

T.C.

KONYA NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİLİM DALI

**AİLEDE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN VE EŞ DESTEĞİNİN EVLİLİKTE
PROBLEM ÇÖZME BECERİSİNİ YORDAMASI**

FEHMİ TURAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman

Yrd.Doç. Dr. S.Barbaros YALÇIN

KONYA-2015



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Adı Soyadı	Fehmi Turan
Numarası	128301051147
Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışman ve Rehberlik
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Tezin Adı	Ailede Bütünlük Duygusunun ve Eş Destekçisinin Etkililikte Problem Çözme Becerisini Yordaması

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin imzası
(İmza)



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Fehmi Turan
	Numarası	128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALGIN
Tezin Adı	Ailede Bataklık Duygusunun ve Es' desteğinin Etilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması	

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan başlıklı bu çalışma 10.../06.../2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı

Danışman ve Üyeler

İmza

Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALGIN (Danışman)

Doç. Dr. Sahin KESİCİ

Yrd. Doç. Dr. Erkan EFİLTİ

T.C.
KONYA NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Öğrencinin	Adı Fehmi TURAN
	Numarası 128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN
	Tezin Adı Ailede Bütünlük Duygusunun Ve Eş Desteğinin Evlilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması

ÖZET

Bu araştırmada, aile bütünlük duygusunun, eş desteğinin, evlilikte problem çözme becerilerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, Konya ilinde ikamet eden 292’i kadın, 271’si erkek olmak üzere toplam 563 evli bireyden oluşmaktadır. Çalışma grubuna, evli bireylerin kişisel bilgilerine ulaşabilmek için “Kişisel Bilgi Formu”, aile bütünlük duygusu puanlarını belirlemek için “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği”, eş desteğini puanlarını belirlemek için “Eş Destek Ölçeği” ve evlilikte problem Çözme puanlarını belirlemek için “Evlilikte Problem Çözme Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde korelasyon ve çoklu regresyon stepwise yöntemi kullanılmıştır. Veriler .05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre; . Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan yönetilebilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında, negatif yönlü; evli bireylerin aile bütünlüğü Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin maddi yardım ve bilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki, eş desteği ölçeğinin alt boyutları(maddi yardım ve bilgi, sosyal ilgi, takdir etme, duygusal) ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki ve sosyal ilgi desteği, aile bütünlük duygusunun anlamlılık boyutu, maddi yardım ve bilgi desteği ve aile bütünlük duygusunun yönetilebilirlik alt boyutu, evlilikte problem çözme becerisinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Evlilikte problem çözme, eş desteği ve aile bütünlük duygusu.

T.C.
KONYA NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Öğrencinin	Adı Fehmi TURAN
	Numarası 128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN
Tezin Adı PREDICTABILITY OF PROBLEM SOLVING SKILL BY INTEGRITY FEELING AND SPOUSE SUPPORT IN THE FAMILY	

SUMMARY

In this study, whether feeling of family integrity, spouse support predicts problem solving skills or not has been analyzed. The study group consists of 292 women and 271 men, totally 563 married people, residing in Konya. In the study group, “Personal Information Form” in order to obtain personal data of married people, “Family Integrity Feeling Scale” in order to determine family integrity points, “Spouse Support Scale” in order to show spouse support points and “Problem Solving in Marriages” in order to state points of problem solving in marriages have been employed. In analysis of data, correlation and multiple regressions stepwise have been used. Data has been tested on .05 relevance level.

According to research results, it has been found out that there is a negative correlation between manageability, which is one of the lower dimensions of family integrity scale of married people, and problem solving skills in marriages; there is a meaningful negative correlation between financial aid and information support lower dimension of family integrity of married people, spouse support of married people and problem solving skills in marriages; there is meaningful negative correlation between lower dimension of spouse support scale (financial aid and information, social interest, appraisal, emotional) and problem solving skills in marriages; and social interest support, meaningful extent of family integrity feeling, financial aid and information

support and manageability lower dimension of family integrity feeling has been found to be an important predictive of problem solving skills in marriages.

Key words: problem solving in marriages, spouse support and family integrity feeling

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin	Adı Soyadı	Fehmi Turan
	Numarası	128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri/Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tezin Adı	Ailede Bütünlük Duygusunun Ve Eş Desteğinin Evlilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin imzası

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Fehmi Turan
	Numarası	128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri/Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Yrd.Doç.Dr. S. Barbaros YALÇIN
	Tezin Adı	Ailede Bütünlük Duygusunun Ve Eş Desteğinin Evlilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan başlıklı bu çalışma/...../..... tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı Danışman ve Üyeler İmza

TEŞEKKÜR

Tezimin her aşamasında bana yardımlarını esirgemeyen tez danışmanım saygı değer hocam Yrd.Doç.Dr.S.Barbaros YALÇIN bana olan güveninden, sevgisinden, anlayışından ve her zaman yanımda olma hissini verdiğiinden dolayı teŐekkürlerimi sunarım.

Lisans eğitimimden bu yana bana yardımlarını esirgemeyen ve tez aşamasında da her türlü yardımda bulunan saygı değer hocam Doç.Dr.Şahin KESİCİ hocama da sonsuz teŐekkürlerimi sunarım.

Bütün eğitim yaşamım boyunca geçmişten bugüne saygı değer bütün hocalarıma Őükranlarımı sunmaktan büyük onur duyarım. İlköğretim yıllarımdan yüksek lisans eğitimime kadar öğrettikleri değerli bilgiler sayesinde bugünleri görmekteyim.

Beni dünyaya getiren her türlü imkanı sağlayan yaşamımın en değerlileri olan sevgili BABAM ve ANNEME sonsuz teŐekkürlerimi sunar ve bu onuru onlar sayesinde yaşadığımdan dolayı yaşamımın her anında olduğu gibi bu başarımı da onlara borę bilirim.

Fehmi TURAN

Mayıs - 2015

T.C.
KONYA NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Öğrencinin	Adı Fehmi TURAN
	Numarası 128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN
	Tezin Adı Ailede Bütünlük Duygusunun Ve Eş Desteğinin Evlilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması

ÖZET

Bu araştırmada, aile bütünlük duygusunun, eş desteğinin, evlilikte problem çözme becerilerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, Konya ilinde ikamet eden 292’i kadın, 271’si erkek olmak üzere toplam 563 evli bireyden oluşmaktadır. Çalışma grubuna, evli bireylerin kişisel bilgilerine ulaşabilmek için “Kişisel Bilgi Formu”, aile bütünlük duygusu puanlarını belirlemek için “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği”, eş desteğini puanlarını belirlemek için “Eş Destek Ölçeği” ve evlilikte problem çözme puanlarını belirlemek için “Evlilikte Problem Çözme Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde korelasyon ve çoklu regresyon stepwise yöntemi kullanılmıştır. Veriler .05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre; . Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan yönetilebilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında, negatif yönlü; evli bireylerin aile bütünlüğü Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin maddi yardım ve bilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki, eş desteği ölçeğinin alt boyutları(maddi yardım ve bilgi, sosyal ilgi, takdir etme, duygusal) ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki ve sosyal ilgi desteği, aile bütünlük duygusunun anlamlılık boyutu, maddi yardım ve bilgi desteği ve aile bütünlük duygusunun yönetilebilirlik alt boyutu, evlilikte problem çözme becerisinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur

Anahtar Kelimeler: Evlilikte problem çözme, eş desteği ve aile bütünlük duygusu.

T.C.
KONYA NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Öğrencinin	Adı Fehmi TURAN
	Numarası 128301051147
	Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışma ve Rehberlik
	Programı Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN
Tezin Adı PREDICTABILITY OF PROBLEM SOLVING SKILL BY INTEGRITY FEELING AND SPOUSE SUPPORT IN THE FAMILY	

SUMMARY

In this study, whether feeling of family integrity, spouse support predicts problem solving skills or not has been analyzed. The study group consists of 292 women and 271 men, totally 563 married people, residing in Konya. In the study group, “Personal Information Form” in order to obtain personal data of married people, “Family Integrity Feeling Scale” in order to determine family integrity points, “Spouse Support Scale” in order to show spouse support points and “Problem Solving in Marriages” in order to state points of problem solving in marriages have been employed. In analysis of data, correlation and multiple regressions stepwise have been used. Data has been tested on .05 relevance level.

According to research results, it has been found out that there is a negative correlation between manageability, which is one of the lower dimensions of family integrity scale of married people, and problem solving skills in marriages; there is a meaningful negative correlation between financial aid and information support lower dimension of family integrity of married people, spouse support of married people and problem solving skills in marriages; there is meaningful negative correlation between lower dimension of spouse support scale (financial aid and information, social interest, appraisal, emotional) and problem solving skills in marriages; and social interest support, meaningful extent of family integrity feeling, financial aid and information support and manageability lower dimension of family integrity feeling has been found to be an important predictive of problem solving skills in marriages.

Key words: problem solving in marriages, spouse support and family integrity feeling

İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK SAYFASI	1
YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU	2
TEŞEKKÜR.....	3
ÖZET.....	4
SUMMARY	5
İÇİNDEKİLER.....	6
TABLolar LİSTESİ	9

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın amacı.....	13
1.2. Araştırmanın Önemi	14
1.3. VARSAYIMLAR.....	15
1.4. SINIRLILIKLAR	15
1.5. TANIMLAR	16

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	17
------------------------------------	----

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ	33
3.2.ÇALIŞMA GRUBU	33
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	33
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu	34
3.3.2. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği(ABDÖ)	34
3.3.3. Eş Destek Ölçeği	34
3.3.4. Evlilikte Problem Çözme Ölçeği	35
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ.....	36
3.4.1. Verilerin Toplanması.....	36
3.4.2. Verilerin Analizi	36

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

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

BEŞİNCİ BÖLÜM

5:TARTIŞMA VE YORUM.	40
---------------------------	----

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. SONUÇLAR.....	45
--------------------	----

6.2. ÖNERİLER	46
---------------------	----

KAYNAKÇA	47
----------------	----

EKLER.....	54
------------	----

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo-1: Evli bireylerin aile bütünlüğü duygusu ve evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki.....

Tablo-2: Evli bireylerin eş desteği ve evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki

Tablo-3: Evli Bireylerin aile bütünlük duygusu ve eş desteğininin evlilikte problem çözme becerilerini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölüm, giriş, araştırmanın amacı, araştırmanın araştırmanın önemi, araştırmanın varsayımları, araştırmanın sınırlılıkları ve tanımlarını içermektedir.

Giriş

Evlilik süreci çiftlerin bir araya gelmesi ile başlar ve karşılıklı etkileşim ve işbirliği ile devam eder. Karşılıklı etkileşim ve işbirliği sürecinde çiftler bazı sorunlarla karşılaşabilirler. Bu sorunların çözümünde amaç, hem aile bütünlüğünü korumak ve geliştirmek hemde evlilikte problem çözme becerisini geliştirmektir. Evlilikte problem çözme becerisini geliştirmek için ilk önce çiftlerin sağlıklı olması ve fonksiyonel düşüncelere sahip olmaları gereklidir. Bireylerin sağlıklı olabilmesi için, Antonovsky'nin sağlıklı olmaları için odaklandığı temel soru olan "Niçin insanların bir kısmı, yaşamlarındaki stresli durumlara rağmen, sağlıklı kalmayı yönetebilirken diğerleri yönetemiyor? (Lindstrom ve Eriksson, 2007). Sorusuna cevap bulmak gereklidir.

Stres insanların duyarlılığını bozan riskleri artıran negatif bir olay olarak görüldüğü için zaman geçtikçe stres olaylarının doğası ve stresin doğasında insanların sahip oldukları yetenek ve çevre önemli bir rol oynamıştır. Başlangıç olarak hem stres hem de sağlık araştırmalarında stres faktörleri olarak tanımlanan insan yaşamındaki problematik negatif yaşam olayları önemlidir. Sonuçta kaos ve stressi oluşturan yaşamın parçasıdır ve doğal şartlardır. İnsan zihnine gelen ilginç bir soruda bizim bütün bunlara rağmen nasıl yaşadığımızdır. Dünyada sağlık göreceli olarak bir süreçtir ve en önemli araştırma sorusu, hastalığa neden olan şeyler değil, sağlığa neden olan şeylerdir. Genel direnç kaynakları insanların yaşamlarını daha kolay anlaşılabilir, yapılandırılmış ve tutarlı yapan algılarındaki biyolojik, maddi ve psikososyal kaynaklardır. Tipik olarak da genel yaşam kaynakları para, bilgi, tecrübe, benlik saygısı, sağlık, davranış, bağlılık, sosyal destek, kültürel birikim, zeka, gelenekler ve yaşam felsefesidir.(Lindström ve Eriksson.2006).

Evli bir çiftin evlilik sürecinde stresli durumları aşmak ve aile bütünlüğü duygusu oluşturmak için, bütünlük duygusunu bireyselden aileye doğru aktarmak ve aile bütünlük duygusu ile aile uyumunu ilişkili hale getirmesi gerekir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Çünkü, aile bütünlüğünü sağlamak için, ailenin stresli durumları yönetebilmesi ve stresli durumlarla baş edebilmesi gereklidir (McCubbin, 1979). Kısacası, bütünlük duygusunun, anlaşılabilirlik duygusu, yönetebilirlik duygusu ve anlamlılık duygusu olmak üzere üç ögeden oluşmakta ve bu üç öge güçlü bir bütünlük duygusunu sağlayarak, bireylerin sağlıklı olmaya katkı sağlayabileceğine ve sağlığını sürdürmeye yardım edebilir. Güçlü bütünlük duygusuna sahip bir birey içsel kaynaklarını harekete geçirebilir ve stres kaynaklarını yönetebilmek için kişisel direncini yapılandırabilir (Antonovsky, 1979; Antonovsky, 1987).

Eğer bireyler sağlıklı olurlarsa ve aile bütünlük duygusuna sahip olurlarsa; kronik ve patolojik rahatsızlıkların üstesinden gelebilirler (Eriksson ve Lindström, 2006; Pallant ve Lae, 2002; Rizk ve Almond, 2005; Ward, Schulz, Bruland ve Lohr, 2014). Aile bütünlük duygusunun oluşma sürecindeki anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık kavramlarını, evli çiftlerin yaşam olaylarında pozitif olarak uygulayabilmeleri için de eş desteğine ihtiyaçları vardır.

Yıldırım (2004) eş desteğini, eşlerin birbirlerinden aldığı sosyal destek olarak betimlemiştir. Curun (1996) ise eş desteğinin; şiddetli stres zamanlarında, klinik olarak depresyonun başladığı zamanlarda, eşler arasında kaçınılmaz olan anlaşmazlık durumlarında ve duygusal yakınlık eşler arasında destekleyici etkileşimlerle güçlü bir bağ haline geldiği durumlarda eşler arasındaki duygusal geri çekilmeyi ve eşlerin birbirlerinden soyutlanmasını önleyebileceğini belirtmektedir. Cohen ve Wills (1985) sosyal destek ve iyi olma arasındaki pozitif çağrışımın tam olarak daha yararlı ve etkili desteğin katkısı ya da stresli olaylarda bireyi potansiyel olarak ters etkilerinden koruyacak bir destek sürecine vurgu yapmakta ve iki durumun il olanı ana yada direkt etki modeli, ikincisini de tampon model olarak adlandırmaktadır. Destek yapısını belirlemek içinde ilişkilerde varolan destek ya da birinin özel bir kaynaktan sağladığı kişilerarası ilişkilerin genişliğini içeren fonksiyoneli üzerinde durmaktadırlar. Dehle, Larsen ve Landers (2001) algılanan destek yeterliği, beklentinin yönü ile evliliğin kalitesi, depresif semptomlar, ve algılanan stresle ilişkilidir ve hatta sosyal istenilirlilik kontrolünden sonra bile. Brown, Brown, Andrews, Harris, Adler, ve Bridge (1986)

tarafından yapılan çalışmada eşinden yeterince destek algılayan evli bireyin depresyona girme riskinin azaldığını, eşin özsaygı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Duygusal eş desteği ile depresyon arasındaki bağlantıyı kuran Stack ve Eshleman (1998) daha yüksek yakın duygusal desteğe sahip evli çiftlerin, daha düşük depresyon seviyelerine sahip olduklarını belirtmektedirler. Bu nedenle evlilik yaşamının başarısızlıktan başarıya, katı kural ve inançlardan esnekliğe, sakinlikten dinamik ve canlı bir yapıya dönüşmesi için çiftler birbirlerine karşı duygusal, sosyal ve fiziksel yakınlık sağlamalıdır ve sağlanan bu yakınlık duygusal destek olarak eşler birbirlerine hissettirmelidirler. Çiftlerin birbirlerine sağladığı yakın duygusal destek sayesinde çiftler, değerli olduklarını hisseder, sevildiğini hisseder, saygı görür ve birey olarak önemli olduğunu hissederler (Yıldırım, 2013). Bu olumlu his ve düşünceleri yaşamakta zorluk yaşayan bireyler ise problemlerle karşılaşır. Bu problemler zamanla katlanır ve içinden çıkılmaz hale gelir. Bu nedenle çiftler evlilik sürecinde karşısına çıkan engellerin nasıl aşılabacağına yani problemlerin nasıl çözülebileceğine karar vermelidirler ve problem çözme sürecinin aşamalarının farkına varmalıdırlar.

Heppner ve Krauskopf (1987) bireylerin problem çözme sürecinin; iç kaynaklardan yada dış kaynaklardan istekler yada etkileşimlere adapte olmak maksadıyla bilişsel, duygusal ve davranışsal işlemleri bir hedefe yoğunlaştırması olarak görmekte ve bu problem çözme sürecinin aşamalarını ise; problem durumuna genel olarak yaklaşma, problemi tanımlama, seçeneklerin oluşturulması, karar verme ve değerlendirme olarak sıralamışlardır. Kendini etkin problem çözücü olarak değerlendiren bireyler; daha az fonksiyonel olmayan inançlara ve otomatik düşüncelere sahip oldukları, kendileri hakkında daha az olumsuz düşündükleri görülmüştür (Heppner ve Ark., 2004). Kendilerini problem çözme becerileri konusunda daha yetersiz olarak değerlendirenler ise; problem durumu ile etkin bir şekilde baş edebilecek stratejiyi geliştirmekte zorlandıkları, stresli durumlara iyimser ve pozitif düşünen bireylere göre uyum sağlamakta zorlandıkları ve telaşlandıkları görülmektedir (Iwanaga, Yokoyoma ve Seiwa, 2004).

Sağlıklı ve fonksiyonel evliliklerde çiftler, aile içerisindeki sorunları çözebilme konusunda yeterlik kazandıkça, evlilikle ilgili güçlüklerin üstesinden gelebilmekte ve problemleri durumları çözmek için probleme meydan okuyabilmektedirler. Yani problemin üzerine gidebilmektedirler. Aksine, evliliğinde problemlerini çözümlenemeyen çiftler ise daha da fazla güçlükler yaşamaktadır. Etkin bir biçimde problem

çözmek, ailenin fonksiyonel olmasını sağlayan bir yeterlik alanıdır (Epsteins ve Ark., 1993). Problem çözme yeterliğini geliştiren bireyler problemlerden kaçınmazlar ve problemi çözmek için meydan okurlar Aynı zamanda da bireyler, problem çözerken, kişisel tercih olarak, problem odaklı çabaları ya da duygu odaklı çabaları ya da problemin içeriğine bağlı olarak her iki tercihi de seçebilirler. Bu tercihleri kullanan bireyler, problem çözme süreçlerinde stresli durumları kontrol altına alabilir veya stresli durumları pozitif olarak yönetebilir. Yönetilen ve kontrol altına alınabilen stres aileyi aşırı katı ve kuralcı olmaktan kurtararak esnek hale dönüştürebilir (D' Zurilla ve Nezu, 1999).

Evlilik sürecinde çiftler, problem çözme becerilerine sahip olurlarsa, evlilikte ortaya çıkması muhtemel problemleri daha kolay çözebilirler ve problemi kalıcı olmaktan kurtarıp çözülebilir hale getirebilirler. Çiftlerin sorunlara kalıcı çözüm bulması ve sağlıklı olması için hem duygusal hemde maddi ve manevi olarak birbirlerini desteklemeleri gerekir. Eğer çiftler, birbirlerine sosyal, duygusal, takdir, maddi ve bilgi desteği verirlerse problem çözme becerisinde hem problem odaklı hem de duygu odaklı çaba için adım atmış olurlar. Ayrıca, çiftler karşılaştığı problemleri daha anlaşılır hale getirdiklerinde, iç ve dış stres kaynaklarını yönetilebilir hale getirdiklerinde ve probleme bir anlam yükleyerek, problemin çözülmesi için meydan okumayı başarabilirlerse, evlilikte problem çözme becerisini geliştirme konusunda ilerleme sağlayabilirler.

Kısacası bu çalışmanın problemini, evli çiftlerin aile bütünlük duygusu(anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık) ve eş desteği(maddi yardım ve bilgi desteği, Sosyal ilgi desteği, takdir etme desteği ve duygusal destek) evlilikte problem çözme becerilerini yordayıp yordamadığıdır.

1.1 Araştırmanın amacı

Bu araştırmanın temel amacı, evli bireylerin, aile bütünlük duygusu(anlamlılık, yönetilebilirlik ve anlaşılabilirlik) ve eş desteğinin(maddi yardım ve bilgi desteği, Sosyal ilgi desteği, takdir etme desteği ve duygusal destek) evlilikte problem çözme becerisini yordayıp yordamadığını tespit etmektir.

Bu tespiti ulaşılmak için aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

Alt Amaçlar

1. Evli bireylerin, aile bütünlük duygusu(anamlılık, yönetilebilirlik) ile evlilikte problem çözme becerisi arasında ilişki var mıdır?
2. Evli bireylerin, eş desteğinin(maddi yardım ve bilgi desteği, Sosyal ilgi desteği, takdir etme desteği ve duygusal destek) ile evlilikte problem çözme becerisi arasında ilişki var mıdır?
3. Evli evli bireylerin, aile bütünlük duygusu(anamlılık, yönetilebilirlik ve anlaşılabilirlik) ve eş desteğinin(maddi yardım ve bilgi desteği, Sosyal ilgi desteği, takdir etme desteği ve duygusal destek) evlilikte problem çözme becerisini yordamakta mıdır?

1.2 Araştırmanın Önemi

Evlilik sürecinde çiftler bazı problemlerle karşılaşır. Bu problemlerin çözümünde çiftlerin problemlerini tanımlamaları ve problemlerin çözümü için alternatifler geliştirmeleri gereklidir. Özellikle de problemleri çözerken hem çiftler hem de aile birlikte kazanmalıdır. Kısacası problem çözme stratejisi kazan kazan şeklinde oluşmalıdır. Bu stratejiyi oluşturmak adına bu çalışma önemlidir. Zira, ilgili alan yazınında, problem çözme becerileri İle İlgili Yapılan Araştırmaların depresyon üzerinde yoğunlaştığı dikkat çekmektedir. Araştırmalar, problem çözme yaklaşımının, depresyon tedavisinde oldukça başarılı sonuçlar ortaya koyduğunu göstermektedir (Taylan,1990; Durak-Batıgün, 2000; Mclean, Ogston ve Grauer,1973). Bu nedenle bu çalışma ile evli bireylerin problem çözme becerilerini aile bütünlük duygusu ve eş desteğinin ne kadar etkilediğini(yordadığını)ortaya çıkarmak çok önemlidir. Evli bireyler aile kurdukları andan itibaren ailelerini bir bütün olarak korumak isterler. Yani aile bütünlük duygusunu sağlamaya çalışırlar. Bunu yapmak içinde çiftler problemle karşılaştıkları andan itibaren ailelerinin daha fonksiyonel olmaları ve ailelerinin daha sağlıklı olmaları için aile bütünlüğü duygusunu güçlendirmeye çalışırlar. Bunun içinde aile ilişkilerini ve ortaya çıkan problemleri yönetebilirler ve ailelerini bu sıkıntılı ve çatışma ortamından yara almadan koruyabilirler. Diğer yandan ailelerini daha fonksiyonel ve sağlıklı olabilmesi için anlaşılabilir kurallar koyabilirler ve aile sınırlarını yeniden inşa edebilirlik. Bu şekilde aile bütünlüğü daha anlaşılır ve anlamlı olur.

Evli çiftlerin evlilikleri ile ilgili problemlerini çözerken, çiftler karşılıklı olarak etkileşime geçmeli ve problemlerin çözümünde aktif olmaları gerekmektedir. En önemlisi de problem çözümünde çiftler karşılıklı olarak inisiyatif almalıdırlar. Ama gerekli gördükleri yerdede yardım isteöe ve desteğe ihtiyaç duyabilirler. Ama bu destek aşırı olduğu zaman çiftlerde problem çözme becerini negatif yönde etkileyebilir. Kısacası bu araştırma evli bireylerin etkisi ve kazan kazan stratejisi ile problem çözebilmesi için aile bütünlük duygusu ve aşırıya kaçmamak şartıyla desteğin önemli olduğu düşünölmelidir.

1.3 Varsayımlar

Bu araştırmada, aşağıdaki varsayımlardan hareket edilmiştir.

1. Araştırmaya katılan tüm katılımcılar, araştırmada kullanılan ölçekleri dikkatlice okuyarak, gerçek durumlarını yansıtacak bir şekilde ve içtenlikle cevaplamışlardır.

2. Araştırmada kullanılan ölçme araçları, ölçmek istenilen aile bütünlük duygusunu, evlilikte problem çözme becerilerini ve eş desteklerini ölçme yeterliliğine sahiptir.

1.4 Sınırlılıklar

1. Araştırmada ölçülecek olan evli bireylerin aile bütünlük duygusu “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği”, problem çözme becerileri “Evlilikte Problem Çözme Ölçeği” ve birbirlerinden algıladıkları destek ise araştırmacının evli bireyler için uygulayacağı “Eş Destek Ölçeği”nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

2. Araştırma Konya il sınırında yaşayan çiftlerden toplanan verilerle sınırlıdır.

3. Araştırma, 2014-2015 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.

1.5 Tanımlar

Evlilik: Evlilik, aile kurmayı ve türün devamını sağlayan, iki insanın kalıcı bir beraberlik amacıyla bir araya gelerek oluşturdukları, eş olarak birbirlerine ve çocuklarına karşı ortak sorumluluklarını yerine getirmeye söz verdikleri, birbirine bağlı sistemlerden oluşan evrensel bir kurumdur (Saxton, 1982).

Evlilikte Problem Çözme Becerileri: Stres yaratan bir durumu, sonuç pozitif yönde değiştirilemezse dahi, stres yaratan durumu yönlendirebilmek veya stresli duruma adapte olabilmektir. Böylece ailenin esnekliği ve stresli durumlarda kontrol becerileri artar (D' Zurilla ve Nezu, 1999).

Eş Desteği: Eşlerin birbirlerinden aldığı sosyal destek düzeyleridir (Yıldırım, 2004b).

Sosyal Destek: Cobb (1976) sosyal desteği, bireyin sevildiğine, gözetildiğine, değer verildiğine, bir iletişim ve karşılıklı yükümlülükler ağının bir parçası olduğuna dair çevresindeki diğer kişilerden edindiği bilgi olarak tanımlamaktadır (Akt: Annak, 2005).

Sosyal destek kavramı, genellikle, aile desteği, arkadaş desteği ve öğretmen desteği olmak üzere üç boyutta ele alınmaktadır. Ancak araştırma kapsamında eşlerin birbirlerine verdikleri sosyal destek ele alınmıştır (Kaya, 2009).

Aile bütünlük duygusu: içsel kaynaklarını harekete geçirebilir ve stres kaynaklarını yönetebilmek için kişisel direncini yapılandırabime durumudur Bütünlük duygusunun, anlaşılabilirlik duygusu, yönetebilirlik duygusu ve anlamlılık duygusu olmak üzere üç ögeden oluşmaktadır. (Antonovsky,1979).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde aile bütünlük duygusu, eş desteği ve evlilikte problem çözme ile ilgili kuramsal ve kavramsal açıklamalar ile birlikte yapılmış olan araştırmalara yer verilecektir.

2.4 Bütünlük Duygusu

Lindström, ve Eriksson (2006)Antonovsky' nin bütünlük duygusunu, salutogenic teoriye dayandırmaktadırlar ve dünyayı yönlendiren küresel bir görüş olduğunu iddia etmişlerdir. Ayrıca teori bütünlük duygusu insanların sağlıklı yaşamlarında pozitif bir etki ortaya koymuştur. Bütünlük duygusu insanların niçin stresli durumlarda iyi olarak kaldıkları ve hatta sağlıklarını iyileştirebildiklerini açıklamaktadır. Salutogenesis teorisinin kökeni ikinci dünya savaşı sırasında toplama kampında olupta hala sağlıklı kalabilen kadınlarla yapılan görüşmelerden türetilmiştir.

Salutogenesis kavramı, İsrail kökenli Amerikalı sosyolog Aaron Antonovsky tarafından kavramsallaştırıldı. Antonovsky salutogenes yönelimi, hastalıklar üzerine odaklanan geleneksel patolojik bakış açısından, insanları sağlıklı tutmak ya da insanları sağlıklı olmaya yol açan alternatiflere yönlendirmek olarak tanışmamıştır (Antonovsky, 1987).

Salutogenesis teorisinin bilimsel temelleri için Antonovsky sağlık üzerinde stresin etkisini araştırdı ve halk sağlığı üzerinde etki eden rahatsızlıkların paradikması üzerine odaklandı. Kanser, sigara, kolestrol ve kalp rahatsızlığı gibi hastalıklara neden olan ilişkilerini ve risk faktörlerini araştırdı. Stresin, insanların duyarlılığını ve onları bozan riskleri artıran negatif bir olay olarak gördü. Zaman geçtikçe stres olaylarının dogası daha göreceli olmuş ve stresin dogasında insanların sahip oldukları yetenek ve çevre önemli bir rol oynamıştır. Başlangıç olarak hem stres hem de sağlık araştırmalarında stres faktörleri molarak tanımlanan insan yaşamındaki problematik ve negatif yaşam olayları önemlidir. Aksine, Antonovsky hastalık ve stres her yerde ve her zaman oluştuğunu ve onların organizmayı şaşırtan şeyin daimi küresel patlama ile hayatta kalabilmesi

durumunu açıklamaktadır.. Sonuçta kaos ve stresi oluşturan, yaşamın parçasıdır ve doğal şartlardır. İnsan zihnine gelen ilginç bir soruda bizim bütün bunlara rağmen nasıl yaşadığımızdır. Dünyada sağlık(salutogenesis) göreceli olarak bir süreçtir ve en önemli araştırma sorusu, hastalığa (pathogenesis) neden olan şeyler değil, sağlığa (salutogenesis) neden olan şeylerdir. Genel direnç kaynakları insanların yaşamlarını daha kolay anlaşılabilir, yapılandırılmış ve tutarlı yapan algılarındaki biyolojik, maddi ve psikososyal kaynaklardır. Tipik olarak genel yaşam kaynakları para, bilgi, tecrübe, benlik saygısı, sağlık, davranış, bağlılık, sosyal destek, kültürel birikim, zeka, gelenekler ve yaşam felsefesi. Bir kişinin yaşamını yok edecek kaynaklara sahipse ya da acilen bu kaynaklar bireyi kuşatıyorsa, birey yaşamındaki sorunlarla uğraşması için daha iyi bir şans vardır. Genel yaşam kaynakları bireye yaşam deneyimlerini anlaşılabilir hale getirmede yardımcı eder. Yaşam kaynaklarının kendisini daha önemli yapan, onları kullanma yeteneğidir genel olarakta bütünlük duygusu ve ikinci ve daha fazla bilinen salutogenesis anahtar kavramı içerisindedir(Lindström ve Eriksson.2006).

Bütünlük duygusu konusunda Yapılan Araştırmalar

McCubbin (1979) ailenin strese uyumunu, ailenin strese bir tepki olarak ve aile sistemi içerisindeki değişimleri kontrol etmek ve ailenin stres olayları ile mücadele etmesinde, aile bütünlüğü ile stres kaynaklarını yönetmek olarak görmektedir. Strese başarılı bir aile uyumu için, ailenin sosyal ve psikolojik stres kaynaklarına dayanabilmek için bütünleşme ve uyum olarak içsel kaynaklara sahip olmak ve geliştirmek zorundadır.

Antonovsky ve Sourani (1988)bütünlük duygusunu bireyselden aileye doğru test etmek amacıyla çalışma yürütmüşlerdir. Aile bütünlük duygusu aile uyumu ile ilişkilidir. Bu yüzden araştırmacılar farklı teorik ve araştırma geleneği içerisinde aile stresi, yaşam olayları ve hastalıklarla arasındaki büyüyen bağlantıyı geliştirmeyi hedef haline getirmişlerdir.

Ward, Schulz, Bruland ve Lohr (2014) Antonovsk'nin bütünlük duygusunun psikiyatri ve akıl sağlığı alanlarında çalışan hemşirelerde stres, tükenmişlik, psikiyatrik acillerle başa çıkma ve mesleğe yeni katılacakların seçimi açısından önemli olacağını . elirtmişlerdir.

Rizk ve Almond(2005)İngiltere, İsveç, Sudan, İsrail ve Hon Kong da yapılan bütünlük duygusu ve diabetli hastaların kişisel yönetimleri arasındaki ilişkiyi ortaya kaymak amacıyla çalışmayürütmüşlerdir Bu çalışma ile yüksek bağlılık duygusuna sahip diabet hastalarında iyileşmenin olabileceği bulunmuştur.

Pallant ve Lae(2002)'nin çalışmasında fiziksel ve psikolojik iyi olma, strestle başa çıkabilme stratilerine adapte olma ve varolan kişilik ölçümleri ile ilişkili bağlantılar doğrulanmıştır.

Eriksson ve Lindström (2007) çalışmasında bütünlük duygusu ile yaşamın kalitesi arasındaki ilişkileri incelemiştir. Bunun içinde; 1992 ile 2003 yılları arasında basılan salutogenic teori ile ilgili yapılan bilimsel araştırmaları ele almıştır. Bu bilimsel çalışmaların 458 bilimsel yayın ve 13 doktora tezinden oluşmaktadır. Bu yayınlardan 32 si bütünlük duygusu ile yaşamın kalitesi arasındaki ilişkileri amaçlayan çalışmalardır. Bu çalışma 8 yazarın bilimsel veri tabanlarında olan bilimsel yayınları, doktora tezleri ve mevcut kitapları üzerine temellendirilmiştir. Ayrıca boylamsal çalışmalar iyi bir yaşam kalitesi için, bütünlük duygusunun yordayıcı geçerliğini doğrulamıştır. Bütünlük duygusu kavramı yaşamın kalitesini etkileyen bir sağlık kaynağıdır.

Eriksson, M. and Lindström, B. (2006)araştırmasında bütünlük duygusu ile algılanan sağlık arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur özellikle mental sağlıkla. En azından başlangıçta yüksek bütünlük duygusuna sahip olan kimseler, bütünlük duygusu ne kadar güçlüyse genel olarak algılanan sağlıklarıda o kadar iyidir. Bütünlük duygusu sağlığı yordayabilmiştir. Bütünlük duygusu insanların sağlığını geliştirmek ve korumak için önemli bir katkı yapmıştır. Fakat bu katkı yalnız başına bütünlük duygusu ile açıklanamaz.

Nel, Crafford, ve Roodt(2004)bütünlük duygusu ve hedef yapısıarasındaki ilişkiyi incelemişler ve bütünlük duygusunun alt boyutlarından ile hedef yapılarının alt boyutları arasında ilişki ortaya çıkmıştır. Bütünlük duygusunun anlamlılık ve yönetilebilirlik alt boyutları ile hedef yapısının alt boyutlarından olan hedef başarısının organizasyonunu kolaylaştırma, hedeflerin fonksiyonel olmayan etkileri, hedeflerde açıklık ve hedeflerde spesifiklik arasında pozitif yönde yüksek düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Flensburg-Madsen, Ventegodt, ve Merrick (2005) belirttiği gibi Antonovsky; sağlığın çok önemli olduğu ve insanların sağlığa neden önem göstermesi gerektiği ile ilgili olarak bir ölçme aracı geliştirmiş ve sağlıklı olmayı bütünlük duygusu ile ölçmektedir. Antonovsky'nin bütünlük duygusu, dünya çapındaki popülerlik kazanmasını, sağlığın doğru bir kaynağı olarak dünyanın dışındaki ve yaşamın içerisi arasındaki bütünlük duygusu fikrine borçludur.

Lindström, ve Eriksson (2006) Antonovsky' nin bütünlük duygusunun salutogenic teorisi dünyayı yönlendiren küresel bir görüş olduğunu belirtmişler ve teori iddia etmişirki, bütünlük duygusu insanların sağlıklı yaşamlarında pozitif bir etki ortaya koymuştur. Bütünlük duygusu insanların niçin stresli durumlarda iyi olarak kaldıkları ve hatta sağlıklarını iyileştirebildiklerini açıklamaktadır. Salutogenesis teorisinin kökeni ikinci dünya savaşı sırasında toplama kampında olupta hala sağlıklı kalabilen kadınlarla yapılan görüşmelerden türetilmiştir.

2.10 Eş Desteği

Şahin ve Soypak (2010) erken lohusalık sürecinde kadınların algıladıkları eş desteğini tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada, kadınların gebelik ve erken lohusalık döneminde, eşlerinden bir ölçüde destek algıladıkları belirlenmiştir. Lohusaların eş desteğine ilişkin olumlu ifadeler büyük oranlarda katıldığı, % 56 'sı eşlerinin doğumda yanında olmayı istediğini belirtti. Lohusalık dönemine ilişkin en temel beklenti ise sağlıklı bebek sahibi olma ve yeterince ve etkin emzirebilme idi.

Cebeci, Aydemir ve Göka (2002) post partum dönemde depresif semptom düzeyleri, ve bunların sosyodemografik özellikler, obstetrik risk faktörleri, ve anksiyete düzeyleri ile ilişkisini saptamak amacıyla yürüttükleri çalışmada; postpartum dönemde depresif semptom prevalansı % 10-15 arasında değişmektedir. Çalışmamıza göre depresyon semptomları düzeyi, gebelik yaşı, evlilik süresi, eğitim düzeyi, sosyoekonomik düzey, antenatal bakım ve sosyal destekle ilişkili değildir. Kronik fiziksel hastalığı olan kadınların depresyon semptomları düzeyleri kronik fiziksel hastalığı olmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir. Bütün annelerin sürekli kaygı düzeyleri yüksek saptanmasına rağmen, depresyon semptomları yüksek olan grup olmayanlar ile karşılaştırıldığında kaygı düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır.

Yıldırım (2004) eş desteğini eşlerin birbirlerinden aldığı sosyal destek olarak tanımlamaktadır. Curun (1996) dört farklı sosyal destek mekanizmasının evlilik kalitesine ve ilişkide kalıcılığa katkıda bulunduğunu belirtmektedir. Bunlar :

1. Şiddetli stres zamanlarında eşten gelen destek eşler arasındaki duygusal geri çekilmeyi ve eşlerin birbirlerinden soyutlanmasını önlemektedir.

2. Eşten gelen destek klinik olarak depresyonun başlamasını önlemektedir.

3. Eşler arasında kaçınılmaz olan anlaşmazlık durumlarında destekleyici davranışlar çatışmalarda artan olumsuzluğu önlemektedir.

4. Duygusal yakınlık eşler arasında destekleyici etkileşimlerle güçlü bir bağ haline gelmektedir.

Günsel (2013)' in aktardığına göre evli bireylerin eşlerinden algıladıkları 4 sosyal destek boyutu kısaca şöyle tanımlanabilir:

a) Duygusal destek: Bireyin sevilme, ilgi görme ve değerli olduğunu hissetme, anlayış görme, korunma, özen gösterilme gibi ihtiyaçlarının karşılandığını hissettiği destek boyutudur (Cohen ve Wills, 1985)

b) Takdir desteği: Bireyin sorunları ve kusurlarıyla olduğu gibi kabul edildiğinin ve saygı duyulduğunun belirtildiği, başkaları tarafından kişiye özgüvenini geliştirici uygun dönütler sağlandığı, kişinin kendini değerli ve yeterli hissettiği destek boyutudur (House, 1981; akt. Berkman ve ark.)

c) Maddi destek ve bilgi desteği: Maddi boyut bireyin maddi ihtiyaçlarını karşılayabileceği, bakımı ve eğitimiyle ilgili somut yardımları aldığı destektir. Bilgi boyutu ise kişi yetersiz kaldığında rehberlik ve danışma ihtiyacının karşılandığı, kararlar alınırken bilgi verilerek, önerilerde bulunularak kişiye yardım sağlanan destektir. (Berkman ve ark., 2000).

d) Sosyal beraberlik desteği: Boş zamanlarını eğlenerek, rahatlayarak, sosyal ilişkiler kurarak geçirmesini, kişinin destek sağlayıcılarıyla beraberliğini sağlandığı destektir (Cohen ve Wills, 1985; Berkman ve ark., 2000;).

Güven ve ark. (2011) , toplam 579 evli bireyden oluşan grupla yaptıkları araştırmada evli bireylerin eşlerinden algıladıkları destek düzeyleri ile bazı değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmaya göre kadınların eşlerinden algıladıkları eş desteğinin, erkeklerin algıladıkları eş desteğine oranla daha düşük olduğu; çocuk sahibi olmayan evli bireylerin algıladıkları eş desteğinin çocuk sahibi olanlara oranla daha yüksek olduğu; gelir düzeyi yüksek olan evli bireylerin algıladıkları eş desteğinin orta ve düşük düzey gelir sahibi olan bireylerin algıları desteğe göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca çalışmada 1 ila 5 yıl arası evliliklerde eşten algılanan desteğin, evlilik süresi 5 yıldan daha uzun olan bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca yapılan araştırma sonucunda evlenme şeklinin eş destek algısını etkilediği; tanışarak evlenen bireylerin algıladıkları eş desteğinin görücü yoluyla ya da akrabasıyla evlenen bireylerinkinden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çağ (2011) evli bireylerin evlilik doyumu düzeyleri ve eş destek düzeylerini çeşitli değişkenler açısından irdelemiştir. Bu araştırma sonuçlarına göre kadınların algıladıkları eş desteği düzeyi, erkeklerin algıladıkları eş desteği düzeyine göre düşük bulunmuştur. Evli bireyin algıladıkları eş destek düzeyleri; ailenin ortalama aylık gelir düzeyleri, cinsel yaşamlarından memnuniyet düzeyleri, ev içi sorumlulukları paylaşma düzeyleri ve dindarlık düzeyleri arttıkça artmaktadır. Ayrıca evli bireylerin algıladıkları eş desteğinin evlilik doyumunu pozitif yönde etkilediği görülmüştür.

Eşler tarafından algılanan sosyal desteğin yeterliliğinin evlilikteki işlevsellik ve bireysel olarak işlevsellik üzerindeki rolünün incelendiği araştırmada 137'si kadın 75'i erkek olmak üzere toplam 212 evli birey incelenmiş ancak araştırmanın istatistiksel analizleri ölçekleri uygun şekilde dolduran 177 kişi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılanlar bir üniversitede psikoloji dersi alan öğrenciler arasından seçilmiştir. Araştırmaya katılanlar Yakın İlişkilerdeki Desteği Derecelendirme Ölçeği'ni birbirini izleyen yedi gün boyunca eşlerindeki destek davranışlarını gözlemleyip doldurmuşlardır. Ölçek maddeleri gerçekleşen destek ile tercih edilen destek arasında derecelendirilmiştir. Araştırma sonucunda algılanan desteğin yeterli olmasının evliliğin kalitesi, algılanan stres ve depresif semptomlarla ters yönde ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca yetersiz desteğin evlilik bağımlı zayıflattığı ve bireysel huzursuzluğun eşlerin birbirlerine destek verme çabalarını azalttığı vurgulanmıştır (Dehle ve diğ.,2001; akt. Kaya, 2009).

Üner (1994), hamile kadınlar ve eşleri ile gerçekleştirdiği eş desteği ile ilgili araştırmada, hamile kadınların bekledikleri desteğin algıladıkları destekten fazla olduğu, hamile kadınların eşlerinin verdiği fiziksel ve duygusal desteği, annelerinin verdiği fiziksel ve duygusal destekten daha önemli olarak nitelendirdiklerini göstermiştir.

Altıparmak (2009)huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek ve yaşam doyumu düzeylerini ve sosyal destek ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yürüttüğü çalışmada; sosyal desteğin gelir düzeyi iyi olanlarda iyi olmayanlara göre, kadınlarda erkeklere göre ve evli/dul olanlarda hiç evlenmemişlere göre daha iyi olduğu belirlenmiştir Sosyal destek ile yaşam doyumu arasında pozitif bir korelasyon bulunmuştur.

Polat ve Kahraman(2013)yaşlı bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yürüttükleri çalışmada; çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği'nin özel insan alt grubu ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği'nin stresle baş etme alt grubunun puan ortalamaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yalnızca eşi ya da çocuğu ve eşi ile birlikte yaşayanların tüm sosyal destek ölçeği alt grupları ve evli olanların ise özel insan alt grubu puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Can (2013) ilköğretim okullarında çalışan evli öğretmenlerin eş tükenmişlik düzeyleri ile eş desteği, evlilik yetkinliği ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında ilköğretim okullarında çalışan evli öğretmenlerin eş tükenmişlik düzeyleri ile “eş desteği” ve “evlilikte yetkinlik inancı” arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; ayrıca ilköğretim okullarında çalışan evli kadın öğretmenlerin eş tükenmişliğinin en önemli yordayıcısının eş desteği olduğunu bulmuştur. Aynı araştırmada ilköğretim okullarında çalışan evli erkek öğretmenlerin eş tükenmişliğinin en önemli yordayıcısı “evlilik yetkinliği” olmakla birlikte eş desteği ve stresle başa çıkma stratejilerinden “kaçınma” da anlamlı birer yordayıcı olarak bulunmuştur.

Cohen ve Wills (1985) sosyal destek ve iyi olma arasındaki pozitif çağrışımın tam olarak daha yararlı ve etkili desteğin katkısı yada stresli olaylarda bireyi potansiyel olarak

ters etkilerinden koruyacak bir destek sürecine vurgu yapmakta ve iki durumun il olanı ana yada direkt etki modeli, ikincisini de tampon model olarak adlandırmaktadır. Destek yapısını belirlemek içinde ilişkilerde varolan destek yada birinin özel bir kaynaktan sağladığı kişilerarası ilişkilerin genişliğini içeren fonksiyonelli üzerinde durmaktadırlar.

Dehle, Larsen ve Landers (2001) algılanan destek yeterliği, beklentinin yönü ile evliliğin kalitesi, depresif semptomlar, ve algılanan stresle ilişkilidir ve hatta sosyal istenilirlilik kontrolünden sonra bile.

Brown ve diğerleri (1986) tarafından yapılan çalışmada eşinden yeterince destek algılayan evli bireyin depresyona girme riskinin azaldığını, eşin özsaygı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir.

Aycan ve Eskin (2005), Türkiye’de yaşayan, 0-6 yaş arasında çocukları olan 434 kişiyle yaptıkları araştırmada, aile ve iş çatışmalarını azaltmada eş desteği, çocuk bakımı ve kurumsal desteğin katkısını incelemiştir. Araştırma sonucunda eş desteğinin kadınlar açısından aile ve iş çatışmalarını azalttığı, erkekler açısından da kurumsal destek ve eş desteğinin iş ve aile çatışmalarını azaltmada etkili olduğu bulunmuştur.

Kaya (2009) üniversite adaylarının anne-babalarına uygulanan sosyal destek programının eş desteği ve adayın anne-babasından algıladığı sosyal desteğe etkisini araştırdıkları çalışmada, üniversite adayı öğrencilerin anne ve babalarına yönelik sosyal destek programı hazırlamışlardır. Bu araştırma sonucunda hazırlanan programın, öğrencilerin anne-babalarından algıladıkları sosyal destek düzeyini ve eşlerin birbirlerine verdikleri sosyal destek düzeyini anlamlı düzeyde kalıcı bir şekilde artırdığı görülmüştür.

Atçeken(2014) ilişki yüklemelerinin, bağlanmanın, eş benzerliğinin ve problem çözme becerilerinin eş desteğinin yordayıcılarını analiz ettiği çalışmada; ilişkilerde yapılan nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arttıkça eş desteği düştüğünü, bağlanma stillerinden biri olan kaçınma puanı arttıkça maddi yardım ve bilgi desteği arttığını, evli bireylerin benzerlikleri arttıkça eş desteği arttığını, evlilikte problem çözme becerileri arttıkça eş desteği arttığını ve ayrıca evli bireylerin ilişki yüklemelerinin, bağlanma stillerinin ve evlilikte problem çözme becerilerinin eş desteğinin alt boyutlarından birisi olan maddi yardım ve bilgi desteğinin önemli bir yordayıcısı olduğu, ilişki yüklemelerinin, çiftlerin eş benzerliklerinin ve evlilikte problem çözme becerilerinin eş

desteğinin alt boyutlarından birisi olan sosyal ilgi desteğinin önemli bir yordayıcısı olduğu, ilişki yüklemelerinin ve evlilikte problem çözme becerilerinin eş desteğinin alt boyutlarından birisi olan takdir etme desteğinin önemli bir yordayıcısı olduğu, ilişki yüklemelerinin ve evlilikte problem çözme becerilerinin eş desteğinin alt boyutlarından birisi olan duygusal desteğinin önemli bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır.

Mert(2014) çift Uyumunu (ÇU) yordayan değişkenlerin etkisinin belirlenmesi ve bunun psikoeğitim programı ile sınanması amaçlanmıştır. Çift Uyumunu (ÇU) yordayan değişkenler olarak değerler ve sosyal destek ele alınmıştır.

Çift Uyumu Psikoeğitim Programının (ÇUPP), evlilik uyumu, değerler ve sosyal destek değişkenlerinin tümü için müdahale x zaman etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür ($p<.05$). Çift Uyumunu Arttırmaya Yönelik Psikoeğitim Programının, evlilik uyumu, değerler ve sosyal destek düzeylerini arttırmada etkili olduğunu ve bu etkinin iki aylık izleme sonunda da kalıcılığını korumakla birlikte artarak devam ettiğini ortaya koymuştur.

Üner(1994) hamile kadınlar örneklemini üzerinde, eş desteğinin algılanan ve beklenen sosyal destek değişkenleri açısından çalışmasını yürütmüştür. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre; kadınların arzuladıkları desteğin algıladıkları destekten daha yüksek olduğu, çiftlerin (hamile kadınlar ve eşleri) arzuladıkları desteğin algıladıkları destekten daha yüksek olduğu, hamile kadınların eşlerinden aldıkları fiziksel ve duygusal desteğin annelerinden aldıkları destekten daha önemli olduğu, bununla birlikte bilgilendirmeye yönelik destek konusunda hem hamile kadınların hem de eşlerinin, kocaların verdiği desteği hamile kadınların doktorlarının verdiği destekten daha önemli buldukları tespit edilmiştir.

Kadmon, Woloski-Wruble, Yongqin, Wan-Min ve DeKeyser (2004)'in, göğüs kanseri olan İsraili ve Çinli kadınların, kocalarının sosyal destek yaşantılarının karşılaştırıldığı araştırmada, aile, arkadaş ve sağlık ekibi sosyal desteğinin İsraili kocalarda da yüksek olduğu gözlenirken, Çinli koçalar ise sadece ek bir destek grubuna katılma bulunmuştur.

2.4 Evlilikte Problem Çözme

Heppner ve Krauskopf (1987) problem çözmeyi , ‘ İç ya da dış istekler ya da çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duygusal işlemleri bir hedefe yöneltmek olarak ele almış ve problem çözmenin aşamalarını 1) genel yaklaşım, 2) problemin tanımı, 3) seçeneklerin oluşturulması, 4) karar verme ve 5) değerlendirme olarak sıralamışlardır. Hepner ve diğerleri(2004)’n problem çözme ve insan uyumu adlı çalışmasında, stres üzerine yapılan çalışmalarda, stresin kişinin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerindeki etkileri üzerinde durulmuş ve kişilerin etkilenme düzeylerindeki bu farkın, kişinin kaynaklarıyla çevrenin istekleri arasında denge kurmasını sağlayan, problem çözme becerisi olduğu anlaşılmıştır. 1990’lar problem çözme modellerinin ve eğitiminin daha da rafine hale gelmesine tanıklık etmiştir

Erbay ve ark. (2015) Ankara 3. Aile Mahkemesine başvuran boşanma sürecinde olan bireylerin problem çözme becerilerini incelemek için yaptıkları araştırmada, erkek katılımcıların problem çözme becerilerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Eğitim düzeyleri ile “Problem Çözme Envanteri” puan ortalamalarına bakıldığında kadınlarla erkekler arasında anlamlı düzeyde bir fark olduğu görülmüştür. Ayrıca gelir düzeyi arttıkça problem çözme becerilerinin arttığı bulunmuştur. Bu sonuçlara paralel olarak boşanma aşamasında bireylere karşılaştıkları zorluklarla baş etmede problem çözme becerilerinin yapılandırılması ve güçlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Hünler ve Gençöz (2013) yaptıkları araştırmada boyun eğici davranışların evlilik doyumuna etkisini ve evlilikte problemleri çözme becerisinin, boğun eğici davranışlarla evlilik doyumunu arasındaki ilişkide oynadığı rolü tespit etmeye çalışmışlardır. Araştırmaya 92 çift katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre boğun eğici davranışlardaki artışın algılanan problem çözme becerilerinde düşüşe neden olduğu ve evlilik doyumunun azaldığı ortaya çıkmıştır.

Korkmaz ve ark (2003) Bu araştırma, alkol bağımlısı erkeklerin eşlerinin yaşadıkları güçlükleri ve başetme özelliklerini belirlemek amacı ile tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmaya 35 bireyin eşi katılmıştır. Verilerinin toplanmasında sosyo-demografik özellikleri ve yaşanan sorunları ortaya koymak amacıyla hazırlanan bilgi

formu ve Stresle Başaçıkma Tarzı leği kullanılmıştır. Elde edilen veriler sonunda; alkol bağımlılığının ailede iletişim sorunlarına, ailenin sosyal ilişkilerinin azalmasına ve ekonomik sorunlara neden olduğu; bu durumda eşlerin sinirlilik, gerginlik yaşadıkları, eşlerin stresle baş etmede problem çözmeye yönelik yaklaşımları daha fazla kullandıkları ve çekirdek ailede sosyal destek arama yaklaşımının yüksek olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak; alkol bağımlısı erkeklerin eşleri sosyal ilişki, iletişim, ekonomik sorunlar, ev içi şiddet ve olumsuz duygular yaşamakta yardım ve danışmanlığa gereksinim duymaktadırlar.

Duyan ve ark. (2014) talasemili üyesi olan ailelerin aile işlevlerinin kadın bakış açısından değerlendirilmesi konulu araştırmalarında, evlenme yaşı ile problem çözme arasında ters yönde ilişki görölmüştür. Araştırmaya katılanların beşte biri adölesan dönemde 18 yaş altı evlilik yapanlardan oluşmuş olup, evliliklerin aile işlevlerinde problem çözme alt işlevini olumsuz yönde etkilemektedir. Çünkü evlilikle birlikte yetişkin rolleri üstlenilmekte, evlilikle başlayan aile yaşamı beraberinde pek çok sorunu da getirmektedir. Bu araştırmada yetişkin aşamasında olmayıp henüz çocukluk çağında hatta adölesan gibi geçiş aşamasında olan, genellikle toplumun etkisiyle eş seçimi yapan bireylerin evlilik yaşamı ve aile yaşamına girmesi ile yeni pek çok sorunla karşı karşıya kaldıkları ve evlenme yaşı küçüldükçe problem çözme becerisinin de sağlıksız olduğu belirtilmiştir.

Bayraktaroğlu ve akıcı (2013) Lefkoşa'da yaşayan 309 çiftten oluşan evli bireyler arasındaki evlilik uyumu ile ilişkili faktörleri tespit etmek üzere bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırma bulgularına göre evlilik boyunca çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirmenin evlilik ilişkisi üzerinde çok önemli bir faktör olduğu, danışmanlık ve terapi sürecinde bu becerilerin geliştirilmesi önerilmiştir.

Arı ve ark. (2011) akkiz prematür ejakülasyon hastalarında ailesel işlevlerdeki değişiklikleri belirlemek amacıyla bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırma sonuçlarına göre Prematür ejakülasyon olan grupta problem çözme alt grup puanlarının anlamlı olarak daha kötü olduğu ortaya çıkmış olup bu durumun aile içindeki sürekli gerginlik ve cinsel etkinlik için sürekli kaçınma davranışları sergilenmesi için açıklayıcı olabileceği söylenmiştir. Arı ve arkadaşları, bazı araştırmacıların da seksüel problemlerin olduğu evliliklerde problem çözme yetilerinin daha kötü olduğunu belirtmiştir.

Okanlı ve ark. (2003) hamile kadınların ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmalarında, sosyal desteğe sahip kadınların problem çözme becerilerinin önemli ölçüde geliştiğini belirtmiştir.

Beach ve O'Leary (1993), depresif belirtilerin başlangıcının eşlerin olumsuz davranışlarını tetikleyebileceğini, depresif eşlerin sorun çözme ile ilgili tartışmalarda daha olumsuz sözel ve sözel olmayan davranışlar sergilediklerini ve depresif olmayan eşe göre evlilikleri ile ilgili daha olumsuz algılara sahip olduklarını ileri sürmüştür. Sorun çözme sürecinde eşlerin davranışlarındaki değişkenlik yaşam olayları ile etkilenmekte olup eşlerin uyumlarını da etkiler. Uyum sağlayıcı sorun çözme becerilerini kullanan kişilerin yaşam olayları bağlamında pratik yaptıkça becerileri güçlenir, evlilik içi sorunlar azalır ve evlilik uyumları artar. Evlilik çalışmaları eşlerin sorun çözme davranışlarını sözel içerik ve duygusal ifade açısından ele alır. Sözel içerikle çalışmalar olumsuz davranışların doyumlu çiftlerle doyumsuz çiftleri birbirinden ayırdığını ve evlilik üzerinde olumsuz davranışların yıpratıcı etki yaptığını göstermektedir. Ayrıca eşlerin iletişimlerinde sırasında sergiledikleri özgün duyguların sorunlu ve sorunsuz çiftleri ayırmada çok belirleyici olduğu ileri sürülmektedir. Ayrılma, sızlanma, üzüntü evlilik doyumundaki düşüşü öngörebildiği gibi eşler arasındaki mizah evlilik doyumundaki artışı öngörebilir (Akt. Erbek ve ark., 2005).

Şengül- Öner (2013) evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarına dair yaptığı araştırmada kadınlarda, çatışma yaygınlığı ve olumsuz çatışma çözüm stilleri; erkeklerde, çatışma yaygınlığı ve boyun eğme; her iki grubun tümünde ise çatışma yaygınlığı, olumlu çatışma çözüm stilleri, olumsuz çatışma çözüm stilleri ve boyun eğme, evlilik uyumunun önemli birer açıklayıcısı olarak ortaya çıkmıştır.

Polat (2012) boşanma sürecindeki kişilerin evlilik çatışması, çatışma iletişim tarzı ve sosyal destek sistemlerini incelediği araştırmada, kadınların evlilik çatışması düzeyinin erkeklerin çatışma düzeyinden yüksek olduğu, çatışma iletişim tarzları bakımından duygusal ifade boyutunda da farklılık gösterdiği ve kadınların duygusal ifade puanlarının erkeklerinkinden daha düşük olduğu bulunmuştur. Aile yanında yaşayan katılımcıların sosyal destek ve "Aile" alt ölçek puanlarının aile ile birlikte yaşamayanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olarak ortaya çıkmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan bireylerin evlilik problemlerini çözmek için yardım alıp almadıklarına

ilişkin olarak kadınların %21' inin erkeklerin ise %18' inin yardım aldıkları ancak bu yardımın kadınlarda %23,5'inin erkeklerde ise % 19,6' sinin aile yakını veya akrabadan alındığı, psikolog, psikiyatrist ve ya aile danışmanından yardım alanların sayısının katılımcıların % 9,8' ini oluşturduğu görülmüştür.

D'Zurilla ve Chang (1995) tarafından yapılan bir çalışmada, problem çözme sürecine dair daha önce kabul gören iki temel sürecin (probleme odaklanma ve doğru çözüm için çaba) bölünmesi ile oluşan beş bileşenli bir model ortaya konulmuştur:

1. Probleme Pozitif Odaklanma: Probleme pozitif odaklanma yapıcı bir bilişsel set (özyeterlilik, pozitif sonuç beklentisi vb.) olarak tanımlanmaktadır. Problemi bir kar olarak görme, kişinin problemin çözülebilir olduğuna ve problemi çözebileceğine dair yeteneğine inanma, başarılı bir problem çözme sürecinin zaman ve emek gerektirdiğine inanma, problemi çözmeye çalışmaktan kaçınmama gibi süreçleri içerir.

2. Probleme Negatif Odaklanma: Fonksiyonel olmayan bilişsel-duygusal şemalar (düşük düzeyde özyeterlilik, negatif sonuç beklentisi vb.) olarak tanımlanmaktadır. Problemi sosyal, psikolojik ya da ekonomik bir tehdit olarak algılamak, kişinin problem çözme yeteneği ile ilgili şüphelerinin olması, problemlerle karşı karşıya kalındığında kolayca üzgün ya da engellenmiş hissetmek gibi bileşenleri kapsar.

3. Rasyonel Problem Çözme: Etkili problem çözme becerilerinin sistematik, rasyonel ve dikkatli bir biçimde uygulanması olarak tanımlanmaktadır.

4. Dürtüsel/Dikkatsiz Tarz: Problem çözme metotlarının aktif bir biçimde uygulandığı, fonksiyonel olmayan bir problem çözme bileşenidir. Bu aktif uygulama, kısıtlayıcı, dürtüsel, dikkatsiz ve aceleci olmak gibi bazı negatif özellikler taşır.

5. Kaçınan Tarz: Erteleme, pasiflik, aktif olmama gibi özellikler taşıyan diğer bir fonksiyonel olmayan bileşendir(Akt., Ülker 2011).

Problem çözme yaklaşımının etkisinin incelendiği bir diğer alan da psikolojik ve sosyal uyum olmuştur. Gözden geçirilen bu araştırmaların ortak sonuçları şu şekilde özetlenmektedir; kendilerini etkin problem çözücüsü olarak görmeyenler a) genel psikolojik uyum, b) kişilik bozuklukları, stilleri, kontrol kavramı, akılcı olmayan inançlar ve işlevsel olmayan düşünceler, c) kişisel sorunların sıklığı, d) anne-babaların belli bir

karaktere zorlamaları ve e) kıskançlık deneyimlerinin üstesinden gelebilme konularında güçlük yaşamaktadırlar. Ayrıca bu kişiler etkin problem çözme becerilerine sahip kişilerin tersine, daha az sosyal yetenek sahibi ve sosyal anlamda daha yetersiz, güvensiz ve stres yaşayan kişilerdir (Hepner ve Ark., 2004). Türkiye’de yapılan araştırmalar da problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasında olumlu yönde ilişki olduğunu göstermektedir (Saygılı, 2000).

Problem çözme becerilerinin diğer bilişsel öğelerle olan ilişkileri de incelenmiştir. Örneğin kendini etkin problem çözücü olarak görenlerin daha az akılcı olmayan inançlara ve işlevsel olmayan düşüncelere sahip oldukları, kendileri hakkında daha az olumsuz düşündükleri görülmüştür (Hepner ve Ark., 2004). Olumsuz/ kötümser düşünen insanlar, etkili baş etme stratejileri geliştirememekte ve dolayısıyla benzer durumlar karşısında olumlu düşünenlere/iyimserlere göre daha fazla stres yaşamaktadırlar (Iwanaga, Yokoyoma ve Seiwa, 2004). Problem çözme yaklaşımı, diğer kişiler arası ilişkilerle ilgili çalışmalarda ele alındığı gibi evlilikle ilgili çalışmalarda da kullanılmaktadır (Güven, 2005).

Taşköprü (2013) evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; yaş, çocuk sahibi olma, gelir düzeyi ve evlilikte yaşanan travmatik olaylar ,problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi ile evlilik doyumu anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Akgün ve Uluocak (2010).Evlilik ilişkisi içerisindeki çiftlerin en çok yakındıkları problemlerin kaynaklarına inildiğinde, çatışma çözme ve problem çözümü gibi iletişim odaklı becerilerinin eksikliği göze çarptığını belirtmiştir. Çiftlerin yaşadıkları duygusal ve davranışsal problemler, herhangi bir yardım almadıkları takdirde, evliliklerini olduğu kadar yaşam doyumlarını da etkilemekte, dolayısıyla yaşam kalitelerini de düşürdüğünü belirtmiştir.

Avcı(2014)yürüttüğü çalışma ile, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde problem yaşadıkları alanlar; evlendikten sonra problem yaşayacaklarını düşündükleri alanlar ve evlenmeden önce hangi konularda eğitim almak istedikleri konusunda görüşlerini almıştır. Öğrencilerin ilişkilerinde en fazla problem yaşadıkları alanların sırasıyla iletişim (126; % 34,05), çatışma çözme (92; % 24,86), farklılıkları kabul (74; %

20), romantizm-cinsellik (44; % 11,90), sosyal destek (34; % 9,19) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin en fazla problem yaşayacaklarını düşündükleri alanların sırasıyla romantizm- cinsellik (129; % 32,82), farklılıkları kabul (105; % 26,72), iletişim (84; % 21,37), çatışma çözme (48; % 12,22), sosyal destek (27; % 6,87) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin en fazla eğitim almak istedikleri alanlarınsa sırasıyla iletişim (134; % 38,51), çatışma çözme (92; % 26,44), farklılıkları kabul (62; % 17,82), romantizm-cinsellik (36; % 10,34) ve sosyal destek (24; % 6,89) olduğu görülmektedir.

2.4.1 Evlilikte Problem Çözme Becerileri

Toplumun en küçük birimi ve bir iletişim grubu olan ailede kadın ve erkek, grubun bir üyesi olarak birlikte yaşamak ve var olmak durumundadırlar. Böylece evlilikten önceki 'ben' ve 'sen' yerine biz yaşantısı ortaya çıkmaktadır. Biz yaşantısı, gücünü karı kocanın kişiliğinden almaktadır (Köknel, 1997). Birbirlerine duygusal olarak bağlı olan eşler, birlikte yaşamak ve birçok konuda birlikte karar vermek durumundadırlar. Bu durum doğal olarak eşler arasında sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Güven, 2005).

Evliliği geliştiren en önemli becerilerden biri, evlilikte problem çözme becerisidir. Hemen her evlilikte baş edilmesi gereken bir takım güçlükler vardır. Araştırmalara göre, yetkin bireyler, aile içinde problem çözmekte, evlilik ilerledikçe daha da beceriklilik edinmektedirler. Evliliğinde problemlerini çözümlenmekten kaçınan çiftler ise daha da fazla güçlükler yaşamaktadır. Etkin bir biçimde problem çözmek, ailenin işlevsel fonksiyonlarını devam ettiren bir yetenektir (Epsteins ve Ark., 1993).

Problem çözme, problem odaklı çabaları, duygu odaklı çabaları ya da problemin ne olduğuna bağlı olarak her ikisini bir arada bulundurabilir. Bu özelliğine bağlı olarak problem çözme, stres yaratan bir durumu, sonuç pozitif yönde değiştirilemezse dahi, stres yaratan durumu yönlendirebilmek veya stresli duruma adapte olabilmek olarak değerlendirilir. Böylece ailenin esnekliği ve stresli durumlara yönelik kontrolü ve duygusal yükünlüğü minimize etme becerisi artar (D' Zurilla ve Nezu, 1999).

Ailede problem çözme becerisi birçok açıdan önemlidir. Eşler arasındaki etkin iletişimi besler ve çiftin ilişkisinin devamlılığını pozitif yönde etkileyen önemli bir etmendir (Khodokakhsh, 2007). Problem çözme becerisiyle ilgili ölçüm çalışmalarının sonuçlarına göre, problem çözme becerisi, esnek düşünme kapasitesi gerektirmektedir. Problem çözme becerisi ailede, bireylerin, stres, anksiyete gibi olumsuz duygulanım oranlarını azaltıcı etkide bulunmaktadır. 2004 yılında Wade' in, beyin hasarı olan çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada, problem çözme becerisi, ailedeki stres ve anksiyeteyi azaltan önemli bir unsur olarak, mevcut durumda işe yarar etkiler sağladığı görülmüştür (D' Zurilla, 1999).

Soylu ve Kağnıcı (2015) empatik eğilim, aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerinin evlilik uyumunu yordama düzeyini incelemiştir. Aile içi iletişim, olumsuz ve itaat çatışma çözme stillerinin evli bireylerin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Birinci aşamada, evli bireylerin sahip oldukları etkili olmayan aile içi iletişim ile evlilik uyumu (puanları) arasındaki ikili korelasyon negatif yönde ve anlamlı olarak bulunmuştur. İkinci aşamada, olumsuz çatışma çözme stili değişkeni ile evlilik uyumu arasındaki ikili korelasyonun negatif yönde ve anlamlı olduğu ortaya konmuştur. Üçüncü aşamada ise itaat çatışma çözme stili ile evlilik uyumu arasındaki ikili korelasyonun pozitif yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Empatik eğilim, çatışma çözme stillerinden olumlu ve geri çekilmenin ise evli bireylerin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olmadığı ortaya çıkmıştır.

Yüksel ve Dağ(2014)evli kadınların stresle başa çıkma biçimlerinin ve toplumsal cinsiyet rollerine dair tutumlarının evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasında aracı rolü olup olmadığını incelemiş ve bu inceleme sonucunda elde ettiği bulgular ise; kadınların evlilik uyumları ve yaşadıkları psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, evlilik uyumu azaldıkça psikolojik belirtilerin arttığı görülmüştür. Bu ilişkide stresle baş etmede başvurulan boyun eğici ve çaresiz yaklaşım biçimlerinin kısmi aracı rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, evlilikle olan ilişkisinde eşitlikçi toplumsal cinsiyet rol tutumuna sahip olmanın, psikolojik belirtilerin düzeyini etkilediği, ancak beklenenin aksine, bu etkinin aracı rol özelliği gösterecek kadar yüksek olmadığıdır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölüm, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ile verilerin analizinde oluşmaktadır.

3.1 Araştırmanın modeli

Bu araştırma, ilişkisel tarama modelidir. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasındaki ilişkinin birlikte değişim derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Bu modellerle araştırmadaki bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya konulabilir (Karasar, 2008).

3.2 Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Konya ilinde ikamet eden evli bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya başlamadan önce yapılacak araştırma konusunda katılımcılara verilen ölçme araçlarını nasıl dolduracakları konusunda bilgi verilmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan evli bireylerden gönüllü olanlar araştırma kapsamına alınmıştır. Konya ilindeki evli bireyler arasından gönüllü olan 563 kişi araştırmaya katıldı. 2013-2014 yılında Konya ilinde ikamet eden 292'i kadın(51.9%) 271'si erkek(48.1%) olmak üzere toplam 563 evli birey araştırmaya katılmıştır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada evli bireylerin kişisel bilgilerine ulaşabilmek için “Kişisel Bilgi Formu”, aile bütünlük duygusu puanlarını belirlemek için “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği”, eş desteğini puanlarını belirlemek için “Eş Destek Ölçeği” ve evlilikte problem Çözme puanlarını belirlemek için “Evlilikte Problem Çözme Ölçeği” kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan bu veri toplama araçlarına ilişkin tanıtıcı bilgiler aşağıda verilmiştir.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Evli bireylerin kişisel özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Kişisel Bilgi Formu ile evli bireylerin cinsiyetleri hakkında bilgi toplanmıştır.

3.3.2 Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği

Çeçen tarafından “Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği”nin (ABTÖ) Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirliği de sağlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesinin değişik bölümlerine devam eden toplam 562 öğrenci oluşturmuştur. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesinden sonra geçerliğine ilişkin kanıtları elde edebilmek amacıyla faktör analizi, madde analizi, benzer ve farklı ölçekler geçerliği, güvenilirliğine ilişkin kanıtları elde etmek amacıyla ise iç tutarlılık katsayısı ve test tekrar test analizi yöntemleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçları ABTÖ’nün geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğuna işaret etmektedir.

3.3.3 Eş Destek Ölçeği

Yıldırım (2004) tarafından geliştirilen Eş Destek Ölçeği evli bireylerin birbirlerinden algıladıkları desteği değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Yirmi yedi maddeden oluşan ölçek üçlü likert tipindedir. Ölçekte her bir maddeye verilecek yanıt “Bana Uygun”, “Bana Kısmen Uygun”, “Bana Uygun Değil” seçeneklerinden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 27 ile 81 arasında değişmektedir. Ölçekten yüksek puan alan bireyin eşinden daha fazla destek aldığını hissettiği, düşük puan alan bireyin ise eşinden daha düşük destek aldığını hissettiği anlamına gelmektedir. Ölçeğin öz değeri 1’den büyük olan 4 faktör saptanmıştır. Birinci faktörün tek başına varyansın %44.86’sını açıkladığı; açıklanan toplam varyansın % 58.40 olduğu ve maddelerin faktör yüklerinin birinci faktörde .46 ile .84 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik ve

güvenirlik çalışmaları seçkisiz olarak alınan 131 kadın (% 52.8) ve 117 erkek (% 47.2) olmak üzere toplam 248 evli birey üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği iki yolla test edilmiştir: Birinci olarak, Cronbach Alfa katsayısı bulunmuştur (Alpha= .95); ikinci olarak ise, test-tekrar test yöntemi ile dört hafta ara ile 165 evli bireye ölçek iki kez uygulanmış ve böylece test tekrar test güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır ($r = .89$). Elde edilen güvenilirlik katsayıları ölçeğin eşlerin birbirlerinden aldıkları desteği ölçmek amacıyla güvenle kullanılabilceğini göstermektedir. Ölçeğin geçerliği faktör analizi ve benzer ölçekler geçerliği olmak üzere iki yolla denenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği faktör analizi ile incelenmiştir. Ölçeğe ilişkin KMO katsayısı .952 ve Barlett testi anlamlı çıkmıştır. Ölçeğin benzer ölçekler geçerliğini test etmek amacıyla, ölçek ve BDI (Beck Depresyon Ölçeği) birlikte 165 evli bireye uygulanmış ve iki ölçek arasında negatif yönde anlamlı ($r = -.27$) ilişki bulunmuştur. Ölçeğin geçerliğine ilişkin kanıtlar, ölçeğin eşlerin birbirlerinden aldıkları desteği ölçebilecek nitelikte olduğunu göstermektedir.

3.3.4 Evlilikte Problem Çözme Ölçeği

Ölçek, evli bireylerin evlilikte karşılaştıkları problemleri çözme becerilerine ilişkin algılarını belirlemek amacıyla (Marital Problem Solving Scale) Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth tarafından geliştirilmiş, 9 maddelik 7 dereceli bir ölçektir. Orijinal çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı .95; test-tekrar test korelasyon katsayısı .86 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği için Çift Uyum Ölçeği ile olan korelasyonuna bakıldığında ise iki ölçek arasındaki korelasyonu .61 ($p < .001$) olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Hünler ve Gençöz (2002) tarafından yapılmıştır. Orijinal formunda 7 dereceli olarak değerlendirilen ölçek, cevaplanmasının kolay olması bakımından 5 basamaklı değerlendirme ölçeğine dönüştürülmüştür. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 45 en düşük puan ise 9'dur. Yüksek puan, bireyin kendini evlilikte problem çözme becerileri açısından başarılı algıladığını göstermektedir.

3.4 Verilerin Toplanması ve Analizi

3.4.1 Verilerin Toplanması

Verileri toplamak amacıyla gönüllü olan evli bireylere ölçeklerin uygulanacağı zamanlar belirlenmiş ve daha önceden kararlaştırılan zamanda araştırmacı tarafından uygulamalar yapılmıştır. Ölçekler, evli bireylere kapalı zarfla verilmiş ve kapalı zarfla toplanmıştır. Uygulamaya başlamadan önce araştırmacı tarafından ölçeklerle ilgili yönergeler okunmuş ve uygulamayla ilgili bilgi verilmiştir. Uygulama esnasında hiçbir sorunla karşılaşılmamıştır.

3.4.2 Verilerin Analizi

İlk aşamada ölçekler tek tek değerlendirilmiş ve eksik ve yanlış olarak uygulanan 38 ölçek çalışma grubundan çıkartılmıştır. Böylece çalışma grubu için 563 evli bireyin puanları değerlendirilmeye alınmıştır. Araştırmada verilerin analizi için SPSS 17.00 paket programı kullanılmıştır. Aile Bütünlük Duygusu ve Eş Desteğinin Evlilikte problem Çözme Becerini ilişkin varyansı ne kadar yordadığını ortaya koymak için çoklu regresyon stepwise analizi kullanılmıştır. Ayrıca aile bütünlük duygusu ölçeğinin alt boyutları ve eş desteğinin alt boyutları ile evlilikte problem çözme becerisi arasındaKİ ilişkinin yönünü tespit etmek için korelasyon tekniği uygulanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacına ve alt problemine uygun olarak toplanan verilerin istatistiksel çözümlenmeleri sonucu elde edilen bulgular sunulmuştur.

Tablo-1: Evli bireylerin aile bütünlük duygusu ölçeğinin alt boyutları ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki

	Evlilikte Problem Çözme becerisi
Anlaşılabilirlik	-.032
Yönetilebilirlik	-.085*
Anlamlılık	.263**

** $p < .01$

* $p < .05$

Tablo 1 incelendiğinde, evli bireylerin, aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan anlaşılabilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında ($r = -.032$, $p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan yönetilebilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında arasında negatif yönlü ($r = -.085$, $p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan anlamlılık ile evlilikte problem çözme becerileri arasında arasında pozitif yönlü ($r = .263$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Tablo-2: Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin alt boyutları ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki

Evlilikte Problem Çözme becerisi	
Maddi Yardım ve Bilgi Desteği	-.504**
Sosyal İlgı Desteği	-.525**
Takdir Etme Desteği	-.396**
Duygusal Destek	-.524**

Tablo 2 incelendiğinde, evli bireylerin eş desteği ölçeğinin maddi yardım ve bilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü ($r = -.504$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin sosyal ilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü ($r = -.525$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin takdir etme desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü ($r = -.396$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin duygusal desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü ($r = -.524$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Tablo-3 Evli bireylerin aile bütünlüğü duygusu ve eş desteğinin evlilikte problem çözme becerilerini yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	.524	.275	.273	6.570	203.394	.000
B	.550	.302	.299	6.451	115.969	.000
C	.571	.326	.322	6.345	86.307	.000
D	.578	.334	.329	6.312	67.041	.000

A Yordayıcı: Sosyal İlg,

B Yordayıcı: Sosyal İlg, Anlamlılık,

C. Yordayıcı: Evlilikte Sosyal İlg, Anlamlılık, Maddi Yardım,

D. Yordayıcı: Evlilikte Sosyal İlg, Anlamlılık, Maddi Yardım ve Bilgi Desteği, Yönetilebilirlik.

Bağımlı Değişken: Evlilikte Problem Çözme

*P<,01

Tablo 3’de görüldüğü gibi, sosyal ilgi; sosyal ilgi ve anlamlılık; sosyal ilgi, anlamlılık, maddi yardım ve bilgi desteği; sosyal ilgi, anlamlılık, maddi yardım ve bilgi desteği, yönetilebilirlik, evlilikte problem çözenin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (P<0,05). Sosyal ilgi evlilikte problem çözmeye ilişkin varyansın %27,5’sini açıklamaktadır. Sosyal ilgi ve anlamlılık ile birlikte evlilikte problem çözmeye ilişkin varyansın %30’unu açıklamaktadır. Sosyal ilgi, anlamlılık, maddi yardım ve bilgi desteği ile birlikte evlilikte problem çözmeye ilişkin varyansın %32,2’sini açıklamaktadır. Sosyal ilgi, anlamlılık, maddi yardım ve bilgi desteği ve yönetilebilirlik ile birlikte evlilikte problem çözmeye ilişkin varyansın %32,9’unu açıklamaktadır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak evli bireylerin aile bütünlük duygusu ile evlilikte problem çözme becerileri ve eş desteği ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişkilere ait bulgular ile aile bütünlük duygusu ve eş desteğinin evlilikte problem çözme becerisini yordaması ile ilgili bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Araştırma ile ilgili bulguların tartışılması ve yorumlanması alt problemlerin inceleniş sırasına uygun olarak yapılmıştır.

5.1 Evli bireylerin aile bütünlük duygusu ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin İncelenmesi

Aile bütünlük duygusu, sağlıklı olma, stresle başaedebilme ve patalojik ve kronik hastalıklarda aile bütünlük duygusunun ilişkisini ortaya koyan araştırmalara alan yazınında rastlanılmaktadır(Eriksson ve Lindström, 2007;Pallant ve Lae, 2002;Rizk ve Almond, 2005; Ward, Schulz, Bruland ve Lohr, 2014) Evli çiftlerde aile bütünlük duygusu ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmaya rastlanılmamakla birlikte, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük duygusu ve aile bütünlük duygusu(Çeçen, 2008) ve bütünlük duygusu ile hedef yapısıarasındaki ilişkilerin(Nel, Crafford, ve Roodt, 2004) araştırıldığı çalışmalara vardır. Aile bütünlük duygusu ve evlilikte problem çözme becerilerini arasındaki ilişkilerin araştırıldığına dair doğrudan bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle, evlilikte problem çözme, çiftlerin kazanmaları gereken en önemli becerilerinden birisi olarak görülmesi ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin araştırıldığı bu çalışmanın bulgularının tartışılması alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Evlilik yaşamında muhtemel olan problemlerin çözümünde, bireyler problem çözme gibi becerileri edinmeleri gerekebilir. Bu araştırma bulgularına göre, evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan yönetilebilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkinin bulunması, araştırma açısından ilginç ve farklı bir sonuçtur. Çünkü evli bireyler stres

veren olaylarla karşılaştıklarında, bu stresten kurtulmak için çaba gösterirler. Bu çabaya stresle başa çıkabilmeyi yönetebilme de denilebilir. Yönetilebilirlik stres kaynaklarının artması halinde kontrol edilemez hale gelebilir. Bu nedenle yönetilebilirlik arttıkça evlilikte problem çözme becerisi düşebilir. Aksine stres kaynaklarının aşırılığı azaldıkça yani çabanın düşmesi durumunda evlilikte problem çözme becerisi yükselebilir. McCubbin (1979) ailenin strese uyumunu, ailenin strese bir tepki olarak, aile sistemi içerisindeki değişimleri kontrol etmesi ve ailenin stres olayları ile mücadele etmesi ve bu mücadeleyi yönetmesinin önemli olduğunu ifade etmesi araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Taşköprü(2013)araştırmasında, evlilikte yaşanan travmatik olaylar ,problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi ile evlilik doyumu anlamlı bir ilişki sonucu ile bu araştırmanın sonucu benzerlik taşımaktadır. Bu araştırmanın bulgusunu destekleyen başka bir çalışma ise, Akgün ve Uluocak (2010)kadın grubu üzerinde yürütmüşler ve grup çalışmasına katılan üyelerin evlilik yaşam doyumun, problem çözme açısından yararlı olup olmadığını araştırdığı çalışmada, eşler arasındaki iletişimsizlik ve problemlerden kaynaklanan sorunlara çözüm bulmaya çalışarak kişilerin evliliklerinden aldıkları doyumun artmıştır. Evlilikte problem çözme becerisi ile yönetilebilirlik arasındaki ilişkinin negatif olmasında çiftlerin problem çözmede aldıkları inisiyatifte önemlidir. Özellikle erkekler stresli durumu idaha iyi yönetebilmekte ve ailenin gelir düzeyinin yükselmesi problemle başa çıkma kapasitesini artırması düşünülebilir. Bu ö

Gök, ve Kardeş (2015) boşanma sürecinde olan bireylerin problem çözme becerilerinin inceledikleri çalışma önemlidir ve araştırmanın sonucuna göre erkek katılımcıların problem çözme becerilerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu, gelir düzeyi arttıkça problem çözme becerilerinin arttığı görülmesi sonucu, evlilikte problem çözme becerisi ve yönetilebilirliği daha anlaşılabilir hale getirebilir. Antonovsky (1979) güçlü bütünlük duygusuna sahip bir birey içsel kaynaklarını harekete geçirebilir ve stres kaynaklarını yönetebilmek için kişisel direncini yapılandırabileceğini belirtmesi araştırma bulgusundaki evlilikte problem çözme ve yönetilebilirlik arasındaki ilişkinin negatif olmasına katkı sağlayabilir. Çünkü çiftler stresli durumlarla baş edebilmek için harekete geçebilirler ama çiftlerden birisi veya her ikisinin direnç göstermesi, evlilikte problem çözme ve yönetilebilirlik arasındaki negatif ilişkiyi sağlayabilir.

Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan anlamlılık ile evlilikte problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Canbulat ve Çankaya (2014)'nın evlilikte problem çözme becerisi, evlilik doyumu ve kontrol odağı değişkenlerinin evli bireylerin öznel iyi olma düzeylerini yordadığını bulduğu araştırma sonuçları, bu araştırma ile benzerlik taşımaktadır. Zira çiftlerin öznel iyi oluşlarını yordayan değişkenlerden biri olan evlilikte problem çözme, öznel iyi oluşu sağlamak için, gösterdikleri çaba, emek ve gayrete bir anlam yüklemelerinin bilişsel bir açıklamasıdır. Çünkü aile bütünlük duygusunun alt boyutu olan anlamlılık ve evlilikte problem çözme becerisinin, çiftlerin problemleri aşmak için nasıl meydan okuyacaklarına dair gerekli olan becerinin evlilik yaşamına uygulanması olabilir. Çünkü çiftler problem çözme becerisini geliştireceklerse, karşılaştıkları sorunları çözmek için motive olmaları ve bu motivasyonlarına mantıklı bir açıklama getirmeleri gerekebilir. Kısacası, Lindstrom ve Eriksson (2007) Antonovsky'nin sağlıklı olmak için insanlara sorduğu ana soru; "niçin insanların bir kısmı, yaşamlarındaki stresli durumlara rağmen, sağlıklı kalmayı yönetebilirken diğerleri yönetemiyor?" sorusuna cevap bulmak için, gösterdikleri çaba ve işbirliğine verilen anlamın göstergesi olabilir.

Aile bütünlük duygusunun alt boyutu olan anlaşılabilirlik ve evlilikte problem çözme arasında anlamlı düzeyde ilişki ortaya çıkmamıştır. İlişki ortaya çıkmaması, çiftlerin problemleri aşmak için bir önceki problemleri yönetmeleri ve daha sonrada problemleri aşmak için birlikte meydan okumaya öncelik vermeleri ile açıklanabilir.

5.2 Evli bireylerin eş desteği ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin İncelenmesi

Evli bireylerin eş desteği ile evlilikte problem çözme, çatışma çözme ve stresle başedebilme becerilerini inceleyen araştırmalara rastlanılmaktadır (Aryee, Luk, Leung, and Lo, 1999; Heffner, Kiecolt-Glaser, Loving, Glaser, and Malarkey, 2004; Henkens, 1999; Okanlı, Tortumluoğlu ve Kırpınar, 2003; Özbey, 2012; Rosenbaum, and Cohen, 1999). Ama doğrudan evli bireylerin eş desteği ve problem çözme becerisinin araştırıldığı bu çalışmada, evli bireylerin, maddi yardım ve bilgi desteği ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bu çalışma ile, evli

bireylerin eş desteği ölçeğinin alt boyutları(maddi yardım ve bilgi, sosyal ilgi, takdir etme, duygusal) ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkilerin bulunması, Atçeken(2014)'in , ilişki yüklemelerinin, bağlanmanın, eş benzerliğinin ve evlilikte problem çözme becerilerinin eş desteğini yordayıp yordamadığı incelediği çalışmada eş desteğinin alt boyutları ile evlilikte problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin pozitif çıktısı sonucu arasında tezatlık bulunmuştur.Bu tezatlığın kaynağını ise, Epstein, Bishop, Rych, Miller ve Keitner (1993) evliliği geliştiren en önemli becerilerden biri, evlilikte problem çözme becerisi olduğu ve her evlilikte baş edilmesi gereken güçlükler olduğu ama bu güçlükleri aşmak için bazı çiftlerin evliliğinde problemlerini çözümlenmekten kaçındıklarını ve daha da fazla güçlükler yaşadıklarını görüşü ile açıklanabilir. Bu çalışmadaki sonuçlarındaki ilişkinin negatif çıkması, aile sistemi içerisinde ortaya çıkan sorunların çözümünde insiyatifi daha ziyade çiftlerin değil çiftlerin geniş ailelerinin aldığı ve sorunu çiftler olarak çözmeye çalışmadıkları ile açıklanabilir(negatif çıkması nmiştir.bu alanda yapılan çalışmalarla çalışmaktadır(Dallos, ve Draper, 2012). Aile ve evlilik yaşamında ortaya çıkan problemler ve bu problemlerle ilgili vaka örneklerinin incelendiği çalışmalarda evlilikte problem çözmenin önündeki engellerin aile mitleri, iletişimle ilgili mitler ve aile üyelerinin iç içe geçen yaşantıları sayılabilir(Kesici, Bayraktar, Mert ve Kiper, 2014,Kesici, Mert, İlgin, ve Büyükbayraktar, 2015).

5.3 Evli bireylerin aile bütünlüğü duygusu ve eş desteğinin evlilikte problem çözme becerilerini yordaması

Evli bireylerin sosyal ilgi desteği, aile bütünlük duygusunun anlamlılık boyutu, maddi yardım ve bilgi desteği ve aile bütünlük duygusunun yönetilebilirlik alt boyutu, evlilikte problem çözme becerisinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunması, evlilikte problem çözme becerilerinin hem aile bütünlük duygusu hem de eş desteği değişkenlerinin, evlilik yaşamındaki öneminin göstergesidir. Yıldırım(2004b) sosyal desteğin, bireyleri strese karşı koruyucu bir rolü olduğunu belirtmesi ve sosyal desteği alan bireylerde stresli olmayacakları için evlilikleri ile ilgili problemlerini daha iyi çözebilirler.

Buna ilaveten aileler gerek kendileri gerekse yakın çevrelerini rahatsız eden güçlüklerle savaşarak aile olarak sorunları çözmek ve aile yaşamlarına anlam yüklemek isterler. Bu istek çiftleri motive eder ve bir araya getirir. Antonovsky(1997)her bir

bireyin yaşamındaki olaylarla ilgili olarak meydan okumada farklı motivasyona yol açabileceğini ve bu motivasyonuda belirleyen ölçütün bireyin karşılaştıkları zorlukları çözümedeki çabasına bir anlam yüklemesi olduğunu belirtmektedir.

Evlilikte problem çözme becerilerini yordayan değişkenlerden birisi olan maddi yardım ve bilgi desteği ise, hem aile yaşamı hemde bireysel yaşam kalitesi açısından önemlidir. Aileler(Kesici, 2007c; Kesici, 2008), öğretmenler(Büyükkaragöz ve Kesici, 1996; Büyükkaragöz ve Kesici, 1996; Kesici, 2007b) ve öğrenciler(2007a) çocukların ihtiyaçlarının(Kesici, 2014; Kesici, 2015) farkına varmaları ve çocukların karşılanmayan ihtiyaçlarını(Kesici, Üre, Bozgeyikli, ve Sünbül, 2003; Kesici, 2008b)) fark ettikleri zaman, çocuklarının ihtiyaçlarını fonksiyonel olarak karşılayabilirler. Bu durumda çiftlerin problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağlayabilir. Diğer de aile bütünlük duygusunun alt boyutlarından birisi olan yönetilebilirliktir. Çiftler eğer evlilikle ilgili problem çözme becerilerini geliştirmek istiyorlarsa, hem iç ve dış kaynaklı olan stres kaynaklarını, kendilerine zarar vermeden yönetebilmelidirler(D’Zurilla ve Chang,1995). Aile ve evlilik yaşamı açısından önemli olan ortaya çıkan engeller veya güçlükleri kontrol altına alıp aile bireylerinin muhtemel sorunları her iki tarafında kazan kazan stratejisine göre problemleri çözebilmektir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, evli bireylerin, aile bütünlük duygusu(anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık) ve eş desteğinin(maddi yardım ve bilgi desteği, Sosyal ilgi desteği, takdir etme desteği ve duygusal destek) ailelerin evlilikte problem çözme becerilerini yordama gücünü incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki sonuçlar ortaya çıkmıştır.

6.1 SONUÇLAR

1. Evli bireylerin aile bütünlük duygusu ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki;

a. Evli bireylerin, aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan anlaşılabilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında ilişki bulunamamıştır.

b. Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan yönetilebilirlik ile evlilikte problem çözme becerileri arasında arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

c. Evli bireylerin aile bütünlüğü ölçeğinin alt boyutlarından olan anlamlılık ile evlilikte problem çözme becerileri arasında arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

2. Evli bireylerin eş desteği ile evlilikte problem çözme becerileri arasındaki ilişki;

a. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin maddi yardım ve bilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

b. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin sosyal ilgi desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

c. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin takdir etme desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

d. Evli bireylerin eş desteği ölçeğinin duygusal desteği alt boyutu ile evlilikte problem çözme becerisi arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

3. Evli bireylerin sosyal ilgi desteği, aile bütünlük duygusunun anlamlılık boyutu, maddi yardım ve bilgi desteği ve aile bütünlük duygusunun yönetilebilirlik alt boyutu, evlilikte problem çözme becerisinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur

6.2 ÖNERİLER

1. Aile bütünlük duygusu ve evlilikte problem çözme ilişkilerini araştıran araştırmaların yanında kronarasındakik ve patalojik rahatsızlıkların çözümü ile aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkilerin yer aldığı araştırmalar yapılmalıdır.
2. Eş desteğinin sadece evlilikte problem çözme becerisini inceleyen araştırmaların yanında eş desteğinin evlilikteki çatışma, stres, depresyon, ve anksiyete düzeylerini veya hayati risk teşkil eden kanseli hastalar örnekleminde çalışmalar yapılmalıdır.
3. Çift danışmanlığı yapılırken problem çözme yaklaşımlarının yanına aile bütünlük duygusu kavramının uygulanması konusunda beceri kazandırmak önemli olacaktır.
4. Evlilikte problem çözme becerisini yordayan farklı değişkenlerin yer aldığı araştırmalar yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Akgün, A. G. R., & Uluocak, Ö. G. G. P. (2010). Evlilikte Etkili İletişim ve Problem Çözme: Bir Toplum Merkezindeki Kadınlarla Gerçekleştirilen Grup Çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23).
- Akgün, A. G. R., & Uluocak, Ö. G. G. P. (2010). Evlilikte Etkili İletişim ve Problem Çözme: Bir Toplum Merkezindeki Kadınlarla Gerçekleştirilen Grup Çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23).
- Altıparmak, S. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam doyumu, sosyal destek düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Tıp Dergisi*, 23 (3), 159-164.
- Annak, B. B. (2005). *Sosyal destek, sosyal ağ, yaşam kalitesi ve yaşam doyumu: duygudurum ve anksiyete bozukluğu tanısı alan kişiler ve düzenli hemodiyaliz tedavisi gören hastalar açısından bir karşılaştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Arı, M., Bez, Y., Kaya, Y., Kıvrak, Y. (2011). Akkiz prematür ejakülasyon hastalarında ailesel işlevlerdeki değişiklikler. *Dicle Tıp Dergisi*, 38 (2): 174-178.
- Aryee, S., Luk, V., Leung, A., & Lo, S. (1999). Role stressors, interrole conflict, and well-being: The moderating influence of spousal support and coping behaviors among employed parents in Hong Kong. *Journal of Vocational Behavior*, 54(2), 259-278.
- Avcı, Ö. H. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Öncesi İlişkilerde Problem Yaşadıkları ve Eğitim Almak .*İstedikleri Konular *Ege Eğitim Dergisi*, 15(1), 279-299.
- Aycan, Z., Eskin M. (2005). Relative Contributions of Childcare, Spousal Support, and Organizational Support in Reducing Work–Family Conflict for Men and Women: The Case of Turkey. *Sex Roles*. 53, 453-473.
- Bayraktaroğlu, H., Çakıcı, E. (2013). Factors related with marital adjustment. *Eğitim araştırmaları- Eurasian Journal of Educational Research*, 53/A: 297- 312.

- Brown, G. W., Andrews, B., Harris, T., Adler, Z., & Bridge, L. (1986). Social support, self-esteem and depression. *Psychological medicine*, 16(04), 813-831.
- Büyükkaragöz, S., & Kesici, Ş. (1996). Öğretmenlerin hoşgörü ve demokratik tutumları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 2(3), 353-365.
- Büyükkaragöz, S. Savaş, and Şahin Kesici. (1988). "Eğitimde öğretmenin rolü ve öğretmen tutumlarının öğrenci davranışları üzerindeki etkisi." *Millî Eğitim S* 137: 11.
- Can, H. (2013). İlköğretim Okullarında Çalışan Evli Öğretmenlerin Eş tükenmişlik Düzeyleri ile Eş Desteği, Evlilik Yetkinliği ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Canbulat, N., & Çankaya, Z. C. (2014). Evli Bireylerin Öznel İyi Olma Düzeylerinin Yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 556-576.
- Cebeci, S. A., Aydemir, Ç., & Göka, E. (2002). Puerperal dönemde depresyon semptom prevalansı: obstetrik risk faktörleri, kaygı düzeyi ve sosyal destek ile ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 10(1), 11-18.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310.
- Çağ, P. (2011). *Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordama da bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- D' Zurilla ve Nezu, A. M. (1999). A Social Competence Approach to clinical intervention. *Problem-Solving Therapy*. Newyork: Springer Publishing Company.
- Dallos, R., & Draper, R. (2012). *Aile Terapisine Giriş: Sistemik Teori ve Uygulama*. (Ş. Kesici, & C. Kiper, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Dehle, C. (2001). Social support in marriage . *The American Journal of Family Therapy* , (29), 307-324 .

- Dehle, C., Larsen, D., & Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307-324.
- Durak-Batıgün, A. (2000). Problem çözmeye yönelik terapiler: Tanımı ve değerlendirme. *Türk Psikoloji Bülteni*. 19. 40-48.
- Duyan, V. , Çelenk, Ö. , Çamur-Duyan, G. (2014). Talasemili üyesi olan ailelerin aile işlevlerinin kadın bakış açısından değerlendirilmesi: Hatay ili örneği. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 16 (1): 46-55.
- Epstein, N., Bishop, B., Rych, D., Miller, C. ve Keitner, G. (1993). *The mc master model view of healthy family functioning*, Walsh, F. (Ed.) Normal Family Processes. Newyork: The Guilfor Press.
- Epstein,N., Baucom, D.H. ve Rankin, L.A. (1993). Treatment of marital conflict: a cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Rewiev*, 13. 45-57.
- Erbay, E. , Akgül Gök, F. , Yüceer Kardeş, T. (2015). Aile Mahkemelerine Başvuran ve Boşanma Sürecinde Olan Ailelerin Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 19 (1): 139-154.
- Erbay, E., Gök, f. A., & Kardeş, T. Y.(2015) aile mahkemelerine başvuran ve boşanma sürecinde olan ailelerin problem çözme becerilerinin incelenmesi.tsa 19(1), 139-154
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., Alpkın, R. L. (2005). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam Dergisi*. 18 (1):39-47.
- Günsel, D. A., (2013). Evli bireylerin Algıladıkları Eş Desteğinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi: KKTC Örneği. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güven, S., Şener, A., Yıldırım, B. (2011). Eşlerin Farklı Değişkenlere Göre Sosyal Destek Algısı. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar Dergisi*.
- Heffner, K. L., Kiecolt-Glaser, J. K., Loving, T. J., Glaser, R., & Malarkey, W. B. (2004). Spousal support satisfaction as a modifier of physiological responses to marital

conflict in younger and older couples. *Journal of Behavioral medicine*, 27(3), 233-254.

Henkens, K. (1999). Retirement intentions and spousal support: A multi-actor approach. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 54(2), S63-S73.

Hepner, P., Withy, T.E., Dixson, W.E., Suzuki, L.A., Ahluvalia, M.K., O'Neil, J.M., Lucas, M.S., Lopez, S.J., Janowsky, K.M. ve Helms, J.E. (2004). Problem solving and human adjustment. *The Counselling Psychologist*. 32 (3), 341-484.

Hepner, P. ve Krauskoph, K. (1987). An information processing approach to personel problem solving. *The Counselling Psychologist*. 15, 34-7.

House, J. S. (1981). Social support and social structure. *Sociological Forum*, (2), 135-146.

Hünler, O.S. , Gençöz, T.(2003). Boyuneğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu ilişkisi: Algılanan Evlilik problemleri Çözümünün Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 18(51): 99-108.

Kadmon, I., Woloski-Wruble, A., Yongqin, J., Wan-Min, Q., & DeKeyser, F. (2004). Social support as experienced by Chinese and Israeli husbands of women with breast cancer: a comparative study. *European journal of oncology nursing*, 8(2), 131-137.

Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kaya, M. (2009). *Üniversite adaylarının anne-babalarına uygulanan sosyal destek programının eş desteği ve adayın anne-babadan algıladığı desteğe etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kesici, Ş. "Psychological Needs as Predictors of Human Values in High School Students." *Anthropologist* 19.2, 499-506(2015).

Kesici, Ş. & Bayrakçı, E. & Mert, A. & Kiper, C. (2014). *Aile Danışma Kuramları ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Yayınları

Kesici, Ş. & Mert, A. & İlgün, E. & Büyükbayraktar, Ç. (2015). *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler*. Ankara: Nobel Yayınları

- Kesici, Ş. (2007a). Middle School Students' Guidance and Counseling Needs. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7,3, 1301-1349.
- Kesici, Ş. (2007b) “Şube Rehber Öğretmenlerinin Görüşlerine Göre 6. 7. ve 8.Sınıf Öğrencilerinin Rehberlik ve Danışma İhtiyaçları”, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 365-383. .
- Kesici, Ş. (2007c) “Ortaöğretim Öğrencilerinin Anne Baba Tutumlarının ve Rehberlik İhtiyaçlarının Mesleki Karar Verme Zorluklarını Yordaması”, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18, 329-340.
- Kesici, Ş. (2008) “Sixth, Seventh and Eight Grade Students' Guidance and Counseling Needs According to Parents' Views”. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 8,32, 101-116.
- Kesici, ş. (2008b). Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması: doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (20), 493.
- Kesici, Ş., Üre, Ö., Bozgeyikli, H., & Sünbül, A. M.(2003)“Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği” VII. *Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Malatya*.
- Kodokakhsh, A. (2007). Construction and validation of family problem solving scale. *Journal of Applied Science*, 24, 3958-3964.
- Korkmaz, G. , Batur, D. , Karakuş, E. , Tel, H. (2003). Alkol Bağımlısı Erkeklerin Eşlerinin Yaşadıkları Güçlükler ve Başetme Tarzlarının Belirlenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu dergisi*, 7(1): 21-26.
- Köknel, Ö. (1997). *İnsanı anlamak*. İstanbul: Altın Kitapları.
- Mclean, P.D., Ogston, K. ve Grauer, L. (1973). A behavioral approach to the treatment of depression. *Behavioral Therapy ve Expectation*. 4. 323- 330.
- Okanlı, A., Tortumluoğlu, G. Ve Kırpınar, İ. (2003). Gebe kadınların ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki, 1. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4, 98-105.

- Okanlı, A., Tortumluoğlu, G., Kırpınar, İ. (2003). Gebe kadınların ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4(2):98–105.
- Olga S. Hünler,S.O. & Gençöz,T.(2003). *Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü*. Türk Psikoloji Dergisi , 18 (51), 99 – 108.
- Özbey, S. (2012). Eşlerin algıladıkları sosyal desteğin ailenin bazı özellikleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1).
- Polat, D. (2012). Boşanma Aşamasındaki Bireylerin Evlilik Çatışmaları, Çatışma İletişim Tarzları ve Sosyal Destek Sistemlerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir
- Polat, ü., & kahraman, B. B. (2013). Yaşlı Bireylerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Fırat Tıp Dergisi*, 18(4), 213-218.
- Rosenbaum, M., & Cohen, E. (1999). Equalitarian marriages, spousal support, resourcefulness, and psychological distress among Israeli working women. *Journal of vocational behavior*, 54(1), 102-113.
- Saxton, L. (1982). Marriage: The nature of marriage; The individual. *Marriage and the Family*, 5, 216-224.
- Saygılı, H. (2000). *Problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Soylu, Y., & Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillerine Göre Yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43).
- Şahin, H. N., & Soypak, F. (2010). Erken loğusalık süresinde kadınların algıladıkları eş desteği. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 41(4), 187-193.
- Şengül- Öner, D. (2013). Evli Bireylerin Evlilik Çatışması, Çatışma Çözüm Stilleri ve Evlilik Uyumları. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik Doyumu İle Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma Ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Doctoral dissertation, İstanbul Bilim Üniversitesi).
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik Doyumu İle Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma Ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Doctoral dissertation, İstanbul Bilim Üniversitesi).
- Taylan, S. (1990). *Hepner'in problem çözme envanterinin uyarlama güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ülker, G. (2011). *Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Üner, R. (1994). *Spousal social support for the pregnant women: Recipients' and providers' perspectives on perceived and desired social support*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Yıldırım, İ. (2004). Eş destek ölçeğinin geliştirilmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (22): 19-25.
- Yıldırım, İ. (2004a). Depresyonun yordayıcısı olarak sınav kaygısı, gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *H. Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, (27), 241-250.
- Yıldırım, İ. (2004b). Eş destek ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 22(3), 19-26.
- Yüksel, P. Ö., & Dağ, P. İ. Kadınlarda Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2014;25:sayfa:1-8
- Lindström, B. & Eriksson, M. (2011) *From health education to healthy learning: Implementing salutogenesis in educational science*, *Scandinavian Journal of Public Health*, 2011; 39(Suppl 6): 85–92

EKLER

EK - 1 ANKET FORMU

Sayın Katılımcı,

Aşağıda yer alan sorulara vermiş olduğunuz yanıtlar yalnızca değerlendirici tarafından bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Boş cevap bırakmamanız ve soruları içtenlikle cevaplamanız çalışmanın doğru sonuç verebilmesi için çok önemlidir. Bunun için cevaplanmamış soru bırakmamanızı ve soruları dikkatle cevaplandırmanızı rica ederim. Yanıtınız olan şıkkı (X) şeklinde, noktalı boş alanları kendi ifadenizle doldurarak anketi tamamlayabilirsiniz.

Katılımınız için Teşekkürler

Yaşınız:

Cinsiyetiniz: kadın () erkek ()

Eğitim düzeyiniz: a. Okur yazar değil ()
b. İlköğretim ()
c. Lise ()
d. Üniversite ()
e. Yüksek Lis/Doktora ()

İş durumunuz: Çalışıyor ()
Çalışmıyor ()

Eşinizin yaşı:

Eşinizin eğitim düzeyi: a. Okur yazar değil ()
b. İlköğretim ()
c. Lise ()
d. Üniversite ()
e. Yüksek Lis/Doktora ()

Eşinizin iş durumu: Çalışıyor ()
Çalışmıyor ()

Kaç çocuğunuz var? a. Hiç Yok ()
b. Tek Çocuk ()
c. İki çocuk ()
d. Üç veya daha fazla ()

Kaç yıldır evlisiniz? Boşanmış iseniz belirtiniz ()
1-10 yıl ()

11-20 yıl ()

21 ve daha fazla ()

Eşinizle nasıl evlendiniz? Görücü usulü ()

Flört ()

Mesleğiniz:

EŞ DESTEK ÖLÇEĞİ (EDÖ)

Eşim;	Bana Uygun	Kismen Uygun	Bana Uygun Değil
1 Bana hoş espriler yapar	()	()	()
2 Yaptıklarımı destekler	()	()	()
3 Benimle olmak için zaman yaratmaya çalışır	()	()	()
4 Kazancını ve tüm eşyalarını benimle paylaşır	()	()	()
5 Başarılarımı takdir eder	()	()	()
6 Bana sarılır, üzerime titrer	()	()	()
7 Evimizle ilgili her türlü sorunla ilgilenir	()	()	()
8 Benimle sohbet eder, dertleşir	()	()	()
9 Bana yanımda olduğunu hissettirir	()	()	()
10 Bana suçlayıcı, yargılayıcı davranır	()	()	()
11 Beni hoş, eğleneceğim yerlere götürür	()	()	()
12 Bana şefkat gösterir	()	()	()
13 Hastalık, taşınma, gibi durumlarda bana yardım eder	()	()	()
14 Hatalarımı bana nazikçe gösterir	()	()	()
15 Benimle alışverişe, sinemaya veya gezmeye gelir	()	()	()

Evlilikte Benzerlik Ölçeği

Sayın Katılımcı,

Aşağıda evli çiftlerin evlenmeden önceki benzerliklerine yönelik bazı ifadeler verilmiştir. İfadeleri **eşinizle evlenmeden önceki** konuşmalarınızı göz önünde bulundurarak yanıtlayınız. Geçmişte aynı düşünceyi paylaşmışsanız **Evet (x)** seçeneğini, ilgili maddede belirtilen konuda aynı fikirde olmamış ya da hiç konuşmamışsanız **Hayır (x)** seçeneğini işaretleyiniz.

Maddeler	Evet	Hayır
1. Dini inançların nasıl yaşanacağı,	()	()
2. Kadının ev dışında çalışmayı sürdürmesi,	()	()
3. Kaç çocuğa sahip olunacağı,	()	()
4. Ne zaman çocuk sahibi olunacağı,	()	()
5. Hangi doğum kontrol yönteminin kullanılacağı,	()	()
6. Evlendikten sonra nerede oturulacağı,	()	()

EVLİLİKTE PROBLEM 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- Çözümleriniz, 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