu çalışmanın bulgularını destekler nitelikte, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma boyutlarının etkin olmayan sorun çözme davranışlarını yordadığını bulmuşlardır. Korkulu bağlanma stiline paralel olan kaçınan bağlanma stilinde de sorunlardan kaçma yönelimi olduğu ve sorun çözme becerisinde kendilerine güvenmediği için evliliklerinde karşılaştıkları sorunları etkin bir biçimde çözememe durumuna rastlanacaktır (Ergin ve Dağ, 2013). Bağlanma stillerinin duygusal zekâyı yordama düzeyinin incelendiği çalışmada belirtilen güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin sorunlarını anlaması ve başa çıkması beklenirken, korkulu ve saplantılı bağlanan kişilerin sorunlarının üstesinden gelmesi zordur çünkü sorunların çözümünü ya eşlerinden bekleyeceklerdir veya kaçınan tutumda olacaklardır açıklaması (Hamarta, Deniz

ve Saltalı, 2009) araştırma bulgumuzu destekler şekildedir. Sonuç olarak araştırmanın bu bulguları, literatür ile genel olarak uyumludur.

Duygusal zekâ ile evlilikte sorun çözme becerisi arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre duygusal zekâ arttıkça evlilikte sorun çözme becerisi de artmaktadır. Böylece araştırmanın üçüncü hipotezi desteklenmiştir. Bu bulgu ilgili literatürle çoğunlukla uyumludur. Duygusal zekâ ve sorun çözme becerisi üzerine oluşturulan çalışmalarda benzer sonuçlarla karşılaşmıştır. Literatürdeki bilgilere göre; bireylerin evliliklerinde var olan sorunlarla baş edebilmeleri bireyin duygusal zekâlarına bağlıdır. Bireyler duygularını tanıyabilme ve yönetebilmeyi gerçekleştirdiğinde sorunların daha etkili çözüme kavuşacağı söylenebilmektedir. Kişisel becerilere sahip olan kişilerin evliliklerinde karşılaştıkları sorunları çözmeye kendilerine daha çok güvendikleri belirtilmiştir (Türküm, 2002). Diğer bir ifadeyle yüksek duygusal zekaya sahip bireyler evliliklerinde empati yapabilir, etkin problem çözücüdür, esneklik sağlayabilir ve stres yönetiminde başarılıdır. Bütün bu durumlar bireylerin sorun çözme becerilerinde etkili olabilmektedir dolayısıyla bu duygusal zekâ yeteneklerine sahip olan kişilerin sorun çözme becerilerinin yüksek olması çalışmalarda beklenen ve bulgularan bir sonuçtur (Tetik ve Açıkgöz, 2013). Başka bir çalışmada da duygusal zekâ ve sorun çözme becerisi algısı arasındaki ilişki araştırılmış; duygusal zekâ arttıkça problem çözme becerisinde de artış olduğu bulunmuştur (İşmen, 2001). Evlilikte eşlerin duygusal zekâları yüksek ise karşılaşılan sorunları analiz ederek ve eşlerini anlamaya çalışarak sorunlarını çözmektedirler (Akkoç, 2007).

Güvenli bağlanma ile duygusal zekâ arasındaki ilişki regresyon analizi için çalışmada incelenmiştir. Güvenli bağlanma stiliyle duygusal zekâ arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur dolayısıyla, güvenli bağlanma artarken duygusal zekâda artmaktadır. Böylece araştırmanın dördüncü hipotezi desteklenmiş olmaktadır. Bağlanma stilleri ile duygusal zekâ arasındaki ilişki üzerine kurulan birçok çalışmada (Kafetsios, 2004; Kim, 2005; Görünmez, 2006) güvenli bağlanma ve duygusal zekânın pozitif yönde ilişkili olduğu sonucu desteklenmiştir. Hamarta ve ark. (2009)'nın çalışmasında da bağlanma stillerinin duygusal zekâyı yordama düzeyi araştırılmıştır. Araştırma bulgularında, güvenli bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında pozitif ilişki olduğu, korkulu bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında negatif bir ilişki olduğu vurgulanmıştır.

4.3. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması

Güvenli bağlanan bireyler ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerin evlilikte sorun çözme becerileri arasında ki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Aradaki farkın kaynağını tespit etmek için daha sonra yapılan analizlerde güvenli bağlanması baskın olanların evlilikte sorun çözme ölçeğinden aldıkları puanlar, saplantılı bağlanması baskın olanların puanlarından yüksek olduğu bulgulanmıştır. Güvenli bağlanan bireylerin hislerini başkalarına kolayca açabilmeleri, var olan sorunları ve sıkıntılarını kabul ederek yardım ihtiyaçlarını rahatça dile getirebilmeleri (Akkaya, 2010), kişilerarası ilişkilerde yapıcı, iyimser ve olumlu tutumları tercih etmeleri, kendilerine ve diğerlerine yüksek saygı ve güven duymaları ve stresli durumlarda sosyal destek isteme (Bal, 2007) özellikleri evlilik ilişkilerinde karşılaşılabilen sorunları olumlu şekilde çözmelerini desteklediği sonucu beklenen bir durumdur. Saplantılı bağlanan bireylerin ise sorunlara olumsuz şekilde yaklaştıkları, sorunları eşlerini kaybettiren bir unsur olarak gördükleri ve yüksek kaygı yaşadıkları, sorunları çözme durumunda kendilerine güvenmediği ve bu durumdan dolayı sorumluluk almayı reddettikleri söz konusu çalışmada belirtilmiştir. Bireylerin yaşadıkları bu kaygı durumları evliliklerinde yaşanan sorunları etkin bir biçimde çözmelerini engellemektedir (Ergin ve Dağ, 2013). Korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri puanları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Dolayısıyla araştırmanın beşinci hipotezi de kısmen desteklenmiştir.

Güvenli bağlanan bireyler ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerin duygusal zekâ ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Güvenli bağlanan bireylerin duygusal zekâ toplam puanları korkulu bağlananların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Güvenli bağlanan bireylerin duygusal zekâ toplam puanları saplantılı bağlananların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Güvenli bağlanan bireylerin duygusal zekâ toplam puanları kayıtsız bağlananların puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ve hipotez doğrulanmıştır.

Bağlanma stillerine göre duygusal zekâ kişisel beceriler alt boyutundan alınan puanlar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Güvenli bağlananların kişisel beceriler puanları korkulu bağlananlardan anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Güvenli bağlananların duygusal zekâ kişisel beceriler alt ölçeklerinden duygusal benlik bilinci, kendine güven ve kendini gerçekleştirme alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki farklar da anlamlı bulunmuştur.

Başka bir deyişle, güvenli bağlanan kişilerin kişisel becerileri oluşturan duygusal benlik bilinci, öz güven, kendini gerçekleştirme açısından korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan kişilerden daha olumlu özellikleri olduğu söylenebilmektedir. Kişisel becerilere sahip kişilerin, kendine güvenleri ve kendini gerçekleştirmeleri yüksektir (Bar-On, 2006). Araştırma bulgularıyla örtüşecek şekilde, Hamarta, Deniz ve Saltalı (2009) araştırmalarında güvenli bağlanmanın öğrencilerin duygusal zekâ kişisel beceriler alt boyutunu anlamlı olarak yordadığını belirtmişlerdir. Güvenli bağlanan kişilerin yüksek seviyede kişisel becerilerinin olduğu söz konusu araştırmada da belirtilmiştir. Literatüre bakıldığında duygusal zekâ kişisel beceriler alt boyutlarından bağımsızlık ve kendine saygının güvenli bağlanma stilinde olan kişilerde diğer bağlanma stilleriyle kıyasla daha yüksek olduğu bulgusuna sıkça rastlanmaktadır (Hamarta, Deniz ve Saltalı, 2009; Horowitz, 1991; Sümer ve Güngör, 1999). Bu çalışmada tam tersi durum söz konusudur. Kendine güven ve bağımsızlık alt boyutlarında bağlanma stillerine göre anlamlı fark bulunmamıştır.

Bağlanma stillerine göre duygusal zeka kişilerarası beceriler alt boyutu ve empati, kişilerarası ilişkiler ve sosyal sorumluluk alt ölçekleri puanları incelendiğinde güvenli bağlanan bireylerin kişilerarası beceriler ve alt boyutları puanları korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Giriş bölümünden de hatırlanacağı üzere, bağlanma teorisinde bakım veren kişinin olumlu cevap vermesi bireyin benliği ve başkaları hakkındaki çalışan modelleri olumlu kılıp içselleştirmesine ve bunun sonucu olarak da bireyin güvenli bağlanmasını sağlamaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bretherton, 1992; Bowlby, 1982). Bu açıklamaya göre, güvenli bağlanan kişilerin kişilerarası ilişkilerde diğer bağlanma stillerine nazaran daha yeterli olması beklenmektedir. Araştırma bulguları da bu açıklamayı destekler niteliktedir. Kişilerarası ilişki kurabilme, empati yapabilme ve sosyal sorumluluk özellikleri sosyal yeteneklerle ilişkilidir. Literatürde de güvenli bağlanan kişilerin diğer bağlanma stillerine göre sosyal yetenek puanlarının daha yüksek olduğunu söyleyen çalışmalara rastlanmaktadır (Deniz, Hamarta ve Arı, 2005). Dolayısıyla araştırmamızın bu bulgusu ilgili alan yazınla uyumlu olduğu söylenebilmektedir.

Bağlanma stillerine göre duygusal zekâ uyumluluk alt boyutu ve problem çözme, gerçeklik ve esneklik alt ölçekleri puanları incelendiğinde güvenli bağlanan bireylerin uyumluluk ve alt boyutları puanları korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Alan yazında güvenli bağlanma ve duygusal zekâ uyumluluk alt boyutunu inceleyen çalışmalarda güvenli bağlanan bireylerin arkadaş ve aileleriyle güvensiz bağlanma stillerine sahip bireylere göre daha uyumlu oldukları ve bunun

sonucu olarak sosyal sorunlarla daha az karşılaştıkları şeklinde açıklamalar ve sonuçlar, araştırmanın bu sonucuyla örtüşmektedir (Sümer ve Güngör, 1999; Colin, 1996, Grossmann, 2001: akt. Hamarta ve ark., 2009: s. 209). Bartholomew ve Horowitz (1991)'e göre kayıtsız bağlanan bireylerin diğer insanlara güvenmemeleri, kendilerini birisine anlatmayı ve yakınlık kurmayı istememeleri ve diğer insanları destekleyici görmeme özellikleri, bu bireyleri uyum sağlamada sorun yaşamalarına zemin hazırlamaktadır. Duygusal zekâ uyumluluk yeteneği yüksek olan bireyler hayatlarında karşılaştıkları sorunlara karşı esneyerek ve gerçekçi davranarak o sorunları tanımlamakta ve uygun olan çözümleri üretmeyi başarmaktadırlar (Acar, 2001; Stein ve Book, 2003: akt. Deniz ve Yılmaz, 2006: s. 21). Böylece araştırmanın bu bulgusu daha önce yapılan çalışmaları desteklemektedir.

Bağlanma stillerine göre duygusal zekâ stresle başa çıkma alt boyutu toplam puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Güvenli bağlanan bireylerin stresle başa çıkma puanları korkulu bağlanan bireylerden yüksek bulunmuştur. Bağlanma stillerine göre stresle başa çıkma alt ölçeklerinden stres yönetimi ve dürtü kontrolü boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Stresle başa çıkma alt boyutunda bağlanma stillerine göre toplam puanları arasındaki farkın anlamlı çıkıp, stres yönetimi ve dürtü kontrolü alt ölçeklerinde anlamlı fark bulunmaması gruptaki dağılımın eşit olmamasından kaynaklanıyor olabilmektedir. Duygusal zekâ stresle başa çıkma becerisi yüksek olan bireyler üzülmeyen, kontrolü elde tutarak, umutsuzluk yaşamadan stresle başa çıkabilmektedirler (Stein ve Book, 2003: akt. Deniz ve Yılmaz, 2006). Araştırma bulgularını açıklar nitelikte Bartholomew ve Horowitz (1991), güvenli bağlanmaya sahip kişilerin stresli durumlarda çaresizlik ve umutsuzluk yaşamadan sorunları çözme eğiliminde olduklarını vurgulamışlardır.

Bağlanma stillerine göre duygusal zekâ genel ruh durumu alt boyutu ve mutluluk ve iyimserlik alt ölçekleri puanları incelendiğinde güvenli bağlanan bireylerin kişilerarası beceriler ve alt boyutları puanları korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan bireylerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Duygusal zekâ genel ruh durumu alt boyutu mutluluk ve iyimserlik yeteneklerini içermektedir. Literatürdeki sonuçlara paralellik gösteren bu bulguya göre, güvenli bağlanan kişilerin ilişkilerine bakış açısı tatmin edici ve mutluluk verici şeklindedir. Güvenli bağlanan bireyler ilişkilerinden tatmin olurken ve mutluluk duyarken, diğer insanlar tarafından kabul edildiğinin bilincindedirler reddedilme kaygıları yoktur (Collins ve Read, 1990; Hamarta ve ark., 2009).

Araştırmadaki değişkenlerin birbirlerine olan katkılarını daha fazla detaylandırmak için değişkenlerin alt boyutları arasında korelasyon analizleri uygulanmıştır. İlk olarak, bağlanma stillerinin ve duygusal zekânın alt boyutları arasındaki ilişkilerle başlanılmıştır. Analiz sonucuna göre yetişkinlerin bağlanma stilleri ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Güvenli bağlanma stili ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında pozitif yönde, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri ile duygusal zekâ ve alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Güvenli bağlanma artarken duygusal zekâ ve alt boyutları puanları artmakta, ancak korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma arttığında duygusal zekâ ve alt boyutları puanları azalmaktadır. Araştırma bulguları bu hipotezi de desteklemiştir. Hamarta, Deniz ve Saltalı (2009)'nın araştırma bulgularında, güvenli bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında pozitif ilişki olduğu, korkulu bağlanma stili ve duygusal zekâ yetenekleri arasında negatif bir ilişki olduğu vurgulanmıştır. Bu göstergelere göre söz konusu hipotez desteklenmiştir ve alan yazınla örtüşmektedir.

Duygusal zekânın alt boyutlarının tamamı ile evlilikte sorun çözme becerisi arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre duygusal zeka ve alt boyut puanları arttıkça evlilikte sorun çözme becerisi puanları da artmaktadır. Böylece araştırmanın son hipotezi de desteklenmiştir. Bu bulgu ilgili literatür ile uyumludur çünkü daha yapılan çalışmalarda da araştırmayla benzer bulgulara rastlanmaktadır. Kişisel ve kişilerarası becerilere sahip olan kişilerin evliliklerindeki sorunları çözmeye kendilerine daha çok güvendikleri belirtilmiştir (Türküm, 2002). Diğer bir ifadeyle yüksek duygusal zekâyâ sahip bireyler evliliklerindeki sorunları çözmeye empati yapabilir, etkin problem çözücüdür, gerçekçidir, esneklik sağlayabilir, kontrolü bırakmazlar, umutsuzluğa kapılmazlar, olumlu görüşlere sahiplerdir ve stres yönetiminde başarılıdırlar. Bütün bu yetenekler de var olan sorunları çözmeye yardımcı olmaktadır.

4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Bireylerin evliliklerindeki sorunları çözme becerisinin artmasında güvenli bağlanmalarının yanı sıra duygusal zekâlarının da kısmen rol oynadığı sonucuna ulaşılan bu çalışma Kahramanmaraş ili sınırları içerisinde çalışmaya katılmaya gönüllü evli bireyler ile yapılmıştır. Bağlanma stilleri, evlilikte sorun çözme becerisi bölgesel faktörlerle değişebilmektedir. Bu nedenle bu konu üzerinden yapılacak araştırmalarda bölgelere göre örneklem oluşturulması daha genel bir sonuca ulaşılmasını sağlayabilir. Araştırmaya katılan bireylerde evli olma şartı dışında belirli kişisel değişkenlere göre oluşturulmamış olması

çalışmanın sınırlı yönünü belirlemektedir. Çünkü araştırma sonuçları, benzer özelliğe sahip evli bireyle genellenebilmektedir. Alan yazında bağlanma stilleri ve bağlanma boyutları birlikte ele alınabilmektedir. Bu araştırma kapsamı sadece bağlanma stilleri üzerine kurulmuştur. Ayrıca bağlanma stilleri literatürde çeşitli şekillerde ölçülmektedir. Bu araştırmada ilişki ölçekleri anketi kullanılarak bağlanma stilleri, ölçeğin ölçtüğü yapı ile sınırlıdır. Araştırmada bulunan bir diğer sınırlılık da bu açıklamayla ilgilidir. Şöyle ki; bağlanma stillerini ölçen ve geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış olan İlişki Ölçekleri Anketi'nin araştırmaya katılan bireylerin dört bağlanma stilini ayırmada çok net sonuçlar vermemesidir. Araştırmaya katılan bireyler ilişki ölçekleri anketindeki soruların tümünü cevaplamaktadırlar. Dolayısıyla bir bağlanma stilinden yüksek alınıp diğerlerinden sıfır alınması söz konusu değildir. Bütün bağlanma stillerinden alınan puanların birbirine yakın olması durumu baskın bağlanmanın tam belirlenmemesine neden olmaktadır. Gelecek araştırmalarda daha net ve keskin sonuçlara ulaşmak için İlişki Ölçekleri Anketi'ni uygulamanın yanında bağlanmayı ölçen diğer anketlerinde eklenmesi önerilmektedir.

Katılımcı sayısının fazla olmasına rağmen örneklemin rastgele seçilmesi sebebiyle değişkenlere göre katılımcı sayıları eşit dağılmamıştır. Yapılacak çalışmalarda gruplar eşit dağıtılıp farklı analiz yöntemleri kullanılabilir. Güvenli bağlanan bireyler, diğer bağlanma stilleriyle bağlanan kişilere göre sağlıklı evlilikleri ve sosyal ilişkiler olduğu bilinmektedir. Bağlanma kavramının da bebeklikten başlayarak bakım veren ile ilişkiyle oluşması nedeniyle ebeveynlerin bağlanma ilişkisinin önemi konusunda bilinçlendirilmesi ve eğitilmesi bağlanma stillerine dolayısıyla duygusal zekâ yeteneklerini kazanmalarında katkı sağlayacaktır. İlerde yapılacak araştırmalarda bu konu çiftler arasında ele alınabilir ve eşlerin bağlanma stillerinin aynı ya da farklı olmasına göre yeniden değerlendirilebilir. Bu çalışmada aracı değişken olarak duygusal zekâ toplam puanı ele alınmıştır. Yapılacak çalışmalarda farklı analiz yöntemleri kullanılarak duygusal zekâ alt boyutlarının da aracı değişken rollerine bakılması önerilmektedir.

5. KAYNAKLAR

- Açık, Ö. (2008). Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. *Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İzmir.
- Ainsworth, M.S., ve Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychological Association*, 46(4), 333-341.
- Akar, H. (2005). Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile, Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde; Çift Uyumu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması. *Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi (Uzmanlık Tezi)*, İstanbul.
- Akbağ, M., ve İmamoğlu, S.E. (2010). Cinsiyet ve Bağlanma Stillerinin Utanç, Suçluluk ve Yalnızlık Duygularını Yordama Gücünün Araştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(2), 651-682.
- Akgün, R., ve Uluocak, G. P. (2010). Evlilikte Etkili İletişim ve Problem Çözme: Bir Toplum Merkezindeki Kadınlarla Gerçekleştirilen Grup Çalışması. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 6 (23), 9-22.
- Akkaya, M. (2010). Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tarzları, Problem Çözme Becerileri ve İletişim Tarzlarının Boşanma Süreci Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. *Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Trabzon.
- Akkoç, Z. (2007). Duygusal Zekâ. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Bitirme Projesi)*, Kahramanmaraş.
- Aktürk, E. G. (2010). Attachment Figure Transference, Caregiving Styles and Marital Satisfaction in Arranged and Love Marriages. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Arbiol, I, A., Shaver, P.R., ve Yarnoz, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9, 479-490.
- Aslan, Ş. (2008). Duygusal Zekâ, Bireylerarası Çatışmayı Çözümleme Yöntemleriyle İlişkili Midir? Schutte'nın Duygusal Zekâ Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13 (3), 179-200.
- Baba, E. (2010). Evli Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Evlilik Uyumlarının Karşılaştırılması. *İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Malatya.

- Bahadır, Ş. (2006). Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygu Durumunu Düzenleme Arasındaki İlişki. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Bal, H. (2007). Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Mersin.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Batgün, A. D., ve Büyüksahin, A. (2008). Aleksitimi Psikolojik Belirtiler ve Bağlanma Stilleri. *Klinik Psikiyatri*, 11, 105-114.
- Batur, S., Demir, H., Ulu, P., Güneş, H., Irmak, E., ve Aşkın, A. (2005). Yeme Tutumu ve Cinsiyet ile Bağlanma Biçimleri Arasındaki İlişki. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(15), 21-32.
- Boğda, D. K., ve Şendil, G. (2012). Investigating Infidelity Tendency and Conflict Management Based on Attachment Styles and Gender. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (40), 205-219.
- Boyacıoğlu, İ., ve Sümer, N. (2011). Bağlanma Boyutları, Otobiyografik Bellek ve Geçmiş Kabul Etme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 105-118.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Retrospect and Prospect. *American Orthopsychiatric Association*, 52 (4), 664-678.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Büyüksahin, A. (2006). Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Ankara.
- Cast, A. D., Schweingruber, D., ve Berns, N. (2006). Childhood Physical Punishment and Problem Solving in Marriage. *Journal of Interpersonal Violence*, 21 (2), 244-261.
- Cingisiz, N., ve Murat, M. (2010). Evlenmek için Birbirlerini Tercih Eden Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9 (1), 99-114.

- Collins, N. L., ve Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (4), 644-663.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., ve Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (5), 1380-1397.
- Curun, F., ve Çapkın, M. (2014). Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34 (1), 1-22.
- Çağ, P., ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çakır, S. (2008). Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarının Ana-Babalarına Bağlanma Düzeyleri ve Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255.
- Çam, S., Tümkaya, S., ve Yerlikaya, E. E. (2011). Kişilerarası Problem Çözme Envanterinin Yetişkin Örneklemde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 1703-1724.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Çelenoğlu, A. (2011). Evli Bireylerin, Bağlanma Stillere ve Kendilik Algısına göre Evlilikte Yaşanan Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının İncelenmesi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Çimen, Ş. E. (2007). Görücü Usulü ve Anlaşarak Evlenen Bireylerin Çeşitli Sosyal Psikolojik Faktörler Yönünden Karşılaştırılması. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Davila, J., Hammen, C., Burge, D., Daley, S. E., ve Paley, B. (1996). Cognitive Interpersonal Correlates of Adult Interpersonal Problem Solving Strategies. *Cognitive Therapy and Research*, 20 (5), 465-480.
- Demirci, E. (2004). Evlilikte Bağlanma ve Çatışmayı Yönetmede Bağlanma Stillерinin Etkisi. *Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Trabzon.

- Deniz, M. E. (2011). Karar Verme Stilleri ve Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11 (1), 97-113.
- Deniz, M. E., Hamarta, E., ve Arı, R. (2005). An Investigation of SocialSkills and Loneliness Levels of UniversityStudentswithRespecttoTheir Attachment Styles in a Sample of TurkishStudents. *SocialBehavior and Personality*, 33 (1), 19-32.
- Deniz, M. E., ve Yılmaz, E. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekâ ve Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (25), 17-26.
- Doğan, S., ve Şahin, F. (2007). Duygusal Zekâ: Tarihsel Gelişimi ve Örgütler için Önemine Kavramsal Bir Bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16 (1), 231-252.
- Ergin, B. E., ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası Problem Çözme Davranışları, Yetişkinlerdeki Bağlanma Yönelimleri ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14, 36-45.
- Eröz, S. S. (2011). Duygusal Zekâ ve İletişim Arasındaki İlişki: Bir Uygulama. *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Bursa.
- Erözkan, A. (2004). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (2), 155-175.
- Eşici, H. (2014). Romantik İlişki Kalitesinin Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bağlanma ve Psikolojik İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Ankara.
- Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage. *PersonalRelationships*, 1, 333-348.
- Feeney, J. A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 6, 169-185.
- Fuller, T. L., ve Fincham, F. D. (1995). Attachment style in marriedcouples: Relation to current marital functioning, stabilityover time, and method of assessment. *Personal Relationships*, 2, 17-34.
- Gezen, M., ve Oral, E. T. (2013). Attachment Styles and Degree of The Psychological Symptoms in WomenStaying in a ShelterforBatteredWomenor in Their Home WhereTheywereExposedtoViolence. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and NeurologicalSciences*, 26, 65-71.

- Görünmez, M. (2006). Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zekâ Yetenekleri. *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Bursa.
- Güleşen, A., ve Yıldız, D. (2013). Erken Postpartum Dönemde Anne Bebek Bağlanmasının Kanıta Dayalı Uygulamalar ile İncelenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12 (2), 177-182.
- Güllüce, A. Ç., ve İşcan, Ö. F. (2010). Mesleki Tükenmişlik ve Duygusal Zeka Arasındaki İlişki. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5 (2), 7-29.
- Gündoğan, M. (2015). Eşlerin Bağlanma Tarzları ile Çift Uyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin Araştırılması. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi (Tıpta Uzmanlık Tezi)*, Eskişehir.
- Gündüz, B. (2013). Bağlanma Stilleri, Akılcı Olmayan İnançlar ve Psikolojik Belirtilerin Bilişsel Esnekliği Yordamadaki Katkıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13 (4), 2071-2085.
- Güven, N. (2005). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Evlilikte Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Güven, N., ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Algılanan Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordama Gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28), 49-61.
- Halat, M. I. (2009). Yatırım Kuramı Bağlamında Evli Çiftlerde Uyum, Nedensel ve Sorumluluk Yüklemeleri ile Yalnızlık Arasındaki Bağlantılar. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Doktora Tezi)*, Ankara.
- Hamarta, E., Deniz, M.E., ve Saltalı, N. D. (2009). Bağlanma Stillерinin Duygusal Zekâyı Yordama Düzeyi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9 (1), 195-229.
- Hazan C., ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511- 524.
- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1994). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. (çev. Dönmez, A.). *Türk Psikoloji Bülteni*, 6 (16-17), 29-50.
- Hesse, E., ve Main, M. (2000). Disorganized infant, child, and adult attachment: Collapse in behavioral and attentional strategies. *Jam Psychoanal Association*, 48 (4), 1097- 1127.
- Houser, A. G. (2009). Evli Bireylerin Sahip Oldukları İletişim Çatışması Türü, Romantik Kıskançlık ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Evlilik Doyumları Üzerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Ankara.

- İşmen, A. E. (2001). Duygusal Zeka ve Problem Çözme. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13, 111-124.
- Kafetsios, K., ve Nezlek, J. (2002). Attachment in Everyday Social Interaction. *European Journal of Social Psychology*, 32, 719-735.
- Kafetsios, K. (2004). Attachment and Emotional Intelligence Abilities Across the Life Course. *Personality and Individual Differences*, 37, 129-145.
- Kahraman, N. (2013). Hemşirelerin Duygusal Zeka Becerilerinin Belirlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Kansız, M., ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 24-29.
- Karabulutlu, E. Y., Yılmaz, S., ve Yurttaş, A. (2011). Öğrencilerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2 (2), 75-79.
- Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Arasındaki İlişki. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23 (2), 33-46.
- Karduz, F. A. (2009). Evli Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Çift Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Sakarya.
- Kaya, K. (2012). Alan Ayckbourn'un 'Absurd Person Singular' Oyununda Evlilik Kurumu. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36 (2), 121-138.
- Keleşoğlu, Ö. (2007). Duygusal Zeka. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Seminer Çalışması)*, Erzurum.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3 (2), 321-342.
- Kışlak, Ş.T., ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3 (9), 61-68.
- Koca, D. A. (2013). Bir Aile Eğitim Programının Evli Annelerin Evlilik Doyumu, Evlilikte Sorun Çözme Becerisi ve Psikolojik İyi Oluşuna Etkisi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Konakay, G. (2013). Akademisyenlerde Duygusal Zekâ Faktörlerinin Tükenmişlik Faktörleri ile İlişisine Yönelik Bir Araştırma: Kocaeli Üniversitesi Örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15 (1), 121-144.

- Mobaçoğlu, F. (2006). Duygusal Zeka ve Duygusal Zekanın Gelişimine Katkıda Bulunan Etkenler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Main, M. (1996). Introduction to the Special Section on Attachment and Psychopathology: 2. Overview of the Field of Attachment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64 (2), 237-243.
- Malatyalı, M. K. (2014). Evli Çiftlerde Algılanan Gücün Bağlanma Boyutları ve Yatırım Modeli Değişkenleri Açısından İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Mayer, J. D., Salovey, P., ve Caruso, D.R. (2008). Emotional Intelligence New Ability or Eclectic Traits. *American Psychological Association*, 63 (6), 503-517.
- Monteoliva, A., Martinez, M. G., Salguero, A. C., ve Luzon, C. A. (2012). Differences between men and women with a dismissing attachment style regarding their attitudes and behaviour in romantic relationships. *International Journal of Psychology*, 47 (5), 335-345.
- Morsünbül, Ü., ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3 (3), 553-570.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu ile İlişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11 (1), 357-372.
- Müezzinoğlu, S. (2014). Romantik İlişkilerde Aldatma: Bağlanma Boyutları, Kişilik Özellikleri ve İlişki Bağlanımı. *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Ankara.
- Odabaş, İ. (2014). Yapısal Güçlendirme ile Örgütsel Bağlılık Arasındaki İlişkide Psikolojik Güçlendirmenin Ara Değişken Rolü: Öğretmenler Üzerinde Bir Çalışma. *İstanbul Kültür Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Okşak, E. (2004). Bağlanma Stillерinin Evlilik İlişkisindeki Olumsuz Olaylar Karşısında Yapılan Yüklemelere Etkisi. *İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Okutan, N., ve Sunal, A. B. (2011). Eşcinsellere Yönelik Tutumlar, Cinsiyetçilik ve Romantik İlişkilerle İlgili Kalıpyargılar: Yetişkin Bağlanma Biçimleri Açısından Bir Değerlendirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14 (27), 69-77.

- Otacıoğlu, S. G. (2009). Duygusal Zeka (EI) Üzerine Farklı Eleştiri ve Değerlendirmeler. *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26, 333-344.
- Özcan, S. G. (2014). Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimleri, Evlilik Doyum Düzeyleri ve Cinsel Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Özer, A., ve Güngör, H. C. (2012). Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (2), 11-24.
- Paetzold, R. L., Rholes, W. S., ve Kohn, J. L. (2015). Disorganized Attachment in Adulthood: Theory, Measurement, and Implications for Romantic Relationships. *Review of General Psychology*, 19, 146-156.
- Plessis, K. D., ve Clarke, D. (2008). Couples' Helpful, Unhelpful and Ideal Conflict Resolution Strategies: Secure and Insecure Attachment Differences and Similarities. *Interpersona*, 2 (1), 65-88.
- Sakman, E. (2011). Effects of Attachment Security, Threat, and Attachment Figure Primes on Cognitive Attentional Task Performance. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Sarı, T. (2012). Evli Bireylerin Ebeveyn Algıları, Otomatik Düşünceleri ve Bağlanma Stillerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., ve Uysal, A. (2005). Yetişkin Bağlanma Boyutları için Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örneğinde Psikometrik Açısından Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (16), 1-11.
- Serin, N. B., ve Derin, R. (2008). İlköğretim Öğrencilerinin Kişilerarası Problem Çözme Becerisi Algıları ve Denetim Odağı Düzeylerini Etkileyen Faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5 (1), 1-18.
- Sığırcı, A. (2010). Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu ile İlişkinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Malatya.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of Attachment Style on Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (5), 971-980.
- Soylu, Y., ve Kağncı, D. Y. (2015). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillerine Göre Yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (43), 44-54.

- Sroufe, L. A., ve Waters, E. (1977). Attachment as an Organizational Construct. *Child Development*, 48, 1184-1199.
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türkörneklemi üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71 – 106.
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-58.
- Sümer, M. (2006). Yetişkinlerin Bağlanma Stillerinin Duygusal Zekâ, İlişkiye Bağlılık, İlişkide Algılanan Tatmin ve Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi. *Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., ve Çekem, B. (2009). Bağlanma ve Psikopatoloji: Bağlanma Boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24 (63), 38-45.
- Şahin, N., Şahin, N. H., ve Heppner, P. P. (1993). Psychometric Properties of the Problem Solving Inventory in a Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research*, 17 (4), 378-396.
- Şahin, N. H., Güler, M., ve Basım, H. N. (2009). The Relationship between Cognitive Intelligence, Emotional Intelligence, Coping and Stress Symptoms in the Context of Type a Personality Pattern. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (3), 243-254.
- Şahin, N. H., ve Yaka, A. İ. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), Kendilik Algısı, Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Psikopatolojik Belirtiler Bağlamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (26), 64-76.
- Şendil, G., ve Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Taycan, S. E., ve Kuruoğlu, A. Ç. (2013). Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 1-10.
- Tetik, S., ve Açıkgöz, A. (2013). Duygusal Zekâ Düzeyinin Problem Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisi: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama. *Electronic Journal of Vocational Colleges UMYOS Özel Sayı*.
- Tokuş, T. (2014). The Role of Attachment Styles and Shame-Proneness on Relational Models. *İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.

- Tufan, Ş. (2011). Geliştirilen Duygusal Zeka Eğitimi Programının Ortaöğretim Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeylerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zeka. *Klinik Psikiyatri*, 1, 12-20.
- Turgut, G. (2014). Algılanan Sosyal Destek ve Duygusal Zeka Düzeyinin İş Tatminine Etkisinin Devlette Çalışan Üç Farklı Meslek Grubunda Karşılaştırılması: Mühendis, Doktor ve Öğretmen. *Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- TÜİK, (2006), Türkiye Aile Yapısı Araştırması, TÜİK Yayını, 2007, Ankara.
- Tümkaya, S., Hamarta, E., Deniz, M.E., Çelik, M., ve Aybek, M. (2008). Duygusal Zeka Mizah Tarzı ve Yaşam Doymu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (30), 1-18.
- Türküm, A. S. (2002). Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (18), 25-34.
- Uğur, H. (2014). The Mediating Role of Affect Regulation in the Relationship Between Attachment Styles and Defense Mechanisms. *Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul.
- Uluyol, F. M. (2014). Bağlanma Örüntüleri, Eşe Yönelik Kişilerarası Şemalar ve Evlilik Sorunlarıyla Başa Çıkabilme Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Üncü, S. (2007). Duygusal Zeka ve Evlilik Doymu İlişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*, Ankara.
- Üzel, D., ve Hangül, T. (2012). Duygusal Zeka ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki. *Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi*, 1-11.
- Wei, M., Heppner, P. P., ve Mallinckrodt, B. (2003). Perceived Coping as a Mediator Between Attachment and Psychological Distress: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Counseling Psychology*, 50 (4), 438-447.
- Yılmazçoban, M. A. (2008). Flört ve Görücü Usulü Evliliklerde Psiko-Sosyal Özelliklerin Etkisi- Demirci Örneği. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayımlanmış Doktora Tezi)*, Sakarya.
- Yusof, Y., ve Carpenter, S. W. (2013). A Survey of Family Therapists' Adult Attachment Styles in the United Kingdom. *Contemporary Family Therapy*, 35, 452-464.

EK 1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı;

Bu anket yüksek lisans tezi kapsamında, kendinize ve evliliğinize yönelik duygu ve düşüncelerinizi belirlemek için hazırlanmıştır. Elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel amaçlı kullanılacak olup, ankette isim belirtme gerekliliği yoktur. Verdiğiniz yanıtlar bizim için çok önemlidir. Zaman ayırarak çalışmamıza katıldığınız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

1.Yaşınız: _____

2.Cinsiyetiniz?

a) Erkek () b) Kadın ()

3.Evlenme şekliniz?

a) Görücü usulü () b) Tanışarak, Severek ()

4.Eğitim Düzeyiniz

a)Okur-yazar () b)İlkokul mezunu () c)Ortaokul mezunu () d)Lise mezunu ()

e)Üniversite mezunu () f)Lisansüstü ve üstü ()

5.Kaç yaşında evlendiniz? _____

6.Ne kadar zamandır evlisiniz? _____

7.Çocuklarınız var mı?

Var() Yok () Varsa kaç tane()

8.Çalışıyor musunuz?

a)Evet b)Hayır

9.Aylık gelir seviyeniz

a) (1000 ve altı)

b) (1000 – 2000)

c) (2000- 4000)

d) (4000- 5000)

e) (5000 ve üzeri)

EK 2 İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralık ölçek üzerinde değerlendiriniz. Lütfen tüm soruları yanıtlamaya çalışınız.

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

Beni hiç tanımlamıyor. Beni kısmen tanımlıyor. Beni tamamiyle tanımlıyor.

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.
7. Yalnız kalmaktan korkarım.
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.
9. Başkalarına tamamiyle güvenmekte zorlanırım.
10. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim değer kadar değer vermediğinden kaygılanırım.
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.
13. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.

14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.

15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar gönülsüz olduklarını düşünüyorum.

16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.

17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.



EK 3 EVLİLİKTE SORUN ÇÖZME ÖLÇEĞİ

Aşağıda evlilikte karşılaştığınız problemleri (sorunları) çözme konusunda kendinizi nasıl gördüğünüze ilişkin 9 soru bulunmaktadır. Bu soruların her birinin karşısında 1'den 5'e kadar sayılar yer almaktadır. Her cümleyi dikkatlice okuyunuz ve evlilikte karşılaştığınız problemleri (sorunları) çözme becerinizi nasıl algılıyorsanız buna en uygun seçeneği çarpı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

1. Diğer çiftlere kıyasla, kendi sorun çözme becerinizden ne kadar eminsiniz?

Hiç emin değil (1) (2) (3) (4) (5) Çok emin

2. Çözümlerinizi, ilişkideki sorunlarda ne derece etkilidir?

Çok etkisiz (1) (2) (3) (4) (5) Çok etkili

3. Eşinize, bir sorun için bir çözüm önerme konusunda, kendinizi ne kadar rahat hissedersiniz?

Çok rahatsız (1) (2) (3) (4) (5) Çok rahat

4. İlişkinizde karar verme sürecine ne kadar katkınız olur?

Hiç (1) (2) (3) (4) (5) Çok

5. Evliliğinizde karar verme sürecinden ne kadar mutlusunuz?

Çok mutsuz (1) (2) (3) (4) (5) Çok mutlu

6. Eşinizle sorunları tartışırken, eşiniz sizin duygularınızı ne kadar iyi anlar?

Asla (1) (2) (3) (4) (5) Her zaman

7. Sorunlara getirilen çözümlerden ne kadar memnunsunuz?

Hiç memnun (1) (2) (3) (4) (5) Çok memnun değil

8. Eşinizle birlikte sorun çözmeye çalışmak konusunda kendinizi ne kadar rahat hissediyorsunuz?

Çok rahatsız (1) (2) (3) (4) (5) Çok rahat

9. Bir çift olarak ilişkideki farklılıklar ya da sorunları çözme konusunda kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?

Çok etkisiz (1) (2) (3) (4) (5) Çok etkili

EK 4 BAR-ON DUYGUSAL ZEKÂ ÖLÇEĞİ

Sayın katılımcı, aşağıdaki ifadelere vereceğiniz cevapları 1'den 5'e kadar sıralanan 1- Tamamen katılıyorum, 2-Katılıyorum, 3-Kararsızım, 4-Katılmıyorum, 5-Kesinlikle katılmıyorum açıklamalarından birini seçerek (X) işareti ile belirtmeniz gerekiyor. İfadelerin doğru veya yanlışlığı yoktur. Bu nedenle ifadeyi okuduğunuzda aklınıza gelen ilk cevap sizin tutumunuzu en iyi yansıtan olacaktır.

1- Tamamen katılıyorum, 2- Katılıyorum, 3- Kararsızım, 4- Katılmıyorum,
5- Kesinlikle katılmıyorum

1.Zorluklarla baş edebilme yaklaşımım adım adım ilerlemektir. 1 2 3 4 5

2.Duygularımı göstermek benim için oldukça kolaydır.

3.Çok fazla strese dayanamam.

4.Hayallerimden çok çabuk sıyrılabilir ve o anki durumun gerçekliğine kolayca dönebilirim.

5.Zaman zaman ortaya çıkan tersliklere rağmen, genellikle işlerin düzeleceğine inanırım.

6.Üzücü olaylarla yüz yüze gelmek benim için zordur.

7.Biriyle aynı fikirde olmadığımında bunu ona söyleyebilirim.

8.Kendimi kötü hissettiğimde beni neyin üzdüğünü bilirim.

9.Başkaları benim iddiasız biri olduğumu düşünürler.

10.Çoğu durumda kendimden eminimdir.

11.Huysuz bir insanımdır.

12.Çevremde olup bitenlerin farkında değilimdir.

13.Derin duygularımı başkaları ile kolayca paylaşamam.

14.İyi ve kötü yanlarıma baktığım zaman kendimi iyi hissederim.

15.Yaşamımı elimden geldiğince anlamlı hale getirmeye çalışırım.

16. Sevgimi belli edemem.
17. Tam olarak hangi konularda iyi olduğumu bilmiyorum.
18. Eski alışkanlıklarımı değiştirebilirim.
19. Hoşuma giden şeyleri elimden geldiğince sonuna kadar öğrenmeye çalışırım.
20. Başkalarına kızdığımda bunu onlara söyleyebilirim.
21. Hayatta neler yapmak istediğime dair kesin bir fikrim yok.
22. Yapacaklarımın bana sık sık söylendiği bir işte çalışmayı tercih ederim.
23. Bir problemi çözerken her bir olasılığı inceler, daha sonra en iyisine karar veririm.
24. Bir liderden çok, takipçiyimdir.
25. Doğrudan ifade etmeseler de, başkalarının duygularını çok iyi anlarım.
26. Fiziksel görüntümden memnunum.
27. İnsanlara ne düşündüğümü kolayca söyleyebilirim.
28. İlgimi çeken şeyleri yapmaktan hoşlanırım.
29. Sabırsız bir insanım.
30. Diğer insanların duygularını incitmemeye özen gösteririm.
31. İşler gittikçe zorlaşsa da genellikle devam etmek için motivasyonum vardır.
32. Başkalarıyla iyi ilişkiler kurarım.
33. Güç bir durumla karşılaştığımda konuyla ilgili olabildiğince çok bilgi toplamayı isterim.
34. İnsanlara yardım etmekten hoşlanırım.
35. Son birkaç yılda çok az başarı elde ettim.
36. Öfkemi kontrol etmem zordur.
37. Hayattan zevk almıyorum.
38. Duygularımı tanımlamak benim için zordur.

- 39.Haklarımı savunamam.
- 40.Oldukça neşeli bir insanımdır.
- 41.Düşünmeden hareket edişim problemler yaratır.
- 42.İnsanlar benim sosyal olduğumu düşünürler.
- 43.Kurallara uyan bir vatandaş olmak çok önemlidir.
- 44.Kendimi olduğum gibi kabul etmek bana zor geliyor.
- 45.Aynı anda başka bir yerde bulunmak zorunda olsam da, ağlayan bir çocuğun anne ve babasını bulmasına yardım ederim.
- 46.Arkadaşlarım bana özel şeylerini anlatabilirler.
- 47.Kendi başıma karar veremem.
- 48.Başka insanlara saygı duyarım.
- 49.Başkalarına neler olduğunu önemserim.
- 50.Bazı şeyler hakkında fikrimi değiştirmem zordur.
- 51.Problemlerin çözümüne ilişkin farklı çözüm yolları düşünmeye çalışınca genellikle tıkanır kalırım.
- 52.Fanteziler ya da hayaller kurmadan her şeyi gerçekte olduğu gibi görmeye çalışırım
- 53.Neler hissettiğimi bilirim.
- 54.Benimle birlikte olmak eğlencelidir.
- 55.Sahip olduğum kişilik tarzından memnunum.
- 56.Hayal ve fantezilerime kendimi kaptırırım.
- 57.Yakın ilişkilerim benim ve arkadaşlarım için çok önemlidir
- 58.Yeni şeylere başlamak benim için zordur.
- 59.Eğer yasaları çiğnemem gerekirse, bunu yaparım.

60. Endişeliyimdir.
61. Yeni şartlara ayak uydurmak benim için kolaydır.
62. Kolayca arkadaş edinebilirim.
63. Can sıkıcı problemlerle nasıl baş edebileceğimi bilirim.
64. Başkaları ile çalışırken kendi fikirlerimden çok onlarınkine güvenirim.
65. Kendimi çok sık, kötü hissederim.
66. Konuşmaya başlayınca zor susarım
67. Çevremdekilerle iyi geçinemem.
68. Zor şartlarda serinkanlılığımı nasıl koruyacağımı bilirim.
69. Kendimi takdir ederim.
70. İnsanlarla tartışırken, bana sesimi alçaltmamı söylerler.
71. Tarzımı değiştirmem zordur.
72. Hayatımdan memnunum.
73. Başkalarının bana ihtiyaç duymalarından çok, ben başkalarına ihtiyaç duyarım.
74. Hafta sonlarını ve tatilleri severim.
75. Çok sinirlenmeden stresle baş edebilirim.
76. Çok zor durumların üstesinden geleceğime inanıyorum.
77. Acı çeken insanların farkına varamam.
78. Genellikle en iyisini ümit ederim.
79. Başkalarına göre, bana güvenmek zordur.
80. Endişemi kontrol etmemin zor olduğunu biliyorum.
81. Başkalarının duygusal ihtiyaçlarını, kolaylıkla fark ederim.

82. Abartmayı severim.

83. Gülümsemek benim için zordur.

84. Uygun bir zamanda negatif duygularıyla yüzleşir, onları gözden geçiririm.

85. Yeni bir şeylere başlamadan önce genellikle başarısız olacağım hissine kapılırım.

86. İstedğim zaman “hayır” demek benim için zordur.

87. Bir problemle karşılaştığımda önce durur ve düşünürüm.

88. Yukarıdaki ifadelere samimi bir şekilde cevap verdim.