

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

**EVLİ ÇİFTLERİN EVLİLİKTEKİ BAĞLILIKLARI VE
BAĞLANMA STİLLERİNİN ÇİFT UYUMUNU YORDAMASI**

Çağla Girgin BÜYÜKBAYRAKTAR

DOKTORA TEZİ

Danışman
Prof. Dr. Şahin KESİCİ

KONYA-2015

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

**EVLİ ÇİFTLERİN EVLİLİKTEKİ BAĞLILIKLARI VE
BAĞLANMA STİLLERİNİN ÇİFT UYUMUNU YORDAMASI**

Çağla Girgin BÜYÜKBAYRAKTAR

DOKTORA TEZİ

Danışman
Prof. Dr. Şahin KESİCİ

KONYA-2015



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Öğrencinin	Adı Soyadı	Çağla GİRGİN BÜYÜKBAYRAKTAR
	Numarası	108301053002
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Doktora
	Tezin Adı	Evli Çiftlerin Evlilikteki Bağlılıkları ve Bağlanma Stillерinin Çift Uyumunu 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)



T.C.
NECETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



DOKTORA TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Çağla GİRGİN BÜYÜKBAYRAKTAR
	Numarası	108301053002
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı	Doktora
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Şahin KESİCİ
Tezin Adı		Evli Gıftlerin Evlilikteki Bağlılıkları ve Bağlanma Stillerinin Gıft Uyumunu Yordaması

Evli Gıftlerin Evlilikteki Bağlılıkları ve Bağlanma Stillerinin
Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan ...Gıft.. Uyumunu...Yordaması
başlıklı bu çalışma ..30../..06../..2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda
oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı

Danışman ve Üyeler

İmza

Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN Üye

Yrd. Doç. Dr. S. Barbaros YALÇIN
N.E.Ü Ahmet Keleşoğlu Eğt. Fak.
Eğitim Bilimleri Bölümü

Prof. Dr. Şahin KESİCİ Danışman

Doç. Dr. Erdal HANERBA

Prof. Dr. Ömer ÜRE

Doç. Dr. Bülent DILMAÇ

TEŞEKKÜR

Öğrencisi olduğum ilk günden buyana bir hoca gibi değil bir abi bir baba gibi beni sahiplenen ve akademik hayatımın yapılanmasında ileri görüşlülüğü ile bana her daim yol gösteren Sayın Hocam Prof. Dr. Şahin KESİCİ'ye en derin saygılarımı ve şükranlarımı sunarım.

Tezimin yazım aşamasında düzenli olarak yapılan toplantılarda beni doğru bir şekilde yönlendirerek bu uzun süreci planlamama yardımcı olan Sayın Hocalarım Doç. Dr. Erdal HAMARTA ve Yrd. Doç. Dr. Barbaros YALÇIN'a teşekkürü bir borç bilirim.

Bu süreçte bana gösterdiği anlayış sayesinde tezimi bitirmeme katkıda bulunan Bölüm Başkanım Sayın Doç. Dr. Mustafa USLU'ya teşekkürlerimi sunarım.

En büyük minnet ve şükran canım annem ve babama. Yaptıklarını anlatmam için bu yazdığım tez kadar sayfayı doldursam yeridir. Fakat bunun da kifayetsiz kalacağını bilerek ellerinden öpmekle yetindiğim, iki saygıdeğer insana Rahime-Nadi GİRGİN'e teşekkürlerimi sunarım.

Tezim sürecinde benimle üzülp benimle sevinen maddi manevi desteğini esirgemeyen sevgili eşim H.Hüseyin BÜYÜKBAYRAKTAR'a ve annesinin henüz ne olduğunu çözemediği önemli bir şeyler yaptığını sezinleyerek sabırla bekleyen ve beni hiç üzmeyen canım oğlum Ahmet Hakan'ıma teşekkür ederim.

Gerek uygulama gerekse yazım aşamasında bana destek olan herkese teşekkürlerimi sunarım.

Çağla GİRGİN
BÜYÜKBAYRAKTAR
Konya, 2015

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Öğrencinin	Adı Soyadı Çağla GİRGİN BÜYÜKBAYRAKTAR
	Numarası 108301053002
	Ana Bilim / Bilim Dalı Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı Tezli Yüksek Lisans <input type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı Prof. Dr. Şahin KESİCİ
Tezin Adı Evli Çiftlerin Evlilikteki Bağlılıkları ve Bağlanma Stillerinin Çift Uyumunu Yordaması	

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, evlilik ilişkisinde çiftlerin uyumlarını etkileme olasılığı olan bağlılık ve bağlanma stillerini araştırmaktır. Araştırmanın çalışma grubunu 500 çift (N=1000, 500 kadın, 500 erkek) oluşturmaktadır. Veriler “Bağlılık Ölçeği”, “Çift Uyum Ölçeği”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri”, ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ile toplanmıştır. Veri toplama araçlarından elde edilen veriler, değişkenlere göre kodlanıp SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde çoklu regresyon yöntemi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; bağlılık ölçeğinin alt boyutları ve bağlanma stilleri alt boyutları ile evlilik uyumunun alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında; bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum, çiftler arasındaki bağlılık arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Evli bireylerin bağlılık ölçeğinin alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarının, evlilik uyumu ölçeğinin duygularını ifade etme alt boyutunu yordamasına ilişkin bulgulara bakıldığında bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Evli bireylerin bağlılık ölçeğinin alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin alt boyutlarının, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunu yordamasına ilişkin bulgulara bakıldığında bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan bağlılık alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

Elde edilen bulgular ilgili literatür ışığında tartişılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik uyumu, bağlanma stilleri, bağlılık

T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

	Adı Soyadı	Çağla GİRGIN BÜYÜKBAYRAKTAR		
	Numarası	108301053002		
Öğrencinin	Ana Bilim / Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	<input type="checkbox"/>	Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Şahin KESİCİ		
	Tezin İngilizce Adı	Married Couples's Commitment and Attachment Styles as a Predictor of Dyadic Adjustment		

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the commitment and attachment styles which are likely to affect couples' adjustment in marriage relationships. The study group consisted of 500 couples. The data were collected using "Commitment Scale", "Dyadic Adjustment Scale", "Experiences in Close Relationships Scale", and the "Personal Information Form" developed by the researcher. According to the results of the study, when the subdimensions of the commitment scale and attachment styles subdimensions, and the subdimensions of marriage adjustment were considered, a significant relationship was found between the social pressure subdimension of the commitment scale and affectional expression, dyadic satisfaction, and dyadic cohesion.

When the findings concerning to what extent the subdimensions of the commitment scale and the subdimensions of the attachment styles scale of married individuals predicted the affectional expression subdimension of the marriage adjustment scale were investigated, it was found that the dedication and concern for partner welfare subdimensions of the commitment scale and the anxiety subdimension of the attachment styles scale were significant predictors of the affectional expression subdimension of the dyadic adjustment scale.

When to what extent the subdimensions of the commitment scale and the subdimensions of the attachment styles of married individuals predicted the cohesion subdimension of the marriage adjustment scale was investigated, it was found that the dedication and financial alternatives subdimensions of the commitment scale, anxiety subdimension of the attachment styles scale and concern for partner welfare subdimension were significant predictors of the dyadic cohesion subdimension, which is one of the subdimensions of the dyadic adjustment.

The data that were obtained were discussed in the light of the relevant literature.

Key Words: Dyadic Adjustment, attachment style, commitment.

İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK SAYFASI.....	i
DOKTORA TEZİ KABUL FORMU	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ	xii

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın amacı	1
1.2. Önem	6
1.3. Varsayımlar	8
1.4. Tanımlar	8

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bebeklik Döneminde Bağlanma.....	11
2.1.1. Nesne İlişkileri.....	12
2.1.2. Bağımlılık	14
2.1.3. Bağlanma	15
2.2. Bağlanma Davranışı ve Gelişimi.....	16
2.3. Bağlanmanın Kuramsal Arka Planı	18
2.3.1. Bağlanma ile İlgili Kilit Kavramlar.....	20
2.4. Bakım Davranışı ve Bağlanma	21
2.5. Bağlanma Kuramında Duygu ve Duygulanım	23
2.6. Yetişkinlerde Bağlanma	24
2.6.1. İki Boyutlu Bir Yetişkin Bağlanma Modeli.....	28
2.6.2. Yetişkin Bağlanma Kategorileri	29
2.6.3. Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin Bağlanma Modeli	30

2.7. Yetişkin İlişkilerindeki Bağlanmanın İşlevi	30
2.8. İçsel Çalışan Modeller	31
2.9. Evlilikte Mutluluk, Başarı, Uyum	33
2.10. Evlilik Uyumunun Kavramlaştırılması.....	35
2.11. Evlilik Uyumunun Ortaya Çıkışı.....	37
2.12. Olumlu ve Olumsuz Taraflarıyla Evlilik.....	37
2.13. Evlilik Üçgeni: Evlilik Doyumunu Yordayan Üç Faktör.....	38
2.13.1. Çift Özellikleri	40
2.13.1.1. Birlik.....	41
2.13.1.2. Kontrol veya Güç Paylaşımı	41
2.13.1.3. Konsensüs.....	41
2.13.1.4. Sevgi.....	42
2.13.1.5. Bağlılık (Commitment)	42
2.14. Aşk Üçgeni: Üç Unsur.....	43
2.15. Evliliklerin Nasıl Bozulup Nasıl İşleyeceğine Dair Bütünleşik Bir Model .	43
2.16. Bağlamsal Bir Evlilik Modeli.....	45
2.16.1. Uzak Bağlam, Yakın Bağlam ve Evlilik Doyumu	47
2.17. Bağlılığın Tanımı.....	48
2.18. Bağımlılık, Bağlılık ve İlişkinin Sürdürülmesi	49
2.19. Evlilikte Bağlılık	51
2.20. Bağlılık Teorileri	53
2.20.1. Karşılıklı Bağımlılık Teorisi.....	55
2.20.2. Bağlılığın Belirleyici Unsurları: Doyum, Alternatifler ve Yatırımlar ...	55
2.21. Romantik Bağlanma ve Bağlılık Arasında Kavramsal Olarak Bir Fark Var mıdır?.....	57
2.22. Stanley ve Markman'ın Bağlılık Yaklaşımı	58
2.23. Alanla İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	61
2.23.1. Yetişkin Bağlanması ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	61
2.23.2. Evlilik Uyumunu ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	65
2.23.3. Bağlılık İle İlgili Yapılmış Çalışmalar	67

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli.....	71
----------------------------	----

3.2. Çalışma Grubu.....	71
3.3. Veri Toplama Araçları.....	71
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu.....	71
3.3.2. Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği (REBÖ).....	72
3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE).....	73
3.3.4. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ.....	74
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi	75
3.4.1. Verilerin Toplanması	75
3.4.2. Verilerin Analizi	76

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1.Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular	77
4.2.Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Bulgular	80
4.3.Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Çift Doyumu Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Bulgular	81
4.4.Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Bulgular	82
4.5.Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Bulgular	83

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

5. 1. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	85
5.2. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumunu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu, Yordamasının İncelenmesi	90

5. 3. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çift Doyumu Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi	93
5.4. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi.....	95
5.5. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi	97

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar.....	100
6.2. Öneriler.....	102
KAYNAKÇA.....	104

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo-1: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	77
Tablo-2: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	80
Tablo-3: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çift Doyumu Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	81
Tablo-4: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	82
Tablo-5: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	83

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Amacı

Satir (1988), aileyi dünyanın mikrokozmu (küçük evren) olarak tanımlar. Aileyi nasıl iyileştireceğimi bilirimsem, dünyayı nasıl iyileştirebileceğimi bilirim.” demiştir. Aile, evrenin milyonlarca kez küçültülmüş bir maketi gibidir. Bütün dünyanın problemlerini, sorunlarını irdelemek için, aileyi incelemek bize büyük ölçüde fikir verir. Aile sisteminin değişmesi de dünyanın değişmesine katkıda bulunur (Aktaran: Kesici, Köklü-Bayrakçı, Mert ve Kiper, 2013, s. 87).

Toplumun temel taşlarından biri olarak nitelendirilen ailenin oluşumunda evliliğin önemi büyüktür (Çelik, 2006; Çelenoğlu, 2011). Evlenme davranışı, insanoğlunun en temel davranışlarından biridir (Çilli, Kaya, Bodur, Özkan ve Kucur, 2004). "Evlilik" kavramı, "aile" kavramına göre daha belirgin bir kavramdır. "Aile" bir grup veya örgüt, "evlilik" ise, karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları bir "sözleşme"dir. Evlilik, kurumlaşmış bir yol, bir ilişkiler sistemi, bir kadınla bir erkeği, "karı-koca" olarak birbirine bağlayan doğacak çocuklara belli bir statü sağlayan toplumsal yönden "devletin" kontrol, hak ve yetkisi bulunan yasal bir ilişki biçimidir (Özgüven, 2014, s.19). Fidanoğlu (2006) evliliği “birbirinden farklı ilgi istek ve ihtiyaçlara sahip iki insanın birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla kurdukları ilişkiler sistemi” olarak tanımlamaktadır. Evlilikte eşlerin ve çocukların hak ve yükümlülükleri yasalarla olduğu kadar, toplumsal kurallar, gelenekler, inançlarla da belirlenmiştir (Özgüven, 2014, s.19).

Evlilik, kültürler arasında farklılıklar gösterebilir tüm toplumlarda geleneksel olarak oturmuş ve resmi olarak kabul edilmiş tek birliktelik şeklidir. Bir yaşam biçimi olarak, evlilik olgusuna, birbirinden çok farklı kültürlerde evrensel düzeyde rastlanması, evliliğin toplumda çeşitli işlevleri yerine getirmesinden kaynaklanmaktadır. Evlilik toplumları ayakta tutan en önemli güçlerden biridir. Evliliğin doğasını anlayabilmek için onun cinsel yaşamın sağlıklı olarak düzenlenmesi, soy çizgisinin, cinsiyet rollerinin ve iş bölümünün belirlenmesi, ekonomik üretim ve tüketim etkinliklerinin düzenlenmesi gibi

temel işlevlerini anlayabilmek gerekir (Tarhan, 2008, s. 13; Özgüven, 2014, s. 19).

Evlilikte eşler, "sosyal" gereksinim olarak, birlikte güven içinde olma, korunma, dayanışma içinde olduklarını hissetme, geleceğe güvenle bakabilme, toplumda bir yer edinebilme, birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme gibi "bireylerin destek, korunma ve yaşam gereksinimlerini de doyurma" olanağı bulurlar. Yalnız olmadıklarını bilmek, yaşama dört elle sarılabilmek, "ortak amaca yönelmek" gibi gereksinimler de evlilikte doyurulan sosyal gereksinimlerdenidir. Evlilikte birçok "psikolojik" gereksinimler de doyurulmaktadır. Kadın ve erkeğin her ikisi de sevilme, beğenilmek isterler. İnsan için en önemli gereksinimlerden biri olan "sevgi" özellikle evlilik ilişkileri içinde doyuma ulaşmakta, taraflar kendilerini eşlerine adamakta, acı ve tatlı yaşantılarını paylaşabilmekte ve birlikte olma hazzı duymaktadırlar (Özgüven, 2014, s. 20).

Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de boşanma oranları ve evlilik sorunları nedeniyle psikolojik yardım talebinde bulunan kişi sayısının artmasıyla birlikte, birçok araştırmacı evlilik ilişkisinin çeşitli boyutlarıyla ilgili çalışmalar yürütmektedir. Bu alandaki çalışmalar 1930'lu yıllarda başlamış ve evlilik ilişkisinin doğasını anlamak üzere pek çok çalışma yürütülmüştür (Açık, 2008). Evlilik; psikolojide hem klinik psikoloji hem de sosyal psikolojiye konu olmakla kalmamış sosyoloji, antropoloji, tıp, felsefe, edebiyat, hukuk gibi hayatın birçok alanında yıllarca ilgi gören bir konu olmuştur (Açık, 2008). Psikolojideki evlilikle ilgili çalışmalar, sosyoloji alanındaki çalışmalardan çok daha sonra gelmektedir. 1938'te Terman vd., psikolojideki evlilikle ilgili ilk çalışmayı yayınlamışlardır (Gottman, 1998; Gottman ve Notarius, 2002).

Çiftlerin ve aile üyelerinin birbirlerine nasıl bağlandıklarına ve bunun onların bağlanma geçmişini nasıl etkilediğine odaklanan bir kuram vardır ki bu kuramı 1940'larda ve 1950'lerin başlarında, İngiliz psikoanalist John Bowlby "bağlanma teorisi" olarak adlandırmıştır. Bowlby bu teoriyi birtakım içgörüler, ilişki teorisinin bir araya getirilmiş amaçları, Darwin sonrası etnoloji, modern gelişimsel bilişsel teori ve topluluk psikiyatrisiden yararlanarak geliştirmiştir (Mikulincer ve Shaver, 2007).

Bağlanma teorisinin temel varsayımına göre insan yavrusu ancak bir yetişkinin bakım ve koruma sağlaması ile hayatta kalabilir. Bu nedenle bebekler kendilerine bakım sağlayan kişiyle yakınlıklarını devam ettirmek için fonksiyonel davranışlar geliştirirler. Yetişkin bakımı tamamlayıcı bir davranışsal sistem tarafından düzenlenir. Bebek güldüğünde ebeveyn bu gülüşü faydalı olarak görür, bebek ağladığında ise onu sakinleştirmeye çalışırlar. Ebeveyn uzaklaştığında bebekler görsel ve fiziksel olarak takip ederler. Bu iki sistem bebeğin hayatta kalmasını teşvik edecek ilişkileri yaratmaya yardım eder (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma teorilerinin başlangıcından beri erken çocukluk dönemi bağlanmalarının hayatımıza nasıl etki ettiği konusunu açıklayan geniş bir araştırma literatürü vardır (Ainsworth, Blehar, Waters, Wall, 1978; Mikulincer ve Shaver, 2007; Wallin, 2007). Ebeveyn ve bakıcıları perspektifinden, gelişmekte olan çocuğun bağlanması konusunda çok şey yazılmasına rağmen, yetişkin klinik bozuklukları ile ilgili riskleri anlamak için, çocukluğa kadar giden tarihsel ilişki zorluklarını ve devam etmekte olan yetişkin deneyimlerini birleştiren kuşaklararası bir yaklaşım ve bir ömrü kullanan yetişkin bağlanma tarzına odaklanma işlemi daha az sistematik olmuştur. Çocukluğu bağımsız bir katkı unsuru olarak gören ve Kaygılı, Kaçınan, Dağınık ve Güvenli tarzlarla ilgili devam etmekte olan yakın ilişkiler bağlamına yakından bakan, yetişkin ilişkilerini sosyal bir perspektif ile inceleyen nispeten az bütünlük çalışması vardır (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 1-2).

Bazı temel benzerliklere karşın, yetişkin bağlanması önemli açılardan bebek bağlanmasından farklılıklar gösterir. Çocukluk bağlanmaları tamamlayıcıdır. Bir bağlanma kişisi bakım verir, bakım almaz; bir bebek ya da çocuk güvenlik arar, güvenlik sağlamaz. Tersine, yetişkin bağlanma ilişkileri, en yaygın biçimleri ile karşılıklıdır. Her ortak aynı zamanda hem bakım verici ve hem de bakım alıcıdır. Dahası, bağlanma ilişkisi dışsal, gözlenebilir etkileşimler düzeyinden içsel olarak temsil edilen inanç ve beklentilere doğru ilerlerler. Diğer bir farklılık da bir çocuğun asıl bağlanma kişisi genellikle anne ya da baba iken, bir yetişkinin bağlanma kişisi bir akran, genellikle de bir cinsel ortaktır. Böylece yetişkin bağlanma ilişkileri üç davranışsal sistemin bütünleştirilmesini gerektirir: bağlanma, bakım ve cinsel birleşme (Aktaran: Hazan ve Shaver, 1994).

Yakın ilişkilerde kadın ve erkeğin uyumu sorunu insanın doğası kadar eskidir. Ancak, geçmişte, evdeki uyumsuzluk sadece iki ilgili kişi ile sınırlı tamamen özel bir mesele olarak görülüyordu. Evlilikteki uyumsuzluğun sadece evliliğin bitirilmesi için bir sebep değil, fakat ayrıca sosyal bir problem ve bu yüzden de kamusal bir konu olarak kabulü ise yeni bir olgudur (Burgess ve Cottrell, 1939, s. 1).

“Evlilikte uyum,” koca ve karısı arasında devam etmekte olan ilişkinin süregiden gelişimine gönderme yapacak şekilde kullanılabilir ve onlar arasındaki sürekliliğe dayanır (Lively, 1969). Aynı zamanda evlilik, açığa vuruların diğer birçok ilişkiden çok daha fazla olmasının beklendiği bir ilişkidir. Evlilik töreni esnasında, eşlerden birbirlerini sevmeye ve ilişkiyi sürdürmeye söz vermeleri istenir, bu sadece bilgi değil hisler bağlamında da yüksek iletişim gerektiren bir iştir. Evlilikler yine de büyük farklılıklar gösterir, hem partnerlerin birbiri ile olan iletişimi açısından hem de iletişimin gerçekleştiği alanlar açısından (Levinger ve Senn, 1967).

Evlilik gibi çok boyutlu bir yapıyı incelerken üzerinde durulması gereken bir soru da şudur: çiftleri bir arada tutan dinamikler nelerdir? İşte bu noktada ilişkiyi uzun süre devam ettirme niyeti olarak tanımlanan romantik ilişkilerdeki bağlılığa odaklanmak gerekir (Johnson, 1973; Rusbult, 1980; Stanley ve Markman, 1992). Bağlılık yapısı bir ilişki içinde kalma niyeti, bir partnere psikolojik olarak bağlanma ve partnerliğe yönelik uzun vadeli bir yönelim olarak kendini göstermektedir (Arriaga ve Agnew, 2001).

Bağlılığın temel özelliği gelecekte birlikte olma niyetine-ilişkiyi uzun dönemli düşünme anlayışına sahip olmaktır. İlişkiye uzun dönemli bağlı olma bireyin ilişkideki davranışları üzerinde güçlü bir etkiye sahiptir. Evlilik gibi ilişkiyi uzun dönemli düşünmenin en önemli faydası ilişkinin şimdi ve burada olan şeylerin değerlendirilmesi temeline dayanmasından ziyade zaman periyoduna yayılarak değerlendirilmesidir (Stanley, Kline ve Markman, 2005; Stanley, Rhoades ve Whitton, 2010).

Bağlılık, ilişki içindeki günlük davranışları doğrudan etkileyen ve doyum, alternatifler ve yatırımların davranış üzerindeki etkilerini düzenleyen bir psikolojik durumdur. Rusbult (1983), ve diğer birçok kişi (örneğin, Agnew, Van Lange, Rusbult ve Langston, 1998; Johnson, 1991; Johnson, Caughlin ve Huston, 1999;

Stanley, Whitton, Sadberry, Clements ve Markman, 2006) birçok bağıllık süreci, yani bağıllığın ilişkilerin dayanıklı olmasını sağlayan düşünce, his ve eylemler tanımlamıştır. İlişkinin sürdürülmesi, ilişki lehine çalışarak kişiler arası ilişkilere yanıt vermenin bir sonucudur. Geçmiş araştırmalar, sadık insanların ilişkilerini korumak için kullandıkları birtakım ilişki sürdürme mekanizmaları tanımlamıştır. Sadık insanlar, ilişkilerinin devamlılığını destekleyecek eylemlere yatkındır. Bu kişilerin bu kuvvetli bağıllığı, özellikle zorlu durumlar karşısında ilişkileri için en iyi olanı yaptıklarında görünür hale gelir. Bu ilişki sürdürme fenomenleri illa yüksek doyumdan olmasa bile güçlü bağıllıktan kaynaklanmaktadır. Bağıllığı güçlü olan kişiler olayların ilişkilerini nasıl etkileyeceği konusunda daha az sadık olan kişilere göre farklı fikirlere sahiptir ve bu fikirler ilişkilerin refahı üzerinde bir değişiklik yaratmaktadır. Ayrıca, sadık insanlar kendilerini, daha az sadık insanlara nazaran daha ilişkiyel bir bağlamda görürler, yani çoğul zamirleri daha sık kullanırlar (Agnew vd., 1998).

Thibaut ve Kelley, (1959)' ye göre bağıllık yalnızca iki bireyin kişisel özelliklerine değil aynı zamanda iki partner arasındaki bağıllığı geliştirmeye ve sürdürmeye meyilli olma varsayımından yola çıkar. Partnerlerin ilişkiden memnuniyet düzeyleri ve ilişkideki alternatiflerin niteliği ile ilgili algıları ilişkideki bağıllığın seviyesini belirler (Aktaran: Stanley vd., 2010). Stanley ve Markman (1992) geniş ölçüde bağıllıktaki “istemek” ve “sahip olmak” nın psikolojik yönlerine odaklanmışlardır: bunlar sırasıyla adanma ve sınırlılıktır. Özellikle evlilik gibi romantik ilişkilerde çoğu insanın deneyimlediği bağıllığın bu temel itme ve çekme durumunu vurgulamışlardır.

Bağıllık yapısı iki bireyin bir çift olarak nasıl bir kimlik geliştirdiklerini de açıklar. Bir partner diğer partnerde kendi kimliğini kaybetmemelidir buna rağmen çiftler “bizlik” düzeyi ya da çift kimliği geliştirebilirler. Beraber olmaya niyet etme, bir geleceğe sahip olma, bir çift olarak bir kimliği paylaşmak ve adanma durumu “bizim geleceğimiz” anlayışına sahip olduğunu düşündürebilir (Stanley vd., 2010).

Biz olarak çıkılan evlilik yolunda çiftlerin evlilikteki bağıllıkları ve bağlanma stillerinin, evlilik uyumunu yordayıp yordamadığını tespit etmek bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır. Bu tespiti ulaştırmak için aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

Araştırmanın alt amaçları aşağıda verilmiştir:

Alt Amaçlar

1. Evli bireylerin, evlilikte bağlılıkları (sosyal baskı, finansal alternatifler, sonlandırma süreçleri, partnerinin iyiliğini düşünme, yeni partner bulma, maddi yatırım ve adanmışlık) ve bağlanma stilleri (kaygı ve kaçınma) ile evlilik uyumu (çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık) arasında ilişki var mıdır?

2. Evli bireylerin evlilikte bağlılıkları ve bağlanma stilleri, evlilik uyumu ölçeğinin alt boyutlarından olan çiftler arasındaki fikir birliğini yordamakta mıdır?

3. Evli bireylerin evlilikte bağlılıkları ve bağlanma stilleri, evlilik uyumu ölçeğinin alt boyutlarından olan çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesini yordamakta mıdır?

4. Evli bireylerin evlilikte bağlılıkları ve bağlanma stilleri, evlilik uyumu ölçeğinin alt boyutlarından olan çiftler arasındaki doyumu yordamakta mıdır?

5. Evli bireylerin evlilikte bağlılıkları ve bağlanma stilleri, evlilik uyumu ölçeğinin alt boyutlarından olan çiftler arasındaki bağlılığı yordamakta mıdır?

1.2. Önem

Dünyadaki ailelerde birçok değişimler gerçekleşmektedir. Bazı gözlemciler, bu değişimlerin yıkıcı olduğunu düşünürken, diğerleri ise onların yeni fırsatlara ve anlayışlara götürdüğünü düşünmektedir. Uluslar arası aile çalışmalarında incelenen konular arasında partner seçimi, boşanma gibi evrensel veya dünya çapındaki değişiklikler vardır (Adams, 2004).

Evli çiftler niçin boşanmaktadır? Birçok insan, bu kararın altında tipik olarak ilişkinin gidişatında bir bozulma yattığını düşünmektedir. Bu senaryoya göre, çiftler anlaşmazlığa düşer ve sık sık kavga ederler, partnerler duygusal olarak birbirinden gittikçe daha fazla koparlar ve her bir partnerin evlilikteki mutluluğu azalır. Sonunda, partnerlerden biri veya her ikisi de evliliğin kurtarılamayacak bir noktaya kadar

aşındığına karar verirler. Sonuç olarak, partnerlerden birisi, genellikle diğerinin de rızası ile evliliğin bitmesi için dava açar (Amato ve Hohmann-Marriot, 2007).

Bir birlikteliği sonlandırmanın görünür sebepleri olduğu gibi bir de sonlandırmaya götüren altta yatan sebepler mevcuttur. Çiftleri bir arada tutan unsurlar zarar gördüğünde bu ilişkiyi bitirmeyi kaçınılmaz kılar. Diğer taraftan zor zamanlarda birlikteliği devam ettirmeyi sağlayan sebeplerde vardır. Örneğin, Robinson ve Blanton (1993)'un yaptıkları bir çalışmada en az otuz yıldır evli olan onbeş çiftten, yakınlık ve ilişkide sıkıntılar olduğu dönemlerde ilişkiyi sürdüren özelliklerle ilgili algılarını belirtmeleri istenmiş; yapılan analizler sonunda özerklik, bağlılık, iletişim, yakınlık ve ilişki ile ilgili uygun algılar gibi unsurlar tespit edilmiştir. Bir ilişkiye bağlılık; ilişki için fedakarlıkta bulunma isteği, partnerler arasında güçlü algısal karşılıklı bağımlılık ve kişinin partnerine duyduğu yüksek güven gibi birtakım unsurlar ile bağlantılıdır (Agnew ve Dove, 2011). Birçok kişi, romantik ilişkilerde bağlılığın farklı açılarının incelenmesinin önemli olduğunu söylemektedir ama bu konuda çok az araştırma yapılmıştır (Rhoades, Stanley ve Markman, 2010).

Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri ile ilgili araştırmalara rastlanılmakla birlikte (Banse, 2004; Cobb, Davila ve Bradbury, 2001; Fuenfhausen ve Cashwell, 2013; Jones, Welton, Oliver ve Thoburn, 2011; Ng, Loy, MohdZain ve Cheong, 2013), evlilikte bağlılık, bağlanma stillerinin evlilik uyumunu yordaması ile ilgili değişkenlerin yer aldığı çalışmaya ülkemizde rastlanılmamıştır. Bunun nedeni de, Owen, Rhoades, Stanley ve Markman (2011) tarafından, Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeğinin Türk toplumunda, uyarlama çalışmasının (Girgin-Büyükbayraktar, Özteke ve Kesici, 2015) haricinde uygulanmamasıdır. Bu çalışma bağlılık ve evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin ifşası açısından önemlidir.

Evlilik, birbirlerine çeşitli nedenlerle bağlı olan bireylerin inşa etmiş olduğu bir yapıdır. Bu yapının sürdürülmesi yani sonlanmaması için evlilikteki bağlılık yapısının fonksiyonel olması gerekmektedir. Bu fonksiyonelliği sağlamak içinde çiftlerin ilişkilerine güven duyması yani ilişkilerinde kaygı yaşamamaları veya sorundan kaçarak ilişkidен uzaklaşmamaları gerekmektedir. Yani kaygılı veya kaçınan bağlanma stilleri yerine güvenli bağlanmayı tercih etmelidirler. Kısacası,

evlilikteki bağlılık ve güvenli bağlanma sağlandığı zaman çiftlerin uyumu yükselir ve birliktelikleri mutlu hale gelir. Evli bireylerin evlilik uyumunun artırılmasında bağlılık ve bağlanma stillerinin önemli olacağı düşünüldüğü ve evlilik uyumunu yordayan bağlılık ve bağlanma stillerinin evlilik uyumundaki yordama miktarı bu araştırmanın yapılmasının diğer amacıdır. Bu amaca ulaşıldığı zaman toplumda artan boşanmaların, aile içi şiddetin, aile içindeki iletişimsizliğin belki de bir nebze önüne geçilmiş olacaktır.

Evlilikte kurulan fonksiyonel ilişkiler ve evlilik mitlerinden uzaklaşma sayesinde hem güvenli bağlanma hemde bağlılık duygusu gelişir ve bu gelişen niteliklerin evlilik uyumuna katkı sağlayacağı düşünüldüğü için bu araştırmanın bulgularının literatüre katkıları olacaktır.

Ayrıca aile danışmasında çiftlerle çalışırken henüz danışma yapmaya başlamadan önce evliliği oluşturan örüntüler ve bitişe sürükleyen sebepler doğru bir şekilde analiz edilebilirse daha başarılı sonuçlar elde edilecektir. Bu anlamda çiftlerin ilişkilerini analiz etmeleri açısından ve profesyonellere gerek başlangıçta gerekse bir yol haritası çizerken yardımcı olması açısından bu çalışma büyük önem taşımaktadır.

Evlilik çeşitli dinamikleri içinde barındıran bir yapıdır. Bu yapının doğru analizi için doğru ölçme aracının kullanılması gerekir. İşte bu çalışmanın bir diğer katkısı uyarlanan ölçekle doğru bir tespit yapılması ve bu doğrultuda ailelerin yönlendirilmesini uygun şekilde yapabilmektir.

1.3. Varsayımlar

1.Katılımcıların çalışmada uygulanan ölçekleri içtenlikle cevaplandırmıştır.

1.4. Tanımlar

Çiftler arasındaki fikir birliği: Evlilik ilişkisi içinde önemli konularda anlaşma düzeyi ile ilgilidir (Fışıloğlu ve Demir, 2000).

Çiftler arasındaki doyum: Duygu ve iletişim ile ilgili olumlu ve olumsuz özellikleri değerlendirme ile ilgilidir (Fışıloğlu ve Demir, 2000).

Çiftler arasındaki bağlılık: Birlikte geçirilen zamanda beraber yapılan davranışlar, fikir alışverişleri ve sakin bir şekilde tartışma ile ilgilidir (Fıfıloğlu ve Demir, 2000).

Çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi: Sevgi gösterme şekillerinde anlaşma ve sevgi gösterme davranışları ile ilgili bir boyuttur (Fıfıloğlu ve Demir, 2000).

Adanmışlık: İlişkinin önceliği, çift olarak bir kimlik oluşturabilme, kişinin partnerine karşı gösterdiği özveriden memnuniyet duyması ve içinde bulunduğu ilişkiyi sürdürmeye niyetli olma ile ilgilidir (Owen vd., 2011).

Maddi yatırımlar: İlişkiye yatırılan somut yatırımları (örneğin, para gibi,mülk edinme gibi) değerlendirir (Owen vd., 2011).

Sosyal baskı: Çiftin ilişkiyi devam ettirmesi için aile ve arkadaşların yaptıkları baskılarla ilgilidir (Owen vd., 2011).

Sonlandırma süreçleri: ilişkiyi sona erdirmenin ne kadar zor olduğu ile ilgili algıyı değerlendirir (Owen vd., 2011).

Partnerin iyiliğini düşünme: İlişkinin sonlanması durumunda bunun partnerin iyiliği üzerindeki etkisi hakkındaki inançlar ile ilgilidir (Owen vd., 2011).

Finansal alternatifler: Eğer ilişki sona ererse kişinin finansal durumundaki değişimin derecesini tanımlar (örneğin; daha küçük bir evde oturmak zorunda olma ya da daha az bir para ile idare etme gibi hayat standardındaki düşüşler.) (Owen vd., 2011).

Yeni partner bulabilme: Eğer şu anki ilişki sona ererse başka bir uygun partnerle çıkma ihtimalini ve bu konuda kişinin kendisine olan güvenini tanımlar (Owen vd., 2011).

Kaygı: Onaylanmama kaygısı, ayrılık kaygısı ve başkalarını memnun etme ile ilişkilidir. Bağlanmaya ilişkin kaygısı yüksek kişiler bağlanma figürü ile olan psikolojik mesafeyi en aza indirme eğilimindedirler (Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005).

Kaçınma: Kaçınan kişiler, bağlanma sistemini düşük etkinleştirme sonucunda, kendi kendine yetmeye aşırı şekilde odaklanmaktadırlar ve yalnızlıktan hoşlanırlar (Selçuk vd., 2005).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bebeklik Döneminde Bağlanma

Başarılı bir ebeveyn olmak çok çalışmak anlamına gelir. Bir bebeğe bakmak yedi gün 24 saattir ve oldukça kaygı vericidir. Çocuk büyüse bile hala fazlaca zaman ve dikkat gerektirir. Bir çocuğa zaman harcamak ve ilgi göstermek diğer aktivite ve zevkleri feda etmek anlamına gelir. Sağlıklı mutlu ve kendine güvenen ergenler ve genç yetişkinler ebeveynleri kendilerine ilgi gösteren ve zaman harcayan evlerde yetişmektedirler (Bowlby, 1988).

Çocuğun annesine olan bağına doğası incelendiğinde alışlagelmiş bir şekilde bağımlılıktan bahsedilir ve kısmen yaşamın ilk aylarında gelişen sıradan çevresel beklentiler önceden programlanmış davranış kalıpları olarak bebeğin anne figürüne daha az ya da daha çok yakın durmasına etki eder (Bowlby, 1982). İlk yılın sonunda davranışlar organize olur. Bu şu anlama gelir; davranış belirli koşullar ortaya çıktığında aktif hale gelir ve belirli koşullar ortaya çıktığında ise durur. Örneğin, bir çocuğun bağlanma davranışı özellikle acı, yorgunluk, herhangi bir şeyden korkma durumunda aktif hale gelir ve anne ulaşılmazmış gibi görünür. Davranışı sonlandıran koşullar onun uyarısının yoğunluğuna göre çeşitlenir (Bowlby, 1988).

Bir çocuğun annesi ile yakın bir bağ geliştirmesinin sebebinin annenin çocuğu beslemesi olduğu sanılır. Bu noktada birincil ve ikincil ihtiyaçlar devreye girer. Yiyecek birincil ihtiyaç olarak düşünülür, kişisel ilişkiler ise ikincil ihtiyaç. Bu teori gerçekte pek uyumuyormuş gibi görünüyordu. Çocukların annelerine bağlanmaları ile ilgili alternatif bir teori ise Lorenz' in kaz ve ördek yavruları ile ilgili teorisidir. Bazı hayvan türleri anne figürüne karşı yiyeceğin arabulucu rolü olmaksızın güçlü bir bağ geliştirirler: Bu yeni doğmuş kuşlar ebeveynleri tarafından beslenmezler kendileri böcek avlayarak beslenirler (Bowlby, 1988).

Erken çocukluk esnasında, birincil bir bakıcıya karşı düzgün işleyen bir bağlılık (güvenli) toplumda norm olsa da hiç bir şekilde gerçekleşmesi garanti bir olgu değildir. Ainsworth ve diğerlerinin (1978) yaptığı araştırmalara göre, bir bebeğin yaşamının ilk yılı esnasında, annenin onun verdiği sinyallere ve ihtiyaçlarına karşı sergilediği

duyarlılık ve cevap vermesi önemli ön şartlardandır. Bebeğinin çığlıklarına cevap vermede yavaş veya tutarsız olan veya bebeğinin arzu edilen davranışlarına müdahale eden (bazen belli bir anda bebeğe sevgi gösterisinde bulunan) anneler, her zamankinden daha fazla ağlayan, (anne varken bile) her zamankinden daha az araştıran, bağlanma davranışlarını belirgin öfke ifadeleri ile karıştıran ve genellikle endişeli görünen bebekler yetiştirir. Bunun yerine, eğer anne bebeğinin bedensel temas kurma teşebbüslerini sürekli reddederse, bebek ondan sakınmayı öğrenir (Hazan ve Shaver, 1987).

Annenin bebeğine karşı duygu ve davranışlarının onun kişisel deneyimlerine derin bir şekilde etki ettiğine dair klinik kanıtlar vardır (Bowlby, 1988). Bir davranış sistemi bu davranışlar morfolojik olarak birbirlerine benzemeselerde (örneğin; ağlama, gülme, izleme) aynı fonksiyondaki davranışları içerir. Bağlanma sistemi bazı yönlerden fizyolojik sistemle benzerdir; vücut sıcaklığı, kan basıncı gibi. Yakınlığı korumakla ilgili herhangi bir gerçek ya da algılanan engel kaygı ile sonuçlanır, bu da yakınlığı yeniden kurmak için tasarlanmış bağlanma davranışına etki eder. Yakınlığın derecesi içsel ve dışsal faktörlerin çeşitliliği ile ilgili çocuğun yaşı, duygusal ve fiziksel durumu, algılanan çevresel tehditleri içeren tehlike durumunda kaygının devam etmesini gerektirir. Yakınlığın kurulması ve devam ettirilmesi, sevgi ve güven duygularını doğurur, hâlbuki ilişkideki aksamalar tipik olarak kaygı ve bazen öfke veya üzüntüye (özellikle değerlendirmelere bağlı olarak) sebep olur. Bu yüzden Bowlby bağlanmanın duygusal bir bağ olduğunu idda etmiştir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bebeğin annesi ile olan ilişkisini anlatmak için üç terim yaygın olarak kullanılır: "nesne ilişkileri," "bağımlılık," ve "bağlanma". Yan anlamları açısından bazen örtüşse de, bunlar eş anlamlı terimler değildir. Her biri, az ya da çok, erken dönem kişilerarası ilişkilerin kökeni ve gelişimi konusundaki farklı teorik bir formülasyon ile bağlantılıdır (Ainsworth, 1969).

2.1.1. Nesne İlişkileri

20. yüzyılın ortalarında Freud'un kişilik kuramını genişleten psikologlara, nesne ilişkileri kuramcıları adı verilir. Bu psikologların önde gelenleri arasında Melanie Klein, Donald Winnicot, Margaret Mahler ve Heinz Kohut sayılabilir. Bu kuramcılar, nesne ilişkileri kuramının farklı yorumlarını sunmuş olsalar da, bakış açılarının benzer olduğu

temel ilkeler vardır (Burger, 2006).

Nesne ilişkileri kavramı psikoanalizdeki içgüdü teorisinden kaynaklanır. Bir içgüdü'nün "nesnesi", içgüdüsel amacın gerçekleştirildiği kişidir ve bu kişinin (agent) genellikle başka bir kişi olduğu düşünülür. Genel kabul gören anlayışa göre, bebeğin ilk nesnesi annesidir. Nesne ilişkilerinin kökeni yaşamın ilk yılına dayanır ve hepsi olmasa da psikoanalizcilerin çoğu bebeğin annesi ile olan erken dönem ilişkilerinin tabiatının esas olarak oral olduğunu düşünmektedir. Ancak, temel teorik bölünme, başlangıçtan itibaren en az iki tane prototipik nesne ilişkisi olduğunu iddia edenlerle, “gerçek” nesne ilişkilerinin, bebeğin başlangıçtaki annesi ile olan bağımlılık ilişkisinden doğduğunu ve onun yerini aldığını iddia edenler arasındadır (Ainsworth, 1969).

Nesne-ilişkileri teorisinde, anne sadece bir nesne değildir. Anne, bebeği besleyerek ve onu severek, çocuğu aile grubuna sunarak ve ilişkilerini destekleyerek ve çocuğun kendi kendisini düzenlemesine yardımcı olarak onun hayatta kalmasında hayati bir rol oynar. O, çocuğun varlığına anlam katar ve çocuk da aynı şeyi onun için yapar. Baba, erkek ve kız kardeşler ve daha geniş aile çevresi de dahil, önemli bir karşılıklı aile ilişkileri örüntüsü, bebeğin büyümesini, gelişimini, karakter yapısını ve ilişki kurma kapasitesini etkiler. Doğumda, ilk nefeslerini aldıklarında ve rahimde otomatik olarak gerçekleşen beslenme süreçlerinden ayrılınca şoka girerler. Bebeğin, besin araması, gıda ve güvenlik sağlayan kişiyi öğrenmesi gerekir. Bebek, annelik yapan kişiyi meşgul edecek becerilerle doğar. Bu beceriler, aşağıdaki sabit eylem kalıplarını içerir (1) göğsü bulmak için aranma; (2) bebeğin, uygun uyarılma ve bağlanma seviyelerini sağlamak için başlattığı ve durdurduğu uzun uzun bakma ve mırıldanma yolu ile anne ile iletişime girmek; (3) (hareket etmek kabiliyeti kazanır kazanmaz) kavramak, uzanmak, tutmak ve takip etmek, ki bunların hepsi koruyan ve güven sağlayan kişiye yakın olmayı sağlar; (4) sıkıntısını iletme ve rahatlama getiren bir cevap alabilmek için ağlamak; (5) ve aile bağları oluşturmak için gülümsemek (Bowlby, 1980).

2.1.2. Bağımlılık

Bağımlılık terimi bazı psikoanalizciler tarafından, bebeğin nesne öncesi ilişkilerini anlatmak için kullanılsa da, bu terim özellikle toplumsal öğrenme teorileri ile ilişkilidir. Bu teoriler, kişilerarası ilişkilerin kökeninin bebeğin anneye olan bağımlılığında yattığını düşünen psikoanalitik görüşü izlerler ("Bağımlılık" ve "bağlılık" birbirinin yerine kullanılabilse de, "bağımlılık" kavramı, bilimsel ve profesyonel yazımda teknik bir terim olarak tercih edilmektedir.). Başlangıçta, bağımlılık öğrenilmiş bir dürtü olarak, onun birincil dürtülerin azaltılması ile ilişkisi yoluyla edinilmiş bir güdü şeklinde tanımlanmıştır. Bağımlılık, muhtemelen farklı öğrenme geçmişlerini yansıtan bireysel farklılıklar olan, genel bir kişilik özelliği olabilir. Veya daha yenilerde, bağımlılık, öğrenme teorisyenleri tarafından, bebeğin annesi ile bağımlılık ilişkisi bağlamında öğrenilen, ve annenin ona bakması ve onunla etkileşimi esnasında pekişen bir davranış sınıfı olarak görülmüştür. Her halükarda, ilk bağımlılık ilişkisi, anne veya anne vekili ile olan spesifik bir ilişki olsa da, bağımlılığın sonraki başka kişilerarası ilişkilere genelleştirilebileceği, ve etkileri açısından genelde spesifik olmadığı düşünülmektedir (Ainsworth, 1969).

Bağımlılık, bir çaresizlik durumunu çağrıştırmaktadır. Bağımlı olarak tanımlanan bir davranış, sadece diğer kişilerle temas ve yakınlık arayışını değil fakat aynı zamanda yardım, ilgi ve onay arayışını da ima etmektedir; aranan ve elde edilen şey önemlidir, kimden alındığı değil. Psikoanalitik bağlamdaki bağımlılık ayrıca spesifik olmayan etkilere de sahiptir, ancak bir kez elde edilen nesne ilişkilerinin keskin bir biçimde spesifik olduğu düşünülür. Bağımlılık olgunlaşmamayı ima eder ve gerçekten de terim "bağımsızlığın" zıddıdır. Küçük çocukta normal olsa da, bağımlılığın zamanla yerini hatırı sayılır ölçüde bağımsızlığa bırakması gerekir. Fakat, spesifik kişilerle olan ilişkilerin, -ister "nesne ilişkileri", ister "bağlanma", ister de "bağımlılık ilişkileri" olarak adlandırılınsın- bağımsızlığın üzerine bina edildiği becerilerin gelişimi ile eşzamanlı olarak geliştiği gözlemlenebilir. Bazen, Freud'dan itibaren bazı psikoanalizci yazarlar spesifik aşk (sevgi) ilişkilerine gönderme yaparken bağlanma terimini kullanmışlardır. Ancak, onun hâlihazırda psikoloji literatüründeki kullanımı Bowlby (1982, 1988)'den kaynaklanır. Bir çocuğun annesine ona bağlılığının kökenleri ile ilgili yeni bir yaklaşım önerme sürecinde, etolojik ilkelere dayalı bir teori olarak, Bowlby, "bağımlılık" teriminin biriktirdiği

teorik çağrışımlardan bağımsız bir terim olarak, “bağımlılık” teriminin yerine geçecek bir terim aradı. Sonraları, “bağlanma” terimi bazı etologlar arasında kullanım görmeye başladı ve hayvan davranışlarını inceleyen psikologlardan yayılarak çağdaş öğrenme teorisi formülasyonlarına kadar girdi (Ainsworth, 1969).

Bağımlılığı edinilmiş bir dürtü olarak görenler, bebeğin annesi ile olan bağının, kendisinin temel ihtiyaçlarının giderilmesi, yani birincil dürtülerinin azaltılması için annesine duyduğu çaresiz bağımlılıktan kaynaklandığını düşünürler. Bebeğin, birincil dürtü durumunda iken sergilediği ağlama ve diğer karakteristik davranışları annesinin sevecen davranışları ile pekişir, yani güçlendirilir ve tekrarlaması daha muhtemel hale gelir. Bu arada, annenin yüzü ve varlığının salgıladığı uyarılar, gelecek doyumun işaretleri olurlar ve bu yolla bebek annesine yakın olma ve onun dikkatini çekme dürtüsü edinir. Bu dürtü, “bağımlılık dürtüsü” olarak adlandırılmıştır. Genel kabul gören anlayışa göre, bağımlılık dürtüsünün davranışsal ifadeleri, sadece fiziksel temas ve yakınlık kurma arayışını değil fakat ayrıca ilgi ve onay arayışını da içerir. Buna ilaveten, bağımlılık davranışı öğrenme yoluyla genelleşir ve böylece pekiştirme kaynağı olarak sadece anneye değil fakat ayrıca baba, öğretmenler, diğer yetişkinler, kardeşler ve diğer çocuklar da dâhil diğer insanlara da yönelir (Ainsworth, 1969).

2.1.3. Bağlanma

"Bağlanma" bir kişinin (veya hayvanın) bir başka spesifik bireye karşı olan duygusal bağına gönderme yapar. Bu yüzden, bağlanma ayrımcı ve spesifiktir. "Nesne ilişkileri" gibi, bağlanmalar da her yaşta gerçekleşebilir ve ille de olgunlaşmama veya çaresizlik ima etmez. İlk bağ muhtemelen anne ile oluşturulur ama bu yerini kısa sürede bir grup başka spesifik kişiye olan bağlılığa bırakır. İster bir anneye ister de başka bir kişiye karşı bir kez oluşunca, bağlanma kalıcı olma eğilimindedir. "Bağlanma " herhangi bir geçici ilişkiye veya sadece durumsal bir bağımlılık işine uygulanabilecek bir terim değildir. Bağımlılık ilişkileri, durumun gerekliliklerine göre değişkenlik gösterir. Bağlanmalar mekân ve zamandaki boşlukları birleştirir. Bağlanma davranışı, durumsal faktörlere bağlı olarak artabilir veya azalabilir ama bağlanmaların kendileri, olumsuz şartların etkisi altında bile, kalıcıdır (Ainsworth, 1969; Burger, 2006).

2.2. Bağlanma Davranışı ve Gelişimi

Bağlanma kuramını geliştirirken, Bowlby (1982) bir davranış sistemi olarak bağlanma davranışına çok önem verdi ve ayrıca bebeklik ve erken çocuklukta o sisteme hizmet eden spesifik davranışları tartıştı. Buna karşılık, bu tür davranışlarla bir bağ olarak bağlanma arasındaki ilişkinin açıklanmasına nispeten daha az önem verdi. Ancak, diğer paradigmlar bağlamında konuyu inceleyen bazı okuyucular bir davranış sistemi kavramının organizasyonel etkilerini anlayamadılar ve bağlanma ve bağlanma davranışının aynı şey olduğu sonucuna vardılar. Bu tür çıkarsama, çeşitli kuramsal yanlış anlamalara yol açtı: örneğin, ayrılık stresi dâhil eğer bağlanma davranışı açık bir şekilde sergilenmezse, o bağlanma ortadan kaybolur; belli bir vakada, çocuğun bağlanma davranışını sergileyişindeki yoğunluk onun bağlanmasının gücünün bir göstergesi olarak görülebilir; veya bağlanma, bir çocuk ve annesi arasındaki etkileşimin riskleri dışında hiçbirşey barındırmaz (Ainsworth vd., 1978, s. 17-18).

Bowlby bağlanma davranışında dört ana evreyi ayırt etmektedir: Evre 1, figür (bağlanma figürü) ayrımı olmadan oryantasyon ve sinyaller; Evre 2, bir yada daha fazla ayrımsız figüre dönük oryantasyon ve sinyaller; Evre 3, işaretlerin yanı sıra hareket yoluyla ayırt edilmiş bir figüre yakınlığın sürdürülmesi; Evre 4, karşılıklı bir ilişkinin oluşumu. Diğer teorik yönelimler Evre 1 ve 2'ye ve onlar arasındaki geçişe odaklanmış iken, Bowlby'nin spesifik katkısı Evre 3 ve 4'dedir, özellikle de Evre 3'e dir. Gerçekten de, Bowlby Evre 3'e özgü bir davranışı düşünerek işe başlamaktadır (Ainsworth, 1969; Bowlby, 1980; Bowlby, 1982; Bowlby, 1988).

Bowlby'nin bağlanma kuramı, küçük bir çocuğun annesiyle yaşadığı önemli bir ayrılık ve sonra tekrar ona kavuşmaya verdiği tepkiyi açıklama çabaları sonucu ortaya çıkmıştır (Bowlby, 1982). Bu yüzden, açık bağlanma davranışı gösterilerinden veya devam etmekte olan anne-çocuk etkileşiminde gizli risklerden bağımsız olarak, çocukla annesi arasında bir kez oluşunca, ayrılığa rağmen devam eden bir bağın var olduğunu farzetmeyi zorunlu kılan olgulardan bir kaçını gözden geçirmenin uygun olduğu ortaya çıkıyor. Öncelikle, ev ortamında gerçekleşen ve dakikalar (ve hatta saatler) süren ve çocuğun hakkında bir beklenti sistemi kurduğu kısa bir ayrılık ile günler, haftalar ve aylar süren ve çocuğun tanıdık olmayan bir ortamda tanıdık olmayan kişiler tarafından bakıldığı istem dışı bir ayrılık arasında ayırım yapmak gerekir. İşte bu ikinci tür ayrılıklar,

onları tanıdık bir ortamdaki kısa (günlük) ayrılıklardan ayırmak için, “büyük” veya “kesin” ayrılıklar diye adlandırılabilir (Ainsworth vd., 1978, s. 17-18).

Çocuğun büyük bir ayrılığa olan ilk tepkisi-ister ayrılma anında olsun isterse onun hızlı bir tekrar kavuşma yönündeki beklentileri karşılanmadığı zaman olsun- bağlanma davranışını büyük ölçüde yoğunlaştırmak, ayrılığı protesto etmek ve elindeki her türlü yöntemi kullanarak bağlanma figürü ile tekrar yakınlık veya temas kurmaya çalışmaktır. Bu protesto genellikle anlık değil daha uzun sürelidir ancak ne kadar süreceği ve ne kadar yoğun olacağı çeşitli koşullara bağlıdır. Ancak, ayrılık devam ettikçe, çocuğun bağlanma davranışı ya sessizleşir veya daha az sıklıkta sergilenir ve sonunda da tamamen sona erebilir. Eğer sadece onun dışta görünen davranışlarına bağlı olarak yorum yapılırsa, onun artık bağlı olmadığı söylenebilir; fakat, mevcut olmayan figüre karşı bağlanma davranışı olmamasına rağmen, bağın devam ettiği, bağlanma figürü ile tekrar birleşme gerçekleştiği zaman açık bir şekilde görülür. İster gecikmeli ister gecikmesiz olsun, bağlanma davranışı, ayrılma olayından önce çocukta karakteristik olandan çok daha yoğun bir şekilde gerçekleşir. Eğer bağlanma, bağlanma davranışı ile aynı olsaydı, ayrılığın önce bağı güçlendirdiği, sonra zayıflattığı ve son olarak da onu yok ettiği sonucu çıkarılabilirdi. Eğer bağın tamamen ortadan kalktığı iddia edilirse, o zaman, onun yeniden kavuşmadan sonra yeniden o kadar çabuk oluştuğunu açıklamak imkânsız olur. Bağlanma davranışının çeşitli yönlerine rağmen, bağı kalıcı olarak algılamak daha mantıklıdır (Ainsworth vd., 1978, s. 17-18).

Çocuğun bağlanma davranışlarının çoğu, bir kez ortaya çıktıktan sonra, anneye yakınlığı hedef olarak alan davranış sistemlerinin aracılığıyla gerçekleşir. İster annenin, ister çocuğun isterse de bir başkasının eylemleri sonucu olsun, konulan hedefin belirlediği mesafeden her türlü uzaklaşmanın, belirlenen mesafeye geri dönülene kadar, sistemleri aktive etmesi muhtemeldir. Bağlanmaya aracılık eden davranışlar üç sınıfa ayrılır: oryantasyon (yönelim) ile ilgili olanlar, sinyal verenler ve icracı olanlar (uygulayıcılar). Annenin nerede olduğu konusunda bilgilenmek için, çocuk ona doğru yönelir, görsel ve işitsel olarak onu izler. Annesini kendine doğru çekmek için, ağlama, gülümseme, sesler çıkarma veya çağırma yoluyla veya kollarını kaldırma gibi el kol hareketleri ile veya başka türde birçok davranış ile sinyaller (işaretler) verebilir (Ainsworth, 1969; Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Bebek hareketlenir hareketlenmez, annesine yaklaşarak veya onu izleyerek mesafeyi ayarlayabilir ve ona tırmanarak temas kurabilir, tutunarak veya sarılarak teması koruyabilir. Onun yakınlık arayan davranışları, kısa sürede hedef-düzeltilmiş bir temelde organize olabilir ve çok geçmeden de konulan hedefin sabit ama onu gerçekleştirmek için kullanılan tekniklerin esnek olduğu bir plana uygun hale gelir. Bağlanma davranışı çocuk için ne kadar önemli, annenin bakım davranışı da anne için ne kadar önemli olursa olsun, anne-bebek etkileşimi tabi ki kaçınılmaz bir sonuç olarak yakın fiziksel temas içermez. Öngörülebilir sonuç, konulan hedefe makul derecede yaklaşan sınırlar içerisinde yakınlığın sürdürülmesidir ve her durumda yakınlık arama davranışı ile yakınlığa zıt bir sonucu olan davranış arasında dinamik bir denge vardır (Ainsworth, 1969; Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Bağlanma davranışının çeşitliliği ve farklı durumlarda farklılaşan uyarılmasından dolayı, tek bir bağlanma ölçütü yoktur. Bowlby'e göre, bir çocuğun bağlanma davranışını değerlendirmek için beş ana davranış sınıfı dikkate alınmalıdır: (a) selamlama, yaklaşma, dokunma, kucaklama, çağırma, ulaşma ve gülümseme gibi etkileşim başlatan davranışlar; (b) annenin etkileşimsel girişimlerine cevap olarak gerçekleşen davranışlar (yukarıdaki davranışlar artı izleme); (c) takip etme, tutma (yapışma) ve ağlama gibi ayrılığı engellemeye dönük davranışlar; (d) anneye yönelik olduğu için arama amaçlı davranışlar ve (e) özellikle anneye yönelik olduğu için geri çekilme veya korku davranışı. Böylece, Bowlby, hem yerleşik hedefleri değiştiren arama şartları açısından hem de tahammül edilebilir sınırdaki yerleşik hedeflerdeki bireysel farklılıkları tespit etme açısından açıkça sınanabilir bir davranış modeli sunmaktadır (Ainsworth, 1969; Bowlby, 1980, 1982, 1988).

2.3. Bağlanmanın Kuramsal Arka Planı

Bowlby'nin kuramının kilit noktası, bağlanma davranışının, biyolojik temelleri olduğudur. Bowlby, insan türünün, çok çeşitli çevresel değişimlerle başa çıkmasını sağlayan büyük çaplı çevresel olarak değişken davranışa sahip bir tür olduğunu kabul eder. Ayrıca, diğer türlerle karşılaştırıldığında, daha az istikrarlı sabit-eylem örüntüleri, öğrenme konusunda daha fazla esneklik ve bebeklik döneminde daha uzun süreli bir çaresizlik periyodu vardır. Ancak, Bowlby, zorlu ve uzayan bebeklik dönemi savunmasızlıklarına rağmen insan türünün hayatta kalması için, insan

türünün bebeklerinin, ebeveyn bakımının sürdürülmesi yoluyla, olgunlaşmanın olmadığı uzun süre boyunca risklerin azaltılmasına hizmet eden bazı istikrarlı davranış sistemlerine sahip olduğunu varsaymıştır (Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Gerçekten de, bebeklerdeki bağlanma davranışı, karşılıklı ebeveyn bakım davranışı ile birlikte, türler arasındaki çevresel olarak en istikrarlı davranış sistemleri arasındadır. Çocuğun bağlanma davranışı, ister annesini kendisine doğru çeken sinyaller yoluyla olsun, ister kendi aktivitesi yoluyla olsun, “öngörülebilir bir sonuç” olan onun annesi ile yakınlaşması sonucunu doğurur. Her ne kadar çocuk ve anne arasında temas veya mesafe yokluğu bağlanma davranışı sistemini aktive eden şartlardan birisi olsa da, çevredeki uyaran durumu, aktivasyona katkıda bulunan karşılıklı etkileşim halindeki bir faktörler kümesini içerir (Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Bağlanma bir kez gerçekleşince, bütün anne-çocuk çiftlerinde veya her zaman kaçınılmaz bir sonuç olarak yakınlığın artması veya teması sürdürme ile sonuçlanmaz; ancak, bu sonuç, yeteri kadar çiftte ve yeterli sıklıkta gerçekleştiği için, “öngörülebilir”, normal veya muhtemel hale gelir. Bir davranış sisteminin öngörülebilir sonucu, onun “biyolojik işlevi” ile aynı şey değildir. Bütün bireysel öğrenme ve kültürel edinim katmanları altında, anneleri, karşılıklı olarak davranmaya iten bir eğilim vardır ve bu öyle bir eğilimdir ki az ya da çok her hangi bir annede öğrenme yoluyla keskinleşir veya körleşir (Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Anne ve bebek arasındaki teması sürdürmenin, bebeğin ayrıca besin alması şeklinde beklendiği bir sonucu olsa da, Bowlby'nin konumunun kilit noktası, beslenme doyumunun bebeğin anneye olan bağlanmasının temel dayanağını oluşturmadığıdır. Bowlby bağlanma davranışını içgüdüsel olarak niteler ama şöyle der: "İçgüdüsel davranış kalıtsal değildir: kalıtsal olan şey, gelişme potansiyelidir. İnsandan çok daha az değişken (düzensiz) olan türlerde bile, öğrenmenin sağladığı bir esneklik marjı vardır -örneğin, bağlanma davranışının yönlendirildiği nesneyi öğrenmede olduğu gibi. Öğrenme ayrıca, ortamdan (çevreden) alınan dönüt sonucunda spesifik bağlanma davranışlarının artması (pekiştirme) veya azalması (alışkanlık) ile de uyum içindedir (Bowlby, 1980, 1982, 1988).

Bowlby sadece vakti gelince bebeğin annesine bağlandığı bağlanma davranışlarının altında yatan genetik eğilimlerle ilgilenmez. Onun esas odak noktası, gelişmiş bağlanma davranışları ve onların örneğin, 2 yaşındaki bir çocuğun annesi ile etkileşimindeki karşılıklı annelik davranışları üzerinedir. Bunlarda, aynı zamanda “maksatlı” veya “hedefe yönelik” olarak tanımlansa da, “içgüdüsel”dir. Bu bizi, Bowlby’nin formülasyonundaki kontrol sistemleri teorisinin rolüne getirir. Kontrol sistemi, maksatlı davranışı temsil eden insan yapımı bir araçtır. “Hedef”, onu kuran veya onu programlayan insanlar tarafından aracın içerisine yerleştirilir. Makinenin, hedefine ulaşmasını sağlayan temel özelliği dönüttür. Bir alıcı sistemi (girdi) ve bir de etkileyen (efektör) (çıkıtı) sistemi vardır; girdi, çıkıtıyı aracın kuruluş veya programlanış biçimine uygun bir şekilde etkilemek için işlev görür. Bowlby, örnek olarak karmaşık bir kontrol sistemini, yani, hedefini- bir düşman uçağını- arayan ve avının kurtulma amaçlı manevralarına rağmen, onu yakalayan ve yok eden uçaksavar füzesini örnek verir. Bowlby, füzenin performansını, avını yakalamak için süzülen bir şahininkine benzetir; bu davranış, hedefe dönük ve karmaşık olmasına rağmen, bütün çağdaş ölçütlere göre içgüdüsel bir davranıştır. Şahinin genetik programı-füzenin programı gibi-, sensorimotor ve merkezi ekipmanlar yoluyla, onun öyle bir şekilde süzülmesini sağlar ki sürekli değişen görsel girdi uçuşun güzergâh ve hızını kontrol eden hareketleri yönlendirir ve sonuç öngörülebilir sonuç olan avın yakalanmasıdır. Kontrol sistemi modeli, insanların yanı sıra şahinin de, çok karmaşık, hedefe-yönelik davranışların olduğu konusunda bir temel sunmaktadır ki bu, türe-özel genetik programlama açısından, baştan beri içlerinde var olan bir eğilime sahip olduklarını düşündürmektedir (Bowlby, 1980, 1982, 1988).

2.3.1. Bağlanma ile İlgili Kilit Kavramlar

Bağlanma: Çocuğun önce anne veya esas (ana) bakıcı ve sonra da diğer aile üyeleri ile geliştirdiği, yakınlık arama, çocuğun duygusal durumuna tepkiler, ikili sakinleştirme ve çocuğun duygusal durumunun anlaşılması ve kabul edilmesini içeren koruyucu bağ (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 5).

Bağlanma Figürü: Emniyet, sıkıntılı durumlarda ilgi gösterme, anlayış koruma ve bakım sağlayan bir kimse. Çocuklukta, birincil ve ikincil bakıcılar genellikle ebeveyn figürlerdir. Yetişkinlikte ise, partner ve yakın aile veya arkadaşlar gibi destek sağlayan

diğer yakın figürlerdir (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 5).

Bağlanma Davranışları: Bu davranışlar, bebeklikte, ağlama, gülümseme, yakınlık arama ve sıkıntı ile bağlantılı uyarılma ve/veya birincil bağlanma figüründen ayrılma deneyimine karşı gerçekleşen diğer adaptif tepkileri içerir. Yetişkinlikte ise, destek, rahatlatma ve kabul görme amacıyla bağlanma figürüne ulaşmaya çalışmayı içerir (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 5).

Bağlanma Davranışı Sistemi ve Tarzı: Güvenli tarzlar, özerklik ve emniyet/destek arasında denge kurmak için başkalarına yaklaşma veya onlardan kaçınmayı optimize eden organize bir stratejidir. Güvensiz tarzlar, çocuklukta bakıcı davranışı ve diğer deneyimlerle ilgili olarak geliştirilen, duygu-düzenleme, bakıma güvensizlik veya zarardan kaçmak amacıyla başkalarına yaklaşma veya onlardan kaçmayı içerir. Aşırı korku veya güçsüzlükten dolayı, dağınıklık veya organize bir stratejinin yokluğu durumu gerçekleşebilir. Davranış sistemi, çocuklukta ve daha sonra da yetişkinlikte, bakıcı veya diğer yakın kişilerle belirgin bir etkileşim kalıbının oluşumuna yol açar (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 5).

Güvenli Liman: Sağlıklı bir gelişmeyi sağlamak için, anne veya esas (ana) bakıcı tarafından sağlanan fiziksel ve duygusal güvenlik. Yetişkinlikte, bunu yetişkinin yakın ilişkileri sağlar (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 5).

2.4. Bakım Davranışı ve Bağlanma

Bağlanma teorisi, bakımın iki ana işlev gördüğünü ileri sürmektedir: (1) bağımlı partnerin güven ihtiyacını, sıkıntı sinyallerine veya potansiyel tehdide cevap vererek karşılamak (bir *güvenli liman* sağlamak); ve (2) sıkıntılı olmadığı zaman, bağımlı kişinin özerklik aramasını (keşif yapmasını) desteklemek (*güvenli bir üs* sağlamak). Bakıcılar partnerlerinin ihtiyaçlarına duyarlı olduklarında, partnerlerinin bağımlılığını kabul ettiklerinde, bakım çabalarında (kontrol edici veya müdahaleci olmaktan ziyade) işbirlikçi olduklarında ve (hem fiziksel hem de duygusal olarak) kendilerine ihtiyaç duyulduğu zaman daima erişilebilir olduklarında, güvenli bağlanma yolları büyük ihtimalle gelişir (Collins ve Ford, 2010).

Bakıcılık rolü, bireylerin çok çeşitli ihtiyaçlara, bunlar ortaya çıktıkça, esnek bir biçimde karşılık vermelerini gerektiren karmaşık bir roldür. Bakım işi, bilişsel, duygusal ve bazen de somut kaynakların yanı sıra, genellikle büyük sorumluluk gerektirdiği için, bakıcıların o sorumluluğu kabul etmeye ve etkili destek sağlamak için gereken zaman ve çabayı harcamaya motive edilmesi gerekir. Bakıcılar eğer yeteri kadar motive değillerse, o zaman, muhtemelen ya düşük seviyede destek sağlayacaklar veya partnerlerinin ihtiyaçlarına uymayan etkisiz bir destek sunacaklardır (Feeney ve Collins, 2003).

Bağlanma ile ilişkili temsiller tehditler tarafından bilinç dışı bir şekilde aktive edilirler ve bu aktivasyon, bağlanma ile ilişkili malzemelerin bilişsel olarak işlenmesini etkiler. Bu aktivasyon, bağlanma tarzındaki farklılıklarda da gerçekleşmesine rağmen, Şekil 1’de özetlendiği şekliyle önemli bağlanma tarzı farklılıkları mevcuttur. Güvenli insanların, tehditlerle karşılaşması sevgi, destek ve rahatlık ile ilgili pozitif düşüncelere erişimi artırırken, kaygılı insanlar bu karşılaşmalara red, ayrılık ve terk edilme ile ilgili sıkıntı verici düşüncelerin eşzamanlı artması ile tepki verirler. İlâveten, kaygılı insanların bağlanma ile ilgili düşünce ve endişeleri, dış bir tehdit olmadığı zaman bile, zihinsel olarak sürekli erişilir durumda iken, kaçınan insanlar bağlanma ile ilgili endişeleri bastırır gibi görünmekte ve ayrılık ile ilgili düşünceler aktive edildiği zaman, bağlanma temsillerinin aktivasyonunu engellemektedirler. Bağlanma sistemi aktivasyonundaki bu farklılıklar, psikodinamik bir perspektifi açıkça desteklemektedir (Shaver ve Mikulincer, 2005).

Şekil 1. Güvenli, Kaygılı, Kaçınan Bağlanma

<p>Güvenli → Tehditle karşılaştıktan sonra, bağlanma figürlerinin temsiline karşı artan erişim, yakınlık ve sevgiyle ilgili pozitif düşünceler.</p>
<p>Kaygılı → Dış tehdit olmadığı zaman bile, bağlanma figürlerinin temsillerine ve bağlanma ile ilgili endişelere karşı hemen hemen sürekli artan erişim.</p>
<p>Kaçınan → Ayrılma ile ilgili düşünceler aktive olduğu zaman, bağlanma ile ilgili endişelerin baskılanması ve bağlanma figürlerinin temsillerinin engellenmesi.</p>

Şekil 1. Shaver ve Mikulincer (2005)’den alınmıştır.

Bağlanma teorisi, destek sağlama konusundaki motivasyonları anlamak için bir başka teorik perspektif sunmaktadır. Bağlanma teorisi, önem verilen diğer bir kimsenin sıkıntısına cevap olarak aktive olan bir davranışsal emniyet-düzenleme sistemi olduğu düşünülen, bir bakım sisteminin mevcudiyetini öngörür (Bowlby, 1982).

Bu sistem, insanları önem verilen başka kimselere rahatlık ve destek sağlama yönünde motive eder ki bu da yakın başka kimselere zarar gelmesi riskini azaltmaya yardımcı olur (Bowlby, 1982). Bu sistemin amacı, bakım sunma davranışını motive etmek olsada, sistemi aktive eden olayları ortaya çıkarma gücünde bireysel farklılıklar olması muhtemeldir. Örneğin, kaçınan bakıcılar bakım sisteminin aktivasyonundan kaçınabilirler (belki bakım ihtiyacına işaret eden çevresel ipuçlarına stratejik olarak ilgisiz kalma yoluyla), buna karşılık endişeli bakıcılar, kendi bağlanma ihtiyaçları daha acil görüldüğü için, onun aktivasyonunu engelleyebilirler. Ayrıca, sistem bir kez aktive olduktan sonra, farklı bakıcıların sistemi deaktive etmeye çalışırken izledikleri yollarda da farklılıklar olabilir. Örneğin, kaçınan bakıcılar mümkün olan her şekilde ve hızlı bir biçimde sistemi deaktive etmek için motive olabilirler (ki bu daha az verimli bir bakım ile sonuçlanır), buna karşılık güvenli bakıcılar bakımı alanlar için en uygun bakımı verecek şekilde motive olabilirler (Feeney ve Collins, 2003; Holmes, 2015).

2.5. Bağlanma Kuramında Duygu ve Duygulanım

Bir duygulanım düzenleme kuramı olarak da kabul edilen bağlanma kuramına göre, erken dönemdeki temel bakım veren ve bebek arasındaki etkileşim yoluyla oluşan modeller, kişinin kendini ve dünyayı nasıl anlamlandıracağı üzerinde etkili olmakta ve dolayısıyla bireyin kişilik gelişimi ve bu doğrultuda ileride gelişebilecek olası psikopatolojiler üzerinde bir belirleyiciliğe sahip olmaktadır (Çalışır, 2009).

Davranışla ilgili genel kontrol-sistemleri kuramında, Bowlby (1982) duygulanım ve duyguyu “değer biçme süreçleri” olarak tespit etmiştir. İster organizmanın durumu ister de ortamdaki koşullar hakkında bilgi taşıyor olsun, duygusal girdinin herhangi bir faydası olması için, değerlendirilmesi ve yorumlanması gerekir. Hisler (yani, hem duygulanım hem de duygu) değerlendirme süreçleri olarak hizmet görürler, ancak bütün değerlendirme süreçleri hissedilemez (yani, bilinçli değildir). Değerlendirme esnasında,

girdi, içsel “ayar noktaları” ile karşılaştırılır ve bu karşılaştırma sonucunda belli davranışlar diğerlerine tercih edilir. Bu anlamda, hisler-ister “pozitif” ister “negatif” olsunlar- davranışın kontrolünde çok önemlidir (Ainsworth vd., 1978, s. 19-20-21).

Türler “artan tehlike riskine karşı belli doğal ipuçlarına” korku ile tepki verme yönünde bir eğilim gösterirler. Bir birey için, böyle bir riskin nasıl değerlendirileceğini tecrübe ile öğrenmek zorunda kalmadan, artan tehlike riskine işaret eden durumlara karşı kaçınma veya başka bazı benzer davranış ile cevap vermek hayatta kalma yönünde bir avantaj sağlar. İnsan türü için verilen bu tür doğal ipuçları arasında, Bowlby şunları saymıştır: yabancılık (aşına olmamak), ani uyarıcı değişikliği, hızla yaklaşma, yükseklik ve yalnız olmak. İki veya daha fazla doğal ipucunun eşzamanlı olarak bir arada olduğu bileşik durumlara karşı özellikle tepki verme konusunu ise özellikle vurgulamıştır. Tehlike ile ilgili diğer ipuçları, başkalarının davranışlarını gözleyerek veya daha gelişmiş risk değerlendirme süreçleri yoluyla doğal ipuçlarının türevleri olarak öğrenilebilir. Gelişmiş bir yetişkin bile, aydınlanmanın aniden azaldığı ve tuhaf gürültülerin duyulduğu yabancı ortamlarda yalnız olmak gibi bileşik durumlarda korku duygusu yaşayabilirler (Ainsworth vd., 1978, s. 19-20-21).

Korku davranışı ve bağlanma davranışı, genellikle aynı anda aynı şartlarda aktive edilebilirler. Küçük bir çocuk, ister doğal ister öğrenilmiş olsun, artan bir tehlike riski ipuçları ortaya çıktığında korktuğu zaman, bir bağlanma figürüne daha yakın olmaya çalışma eğilimindedir. İster o anda orda olmasın, isterse tecrübe ile biriken bir ilgisizlik beklentisi sonucu olsun, eğer bağlanma figürüne erişemezse, çok korkutucu bir bileşik durum ile karşı karşıya kalır. Böyle bir durumun her iki unsuru da korkutucudur ve *korku* terimi her ikisini de değerlendirmek için kullanılabilir (Ainsworth vd., 1978, s. 19-20-21).

2.6. Yetişkinlerde Bağlanma

Yakın ilişkilerin psikolojik sağlık ve iyi olma açısından önemi yaygın kabul görmektedir. Bağlanma kuramı, bireylerin önce çocuk daha sonra da yetişkinler olarak nasıl yakın ilişkiler oluşturduklarını anlamak için kritik bir gelişimsel çerçeve sunmaktadır. Genellikle anne olan ana bakıcı ile koruyucu bir bağ oluşturma ihtiyacı içerisindeki çocuğun bu erken dönem ilişki ile ilgili içselleşmiş deneyimi, gelecekteki ilişkilerle ilgili bilgi vermeye devam eden bilişsel-duygusal bir şablon olarak gelişir. Bu

tür etkiler böylece yaşam boyunca gözlemlenebilir hale gelirler (Bifulco ve Thomas, 2013:1-2).

Bağlanma kuramı ve araştırmaları, John Bowlby'nin bebek ve anne arasındaki bağlanma ilişkisinin doğasını anlama arzusundan doğmuştur. Bağlanma ile ilgili erken dönem literatürde, yetişkinler sadece çocukların ebeveyn bakıcıları olarak vardı. Bağlanma davranışları, yavruların ebeveynlerine yakın olmalarını ve böylece hayatta kalıp kendi genlerini üretmelerini ve kendilerinin de ebeveyn olmalarını sağlamak üzere tasarlanmış bir hayatta kalma davranışının bir parçası olarak görülüyordu. Bowlby (1982) bağlanma davranışlarının hayat boyunca devam ettiğine ama bebeklikte olduğundan daha az yoğun olduğuna değinmiştir. Daha sonra, bağlanma ilişkilerinin “yaşam döngüsü boyunca mevcut ve aktif olduğunu” kesin bir şekilde ifade etmiştir (Bowlby, 1980; Holmes, 2015).

Çocukluk esnasında gerçekleşen bağlanmaların kalitesi, güven edinimi, başkalarından yardım isteme becerisi ve uygun özerklik seviyeleri yetişkinliğe kadar geliştirme yoluyla devam ettirilir. Bu eylemlerin, farklı bağlanma tarzları olan bireylerde nasıl değişkenlik gösterdiği, risk ve direnç (esneklik) profillerini anlamada çok önemlidir. Yetişkinlikteki bağlanma tarzları çarpıtıldığında, daha fazla kişilerarası stres, daha kötü başa çıkma becerileri, daha düşük öz-saygı ve daha az toplumsal destek gibi psikolojik unsurların bir araya gelmesiyle, psikolojik bozukluk daha olası hale gelir. Bu tür tarzlar ve davranışlar, hayatın erken dönemlerindeki sıkıntılardan kaynaklanan biyolojik zafiyetlerle desteklenir. Onların etkisi, sadece bireyler değil, aynı zamanda aileleri üzerinde de mevcuttur ve bu da riskin sonraki nesillere aktarılmasına yol açar (Bifulco ve Thomas, 2013; George, Cummings ve Davies, 2010).

Yetişkinlerin bağlanması ile ilgili araştırmalar ilk olarak 1980'lerde, Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978)'un araştırmalarındaki yetişkinlerin bağlanma deneyimleri ile küçük çocuklarla ilgili bağlanma sınıflandırmaları arasındaki ilişkiye ilgi duyan George, Kaplan ve Main (1984) isimli psikologların geliştirdiği Yetişkin Bağlanma Ölçeği (Mülakatı) (YBÖ) ile başladı. Birkaç yıl sonra, sosyal psikologlar Hazan ve Shaver (1987) aşık yetişkin çiftlerin ilişkilerini incelemek için bir öz bildirim anketi geliştirdi.

Ainsworth'in (1969) anne-bebek bağlanma örüntüleri ile ilgili ilk gözlemleri, diğer araştırmacıların, yetişkin bağlanmalarının nasıl oluştuğu ve bunların küçük çocuklarda gözlenenlerle benzer olup olmadığı konusunda yaptıkları çalışmalar için bir temel görevi gördü. Deneysel çalışmaların başlangıcından itibaren, Ainsworth ve Bowlby'nin fikirlerini farklı biçimlerde kavramsallaştıran ve böylece de işler hale getiren iki farklı araştırmacı grubu ortaya çıkmıştır (Mikulincer vd., 2001; Mikulincer ve Shaver, 2007). Bu karışıklığı halletmek için, öncelikle yetişkin bağlanma araştırmalarındaki bu çizgilerin farklılıklarını anlamak gerekir. Araştırma çizgilerinin birisinde, sosyal psikologlar, yetişkin bağlanmalarının boyutsal veya sürekli doğasını bağlanma tarzları açısından vurgulamaktadır. Ainsworth'ün Bağlanma Durumu prosedüründeki çocuk bağlanma davranışı örüntülerinin, bağlanmadan kaçınma ve bağlanma kaygısı şeklinde iki boyutlu bir yönelim gösterdiği şeklindeki gözlemlerine dayanarak, sosyal psikologlar, bebeklerin davranışlarında esas olarak kaçınan (özgüvenli ve bağımlılık ve yakınlıktan rahatsız) veya kaygılı (ağlayan, annesinin yokluğunda onu aramayan ama tekrar kavuşunca bunu protesto eden) olduğunu iddia ettiler (Ainsworth vd., 1978; Barnas ve Cummings, 1994; Mikulincer ve Shaver, 2007).

Bebek bağlanma davranışlarını yetişkinlere uyarlayan Hazan ve Shaver (1987), kaçınan-kaygılı boyutlarında aşık bağlanma tarzlarını ölçmek için kullanılan ilk öz bildirim anketini oluşturdu. Ankete verilen cevaplara dayanarak, yetişkinlerin üç bağlanma tarzına sahip olduğu-güvenli, kaçınan, veya kaygılı- ve güvenli bağlanmanın, düşük derecede kaçınanlık ve kaygıya sahip bir kişide mevcut olduğu düşünülmüştür. Sonraki araştırmacılar, korkulu bağlanma isimli dördüncü bir kategori eklediler ve böylece yüksek ve düşük kaçınmanın bir boyutu, ve yüksek ve düşük kaygının diğer boyutu temsil ettiği dört-parçalı bir ağ kutusu yarattılar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Korkulu kategorisi, kaçınan/kayıtsız ve kaygılı/saplantılı'nın bileşimi olarak görülebilir ve bu yüzden de diğer üç kategoriye göre daha az organize görünebilir.

İkinci bir araştırma çizgisinde ise, gelişim psikologları Ainsworth'ün örüntülerini, yetişkinin erken çocukluk bağlanma ilişkileri ile biçimlenen bağlanma kategorileri – özerk-güvenli, kayıtsız, saplantılı, ve kararsız-dağınık açısından kavramlaştırdılar. 1985'te, Main ve öğrencileri, annelere “bağlanma konusunda

halihazırdaki ruh hallerini” soran bağlanma kavramını “temsil düzeyine” taşıyan yeni oluşturulmuş AAI (YBÖ) (George, Kaplan ve Main, 1984) üzerine ilk çalışma ile ilgili bir bildirim yaptılar (Main, Kaplan ve Cassidy, 1985).

YBÖ bağlanma davranışlarının dil ve konuşma örüntüleri yoluyla nasıl açığa vurulduklarına odaklanır. Bağlanma kategorileri, geçmiş bağlanma ilişkileri konusunda konuşmacının zihin yapısının ne kadar organize olduğu ve konuşmacının anlatisının bu bağlanma geçmişi konusunda ne kadar tutarlı olduğunun değerlendirilmesi ile belirlenir. İlk öz bildirim ölçeklerinin ve YBÖ’nün ortaya çıkışı ile birlikte, yetişkin bağlanması ile ilgili çalışmalar artış gösterdi ve bu çalışmalar Bowlby’nin ve Ainsworth’ün yazılarından türedi. Aynı zamanda her ikisi de yakın ilişkilerdeki güvenli ve güvensiz duygu düzenleme ve davranış stratejilerini ele aldılar (Mikulincer ve Shaver, 2007; Mikulincer ve Horesh, 1999).

Öz bildirim ölçekleri ilk olarak sosyal ve kişilik psikolojisinden ortaya çıktığı için, bunlar yetişkinlerin sosyal ve bilişsel dinamiklerine odaklanır. YBÖ gelişim ve klinik psikolojiden ortaya çıkmıştır ve en çok kuşaklararası ve boylamsal bağlanma örüntülerine odaklanır. Bu verilerin toplanma tekniklerinde de önemli farklılıklar vardır. Öz bildirim ölçekleri doğrudan bilinçli düşünceler ve davranışlar hakkında sorular sorar ve bu ölçekleri uygulamak ve kodlamak daha kolaydır. Tersine, anlatı ölçeklerinin bilinçsiz biliş ve duygusal süreçlerden faydalandığı, cevapların kodlamasının daha zor olduğu ve araştırmacıların araştırma amaçlı verileri analiz etmek için kapsamlı uzmanlık eğitimi almaları gerektiği düşünülmektedir. Ölçümle ilgili tartışmalardan ortaya çıkan deneysel çalışmalar genelde yetişkin bağlanması konusunda önemli soruların sorulmasına yol açmıştır. Örneğin, yetişkin bağlanmasının kökenleri nelerdir ve yaşam deneyimleri onları nasıl etkiler? Çocukluk bağlanma örüntüleri yetişkinlik boyunca değişmeden kalır mı yoksa bu örüntüler değişebilir mi? Diğer bir deyişle, ömür boyu nispeten istikrarlı kalan bağlanma prototiplerimiz mi var (bağlanma ile ilgili genel içsel çalışma modelleri), yoksa yetişkin bağlanma tarzlarımız spesifik ilişkinin bağlamına göre değişmekte midir? Ayrıca, güvenli ve güvensiz bağlanma örüntülerinin organizasyonu kültürel olarak evrensel bir olgu mudur? gibi sorulara cevaplar arandı (Mikulincer ve Shaver, 2007).

2.6.1. İki Boyutlu Bir Yetişkin Bağlanma Modeli

Bowlby, çocuklukta bakıcılarla olan ilişkilerin kalitesinin, daha sonraki sosyal ilişkiler için prototipler sağlayan kendi ve başkaları ile ilgili içsel temsiller veya “işlerlikli modeller” oluşturduğunu ileri sürmüştür (Bowlby, 1980, 1982). Bir bağlanma perspektifini yetişkinlere uygulayan erken dönem çalışmalara dayanan (Hazan ve Shaver, 1987), dört prototipik bağlanma deseni, iki altta yatan boyutun kesişmesi açısından-bir kişinin kendisi ile ilgili modelinin pozitifliği ve kişinin varsayımsal başkaları ile ilgili modelinin pozitifliği- tanımlanmaktadır. Kendi ile ilgili modelin pozitifliği, bir kimsenin kendi değer duygusunu ne ölçüde içselleştirdiğini gösterir ve bu yüzden de başkalarının kendilerine pozitif karşılık vermelerini beklerler; bunun sonucunda, kendi modeli, yakın ilişkilerde yaşanan endişe ve bağımlılığın derecesi ile ilişkilendirilir. Diğer modelinin pozitifliği ise, diğerlerinin (başkalarının) genellikle ne derecede erişilebilir ve destekleyici olduğunu gösterir; bu yüzden, diğer modeli, ilişkilerde yakınlık arama veya bundan kaçınma eğilimi ile ilişkilendirilir (Griffin ve Bartholomew, 1994).

Kendi ve diğer modelleri, kendinin değerliliği ve diğerlerinin erişilebilirliği hakkındaki genel beklentileri temsil eder; tersine, dört bağlanma deseni ise, yakın ilişkilerde hissedilen güvenliği düzenleyen prototipik stratejiler olarak kavramsallaştırılır. Bu kavramsallaştırma, önceki çalışmalardan, diğerleri ile yakın olma konusunda tereddütlü olma ile belirginleşen iki deseni ayırarak farklılaştırır: negatif bir kendi ve diğer modeli ile tanımlanan korku veren bir desen (yüksek endişe ve yüksek kaçınma) ve pozitif bir kendi modeli ve negatif bir diğer modeli ile tanımlanan reddedici bir desen (düşük endişe yüksek kaçınma). Tersine, güvenli model, pozitif kendi ve diğer modelleri ile tanımlanır (düşük endişe ve düşük kaçınma (sakinme)), buna karşılık saplantılı desen olumsuz kendi ve pozitif diğer modelleri ile tanımlanır (yüksek endişe ve düşük kaçınma). Bu desenlerin her biri, farklı bir duygusal düzen ve kişilerarası davranış deseni ile karakterizedir. Korku duyan bireyler kendilerinin değerlerinin gerçekleşmesi için, diğerlerine oldukça bağımlıdır; ancak, diğerleri ile ilgili olumsuz beklentilerinden dolayı, potansiyel kayıp ve reddin vereceği acıdan dolayı yakınlıktan kaçınırlar. Reddedici (dismissing) bireyler de olumsuz beklentilerinden dolayı diğerleri ile yakınlıktan kaçınırlar; fakat, bunlar kendileri ile ilgili yüksek değer duygularını, yakın ilişkilerin değerini savunmacı bir şekilde inkar ederek ve bağımsızlığın önemini

vurgulayarak korurlar. Korkulu bireyler gibi, saplantılı bireyler de köklü bir değersizlik duygusuna sahiptir. Ancak, bunları pozitif diğer modeli, onları kendileri ile güvensiz değer duygularını, kişisel ilişkilerde aşırı yakınlık yoluyla gerçekleştirmeye motive ederler, bu ise onları, yakınlık ihtiyaçları karşılanmazsa aşırı strese maruz bırakır. Son olarak, güvenli bireyler, hem kendilerinin değeri ile ilgili içselleştirilmiş bir duygu hem de yakın ilişkilerde yakınlık konusunda hissedilen bir rahatlık ile karakterizedir (Griffin ve Bartholomew, 1994).

2.6.2. Yetişkin Bağlanma Kategorileri

Güvenli (veya Bağımsız): Yakınlık olduğunda rahattır; güven duyar; orta seviyede özerklik seviyesi; diğer yakın kimseler ile ilişki kurma becerisi; destek arama becerisi; stres altında dirençli (esnek) (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 9).

Kaygılı (veya Saplantılı): Çok yüksek bir yakınlık ihtiyacı içerisindedir ve başkalarının dostluğuna gereksinim duyar; düşük özerklik; ayrılık korkusu; bazen öfke bazen de sahiplenicilik veya kıskançlık ile ifade edilen ilişkilerde bağımlılık veya kararsızlık (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 9).

Kaçınan (veya Kayıtsız): Başkalarının dostluğuna az ihtiyaç duyma, aşırı yüksek özerklik; yakınlık esnasında rahatsız olma; başkalarının niyetleri konusunda öfkeli bir güvensizlik; başkalarını suçlama (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 9).

Dağınık (veya Kararsız, Sınıflanamaz, İkili-Güvensiz tarzlar): Bağlanmada yaşanan zorluklarla başa çıkma konusunda entegre bir strateji yoktur; entegre olmayan kaygılı ve kaçınan tutumlar ve davranışlar; dağınık öfke (Bifulco ve Thomas, 2013, s. 9)

2.6.3. Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin Bağlanma Modeli

	Pozitif (Düşük)	Kendi Modeli (Bağımlı)	Negatif (Yüksek)	
Diğer Model (Kaçırgan)	Hücre I GÜVENLİ Yakınlık ve bağımsızlıktan memnun		HÜCRE II SAPLANTILI İlişkilerde saplantılı	Pozitif (Düşük)
	HÜCRE IV KAYITSIZ Yakınlığa kayıtsız Bağlılığa- karşı çıkan		HÜCRE III KORKULU Yakınlıktan korkan Sosyal olarak kaçığınan	Negatif (Yüksek)

Şekil 2. Yetişkin Bağlanma Modeli Bartholomew ve Horowitz (1991)'den alınmıştır.

Şekil 2'deki boyutlar yatay eksenindeki bağımlılık ve dikey eksenindeki yakınlıktan kaçınma açısından kavramlaştırılabilir. Bağımlılık düşükten (pozitif bir öz-saygı içsel olarak oluşturulur ve dış gerçeklere ihtiyaç duymaz) yükseğe (pozitif öz-saygı ancak diğerlerinin kabulünün devam etmesi ile sürdürülebilir) kadar değişkenlik gösterebilir. Yakınlıktan kaçınma, insanların kötü sonuçlar ortaya çıkma beklentileri yüzünden diğerleri ile yakın temastan kaçınma derecelerini yansıtır. Kayıtsız (dismissing) ve korkulu bağlanma tarzları, her ikisinin de yakınlıktan kaçınmayı yansıtmaları açısından birbirine benzer; ancak, kişinin pozitif bir öz-saygıyı sürdürmesi için başkalarının kabulüne duyduğu ihtiyaç açısından ayrılırlar. Benzer şekilde, saplantılı ve korkulu gruplar, her ikisinin de pozitif bir öz-saygıyı sürdürmek için başkalarına güçlü bağımlılık sergilemeleri açısından benzerler, ama yakın ilişkilere girme konusundaki eğilimleri açısından farklılık gösterirler. Saplantılı grup, bağımlılık ihtiyaçlarını gidermek için başkalarına ulaşmayı ima ederken, korkulu grup ilerde olabilecek hayal kırıklığını asgariye indirmek için yakınlıktan kaçınmayı ima eder. Bu yüzden, Şekil 2'deki dörtlü formun içindeki bitişik hücreler (gruplar) karşıt hücrelere göre kavramsal olarak daha benzerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998).

2.7. Yetişkin İlişkilerindeki Bağlanmanın İşlevi

İlişkilerde güvenli bir temeli olan bir kişi dünyaya açılma ve dünyada dolaşmakta kendini daha özgür hisseder, yeni deneyimler ve aktiviteler arar ve eğer

ihtiyaç ortaya çıkarsa geri dönebilecekleri rahat ve güven verici bir sığınak olduğundan emindirler (Ainsworth ve Bowlby, 1991). İşte bu noktada Bowlby (1982) geri gidiş (regression) terimini ortaya atmıştır. Bağlanma davranışının adaptif (uyumcu) bir aktivasyonu yanlışlıkla bir yetişkinde patolojik bir bağımlılık olarak görülebilir. Bowlby'nin (1982), duyguları düzenlemek ve duygulanım bağlarının süreklilik ve güvenliğini düzenleme işlevi gören psikolojik bir bağlanma sistemi kavramı, bu “biyolojimiz ve duygularımızın muazzam derecede birbirine geçiş karmaşıklığını” açıklar. Ayrıca, içsel işleyen modeller kavramı, erken dönem bağlanma deneyimlerinin sürekliliğini ve değişim potansiyelini açıklar. İşleyen yetişkin modelleri, bağlanma ile ilişkili durumlara cevap olarak biliş, duygu ve davranışları gözlemleyerek ve yöneterek bağlanma sistemini düzenleyen bilişsel-duygusal yapılardır (Collins, Guichard ve Ford, 2006). Yıllar içerisinde biriken deneyimlerin sonucu olan temsillerin karmaşıklığı ve esnekliği, olayları çözmek ile ilgili seçenekler ve detayları düşünmeyi, tehdit edici durumlarla başa çıkmak için bağlanma davranışını aktive etmeyi ve bağlanma figürlerinin niyetleri ve erişilebilirliğini değerlendirmeyi mümkün kılar. Çocukların bakıcılarını sığınma ve korunma amacıyla kullanmaları ile aynı biçimde, yetişkinler de sıkıntılı zamanlarda bağlanma figürlerine yakın olmaya çalışırlar. Yetişkinler, genellikle gençler için gereken, bir bağlanma figürünün düzenli olarak fiziksel varlığına gerek duymazlar, korktuklarında, hasta olduklarında, tavsiye veya güvence hissettiklerinde, güvenilir bir üs veya ilgiye sahip olacaklarını bilmelerine gerek yoktur. Onların, beklendiği vakitte gelmediklerinde, kendilerini arayan, izini süren birilerinin olduğunu bilmeleri gerekir (Sable, 2008).

2.8. İçsel Çalışan Modeller

Bowlby'nin bir başka önemli mirası ise, ilişkide kendi ve ebeveyn veya birincil bakıcı içsel çalışma modellerinin gelişimi ve işlevi ile ilgili düşünceleridir. Bowlby, erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkilerinde edinilen ilişki kurma örüntülerinin içselleştirildiğini ve bir bireyin başka yakın ilişkilere girip daha sonra da onları sürdürme biçimlerinin temelini oluşturduğunu ileri sürmüştür. Onun iddiasına göre, bağlanılan figürlerle oluşturulan sağlıklı ilişki örüntüleri, içsel çalışan modellerin sürekli güncellenmesi ve geliştirilmesini mümkün kılan çocuk ve ebeveyn arasındaki açık (savunmacı olmayan) duygusal iletişime bağlıdır. Bunun tersine, iletişimsizlik,

özellikle de bir ebeveynin çocuğun yaşadığı gerçek bir deneyimi yanlışlamaya çalıştığı kasti bir iletişimsizlik (yanlış anlama), çalışma modelleri içerisinde içsel çatışmalara yol açar (Bretherton, 1997; Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby'e göre, bu şartlar altında, çocuk kendi ve ebeveynle ilgili iki ayrı çalışma modeli kümesi oluşturacaktır: bilinçli farkındalığın erişebileceği ve çocuğa söylenen ile uyumlu olan bir küme ve farkındalığa kapalı olan ve çocuğun, ebeveyn yorumlarıyla değiştirilmemiş deneyimlerini temsil eden ikinci bir küme. Bilinçsiz olduğu için, bu ikinci kümeyi değiştirmek zor olacaktır. Bowlby bunu şöyle ifade etmiştir: kaygılı (endişeli) ve korkulu olarak yetişenlerin aile deneyimlerinin, sadece ebeveyn desteği konusundaki belirsizlik ile değil, fakat ayrıca genel olarak açık ama kuvvetli bir şekilde çarpıtıcı ebeveyn baskısı ile karakterize olduğu ortaya çıkar. Örneğin, çocuk üzerindeki onun bir ebeveynine bakıcı olması konusundaki baskı; bir ebeveynin kendisi, çocuk ve ilişki hakkındaki yanlış modellerini kabul etme ve böylece onları onaylaması konusundaki baskı. Benzer şekilde, nispeten istikrarlı ve özerk (bağımsız) olacak şekilde yetişenlerin aile deneyimlerinin ise, sadece istendiğinde mutlaka sunulan ebeveyn desteği ile değil, fakat ayrıca özerkliği artırma yönünde düzenli ama uygun zamanlı teşvik ve ebeveynlerin- kendileri, çocuk ve diğerleri ile ilgili- sadece kabul edilir ölçüde geçerli değil aynı zamanda sorgulanmaya ve gözden geçirilmeye açık çalışma modelleri konusundaki açık sözlü iletişim ile de karakterizedir. . . aile mikrokültürü yolu edinilen akıl sağlığı ve akıl hastalığı mirası . . . genler yolu ile edinilen mirastan çok daha önemli olabilir." (Bretherton, 1997; Hazan ve Shaver, 1994).

Son yıllarda, deneysel çalışmalar-özellikle Yetişkin Bağlanma Görüşmesi ve bağlanma ile ilgili diğer temsili değerlendirmeleri kullananlar-Bowlby'nin, açık iletişimin güvenli bağlanmanın mihenk taşlarından birisi olduğu, buna karşılık güvensiz bağlanmanın, genellikle hüküm verici bir şekilde davranmayan mülakatçılarla, bağlanma deneyimlerini açık ve tutarlı bir şekilde tartışmalarını ile karakterize olduğu yönündeki iddiasını doğrulamıştır. Bu çalışmalar, güvensiz bireylerin içsel çalışma modellerinin parçalı olduğunu, buna karşılık güvenli bireylerin çalışma modellerinin daha iyi entegre olduğunu ve bu yüzden de bağlanma ile ilgili bilgiye daha kolay erişim sağladığı yönündeki varsıyımı desteklemektedir (Bretherton, 1997; Hazan ve Shaver, 1994).

2.9. Evlilikte Mutluluk, Başarı, Uyum

Hangi faktörlerin “mutlu” bir evlilik yaratacağı, hangi faktörlerin ise “mutsuz” bir evlilik yaratacağı konusunda hala biraz muallaktayız. Aile sosyolojisi konusunda araştırma yapanların karşılaştıkları en önemli konulardan birisi, “iyi veya kötü evlilik uyumu ile ilgili faktörler nelerdir?” Bu soruyu cevaplandırmak için çok araştırma yapılmıştır. Ölçülen değişkenler, çok kapsamlıydı, ama evlilikteki etkileşim süreci ve evlilikte hayal kırıklığına yol açan faktörler konusunda bize net bir resim verecek kadar da kapsamlı değildi. Aslında, insanların niçin boşandığı ve evli çiftlerin neden o kadar sık sorunlar yaşadığı konusunda çok az bilgi sahibiyiz (Spanier, 1972).

“Evlilikte Mutluluk” deyimini ile ilgili ilk problem, onun evliliğe meşru ve anlamlı bir şekilde uygulanıp uygulanamayacağı ve onun analizi ile ilgilidir. Genelde, mutluluk, mutsuzluk durumu veya seviyesi ile karşılaştırılınca, bireyin oldukça hoş bir duygusal durumudur. Bir kimse mutlu olduğu zaman, yaşamakta olduğu durumdan, her zamanki durum veya olaydan daha fazla zevk veya doyum almaktadır. Eğer bu durum uzun bir süre devam ederse, duygunun yoğunluğu azalır ve böylece bireyin tekrar mutlu olması için daha büyük bir yükseklığe ulaşılması gerekecektir (Lively, 1969).

Herkes göreceli mutluluk anları yaşar, ama bir kimsenin bunu elde ettiği seviye, ille de bir başkası için bunun gerçekleşeceği nokta konusunda bir ipucu değildir. Çeşitli yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik kategorilerle ilgili mutluluk örüntüleri, kültürel ve alt-kültürel yönelimler açısından incelenebilir. Bu tür prosedürler, insanları mutlu veya mutsuz, yani belirtilen kategorilerin standardının üstünde veya altında olarak sınıflandırmayı sağlayacak bir temel sunar. Ancak bu evli çiftlere uygulanamaz çünkü etkileşimli (interaktif) faktör sürecin içine eşitlenemez (Lively, 1969).

Bir gruptaki bireyler arasında eşzamanlı mutluluk duygusu, grubun duygusal durumunu tanımlamak için kullanıldığı zaman, yüzyılın başında popüler olan “grup zihniyeti” kavramından çok da uzağa gidememişiz demektir. Eş seçim süreci öyle bir biçimde gerçekleşir ki evlenmeyi tercih eden bazı kişiler yüksek bir mutluluk seviyesine sahip olabilir ve böylece çok çeşitli durumlarda mutlu olabilirler. Bu tür kişiler birbirleriyle evlendikleri zaman, sonuç “mutlu” bir evlilik olabilir ama evlilik

faktörü aslında tesadüfi bir olgudur. Her halükarda, gönderme yapılan şey, çiftler, gruplar veya şebekeler değil, bireylerdir ve evlilikte etkileşimi içermez veya ima etmezler (Lively, 1969).

“Evlilikte başarı”nın kullanışlılığı, evliliğin sınıflanabileceği ve derecelendirilebileceği bazı kriter veya standartlar kümesinin oluşturulmasına dayanır. Evli kalmak, bir ikametgahı paylaşmak ve çocuk sahibi olmak gibi faktörler somuttur ve bunların başarılması nicelik olarak ölçülebilir. Benzer şekilde, prestij sağlayan maddi ürünlerin edinimi, üst seviyede bir temizliğin sürdürülmesi, değerli olduğu düşünülen aktivitelerde becerikli bir performans, veya çekici çocuklar yetiştirilmesi, evliliğin uygun ve anlamlı hedefleri olarak tanımlanabilir ve başarının belirlenebileceği bir temel işlevi görür. (Ancak, bu kriterler ve başka birçokları, şüphesiz zeka seviyesi, eğitim miktarı, genetik geri plan, ikamet yeri, ve diğer sosyo-ekonomik değişkenlerle yüksek derecede korelasyon gösterir ve bireysel nitelermeler veya fırsatların başarılı bir şekilde gelişiminin ölçüleri olarak sınıflandırılabilir.) Genellikle, “başarı,” “mutluluk,” ve “uyum” eş anlamlı olarak kullanılır, ancak başka örneklerde birisi diğerinin öncülüdür. Evliliklere yapılan göndermeler özel mi genel mi, her güne mi yarına mı, geçen yıla mı gelecek yıla mı, şu ana mı bir süreliğine mi? Kriterler ne olursa olsun, onlara sosyal ve zamansal bir bağlam verilmesi gerekir. Bireylere ve onlar arasındaki ilişkiyi sürdürmeye de eşit derecede önem verilmesi gerekir. Bir kişinin başarısı, ille de bir başkasının kine eşit değildir ve bir ilişki olarak evliliğin başarısı iki bireyden birinin kine eşit olmayabilir (Lively, 1969).

“Evlilikte uyum,” ise koca ve karısı arasında devam etmekte olan ilişkinin süregiden gelişimine gönderme yapacak şekilde kullanılabilir ve onlar arasındaki sürekliliğe dayanır. Bu süreçsel anlamda, evliliğin dinamik doğasını vurgulamak açısından değerli bir kavramdır (Lively, 1969).

Burgess ve Cottrell (1939), evlilikteki uyum konusunda 14 varsayımı ortaya koyan bir evlilik uyum modeli sunmuştur. Buna göre, evlilikteki uyum, eşin evliliğinden hissettiği doyumun ölçüsünü ve aşağıdaki ailevi meselelerde anlaşma ve anlaşamamayı içerir: (1) ailenin mali konularının yürütülmesi, (2) eğlence, (3) din, (4) sevgi gösterisi, (5) arkadaşlar, (6) yakın ilişkiler, (7) bebek bakımı, (8) yemekle

ilgili adabı muaşeret kuralları, (9) hoş sohbet olma, (10) yaşam felsefesi, (11) eşin akrabaları ile olan ilişkilerin yürütülme biçimi, (12) kadının çalışması, (13) ev işlerinin paylaşılması ve (14) siyaset.

2.10. Evlilik Uyumunun Kavramlaştırılması

Sosyolojideki birçok kavramda olduğu gibi, evlilikte uyumun tanımı konusunda genel bir birliktelik yoktur. Konu ile ilgili bütün yazılar, açık, kısa ve net bir tanımın engellenebileceği bir şekilde kavramı anlamaktadır. Evlilik uyumunu değişkenlerden birisi olarak kullanan düzinelerce çalışma vardır (Spanier, 1972).

Evlilik birlikteliğinin sürdürülmesini etkileyen çok sayıda etmeden söz edilebilir. Bu etmenlerin neler olduğu ve evliliğe olan etkileri literatürde de çeşitli yönleriyle tartışılan bir konudur. Sağlıklı bir evlilik ilişkisinin sürmesi ile ilgili literatürde en fazla ele alınan kavramlardan biri evlilik uyumudur. Evlilik uyumu ya da evlilikteki çiftlerin uyumu söz konusu evliliği gerçekleştiren bireylerin ve toplumun gereksinimlerine cevap vermesi açısından çok önemlidir (Erişti, 2010).

Yapılan çalışmalarda evlilikteki ilişkiyi tanımlamaya yönelik farklı kavramlar kullanılmaktadır; evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilik mutluluğu bu kavramlardandır. Evlilik kalitesi bütün bu kavramları içeren daha genel bir kavramdır. Evlilik ilişkisinin evli bireyler tarafından öznel yorumlanması şeklinde tanımlanmaktadır. Evliliklerin niteliklerinin değerlendirilmesi konusunda uyum kavramı daha önemli görülmektedir. Evlilikle ilgili yapılan incelemelerde daha çok uyum üzerinde etki gösteren unsurların araştırıldığı ve uyumu arttırmaya odaklı yaklaşımların geliştirilmesinin önemsendiği dikkat çekmektedir (Erdoğan, 2007).

Evlilik uyumu ve evlilik doyumu çoğunlukla birbirlerinin yerine kullanılan iki farklı kavramdır, ancak araştırmacılar sıklıkla tanımlar konusunda uzlaşmamaktadır. Evlilik uyumunun tanımı ve kapsamı üzerine tartışmaların sürmesine rağmen birbiri ile etkileşen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanır. Evlilik uyumu ayrıca çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluğu da tanımlar. Bu noktada evlilik doyumu ile karışır. Evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları aralarında yüksek

korelasyon olması nedeni ile sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır (Yılmaz, 2001).

Evlilikte uyum modern evlilik kavramı bağlamında tanımlanmalıdır. Burada, uyum, evli genç insanların davranışlarını ayrıntılı olarak düzenleyen adet ve törenlerle garanti altına alınmamıştır. Evlilik eğer kişiselden ziyade toplumsal bir ilişki haline geldiyse, o zaman uyumun, kişilikler, onların çatışmaları ve anlaşmaları, ve gerçekleşmekte olan uyumun derecesi açısından tanımlanması gerekir. Belli evrelerinde, evlilik uyumu, çatışmayı asgariye indiren ve ahengi teşvik eden bir yaşam şekli olan uzlaş (uyum) ile ölçülebilir. Evliliklerin çoğu, belki de çoğunluğu, uzlaş seviyesinde kalmaktadır. Burada vurgu karşılıklı iletişim, karşılıklı uyarma ve ortak etkinliklere katılım üzerinedir. O zaman, uyumlu bir evlilik, partnerlerden her birinin tutumları ve eylemlerinin, partnerlerden her birinin kişiliğinin işleyişi için, özellikle de birincil ilişkiler alanında, elverişli olduğu bir ortam üreten bir evlilik olarak tanımlanabilir (Burgess ve Cottrell, 1939: 10). Locke ve Wallace (1959)'a göre, "evlilik uyumu karı ve kocanın belli bir zaman içerisinde birbirlerine uyum sağlamasıdır". Spanier ve Cole (1976) ise evlilik uyumunu evliliğin başarı ile işlemesi olarak tanımlarlar. Başka bir görüşte ise evlilikte uyum, çatışmalardan kaçınma veya onları çözme eğiliminin varlığı, evlilikten ve birbirlerinden mutlu olma durumu, ortak ilgi alanları ve aktivitelerin paylaşılması ve karı ve kocanın evlilikten beklentilerinin karşılanması gibi özelliklerin varlığı olarak tanımlanmıştır. Operasyonel olarak, genellikle evlilik uyum testi ile ölçülebilen bir şey olarak tanımlanabilir. Bu ikinci unsur, kocalara ve karılarına evliliklerini nasıl algıladıklarını veya değerlendirdiklerini soran bir dizi soru içerir. Evlilikte uyum, tabii ki evlilikte uyumun tahmin edilmesinden (yordanmasından) farklıdır. Evlilik yordama testi, belli bir zamanda evlilikteki beklendik uyum derecesini gösteren bir testtir, buna karşılık evlilik uyumu belli bir zamandaki uyumun kesitsel bir göstergesidir. Evlilik uyumu ne evlilikteki uyum ile ilişkili yordayıcı faktörlerin bir yordayıcısı, ne de evlilikte uyumu üreten nedensellik faktörlerinin bir ölçüsüdür (Locke ve Williamson, 1958).

Uyumla ilgili sayısal bir indeks oluştururken, belli varsayımlarda bulunmak zorunludur. Burgess ve Cottrell (1939) bazı deneklerin aşağıdaki ifadelerle evliliklerini tarif ettiklerini görmüşlerdir: 1. Birey evliliğini mutlu olarak tarif

etmektedir. 2. İlişkideki kritik konularda temelde bir anlaşma vardır. 3. Önemli miktarda ortak ilgi alanı ve aktivite mevcuttur. 4. Sık sık sevgi gösterileri sergilenmektedir. 5. Evlilik seçimi konusunda asgari düzeyde pişmanlık ve evlilik veya partner konusunda da yine asgari seviyede şikayet vardır.

2.11. Evlilik Uyumunun Ortaya Çıkışı

Sayısal rakamlarla evlilikte başarıyı ölçme yönündeki muhtemelen ilk teşebbüs 1929 yılında Hamiltan tarafından yapıldı. Evlilikte uyum ve evlilikte başarı aynı şey olmasa da, evlilikte başarıyı ölçme yönündeki bu ilk teşebbüs de yine evlilikte uyumun bir ölçüsü olarak düşünülebilir. Burgess ve Cottrell, evlilik başarısının öngörülmesine izin vermek için bir ölçek geliştirip dağıtarak evlilik uyumu konusunda en eski kapsamlı çalışmayı yürütmüştür (1939). Terman (1938) ise evlilik uyumu konusunda ortaya çıkan genel bir kavram ile ilgili kişilik faktörlerine baktı, ve uyumun iyi olduğu evliliklerin, nispeten çatışmadan uzak, karı ve kocanın belli başlı konularda nispeten anlaşma içerisinde olduğu, aynı boş zaman ilgilerinden hoşlandıkları ve onlara birlikte katıldıkları ve birbirine sevgi gösterdikleri evlilikler olduğunu söylemiştir. Aralarında uyumun iyi olduğu eşler ayrıca sıkıntısız aile geri planından gelen olgun, istikrarlı, geleneksel, ve uyumlu insanlar olarak tanımlanabilir. Evlilik uyumsuzluğu kavramı ise zıt özelliklere veya bir çiftin uyumlu özelliklerin mevcut olduğu bir ilişkiye sahip olamamasına gönderme yapar (Aktaran: Spanier, 1972).

2.12. Olumlu ve Olumsuz Taraflarıyla Evlilik

Sosyal bilimciler her zaman evli insanların, bekar, ayrı veya boşanmış çiftlere göre daha yüksek seviyelerde psikolojik ve bedensel sağlığa sahip olduğunu bulan sonuçlar yayınlamaktadır (Horwitz, White ve Howell-White, 1996; Horwitz, McLaughlin ve White, 1997; Horwitz ve White, 1991; Simon, 2002; Waite, 1995; Williams, 2003). Evliliğin sağlık üzerinde doğrudan etkili olabileceği bir dizi mekanizma mevcuttur. Daha mutlu insanlar evlilik yapmak üzere seçilebilsede (Mastekaasa, 1992), şu açıktır ki evlenmenin psikolojik sağlığı iyileştirmede en azından bazı ilave etkileri vardır. Bedensel sağlığa gelince, eşi tarafından doğrudan gözlenme dahil, evlilikle ilişkilendirilen yapılandırılmış ve organize yaşam tarzı, sağlıklı davranışları teşvik eder, buna karşılık zararlı olanları engeller (Waite, 1995).

Evliliklerin kalitesi düşük olduğu zaman, bireyler diğer sürekli evli çiftlerle aynı türde psikolojik ve fiziksel sağlık faydalarını elde edemeyebilirler. Mutsuz evliliği olan kimseler, muhtemelen eş olarak rollerinde çok fazla bir anlam bulamamakta veya diğer sürekli olarak evli çiftler kadar partnerlerinden destek almamaktadır. Diğer bir deyişle, uzun süreli ve düşük kaliteli evliliklerde, evlilikteki mutsuzluğun olumsuz etkisinin, diğer türlü evliliğin sağlayacağı her türlü potansiyel faydayı ortadan kaldıracağı düşünülebilir. Geçmiş araştırmalar gösterdi ki evliliklerinde mutsuz olan bireyler aynı zamanda genel mutluluk açısından da düşük puanlara sahiptir (Glenn, 1998). Evlilikten duyulan mutsuzluk diğer aile ilişkilerine de yansiyacak ve böylece yaşam doyumunu da etkileyecektir (Booth ve Amato, 1991).

Hawkins ve Booth (2005) uzun süreli düşük kaliteli evliliklerin, genel sağlık (iyi olma) üzerinde önemli olumsuz etkileri olduğunu öne sürmektedirler. 12 yıllık bir süre içerisinde mutsuz evlilikleri takip etmiş ve birçok boyut açısından evlilikte mutluluğu değerlendiren çok-maddeli bir evlilik kalitesi ölçeği içeren ulusal seviyede temsil edici özelliği olan bir çalışma yapmışlardır. Evlilikte mutsuz olmak, sürekli evli olmak ile karşılaştırıldığında, oldukça düşük seviyede genel mutlulukla, yaşam doyumuna ve özsaygı ile genel sağlıkla ve yüksek seviyede psikolojik sıkıntı ile ilişkilendirilmektedir. Ayrıca, evlilikte mutsuz olmanın boşanmaktan daha tehlikeli olduğu konusunda kanıtlar mevcuttur, çünkü düşük kaliteli evlilik yaşayan insanlar, boşanan ve tekrar evlenen bireylerden daha az mutludur. İlaveten, boşanan ve evlenmeyen bireylerden daha düşük seviyede yaşam doyumuna, özsaygıya ve genel sağlığa sahiptir.

2.13. Evlilik Üçgeni: Evlilik Doyumunu Yordayan Üç Faktör

Larson (2003) literatür taraması ve araştırma yaptıktan sonra, iki düzine civarındaki spesifik yordayıcının, mantıki olarak belli başlı üç faktörün oluşturduğu üçgen bir model şeklinde kategorize edilebileceğini keşfetti. Köken aile deneyimleri ve mevcut stres seviyeleri bireysel ve ilişki bağlamlarını oluşturur. Kişiliğiniz, tutumlarınız ve becerileriniz bireysel özelliklerinizi oluşturur. Çift iletişiminiz, cinsel uyumunuz, çatışma çözüm becerileriniz çift olarak özelliklerinizi oluşturur.

Evlilikte başarıyı yordamada ikinci önemli faktör, kişiliğiniz, tutumlarınız ve becerileriniz dahil bireysel özelliklerinizdir. Bu faktörü oluşturan spesifik alt faktörler şunlardır:

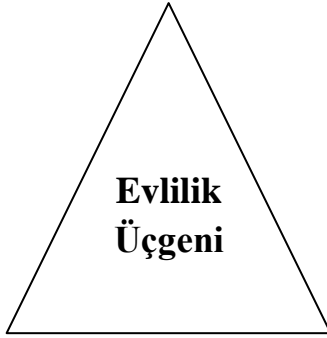
Şekil 3. Evlilik Doyumsuzluğu ve Doyumunu Yordayan Özellikler

<i>Evlilik Doyumsuzluğunu Yordayan Özellikler</i>	<i>Evlilik Doyumunu Yordayan Özellikler</i>
<p>Stresle başa çıkmada güçlük</p> <p>İşlevsel olmayan inançlar</p> <p>Aşırı dürtüsellik</p> <p>Aşırı öfke ve düşmanlık</p> <p>Tedavi edilmemiş depresyon</p> <p>Kronik Sinirlilik</p> <p>Aşırı özbilinç</p>	<p>Dışa dönüklük</p> <p>Esneklik</p> <p>Üst seviyede özsaygı</p> <p>İyi derecede kişilerarası ilişki becerileri (iddiacılık gibi)</p> <p>Bağlılık</p> <p>Sevgi</p>

Şekil 4. Evlilik Üçgeni

BİREYSEL ÖZELLİKLER

ÇİFT ÖZELLİKLER

<p>Sorumluluklar</p> <p>Stresle başa çıkmada güçlük</p> <p>İşlevsel olmayan inançlar</p> <p>Aşırı Dürtüsellik</p> <p>Aşırı öfke ve düşmanlık</p> <p>Tedavi edilmemiş depresyon</p> <p>Kronik sinirlilik</p> <p>Aşırı öz bilinç</p> <p>Faydalar</p> <p>Dışa dönüklük</p> <p>Esneklik</p> <p>Üst seviyede öz saygı</p> <p>Atılganlık</p> <p>Bağlılık</p> <p>Sevgi</p>	 <p>İLİŞKİ BAĞLAMLARI</p> <p>Aile temelli etkiler</p> <p>Aile sürecinden kalanlar</p> <p>Ailedeki özerklik</p> <p>Ebeveyn evliliği</p> <p>Ebeveyn ve arkadaşların onayı</p> <p>İş stresi</p> <p>Ebeveyn stresi</p> <p>Dış kaynaklı stresler</p> <p>Diğer stres sebepleri (borç, sağlık, akrabalarından kaynaklanan)</p>	<p>Sorumluluklar</p> <p>Negatif ilişki biçimi</p> <p>Faydalar</p> <p>İletişim becerileri</p> <p>Çatışma çözüm becerileri</p> <p>Birlik</p> <p>Yakınlık</p> <p>Kontrol ve güç paylaşımı</p> <p>Konsensüs</p>
---	--	---

Şekil 4. Evlilik Üçgeni Larson (2003)'den alınmıştır.

Bu kişilik özellikleri, evlilik (işlev) bozukluğu (dysfunction) (örneğin, dürtüsellik) ve bunun yanısıra da evlilik doyumunu (örneğin esneklik) ile ilgilidir. Bir kişilik özelliğinin evlilik doyumuna nasıl zarar verebileceğinin bir örneği için, dürtüsellik özelliğini göz önüne alalım. Dürtüsel insanlar genellikle düşünmeden hareket etme eğilimindedirler. En baştan, eylemlerinin kendileri veya başkaları üzerindeki sonuçlarını düşünemezler. Örneğin, dürtüsel partner, çiftin o alışverişe gücünün yetip yetmeyeceğini düşünmeden kredi kartını alıp aşırı harcama yaparsa, bu evlilikte sorunlara yol açabilir. Son olarak, partnerinize karşı hissettiğiniz sevgi ve bağlılık duygusu, evlilik doyumunuzun ana yordayıcısıdır. Ancak, sevgi ve bağlılık ayrı olgulardır. Burada tanımlandığı şekliyle *sevginin* üç unsuru vardır: (1) partnerinize hissettiğiniz duygusal bir bağlılık hissi (“Burada olmadığına onu özlerim”), (2) onunla yaşadığınız yakınlık (samimiyet) deneyimi (“Kendim hakkında önemli şeyleri ona anlatabilirim”), ve (3) ilgi (“Onun için bir şeyler yapmak isterim”). Daha sonra, hâlihazırda evliliğinizdeki sevginin bu üç unsurunu değerlendireceksiniz. *Bağlılık* sizin ilişkinizin sürekliliği ile ilgili algınız, başka romantik ilişkilere girmekten kaçınmanız, ve evlilik sona erecek olsa, yaşayacağınız kayıp duygusuna gönderme yapar. Her ne kadar sevgi ve bağlılık genellikle el ele gitsede, her zaman öyle olmayabilir de. Örneğin, partnerinizi çok sevmeyebilir ama yine de evliliğin sürekliliği ile ilgili kuvvetli dini inançlarınızdan, iyi alternatif ilişki yokluğundan veya eğer bir boşanma gerçekleşirse, mali güvenceyi veya duygusal desteği kaybetme riskinden dolayı ona bağlı kalabilirsiniz (Larson, 2003).

2.13.1. Çift Özellikleri

Üçüncü ana yordayıcı faktör sizin çift olarak özelliklerinizdir. Bunlar, sizin çift olarak iletişim ve çatışma çözme becerilerinizi, birliğinizi, yakınlığınızı, kontrol veya gücünüzü ve konsensüsünüzü içerir. İletişim ve çatışma çözme becerileriniz ne kadar iyiyse, farklılıkları o kadar iyi çözebilir ve hayatınızı birlikte o kadar iyi idare edebilirsiniz. İyi iletişim becerileri, sevgi ve nazik bir tutum ile birçok evlilik çatışması, değer farklılıkları ve uyumsuzluklar halledilebilir. Bu yüzden, iletişim becerileri, evlilik motorunun yağdır. Onlar olmadan, motor ya kötü çalışır ya da hiç çalışmaz (Larson, 2003).

2.13.1.1. Birlik

Evliliğin erken dönemlerinde bütün çiftlerin yaşadığı belli başlı sorunlardan birisi, ne kadar zamanın birlikte ne kadar zamanın da ayrı olarak harcanacağını ayarlayabilmektir. Zevkli bir şekilde ne kadar çok zaman birlikte geçirilirse, birlik o kadar büyük olur. Ancak, evli olmak demek, bekârken zevk aldığınız tüm bireysel ilgilerinizi, hobilerinizi ve aktivitelerinizi bırakmanız gerektiği anlamına gelmez. Bazılarını azaltmanız gerekebilir ama onları tamamen bırakmamalısınız. Aslında, bir ilişkideki partneriniz, sadece onunla olabilmeniz için, bütün hobi ve aktivitelerinizi bırakmanızı talep ettiğinde, bir uyarı ışığının yanması gerekir. Buna sahiplenicilik denir ve bu sadece soruna yol açar (Larson, 2003).

2.13.1.2. Kontrol veya Güç Paylaşımı

Bütün insan ilişkilerinde mevcut olan önemli boyutlardan birisi de kontrol veya güçtür. *Güç*, burada bir başka kişiyi, sizin istediğiniz yönde gitmesi için etkilemek olarak tanımlanır. Evlilikteki güç mücadelelerini duymuşsunuzdur. Evlilikteki güç mücadeleleri genellikle paranın nasıl harcanacağı konusuna, çatışma çözmeye ve önemli kararların nasıl verileceği konusuna odaklanır (yani evlilikte “patronun kim olduğu” mevzusu). Önemli olan şey tartışmanın konusu değildir, *onun nasıl tartışıldığı* (çatışma çözme becerileri) ve *gücünün nasıl paylaşıldığıdır*, önemli olan (Larson, 2003).

2.13.1.3. Konsensüs

Konsensüs toplum içerisinde düzgün davranış, dini meseleler, karar verme ve sevgi gösterileri gibi evlilikle ilgili çeşitli konularda siz ve partnerinizin yaşadığı uyumun derecesine gönderme yapar. Bu konularda ne kadar anlaşırırsanız, aranızdaki konsensüs o kadar yüksektir. Aranızdaki konsensüs ne kadar fazlaysa, geçinmek daha kolay olur ve evlilik daha düzgün işler. Ancak, evlilikle ilgili bazı konularda çiftler arasında konsensüsün olmaması yaygın bir durumdur. İyi iletişim becerileriniz, sevgi dolu bir tutumunuz ve belli seviyede hoşgörünüz varsa, birçok farklılıklara uyum sağlamayı öğrenebilirsiniz. Örneğin, farklı inançtan çiftler anlaşamadıkları konusunda anlaşarak ilişkilerini başarılı bir şekilde sürdürür. Sonuç olarak, partnerlerin her biri kendi dini inançlarını yaşamaya devam edebilirler.

Ancak, çocuklar doğduğu zaman, çocukların dini eğitimi konusunda, karşılıklı olarak uzlaşılan bir karara veya konsensüse ulaşmak için sevgi dolu bir tutuma ve iyi çatışma çözme becerilerine gereksinim duyulur (Larson, 2003).

2.13.1.4. Sevgi

Partnerinizi ne kadar seviyorsunuz? Burada olgun, arkadaşça ve dostluk dolu bir sevgiden bahsediliyor. Bu, ötekine karşı ilgili ve saygılı bir sevgidir. Ayrıca duygusal bağlanmayı da içerir. Ancak, duygusal olarak ne kadar bağılısınız? Bağlılığınız (adanmışılığınız) ne kadar derindir? Evlilik terapisinde en sık duyulan şikayetlerden birisi, “Artık onu sevmiyorum.”dur. Onun aslında demek istediği şey, “O sevgi dolu duyguyu kaybettik” tir.”O sevgi dolu duygu nedir? Genellikle romantik sevgi (aşk). İnsanlar, biraz çaba ile romantik sevginin tekrar alevlenebileceğinin farkında değildirlere. Ama daha da önemlisi, siz iyi bir arkadaş mısınız? Onun iyi olmasına ne kadar önem veriyorsunuz? Birkaç günlüğüne şehir dışına çıktığında, onu özleyecek derecede ona bağılı mısınız? Evlilikte sevgi konusunda akılda tutulması gereken en önemli noktalar şunlardır: 1. Sevgi, ilişkinin hayatta kalması için temel unsurdur. 2. Hepimiz ona sahip olmak isteriz. 3. Ona sahip olmadığımızda, çok sıkıntılı oluruz. 4. Çoğumuz romantik sevgiyi nasıl tekrar alevlendireceğimizi veya arkadaşça bir sevgiyi nasıl besleyeceğimizi bilmeyiz. 5. Her iki sevgi türünü de alevlendirmenin ve beslemenin kanıtlanmış yolları mevcuttur. 6. Bir şeye ne vermişseniz, ondan onu alırsınız-Sevgi görmek için, siz de başkalarına onu göstermelisiniz (Larson, 2003).

2.13.1.5. Bağlılık (Adanmışlık)

Ömür boyu partneriniz olarak eşinize ne kadar bağılısınız? Evlilik kurumuna ne kadar bağılısınız? Yani, evliliğin bekârlıktan daha iyi olduğuna, değer verilen, korunan ve beslenen sadece bir kerelik kalıcı bir ilişki olduğuna inanıyor musunuz? Bağlılık, evlilikte zamk gibidir. Eğer kuvvetli bir zamk ise, evlilik hayatı boyunca beklendik (çocuk doğurma gibi) veya beklenmedik (işini kaybetme gibi) olaylarda sizi birbirinize bağılı tutar. Sizi partnerinize sadık kılar. İşler çok zorlaştığında, sizin denemeye devam etmenize yardımcı olur. Onu affetmenize yardımcı olur. Onu hatırlamanızı sağlar. İlişkinizin yürümesini sağlar (Larson, 2003).

2.14. Aşk Üçgeni: Üç Unsur

Aşkla ilgili üçgen teorisi, aşka, birlikte bir üçgenin köşelerini oluşturduğu düşünülen üç unsur açısından bakılabileceğini ileri sürmektedir. Bu üç unsur şunlardır: yakınlık (üçgenin tepe noktası), tutku (üçgenin sol tarafı), ve karar/bağlılık (üçgenin sağ tarafı) (Sternberg, 1986).

Bu üç terimden her biri, çok çeşitli biçimlerde kullanılabilir, bu yüzden de daha başlangıçta mevcut teori bağlamında onların anlamlarını netliğe kavuşturmak önemlidir. Yakınlık (intimacy) unsuru, aşk ilişkilerinde yakın olma ve bağlı olma duygularına gönderme yapar. Bu yüzden de, kapsamı içerisinde, esas olarak bir aşk ilişkisinde sıcaklık deneyimine yol açan duyguları içerir. Tutku unsuru ise, aşk ilişkilerindeki sevgi, fiziksel çekim, cinsel mükemmeliyet ve ilintili olgulara yol açan dürtülere gönderme yapar. Bu yüzden de, kapsamı içerisinde, sevgi ilişkilerinde tutku deneyimine yol açan motivasyon ve diğer uyarılma biçimlerini içerir. Karar/bağlılık unsuru ise, kısa vadede, bir kimsenin bir başkasını sevdiğine karar vermesini, uzun vadede ise o sevgiyi sürdürme konusundaki bağlılığa gönderme yapar. Bu yüzden, karar/bağlılık unsuru, kapsamı içerisinde, bir sevgi ilişkisinin varlığı ve ona olan uzun vadeli bağlılık konusundaki kararlarla hakkındaki bilişsel öğeleri içerir. Genelde, yakınlık unsurunun, büyük ölçüde ama tamamen olmamak üzere ilişkiye duygusal yatırım yapmaktan kaynaklandığı; tutku unsuru yine büyük ölçüde ama tamamen olmamak üzere, ilişkiye motivasyonel olarak katılmaktan kaynaklanmaktadır; karar/bağlılık unsuru ise büyük ölçüde ama tamamen olmamak üzere ilişki konusundaki bilişsel karar ve ilişkiye olan bağlılıktan kaynaklanır. Bir açıdan, yakınlık unsuru, “ılık” bir unsur, tutku unsuru “sıcak “ bir unsur ve karar/bağlılık unsuru ise “soğuk” bir unsur olarak görülebilir (Sternberg, 1986).

2.15. Evliliklerin Nasıl Bozulup Nasıl İşleyeceğine Dair Bütünleşik Bir Model

Günümüzde, psikologlar tarafından evlilik üzerine yapılan araştırmalar oldukça verimli olmuştur. Laboratuvarlarda yedi tane sürekli ortaya çıkan örüntü tespit edilmiştir. Bu örüntüler şunlardır (a) başarısızlık ile ilişkili olabilecek olan mutsuz çiftlerdeki daha büyük orandaki olumsuz duygusal karşılıklık; (b) mutsuz çiftlerde ve boşanma yolundaki çiftlerde düşük pozitiflik-negatiflik oranı (bu mutlu evliliği olan çiftlerde daha büyük bir uyum iklimi içerir); (c) pozitifliği düşük duygular

mutsuz çiftlerde baskındır; (d) boşanma yolundaki çiftlerde eleştiri, savunmacılık, küçümseme ve kösteklemenin mevcudiyeti; (e) mutsuz çiftlerde, kadının talep ettiği kocanın ise geri çekildiği bir örüntü konusunda daha fazla kanıt (bu tabii ki bir ölçüde mutlu evliliği olan çiftlerde de olabilir); (f) Mutsuz çiftlerde, partner hakkında olumsuz ve kalıcı nitelermeler ve evlilik ve partner hakkında daha olumsuz hikayeler; ve (g) mutsuz çiftlerde daha büyük fiziksel uyarılma (Gottman, 1998).

Bu noktada ihtiyaç duyulan şey, farklı örüntülerin bir araya getirileceği kuramsal bir modeldir. Kuram arayışının iki soru ile yönlendirilmesi gerekir; evlilikte işlemeyen şey nedir sorusu (yani, yedi olumsuz örüntü nasıl bir ilişki içerisindedir ve bozulan evliliklerdeki yedi olumsuz örüntünün oluşumu ve işleyen şey nedir sorusu, yani evlilikleri iyi giden çiftler farklı olarak ne yapmaktadır (düşünce, duygu vs). Her iki soru da gereklidir- olumsuz işlemeyen (dysfunctional) örüntülerin tespit edilmesi, eşzamanlı olarak pozitif işlevsel örüntülerin tespit edildiği anlamına gelmez (Gottman, 1998).

Gottman uzun vadeli bir araştırmaya dayanan ve evlilik doyumunun ilintileri konusunda bir işlemeçlik (dysfunction) kuramı önermiştir. Gottman istikrarsız evliliklerin üç tane sabit uyumdan birisini zaman içerisinde çözememelerinin muhtemel olduğunu ileri sürmüştür: dengesiz (istikrarsız), onaylayıcı, çatışmadan kaçınan. İstikrarlı bir uyum gerçekleştirmeye çalışırken, bazı çiftler pozitiflik negatiflik dengesini yüksek bir seviyede tutturamayan bir örüntüye düşerler. Eşler şikayetlerini genellikle eleştiri ve küçümseme olarak formüle etmektedir. Savunmacı bir şekilde karşılık verirler ve sonunda birbirinden uzaklaşırlar. Bu formülasyonun özünde, bir ekoloji kuramı vardır, ve bu oldukça yüksek düzeyde pozitifliğe eğilimli bir pozitiflik-negatiflik oranının korunması gereken evlilik davranışı ekolojisidir. Bu orantı, yüksek seviyede, yaklaşık olarak 5.0 düzeyinde düzenlenmesi gereken bir miktar olarak ileri sürülmektedir. Evlilikteki etkileşim ile ilgili olarak, o etkileşimin her bir partner tarafından nasıl algılandığı da bir alt metindir. Eğer 5.0 oranı önemli ölçüde ihlal edilirse, iyi olma algısı, yerini sıkıntıya bırakır, ki bu bir çeşit incinme ve öfke kombinasyonu (döğüşme veya “haklı kızgınlık” algısı) veya incinme ve saldırılma algısı (kaç veya “masum kurban” algısı) kombinasyonudur. Sıkıntı durumundaki zamanın uzunluğu ise, bir kimsenin partnerinin duyguları tarafından istila edilme ve ilaveten dağınık fizyolojik uyarılma, olumsuz öznel duyuşsal

durumlar, ve partnerin olumsuz nitelendirmeleri gibi duyguları hissetme olayını belirler. Bu istila edilme duygusu, kişinin evlilikteki sorunları ciddi olarak algılamasını, bu problemlerin eşle birlikteden ziyade yalnız başına daha iyi çözüleceği inancı, insanların hayatlarını eskiden olduğundan daha paralel olacak şekilde düzenlemesini ve evlilikte yalnızlığı içeren “Uzaklık ve Yalnızlaşma Çağlayanı”nı başlatır. Sonunda, kişinin tüm ilişki ile ilgili algısı bile etkilenir ve çiftin hikayeleri (olayları anlatış biçimleri) de değişir (Gottman, 1998).

Sözlü geçmişle ilgili mülakatta, insanlar (özellikle kocalar) evlilikten hayal kırıklıklarını ifade ederler, eşe olan düşkünlüklerinin çok az olduğunu açıklarlar ve kendilerini geçmişte aynı biçimde görmeyen veya ortak bir evlilik felsefesini paylaşmayan ayrı varlıklar olarak sunarlar. Ayrıca, hayatlarını kaotik ve kontrolden çıkmış olarak görme eğilimindedirler ve evlilikteki tüm çatışmaları anlamsız ve boş olarak algırlar. Bu anlatım, evlilikleri istikrarlı olan, olumlu duygulanım ve iknayı çok çeşitli biçimlerde kullanan- ki bu yollar onları fizyolojik stresden ve partnerlerinin olumsuz duygularını korkunç, iğrenç, dehşet verici, ezici, dağıtıcı ve öngörülmesi imkansız olarak algılamaktan alıkoyar- partnerlerden elde edilen sonuçlarla dengelenir (Gottman, 1998).

2.16. Bağlamsal Bir Evlilik Modeli

Bradbury ve Fincham (1988) tarafından ileri sürülen bağlamsal bir evlilik modeli bir eşin açık davranışlarla meşgul olduğunda, partnerde hızlı duyuşsal ve bilişsel işlemler gerçekleştiğini ileri sürmektedir. Bu işlemin sonucuna dayalı olarak, partner davranışsal bir tepki sergiler, ki bu da eşte açık davranışlar gerçekleşmesine sebep olur.

Bunun sonucunda, birkaç tane buna benzer eş davranışı üzerine bir etkileşim dizisi oluşturulur - partner işlemi - partner davranışı - eş işlemi - eş davranış birimleri. Bağlamsal modele göre, işlem (processing) unsuru üçüncü bir unsur ile bütünsel olarak ilişkilidir: eş ve partner davranışlarının gerçekleştiği *bağlam*. Bağlam, geniş çaplı olarak evlilikte davranış işlemlerini etkileyen psikolojik şartlar veya değişkenlere gönderme yapar (Bradbury ve Fincham, 1988).

Proksimal (yakın) bağlam partnerin belli bir davranışını işleminden geçirmeden hemen önce bir eş tarafından yaşanan düşünce ve duyguları içerir. Örneğin, önceki düşünceler, partnerin sonraki davranışlarının nasıl işleneceğini de etkileyebilecek olan önceki davranışı ile ilgili spesifik hatıralar veya açıklamaları içerebilir; önceki düşünceler, partnerin davranışında eşin dikkat ettiği spesifik olayları ve o davranışı kavramada hatırlanan spesifik olayları etkileyebilir. Kısaca, proksimal bağlam, partnerin belli bir davranışından hemen önceki anlarda bir eşin öznel durumuna gönderme yapar (Bradbury ve Fincham, 1988).

Tersine, *distal (uzak) bağlam* partner davranışını işlemlemeyi etkileyen daha sabit psikolojik değişkenleri içerir. Bunlar arasında, evlilikte doğru davranış ile ilgili inançlar gibi doğrudan ilişkilerin işleyişi ile bağlantılı değişkenler ve kişilik değişkenleri, anlambilimsel ve epizodik hafıza, bilgi işlemede yaygın önyargılar (eğilimler) (ör. benmerkezci eğilim) ve kronik ruh halleri (ör. depresyon) gibi daha az doğrudan ilintili değişkenleri içerir. Yakın ve uzak değişkenler, her ikisinin de ilişki davranışlarının yorumlandığı veya işlendiği bir bağlam sunmaları açısından benzerlik gösterse de, onlar arasında belirgin farklılıklar da mevcuttur (Bradbury ve Fincham, 1988).

Yakın bağlam, dikkatli uyarılar yoluyla elde edilen spesifik, hızla değişen duygu ve düşünceler ile karakterize iken, uzak bağlam, çok farklı ilişki durumlarında işlemesi muhtemel çeşitli daha az geçicilik gösteren değişkenler ile farklılık gösterir. İlaveten, bir bireyin, ilintili uzak değişkenlere göre (ör. Bilgi işlemede önyargılar/eğilimler) bir ilişki olayını (ör. öfke duyguları) etkileyen yakın (proksimal) unsurların derhal farkına varması daha muhtemeldir. Bu yüzden, hem yakın hem de uzak değişkenleri, bağlamsal model içerisinde düşünmenin mantığı, bu iki değişken sınıfının birlikte incelenmesinin sağlayacağı avantajlarda yatar. Bildiğimiz kadarıyla, bağlamsal model bu farkı açık bir şekilde ilk defa kabul edendir ve bu nedenle de bu değişkenler arasındaki olası ilişkileri belirleme fırsatı sunar. Böylece, bağlamsal modelin merkezi bir özelliği, yakın bağlam ve uzak bağlam arasındaki ilişkidir (Bradbury ve Fincham, 1988).

2.16.1. Uzak Bağlam, Yakın Bağlam ve Evlilik Doyumu

Bağlamsal model, bir eşin evlilikle ilgili doyumunun, partner davranışını işleme ve o davranışa cevap vermeyi etkileyen uzak ve yakın değişkenlerle ilişkili olacağını varsayar. İki uzak değişken ile ilgili en son bulgular bu olasılığı desteklemektedir. İlk olarak, bir kimsenin kendisini erkek ve kadın olarak tanımlama derecesi olan cinsiyet rolü, tipik olarak sabit bir kişilik değişkeni olarak düşünülür ve bu yüzden de uzak bağlamın bir parçası olarak görülür. Yüzünü uzak bağlamın nispeten sabit unsurlarından yakın bağlamın daha geçici unsurlarına çeviren bir kimse, evlilik doyumunu ile ilgili öz bildirimlerde onların önemi konusunda benzer kanıtlar bulur (Bradbury ve Fincham, 1988).

Son zamanlarda birçok araştırmanın konusu olan değişkenlerden birisi eşlerin ilişki olayları için kullandığı nitelemelerdir. Sıkıntılı muadillerine göre, sıkıntısız eşler partnerlerinin davranışları için ve evlilikteki hazlihazırdaki sorunları için daha pozitif nedensel nitelemeler yapabilirler. İkinci olarak, nitelemeler operasyonel olarak, geneldeki olaylara global tepkilerden ziyade spesifik ilişki olaylarına tepkiler olarak tanımlanır. Üçüncü olarak, nitelemelerin uzak değişkenler olarak kavramsallaştırılması, kontrol beklentileri odağı içeren ayrı bir evlilik araştırmaları grubu ile yakından ilişkilidir; bunlar, eylemler ve sonuçlar arasındaki durumlararası olasılıklar hakkındaki inançlarla ilgilidir ve bu yüzden de bağlamsal modelde uzak unsurlar olarak anlaşılırlar. Dördüncü olarak, araştırmalar göstermektedir ki evlilikteki nitelemeler sıkıntılı ve sıkıntısız çiftleri karakterize eden sabit açıklayıcı tarzlardan ziyade spesifik olayların bir fonksiyonudur. Bağlamsal modeli incelerken göz önüne alınması gereken önemli bir nokta, yakın ve uzak bağlamları temsil etmek üzere seçilen spesifik değişkenlerdir. Uygun seçim kriterlerinin yokluğunda, ortaya çıkan her türlü sonuç, model açısından keyfi ve evlilik araştırmaları açısından da ilgisiz görülebilir. Bu kusuru engellemek ve yönetilebilir sayıda değişkeni elde tutabilmek için, daha önce anlatılan iki kritere dayalı değişkenler seçilmiştir. İlk olarak, sadece evlilik doyumunu ile güvenilir bir biçimde ilişkili olduğu bilinen değişkenlerin dahil edilmesi gerektiği düşünülmüştür, çünkü evlilik doyumunu konusunda şaibeli değişkenlerin araştırılması, bağlamsal modeli değerlendirecek çok az bilgi sağlar. Daha önce belirtildiği gibi, cinsiyet rolü (veya daha doğru ifade ile dişilik/kadınlık), ilişki ile ilgili gerçekçi olmayan inançlar, ve nedensellik ve

sorumluluk nitelermeleri, bu kriteri karşılayan çok az sayıdaki bireysel farklılık değişkenleri arasındadır. İkinci bir kriter olarak, bağlamsal modelin merkezi unsurlarını açıkça örneklendiren değişkenler seçilmelidir, çünkü bunlar modelin en etkili ve tutumlu bir şekilde incelenmesine izin verir. Yani, emsal (rnek) niteliğinde değişkenleri olan muğlak sonuçlar, kolayca modelin kendisinde netlik olmamasına atfedilebilir. Buna karşılık emsal olmaktan biraz uzak değişkenler kafa karıştırıcı olur, çünkü bunlar ya modele ya da uygunsuz değişken seçimine atfedilebilir (Bradbury ve Fincham, 1988).

2.17. Bağlılığın Tanımı

Bağlılık farklı alanlarda farklı anlamlara gelen bir kavramdır. Genel bir tarama yaptığımızda bağlılık deyince karşımıza farklı anlamlar çıkmaktadır. Örneğin;

Örgütsel bağlılık, bir kimsenin, örgütünün amaç ve değerlerine etkili bağlılığı olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlılık, araçsal bir değerden öte, kişinin işini kendi iyiliği için örgütünün amaç ve değerleriyle ilişkili olarak yapmasıdır. Bağlılık duyan işrenler, örgütünün amaç ve değerlerine güçlü bir biçimde inanır ve beklentilere gönüllüce uyarlar (Firestone ve Pennell, 1993).

Diğer bir alanda kişinin satın alma isteğini etkileyen bir kavram olarak geçen duygusal bağlılık ise algılamaların duygusal olarak ifade edilmesi ve nesnelere duygusal olarak bağlanma anlamına gelmektedir (Ranganathan, Madupu, Sen ve Brooks, 2013).

Bağlılık Türk Dil Kurumu sözlüğünde “birine karşı sevgi, saygı ile yakınlık duyma ve gösterme, sadakat” olarak tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu [TDK], 1998).

Çalışmamızın konusu olan ilişkisel bağlılık ise bir ilişkiyi sürdürme ihtimalini tanımlamak için kullanılır (Arriaga ve Agnew, 2001). Thompson-Hayes ve Webb (2004) evlilikte bağlılığı çiftlerin karşılıklı bir şekilde, fonksiyonel olarak ya da kısmen etkileşimli olarak evliliklerinde kalma arzuları olarak tanımlamışlardır. Rusbult (1983) ise bağlılığı ilişkiyi devam ettirme niyetini ve partnere olan psikolojik bağlılık duygusunu da içeren uzun dönemli uyum olarak tanımlamıştır. Bağlılığı

ilişkiyi uzun süre devam ettirme niyeti olarak tanımlayanlar (Johnson, 1973; Stanley ve Markman, 1992; Stanley, 2002) olmakla birlikte bağlılık, diğer seçeneklerden vazgeçmek için yapılan bir seçim olarak kavramlaştırılarda vardır (Stanley vd., 2005).

Bağlılık ilişkilerin tanımlayıcısı olarak en sık kullanılan kelimelerden biridir. “Ben ilişkiye bağlıyım” demek kişinin o ilişkide ortaklığını belirtmesinin bir yoludur. Böyle söyleyen kişi yalnızca ilişkisine bağlı olduğunu anlatmaz aynı zamanda niçin ilişkisini sonlandırmadığının sebeplerini de açıklar. Bağlılık farklı insanlar için farklı anlamlara gelir. İlişkilerde bireylerin yaptıkları ortak bir hata; bağlılığa yükledikleri kendi anlamlarının partnerleri tarafından da hissediliyor olduğunu düşünmektir. Partnerler bağlılık kavramı konusunda aynı noktada buluşmadıkları zaman bu durum partnerler arasında ihanet veya terk edilme hissi ile sonuçlanabilir (Kirk, Eckstein, Serres ve Helms, 2007).

Kern (2006) pek çok ilişki kavramını tanımlamak için “bilgisayar programları” metaforunu kullanır. Sevgi, para, aile, cinsiyet rolleri ve din bu programlardandır ve biz büyüdükçe bunlar artar. Pek çok çift için problem, bireyin kendi kişisel bilgisayar programının partneri ile aynı olduğu algısıdır. Elbette, paylaşılan temel değerler ilişki memnuniyeti için esastır. Fakat partnerlerden biri farklı bir programa ya da ilişki algısına sahipse kişi partnerinin bağlı olmadığını hissedebilir (Aktaran: Kirk vd., 2007).

2.18. Bağımlılık, Bağlılık ve İlişkinin Sürdürülmesi

Bağımlılık seviyesi bir bireyin belli bir ilişkiye ne kadar "ihtiyaç duyduğu" veya istenen sonuçlara ulaşmak için özel olarak bu ilişkiye ne kadar bel bağladığıdır. Bireylerin bağımlı hale geldiği birkaç süreç bulunmaktadır (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998). Birinci olarak, partnerler yüksek doyum aldıkları sürece bağımlı olurlar. Doyum seviyesi, bir bireyin bir katılımın sonucu olarak olumsuz etkilere oranla edindiği olumlu etki miktarını açıklamaktadır. Bir ilişki bireyin birliktelik, güvenlik, yakınlık, cinsellik ve aidiyet gibi en önemli ihtiyaçlarını karşıladığı sürece doyuma ulaştırır (Rusbult vd., 1998).

Bağımlılık, bireyin mevcut ilişkisinin alternatifleri daha az tercih edilir olduğu sürece artar. Bunun tersine, bir kişi en önemli ihtiyaçlarını mevcut ilişkisi dışından (belli bir alternatif katılım içinde), diğer katılımların bir kombinasyonu ile (arkadaşlar ve aile üyeleri, veya tek başına) etkin olarak karşılayabildiği durumda kişinin mevcut ilişkisine olan bağımlılığı azalacaktır (Rusbult vd., 1998).

Bir partner ile kalma veya bu kişiyi terk etme kararı kişinin ne kadar olumlu hissettiğine veya başka bir yerde nasıl hissedeceği ile ilgili tahminlerine bağlı olsaydı çok az ilişki ayakta kalırdı. Olumlu hisler azaldığında veya çekici alternatifler ortaya çıkmaya başladığında ilişkiler bozulurdu. İlişkiler statik değildir; partnerlerin hisleri artıp azalır ve birçok ilişki çekici alternatiflere rağmen devam eder (Rusbult vd., 1998).

İkinci olarak; yüksek doyum, kötü alternatifler ve üçüncü bir faktör olan yatırım boyutu ilişkileri etkiler. Yatırım boyutu, bir ilişkiye bağlanmış olan, ilişkinin bitmesi durumunda değeri azalan kaynakların büyüklüğü ve önemi anlamındadır. Partnerler, kendilerinden bir parçayı doğrudan ilişkilerine bağlayarak aralarında güçlü bağlar oluştururlar. Örneğin, zaman ve enerjilerini harcayarak, haysiyet duygularına bağlı kişisel bilgileri partnerleri ile paylaşarak, kendi arkadaşlarını partnerleri ile paylaşarak ve ortak mülkiyet edinerek veya partnerlerine değerli şeyler vererek. Partnerler, birlikte güçlü ve uzun bir gelecek oluşturma amacıyla böyle yatırımlar yaparlar. Yatırımlar bağımlılığı artırır, çünkü yatırım eylemi partner ile olan bağlantıları arttırıp ayrılmayı masraflı hale getirir, aynen kişinin bir parçasından ayrılmasının masraflı olması gibi. Bu yüzden, yatırımlar devamlılık için güçlü birer psikolojik teşviktir (Rusbult vd., 1998).

Bağımlılık; doyum, yatırımlar ve alternatiflerin (veya bunların yokluğunun) ek etkilerini tanımlayan bir yapısal özelliktir. Bireyler devam etmek istediklerinde (doyum duyduklarında), ilişkiye "bağlı" veya devam etmekle yükümlü olduklarını hissettiklerinde (yüksek yatırım yapmak) ve devam etmek dışında bir seçenekleri olmadığında (kötü alternatiflere sahip olmak) kendilerini objektif olarak bağımlılık olarak görülen koşullar altında bulurlar (Rusbult vd., 1998).

İnsanlar birbirlerine bağlandıkça daha güçlü bir bağlılık geliştirirler. Partnerler doyum duyuyorlarsa, alternatifleri yoksa ve ilişkilerine bolca yatırım yaptılarsa

birlikte kalma istekleri güçlenir, kendilerini bağlantılı olarak görür ve ilişkilerinin uzun vadeli geleceğinin nasıl etkileneceğini yansıtan bir yönelimi kabul ederler. Bu bağlamda, psikolojik bir bağlılık deneyimi kendini oluşturan bağımlılık temellerinden (yani yüksek doyum, kötü alternatifler, yüksek yatırım) daha fazla şey içerir (Rusbult vd., 1998).

Sadık bireyler neden ilişkileri menfaatine düşünür ve hareket ederler? Karşılıklı bağlılık teorisinin belli bir durum ve etkili durum arasında yaptığı ayırım bu süreç konusunda bir fikir vermektedir. *Belli bir durum*, partnerlerin belirgin bir durum altında sahip oldukları ani, ben merkezli kişisel tercihleridir. Tabii yakın ilişkiler bağlamında, insanların kendi tercihlerine her zaman uymadıklarını biliyoruz. Davranışlar genelde daha geniş kapsamlı fikirler ile şekillenir. Örneğin, insanın hem kendinin hem de partnerinin refahını geliştirecek olan uzun vadeli hedefleri. Belli tercihlerden uzaklaşılması *motivasyon dönüşümü*, yani bireylerin anlık kişisel çıkarlarını bir kenara bırakıp daha genel düşünmeye başladıkları bir süreci yaratır. *Etkili durum*, dönüşüm sürecinden kaynaklanan tercihlerdir; etkili tercihler ilişkilerinde oldukça sadık olan kişilerin davranışlarını doğrudan etkiler (Rusbult, Martz, Agnew ve Arriaga, 2011).

2.19. Evlilikte Bağlılık

Le ve Agnew (2003) ilişki dinamiklerinin riskli algı ve davranışları nasıl etkilediğini anlamak için ayrılmaya karşı ilişkinin devam ettirilmesi gibi ilişkiler ile ilgili önemli davranışları etkilediği defalarca gösterilmiş bir faktör olan bağlılığın üzerinde durmuştur. Bağlılık terimi genelde bir ilişkinin sürdürülmesi ihtimalini tanımlamak için kullanılır (Arriaga ve Agnew, 2001). Hem amatör hem de profesyonel bilim insanları, bunun çok katmanlı ve karmaşık bir kavram olduğu konusunda hemfikirdir.

Evlilik, iki kişilik bir gruptur. Yani, evli bağlılığı grup bağlılığı ile aynı şeydir ve aynı şekilde tanımlanabilir. Grup bağlılığı "üyelerin grup içinde kalmalarını sağlayan güç alanlarının toplamıdır." Herhangi bir grup içinde kalmak üzerine teşvikler arasında grubun kendisinin çekiciliği ve gruptan ayrılmaya karşı sınırlamaların kuvveti de bulunmaktadır; bir gruptan ayrılmak üzerine teşvikler arasında alternatif ilişkilerin çekiciliği ve mevcut ilişkileri bozmayı engelleyen

sınırlamalar vardır. Yani, evlilik ilişkilerinin kuvveti evlilik içindeki çekim kuvvetleri ve evliliğin çevresindeki engellerin doğrudan bir fonksiyonu, ayrıca diğer ilişkilerin çekim kuvvetleri ve engellerinin de ters fonksiyonudur (Levinger, 1965).

Evliliklerde bir kişi eşine iç değeri, aşkı, çekiciliği, isteklerini karşılması, veya belki de sağladığı prestij veya dış hedeflerine ulaşmasına yardımcı olması yüzünden çekici gelir. Ayrılmaya karşı olan engeller başka kaynaklardan ortaya çıkar: Bir partnerin evliliği veya çocuklarına karşı hissettiği duygusal, dini ve etik bağlılık; ailesi ve toplumunun veya kanun, veya ilgili üyeliklerinin dış baskısı. Yani, evliliğin kuvveti hem bağların hem de zorlamaların bir fonksiyonudur. Fakat engellerin kuvveti, partnerler arası çekim yeterince güçlü olduğu sürece önemli değildir. Birçok evlilikte bu engeller çok önemli değildir. Eşlerin birbirine sıkıca bağlanması, herhangi birinin ilişkiyi bozmayı ciddi şekilde düşünmesini engeller (Levinger, 1965).

Diğer evliliklerde ise engeller oldukça önemlidir. Olumlu hislerin bulunmaması durumunda, dışarıya evliliğin birlikteliği işaretleri verilmeye devam edilir. Goode bunu "boş kabuk" evliliği olarak tanımlar: Bu "boş kabuk" evliliği görüntüsü, "dolu kabuk" ve "boş kabuk" ailelerin birbirine zıt hallerini göz önüne getiriyor. Goode'un metaforu üzerinden devam edersek, bir "dolu kabuk" evlilik sadece sınırların değil, partnerler arasındaki çekimin de güçlü olduğu, samimi duygusal paylaşımın olduğu evliliklerdir. Bunun tersine, "boş kabuk" çiftler bir çözülme durumundadır; bunlar ayrı hayatlar yaşayan, birbirinden kopuk iki bireyden oluşurlar. Bu durumda, hem sınırlar hem de çekim zaman içinde oluşan olaylar ile aşındırılmıştır, nihayetinde evlilik durumunun alternatifleri tercih edilir. Goode'un metaforu burada uygundur. Özellikle iki temel zıtlığa değinmektedir: Çekimin boşluğu-doluluğu ve sınırların gücü-zayıflığı (Levinger, 1965).

Evlilik dışında bulunan çekim ve sınırlar ise ebeveynler, çocuklar, aşıklar, arkadaşlar, düşmanlar, işverenler, çalışanlar veya diğer kişiler ile kurulan ilişkiler ile ilgili kuvvetlerdir. Karı veya koca bu ilişkileri çekici bulabilir ve bunları sürdürmek ile ilgili bir sorumluluk hissedebilir. Bu tür alternatif ilişkiler, güçlü ve kararlı bir evliliğin varlığı ile tam olarak uyumlu olabilir. Örneğin, eşin ailesi veya işverenlerle olan ilişkilerin sürdürülmesi, temel evlilik bağı ile zıtlık içinde olmak zorunda değildir. Fakat, bu tür bir ilişkiye karşı aşırı bir bağlılık gösterilmesi evlilik üzerinde bir etki yaratabilir;

üçüncü bir şahısa karşı ve eşi tamamen dışarıda bırakan bir bağlılık da aynı etkiyi yaratacaktır (Levinger, 1965).

2.20. Bağlılık Teorileri

Bağlılık ile ilgili modern görüşler genelde karşılıklı bağımlılık teorisi veya sosyal mübadele (social exchange) teorilerinden türetilmiştir. Bunların ilki sosyal psikologlar (Levinger, 1965; Thibaut ve Kelley, 1959) tarafından geliştirilmiştir. Bu iki teorik sistem arasında büyük bir benzerlik vardır. Karşılıklı bağımlılık teorisi mübadele teorisinin temellerinden ortaya çıkmıştır. Bu teorik sistemler partnerleri birbirine çeken kuvvetler ve ilişkilerin oluşumu, gelişimi ve devam etmesini etkileyen kişisel, kişiler arası ve sosyal faktörler ile ilgilenir. Bu teorik perspektif bağlılığın doğası ve işlevi ile ilgili birkaç çalışmanın yanı sıra ilişkilerde bağlılığın doğası ile ilgili daha belirgin teorilerin oluşturulmasına yol açmıştır. Levinger (1965) karşılıklı bağımlılık çerçevesi üzerinden çekim ve engel kuvvetlerine odaklanmış, Thibaut ve Kelley (1959) ise ilişkilerin kararlılığının çekimin bir fonksiyonu değil, alternatifler için karşılaştırma seviyesi olduğunu söylemiştir. Diğer bir deyişle, bazı insanlar terk etmek istedikleri ilişkilere devam ederler, çünkü terk etmek ile ilgili engeller çok büyüktür veya alternatifler zayıftır. Bu yüzden, bu kavramların temelinde yatan fikir, insanların ilişkiden aldıkları doyum ve kalma isteklerinin yanı sıra başka sebepler yüzünden ilişkilere devam etme veya bunları bitirme kararı almaktır. Bu daha kapsamlı teorilerden edinilen fikirleri bağlılığın anlaşılması için uygulayan ilk yaklaşımlardan biri de Johnson (1973) tarafından oluşturulmuştur. Üç parçalı model kişisel, ahlaki ve yapısal bağlılık arasında bir ayrım yapmaktadır. Kişisel bağlılık bir kişinin ilişki içinde kalma isteğidir, ahlaki bağlılık ise kalma yükümlülüğü hissiyatıdır (yani boşanmanın genel olarak yanlış olduğuna inanmak), yapısal bağlılık ise partnerlerin birlikte kalmasına yol açan sınırlamalar veya baskılardır (Johnson vd., 1999). Yapısal bağlılık mevcut ilişkinin alternatiflerinin kalitesi ve bir ilişkinin bitirilmesi için gerekli olan adımların zorluk derecesi gibi kuvvetleri kapsar.

Karşılıklı bağımlılık teorisine dayanan sosyal psikolog Caryl Rusbult, yatırım modeli üzerinden bağlılığın anlaşılması için bir sistem geliştirmiştir. Yatırım modeline göre, bağlılık ilişki içindeki doyum, alternatiflerin algılanan kalitesi ve

kişinin ilişki üzerine yaptığı algılanan yatırımların bir fonksiyonudur (Rusbult, 1983; Le ve Agnew, 2003).

Levinger (1965)'in evlilik sargınlığı modeli bağlılığı açıklamada en göze çarpan ve etkili modellerden birisidir. Bu modelin kaynağı Lewin'in (1951) alan kuramına dayanır. Levinger 1965 yılında ilk kez grup sargınlığı kavramından yola çıkarak evlilik ilişkilerinde istikrarlılığın açıklanabileceğini ileri sürmüştür. Ona göre, yakın ilişkilerin istikrarlılığı sargınlığın bir işlevidir. Modele göre, sargınlığı belirleyen üç etmen vardır. Bunlar; ilişkinin çekiciliği, seçeneklerin çekiciliği ve dışsal engellerdir. İlişkinin çekiciliği, kişinin beklentileri ya da karşılaştırma düzeyi ile karşılaştırıldığında, mevcut ilişkiden olumlu kazançların (en yüksek düzeyde ödülleri, en az düzeyde bedeller) elde edilmesi ile ilgilidir. Buna arkadaşlık, cinsel doyum, sosyal statünün benzer olması örnek verilebilir. İlişki çekiciliği arttıkça, ilişki sargınlığı da artmakta ve ilişkinin sonlanma olasılığı azalmaktadır. İkinci etken, seçeneklerin çekiciliğidir. Bireyler mevcut ilişkilerinde elde ettikleri kazançlarını, diğer olası ilişkilerden elde edebilecekleri ile karşılaştırırlar. Buna göre de ilişkilerini ya sürdürürler ya da bitirirler. Arzu edilebilir seçenekler, sargınlığı azaltır ve ilişkinin sonlanma olasılığını artırır. Levinger'e göre, ilişkinin sürmesi ya da bitmesini etkileyen son etmen ise dışsal engellerdir. Bunlar da çiftleri ilişkilerini sürdürmeye zorlayan psikolojik güçlerdir (örneğin, çocuklar, evlilik bağı ve ekonomik nedenler gibi) (Aktaran: Büyükşahin, 2006).

Stanley ve Markman (1992) da bu kavramsal şemalar üzerinden bağlılığın anlaşılması için bir çerçeve yaratmış ve bağlılığın farklı açıları için değerlendirme araçları onaylamışlardır. Çekim ve engel kuvvetlerine odaklanan karşılıklı bağımlılık modeli ile tutarlı şekilde (Levinger, 1965) Stanley ve Markman iki meta yapının, yani adanmışlık ve sınırlamanın, bağlılığın anlaşılması için oldukça önemli olduğunu söylemiştir. Bu temel fikir, bağlılık dinamiklerinin "zorundayım" değil "istiyorum" temelli kuvvetlerine dayanmanın faydacı değerini içermektedir. Adanma, ilişki kalitesinin oluşturulması ve devam ettirilmesi ile ilgili motivasyon üzerinde etkili olan kuvvetler demektir, buna partner ile uzun vadeli bir gelecek istemek, bir çift olarak tanımlanmak ve bir partner veya ilişki için fedakarlıkta bulunmaya istekli olmak dahildir (Stanley ve Markman, 1992). Genel olarak, adanmışlığı kişiler arası bağlılık veya mevcut partner ile ilişkiyi devam ettirme isteği olarak düşünebiliriz.

Adanmışlık, yatırım modelinde bulunan genel bağlılık yapısı (Rusbult vd., 1998) veya üç parçalı model içindeki kişisel adanmışlığa (Johnson vd., 1999) benzerdir. Sınırlamalar, doyum ve adanmışlığın azaldığı durumlarda bile ilişkiye devam etmeyi zorlayan faktörler anlamındadır. Örneğin kişinin ilişki içinde sahip olduğu mali veya diğer maddi yatırımlar, partnerinin refahı ile ilgili endişeler veya ilişkide kalmak üzerine ahlaki yükümlülükler (Stanley ve Markman, 1992). Sınırlama bağlılığı illa iyi veya kötü değildir. Yatırım yapmak veya ilişki içindeki sınırlamalardan haberdar olmak, adanmışlık ve ilişki kalitesi düşük değilse, kişinin sınırlanmış veya tutsak alınmış gibi hissetmesine yol açmaz (Stanley ve Markman, 1992).

2.20.1. Karşılıklı Bağımlılık Teorisi

Karşılıklı bağımlılık teorisine göre, partnerler belli bir ilişkiye devam etmek istediği sürece (yani doyum yüksekse) ve ilişkilerinin makul seçenekleri bulunmadığı için zorunda olduklarını düşünüyorlarsa (yani alternatifler kötü ise) ilişkilerin devam etme ihtimali daha yüksektir. Yatırım modeli bu fikri birkaç açıdan genişletmektedir (Rusbult vd., 1998).

Karşılıklı bağımlılık etkileşim içinde bulunan bireylerin, bir bireyin etkileşimde bulunduğu diğer bireyin deneyimlerini kendi tercihleri, güdeleri ve davranışlarına göre nasıl (ve ne kadar) hareket ettiği veya bunları nasıl (ve ne kadar) etkilediği olarak tanımlanır. Karşılıklı bağımlılık sosyal deneyimin temel özelliklerinden biridir, nitekim: (a) Karşılıklı bağımlılık yapısı etkileşime katılan kişiler için ciddi sonuçları olan bir bireyler arası gerçeklik yaratarak bu etkileşimi oluşturan imkan ve sınırlamaları tanımlar; (b) bireysel seviyede olan eğilimler, ilişkiye özel güdüler ve sosyal normlar sık karşılaşılan karşılıklı bağımlılık durumlarına adapte olmanın bir sonucu olarak ortaya çıkar, bu yüzden de bu fenomenin ortaya çıktığı durumları yansıtır; ve (c) biliş ve duygulanım gibi içsel olaylar genelde karşılıklı bağımlılığın anlamını idrak etmeye, bu durumlar altında uygun olacak eylemleri tanımlamaya yöneliktir. Bu yüzden, bir ilişkiden edinilen deneyim bu ilişkiyi oluşturan karşılıklı bağımlılığın dokusundan ayırt edilemez (Rusbult ve Arriaga, 1997).

2.20.2. Bağlılığın Belirleyici Unsurları: Doyum, Alternatifler ve Yatırımlar

Yatırım Modeli, Karşılıklı Bağımlılık Teorisi'nden ortaya çıkmıştır ve bir ilişkiye

devam etme yatkınlığını analiz etmek için karşılıklı bağımlılık kurgularını kullanmaktadır (Thibaut ve Kelley, 1959). Karşılıklı Bağımlılık Teorisi'nin açıklama gücü bir ilişki içinde olan kişilerin kişisel eğilimlerinden ziyade bu ilişkinin özelliklerini belirleyen karşılıklı bağımlılık yapısının analizine dayanmaktadır ve bu bağlamda eşsiz bir şekilde uyuşur. "Bağımlılık" özellikle bir ilişkinin dayanıklılığını anlamaya çalıştığımız durumlarda karşılıklı bağımlılık yapısının merkezi özelliklerinden biridir. *Bağımlılık seviyesi* bir bireyin belli bir ilişkiye ne kadar "ihtiyaç duyduğu" veya istenen sonuçlara ulaşmak için özel olarak bu ilişkiye ne kadar bel bağladığıdır (Rusbult vd., 1998).

Bireyler nasıl ilişkilerine bağımlı hale gelirler? Karşılıklı Bağımlılık Teorisi, bağımlılığın gelişmesi ile ilgili iki ana süreç tanımlamıştır. Birincisi, insanların bir ilişkiden bekledikleri doyum seviyesinin yükselmesi ile bağımlılıklarının artıyor olmasıdır. *Doyum seviyesi* bir ilişkide deneyimlenen karşıt olumlu ve olumsuz etkiler anlamındadır. Doyum, bir partnerin bireyin en önemli ihtiyaçlarını ne ölçüde karşılayabildiğine bağlıdır (Rusbult vd., 1998). Fakat, doyum bağımlılığın tek temeli değildir. Karşılıklı Bağımlılık Teorisi'ne göre, bağımlılık ayrıca mevcut alternatiflerin kalitesinden de etkilenmektedir. *Alternatiflerin kalitesi* bir ilişkinin en iyi mevcut alternatiflerinin algılanan çekiciliği anlamındadır. Alternatiflerin kalitesi, bir bireyin en önemli ihtiyaçlarının mevcut ilişkisi dışında etkin olarak ne kadar karşılanabileceğine bağlıdır; belli bir alternatif katılım içinde, daha geniş bir seçenek topluluğu ile, arkadaşlar veya aile üyeleri ile, veya kendi başına (Rusbult vd., 1998).

Yani, Karşılıklı Bağımlılık Teorisi'ne göre bir ilişkiye bağımlılık bir bireyin belli bir partner ile birlikte olmayı istediği derecede (yani doyum seviyesi yüksektir) ve bir bireyin bu partner ile birlikte olmak dışında bir seçeneği olmadığı sürece (yani alternatifleri zayıf ise) güçlüdür. Yatırım Modeli, Karşılıklı Bağımlılık Teorisi önermelerini iki açıdan genişletmektedir (Rusbult, 1983). Birinci olarak, Yatırım Modeli doyum seviyesi ve alternatif kalitesinin bağımlılığı tam olarak açıklamadığını söyler. Bağımlılık sadece başka bir yerden beklenen ilişkilere nazaran mevcut ilişkiden türetiliyor olsaydı çok az ilişki ayakta kalırdı; ilişkiler çekici bir alternatifin ortaya çıkması veya kötü kazanç yüzünden dağılırdı. Gerçekte, bazı ilişkiler çekici bir alternatif mevcut olsa bile veya ilişki çok doyurucu olmasa bile ayakta kalıyor. Çekici alternatifler ve dalgalanan doyuma rağmen oluşan bu dayanıklılığı nasıl açıklayabiliriz? (Rusbult vd., 1998).

Yatırım Modeli, bağlılığın üçüncü bir faktöre, yani yatırım boyutuna da bağlı olduğunu söyler. *Yatırım boyutu* bir ilişkiye bağlanmış olan, ilişkinin bitmesi durumunda değeri azalan veya biten kaynakların büyüklüğü ve önemi anlamındadır. Bir ilişki gelişirken partnerler ilişkilerini geliştireceğini umdukları için birçok kaynağı doğrudan ilişkilerine yatırır. Dahası, yatırımların bazıları dolaylıdır ve ortak arkadaşlar, kişisel kimlik, çocuklar veya ortak maddi mülkiyet gibi ilişkiye bağlı dış kaynaklardan ortaya çıkabilir. Yatırım kaynakları bağlılığı güçlendirir, çünkü yatırım eylemi ilişkiyi bitirmenin bedelini arttırarak dayanıklılık için güçlü bir psikolojik sebep oluşturur (Rusbult vd., 1998).

Yatırım Modeli, bağlılık hislerinin bu artan bağlılığın bir sonucu olarak ortaya çıktığını söyleyerek Karşılıklı Bağımlılık Teorisi'ni genişletir. *Bağlılık seviyesi* birlikteliğe olan uzun dönemli yönelim veya psikolojik bağlılık hisleri gibi bir ilişki içinde kalma isteği olarak tanımlanır. Bağlılık, ilişkilerin temel niteliklerinden biridir; dayanma isteğinin (doyum hissetmek), dayanma ihtiyacı duymanın (fazla yatırım yapmış olmak), ve dayanmak dışında bir seçeneğe sahip olmamanın (kötü alternatiflere sahip olmak) kattığı etkileri açıklayan bir ilişki durumudur (Rusbult vd., 1998).

2.21. Romantik Bağlanma ve Bağlılık Arasında Kavramsal Olarak Bir Fark Var mıdır?

Bağlılık adanma olarak görüldüğünde, bu özellikle önemli bir sorudur. Dahası, bir partnerin adanmışlığı mı diğer kişiye güven verir yoksa bu sadece ortak bir romantik bağlanmanın kanıtı mıdır? Yapılar net şekilde tanımlanmazsa, bu tür sorular laf kalabalığı içinde kolaylıkla kaybolabilir. Bağlılık ve romantik bağlanma arasındaki önemli bir farklılık da bağlılık fikrinin merkezinde bulunan niyettir, romantik bağlantı ise sadece duygusal bağlantının derinliğini ima etmektedir (Stanley vd., 2010).

Genel olarak, bağlılık (adanma ve sınırlama) bir ilişki içinde kalma niyetinin altını çizmektedir. Adanma şeklinde görülen bağlılık odaklanmayı açık hale getirir, böylece niyet edilen devamlılığın aynı zamanda istenilen şey olduğunu gösterir. Bunun tersine, romantik veya duygusal bir bağlanma bireyin partneri ile bir gelecek kurmak istediği veya böyle bir niyet geliştirme sinyalleri vermeye hazır olduğu anlamına gelmeyebilir. Burada, test edilmesi mümkün olduğu durumlarda, romantik

bağlantı ve adanma arasındaki alakanın son yıllarda zayıfladığını, romantik ve cinsel bağlantıların duygusal bağlılıkları desteklediğini fakat bunun her zaman bağlılığın gelişmesi ve belirginleşmesine yol açmadığını söyleyebiliriz. Diğer bir deyişle, romantik bağlılık şu anda bir gelecek kurmak ile ilgili bir niyetin oluşması için gerekli fakat yeterli olmayan bir koşuldur (Stanley vd., 2010).

Bir partnerin romantik bağlılığının diğer partnerin bir gelecek kurma niyetine sahip olduğu veya olacağı anlamına gelmediğini unutmamak gerekir. Bir hipotez kurarak aralarındaki farklılığı daha belirgin bir hale getirebiliriz: Endişeli bağlanma stillerine sahip kişiler, romantik bağlılık derinleşene kadar özellikle endişeli olacaklardır, ta ki partnerler arasındaki ortak ilişki niyetleri (yani bağlılık) belirgin hale gelene kadar. Diğer bir deyişle, büyüyen ve ortak bir bağlılığın birçok insanın bu durumu kaybetme üzerine olan endişelerinin ortadan kalkmasına yardımcı olacağını ve bu normatif sürecin önemli ilişkilerinin güvenliği konusunda endişeli olmaya yatkın kişiler için çok daha önemli hale geldiğini varsayıyoruz. Romantik bağlılık ve bağlılık arasındaki farklılık, kültür olarak tanımlanmış bağlılık amblemlerine bağlı olan kişiler arası davranışlara geçtiğimizde daha da güçlenmektedir. Romantik bağlılık ile ilgili bir güvenlik yaratması için, bağlılık ifadelerinin iki özelliğe sahip olması gereklidir: ortaklık ve çift seviyesinde netlik. Her ikisi de iki partnerde de bulunmadığı ve partnerler arasında sinyali verilmediği sürece, bağlılık romantik bağlılığı temin edemez. Önceden belirttiğimiz üzere, güçlü bir bağlılık seviyesinin bir partnerde görülüp diğerinde görülmemesi, hoş olmayan bir asimetrik bağlılık ve güç durumunu gösteriyor olabilir. Çift sinyallerinin diğer bir seviyesi de, evlenecek olanların nişanlanması gibi kültürel uygulamalarda görüldüğü üzere, bağlılığın kültürel amblemleri ile ilgilidir. Nişanlanmak, iki partner arasında gelecek taahhüdü ile ilgili olarak yüksek derecede ortaklık ve açıklığı gösteren, kültürel olarak kabul edilen bir ilişki şeklidir (Stanley vd., 2010).

2.22. Stanley ve Markman'ın Bağlılık Yaklaşımı

Stanley ve Markman, bağlılığı iki alakalı yapıyı kapsıyor şekilde görmüşlerdir: *kişisel adanma* ve *sınırlama bağlılığı*. Kişisel adanma, bir bireyin katılımcıların ortak faydası için ilişkisinin kalitesini sürdürme veya iyileştirme isteği anlamındadır. Bu durum kendini sadece ilişkiye devam etmek üzerine olan bir istek (ve ilişkili davranışlar)

ile değil, aynı zamanda bunu geliştirmek, bunun için ödün vermek, yatırım yapmak, kişisel amaçları buna bağlamak, ayrıca sadece kendinin değil partnerinin refahını kollamak olarak göstermektedir (Stanley ve Markman, 1992).

Bunun tersine, sınırlama bağlılığı bireyleri, bireysel adanmışlığına bağlı olmaksızın, ilişkilerini devam ettirmeye zorlayan kuvvetler anlamındadır. Sınırlamalar içsel veya dışsal baskı olarak ortaya çıkabilir ve bunlar bir ilişkinin sonlandırılmasını ekonomik, sosyal, kişisel veya psikolojik olarak daha masraflı hale getirerek ilişkilerin kararlılığını destekler. Araştırmalar, bağlılık kavramının adanma ve sınırlama ile tutarlı olarak geçerli olduğunu göstermektedir (Stanley ve Markman, 1992).

Kişisel Adanma (Personal Dedication). Kişisel adanma ile alakalı olarak görülen boyutlar, araştırma ve klinik deneyim ile ilgili kendi görüşlerimiz dahil olmak üzere birçok kaynaktan edinilmiştir (ör. Beach ve Broderick, 1983; Leik ve Leik, 1977; Rusbult, 1980). ***İlişkiyi Sürdürmeye Niyetli Olma (Relationship Agenda)*** bir kişinin ilişkisini zaman içinde devam ettirme isteğidir. İlişkiyi uzun süre devam ettirme isteği, birtakım mübadele teorisi takipçileri tarafından doğrudan bağlılığa veya bunun geliştirilmesine bağlanmaktadır (ör. Dean ve Spanier, 1974; Leik ve Leik, 1977; Levinger, 1979). ***İlişkinin Önceliği (Primacy of Relationship)*** ilişkinin bir kişinin etkinlik hiyerarşisi içindeki öncelik seviyesi anlamındadır. ***Çift Kimliği (Couple Identity)*** bir bireyin ilişkisini ne kadar, bireysel kazancını maksimuma çıkarmak isteyen iki ayrı bireyden ziyade, bir takım olarak gördüğü anlamındadır. Bu boyutun, bağlılığın pazarın rekabetçi olmadığı ve amacın ortak kazancı maksimuma çıkarmak olduğu bir koşul olduğu değişim teorisindeki bağlılık kavramı ile tutarlı olduğunu görüyoruz (Cook ve Emerson, 1978). ***Özveriden Memnuniyet (Satisfaction with Sacrifice)*** insanların genel olarak veya sadece partnerinin faydasına olan şeyler yaparak hissettiği doyum hissi anlamındadır. Bu boyut büyük ihtimalle, yatırımlarının geri dönüşünü yakından takip eden insanları tanımlamış olan Murstein ve MacDonald'ın (1983) irdelediği üzere, mübadele (karşılıklılık) yönelimi ile olumsuz bir ilişki kurmaktadır. ***Alternatif Arama (Alternative Monitoring)*** Leik ve Leik (1977) ve Cook ve Emerson (1978) tarafından irdelenen bir boyuttur. Bu teorisyenler alternatifleri geniş bağlamda ele almış olsalar da, Stanley ve Markman (1992) daha ziyade tepki sahiplerinin olası, alternatif partnerleri takip seviyesi üzerine odaklanmıştır. Bireyler diğer olası partnerlere karşı ne kadar çekim hissediyor veya bu kişilere bağlanıyorsa, mevcut partnerlerine olan kişisel

adanimışlığı o derecede azalır. *Verilen Söze Bağlılık (Meta-Commitment)* kişinin taahhütlerine karşı olan bağlılık seviyesi anlamındadır. Bu belli bir ilişkiye bağlı olmaktan ziyade, bir kişinin ilişkiye getirebileceği bir değerdir (Aktaran: Stanley ve Markman, 1992).

Sınırlama Bağlılığı (Constraint Commitment). Sınırlama bağlılığının birçok boyutu, doğrudan Johnson (1978, 1982)'ın çalışmalarından alınmıştır. *Maddi Yatırımlar (Structural Investments)* özellikle mülk ve para yatırımı olmak üzere, bir ilişki ile girift hale gelmiş yatırımlardır. Yatırımı kaybetmeme isteği yüzünden, yatırım seviyesi yükseldikçe sınırlamalar artmaktadır (Lund, 1985). *Sosyal Baskı (Social Pressure)* başkalarının, özellikle arkadaşlar ve ailenin, ilişkinin devam ettirilmesi için çiftlere yaptığı baskı anlamındadır. *Sonlandırma Süreçleri (Termination Procedures)* (Johnson, 1982) bir ilişkiyi bitirmek için atılması gereken adımların zorluğu anlamındadır. *Alternatiflerin İticiliği (Unattractiveness of Alternatives)* (Johnson, 1982) bir kişinin ilişkisinin bitmesinin ardından ortaya çıkan geniş kapsamlı olası yaşam değişiklikleri (ör. ev değişikliği, ekonomik durumda değişiklik) ile ilgili olarak ne kadar mutsuz olacağıdır. Bunun tersine, *Yeni Partner Bulma (Availability of Partners)* mevcut ilişkinin bitmesi durumunda diğer uygun partnerlerin algılanan mevcudiyeti üzerine odaklanır. Bir kişi bir ilişki istiyorsa fakat mevcut partneri dışında mevcut birisi bulunmadığını algılıyorsa, bu kişi bu partner ile birlikte kalmaya zorlanmaktadır. *Boşanma Etiği (Morality of Divorce)* boşanmanın etik olarak kabul edilebilirliği anlamındadır (Aktaran: Stanley ve Markman, 1992).

Stanley ve Markman (1992) başkaları gibi (ör. Johnson, 1978, 1982; Rusbult, 1983), sınırlamaların ilişki kararlılığının büyük, belki de tek belirleyicisi olduğu hipotezine sahiptirler. Sınırlamalar kararlı, doyum yaratmayan ilişkilerin varlığı konusunda bir açıklama sunmaktadır. Doyum sağlamayan evliliklerde sınırlamaların çiftlere kaçınılmaz olarak dalgalanan doyumunu atlatmaları konusunda yardımcı olmasını bekleriz. Udry (1981) ve Lund'un (1985) boylamsal çalışmaları, sınırlamalar ile ilişkili faktörlerin ilişki doyumunu ve çekicilik ile ilgili ölçütlere nazaran daha iyi birer ilişki kararlılığı göstergeleri olduğunu göstermektedir. Sınırlamaların tersine, kişisel adanimışlığın ilişkilerin gelecek kalitesi için önemli bir belirleyici, ayrıca ilişkinin gelecek kararlılığının önemli bir göstergesi olduğu düşünülmektedir (Aktaran: Stanley ve Markman, 1992).

Kişisel adanma ve sınırlama bağlılığının bağımsız olması beklenmez. Örneğin, nişan esnasında yüksek kişisel adanmışlık artar, nitekim çift kendilerini evlilik, çocuklar, ortak mülkiyet gibi konulara adayarak adanmışlıklarını gösterirler. Ne kadar fazla yatırım yapılırsa insanlar bir ilişkinin o kadar devam edeceğini düşünür, ilişkinin bitmesi için daha karmaşık prosedürler gerekir ve alternatifler daha az çekici hale gelebilir. Kısacası, bugünün adanmışlığı yarının sınırlamasıdır. Boşanmanın etiği dışında, sınırlamaların tamamı zaman içinde ilişkilerle ilişkilendirilen değişiklikler ile birlikte artar (Stanley ve Markman, 1992).

2.23. Konu İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

2.23.1. Yetişkin Bağlanması ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Schnose (2005)'nin yaptığı çalışmada, içselleştirilmiş utanma, bağlanma tarzı ve kültürlenmenin yakınlık ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Sonuçlar, utanma ve kaygılı bağlanmanın evlilik doyumu ile olumsuz bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir. Kültürlenme seviyesi ile çeşitli sonuçlar etkilemişli görünmektedir.

Lippit (2005)'in çalışması, yetişkin bağlanma tarzı, farklılaşmanın seviyesi ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi, en az üç yıldır evli olan çiftlerin oluşturduğu bir örneklem üzerinde incelemiştir. Genel sonuçlar, bağlanmadan kaçınmanın evlilik doyumunun en güçlü yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Mehta (2006)'nın çalışmasının temel amacı, bağlanma ile ilgili işlerlikli (çalışma) modellerinin, evlilikte çatışma esnasında, gözlemlenen pozitif duygulanım, üzüntü ve öfke ile ilişkili olup olmadıkları ve ilişkiliyse hangi şartlarda ilişkili olduklarını incelemektir. Sonuçlar şunu göstermiştir, partnerlerin güvenli bağlanma ve depresyon semptomları, katılımcıların üzüntü ifadelerini yordamıştır. Olgularla ilgili bu örüntü, ilişkisi içerisinde kişinin güvenli bağlanmasının olumlu duygusal davranışını etkilediğini göstermektedir.

Ottu ve Akpan (2011)'in yaptıkları çalışmada, bağlanma tarzları ve cinsiyetin evlilik doyumuna olan etkisini incelemiştir. İlk bulgu, güvenli bağlanmalı ve güvensiz bağlanmalı katılımcılar arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir ve

bu da bağlanma tarzlarının evlilik doyumunun önde gelen göstergeleri olduğuna işaret etmektedir. İkinci bulgu ise, evlilik doyumu açısından erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir farkın olmadığıdır. Bağlanma tarzları ve cinsiyetin etkileşim etkisinin ise anlamlı olduğu bulunmuştur.

Yoon (2011)'in yaptığı çalışmanın amacı, bağlanma tarzları ve evlilik doyumuna katkıda bulunan değişkenleri değerlendirmektir. Bu çalışmanın kilit bulguları göstermektedir ki öz-saygı ve manevi iyilik bağlanma tarzları ve doyum için önemli bir rol oynamaktadır.

Green (2012)'in yaptığı araştırmanın sonuçları, güvenli ve korkulu bağlanma tarzlarının evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir; ancak, dindarlık ve demografik değişkenlerin evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olmamıştır.

Bahadır (2006) romantik ilişkilerde bağlanma ile çatışma çözme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre, çatışma çözme stratejilerinden zorlama, kaçınma, uzlaşma ve işbirliği stratejileri bağlanma stillerine göre farklılaşmaktadır. Bağlanma stillerine göre olumsuz duygudurumu düzenleme beklentisindeki farklılıkların incelendiği analiz sonuçlarına göre, olumsuz duygudurum düzenlemesinin tüm alt boyutları açısından bağlanma stilleri arasında farklılıklar vardır. Güvenli bağlanma grubu tüm alt boyutlarda duygudurumunu düzenleme beklentisi en yüksek olan gruptur. Kaçınma boyutunun, kaçınma, uyma ve uzlaşma stratejilerini doğrudan yordama düzeyi anlamlı bulunmuştur. Bağlanmanın hem kaygı hem de kaçınma boyutu, olumsuz duygudurum düzenlemesi beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Sümer (2006) yetişkin bağlanma stillerini cinsiyet, medeni durum, kardeş sayısı, duygusal zekâ, ilişkiye bağlılık ve ilişkide algılanan tatmine göre incelemiştir. Duygusal zekânın bazı alt ölçeklerine göre bağlanma stilleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Yetişkin bağlanma stillerinin ilişkiye bağlılık düzeyine göre incelenmesinde sadece saplantılı bağlanma stilinde düşük ile orta ve yüksek düzeyler arasında anlamlı fark bulunurken, sadakat davranışı alt ölçeğinde saplantılı bağlanma stilinde düşük ile orta ve yüksek düzey arasında ve güvenli bağlanma stilinde düşük ile yüksek düzey arasında anlamlı fark bulunmuştur. Yetişkin bağlanma stillerinin

ilişkide algılanan genel tatmin düzeylerinde sadece güvenli bağlanma stilinde düşük ile yüksek düzey arasında ve saplantılı bağlanma stilinde düşük ile orta ve yüksek arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Güvenli bağlananların ilişkilerinde daha yüksek düzeyde tatmin algıladıkları bulunmuştur.

Amanvermez (2007) yakın ilişkilerde bağlanma boyutları ile üyesi olunan gruplara bağlanma boyutları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Buna ek olarak, gruba bağlanma için kolektif benlik değeri, benlik saygısı, sosyal onay gereksinimi ve sevgiliye bağlanmanın yordayıcı güçleri araştırılırken ilişkilerde bağlanma boyutları için benlik saygısı ve gruba bağlanmanın yordayıcı güçleri araştırılmıştır. Sonuç olarak yakın ilişkiler için bağlanma boyutlarına paralel olarak gruba bağlanma için de kaygı ve kaçınma boyutunun söz konusu olduğu görülmektedir. Öte yandan, elde edilen bulgular, gruba bağlanma için en fazla yordayıcı güce kolektif benlik değeri ve demografik değişkenlerden grupla olan ilişkinin uzunluğu sahipken; sevgiliye bağlanma için cinsiyet ve sevgilinin varlığı demografik değişkenlerinin en fazla yordayıcı güce sahip olduğunu göstermiştir.

Özer ve Güngör-Cihan (2012) kişilik özellikleri, yüklenme tarzları ve bağlanma stillerinin evlilik uyumunu yordama güçlerini incelemiştir. Çalışma sonucunda evlilik uyumu düşük kadınların daha az; evlilik uyumu yüksek erkeklerin daha fazla nedensel yüklemde buldukları saptanmıştır. Sorumluluk yüklenme tarzının ve deneyime açıklık kişilik özelliğinin, evlilik uyumu düşük erkeklerde daha yüksek; evlilik uyumu yüksek kadınlarda ise daha düşük olduğu bulunmuştur.

Boğda-Kantarıcı ve Şendil (2012) bağlanma stillerinin çatışma çözüm biçimleri ve aldatma eğilimi üzerindeki etkisinde cinsiyetin rolü olup olmadığını; ayrıca aldatma eğilimi ve çatışma yönetim biçimleri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Sonuç olarak güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin, güvenli bağlanma stiline sahip olanlara ve erkeklerin kadınlara göre aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Güvensiz bağlanma stiline sahip olanların güvenlilere göre daha fazla olumsuz aktif ve olumsuz pasif çatışma yönetimine ve kadınların erkeklere göre daha fazla olumlu aktif çatışma yönetim biçimine yöneldikleri bulunmuştur.

Curun ve Çapkın (2014) evli kişilerin kıskançlık düzeyleri ile benlik saygısı, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkileri

incelemişlerdir. Ölçeğin bilişsel kıskançlık alt boyutu söz konusu olduğunda dışa dönüklük değişkeni yordayıcı olarak bulunmuştur. Yalnızca erkek katılımcılarla yapılan analizlerde kaçınan bağlanma ve sorumluluğun kıskançlığın bilişsel alt ölçeği için anlamlı yordayıcılar olduğu bulunmuştur.

Hamarta (2004) bazı değişkenlerin öğrencilerinin ilişkisel benlik saygısı, ilişkisel depresyon ve ilişkisel saplantılı düşünme düzeyleriyle ilişkisini incelediği çalışmasında ilişkisel benlik saygısı ve ilişkisel depresyonun cinsiyete göre farklılaştığı, kızların ilişkisel benlik saygısı puanlarının erkeklerden, erkeklerin ilişkisel depresyon puanlarının da kızlardan yüksek olduğunu bulmuştur. Güvenli bağlanma stili grubundaki öğrencilerin ilişkisel benlik saygısı puan ortalamaları diğer bağlanma stili (kayıtsız, korkulu ve saplantılı) grubundaki öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stili gruplarındaki öğrencilerin ilişkisel depresyon puanlarının güvenli bağlanma grubundaki öğrencilerin ilişkisel depresyon puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Saplantılı bağlanma stili grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişkisel saplantılı düşünme puanları, kayıtsız ve güvenli bağlanma stilli grubundaki öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Güngör (2000)'ün çalışmasının amacı bağlanma ve ana babahk stilleri kavramları çerçevesinde bağlanma zihinsel modellerinin kuşaklararası aktarımında ana babahk davranışlarının rolünü incelemektir. Sonuçlar, ana baba ile ergenlerin bağlanma zihinsel modelleri arasında beklenenden daha zayıf ilişkiler olduğunu ancak, ana babaların bağlanmada kaçınma düzeylerinin, beklendiği gibi, kabul anababahk boyutuyla, kaygı düzeylerinin de sıkı denetim ana babahk boyutuyla güçlü ilişkiler gösterdiği saptanmıştır.

Hamarta, Deniz ve Durmuşoğlu-Saltalı (2009)'nın yapmış olduğu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygusal zekâ yeteneklerini (kişisel beceriler, kişiler arası beceriler, uyumluluk, stresle başa çıkabilme ve genel ruh durumu) anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını saptamaktır. Araştırma sonucunda güvenli bağlanma stili duygusal zekâ yetenekleri ile pozitif ilişkili olduğu, korkulu bağlanma stili ise negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca bağlanma stillerinin duygusal zekâ yeteneklerini anlamlı

düzeyde açıkladığı ve güvenli bağlanma stiline duygusal zekâ yeteneklerinin tüm alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

2.23.2. Evlilik Uyumu ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Abbott ve Brody (1985), 210 çalışan kadın eşin evlilik uyumu ve ev ortamlarının duygusal kalitesini karşılaştırdılar. Annelerin cevapları tüm çocuk gruplarında toplandığında, çocuksuz kadınlar, tüm anne kategorilerinin toplamından daha yüksek seviyede evlilik uyumu ve ev ortamının duygusal kalitesini bildirmişlerdir. Yapılan ileri analizler, farklılıkların esas olarak iki çocuklu anneler ve erkek çocuklu annelerden kaynaklandığını ortaya koydu. Kız çocuğu olan anneler, çocuksuz kadın eşlere göre, evlilik uyumu ve ev ortamının duygusal kalitesi konusunda önemli farklılıklar bildirmedi. Bu çalışmanın sonuçları, düşük evlilik kalitesinin, belli türde çocuğa sahip annelere özgü olabileceğini göstermiştir.

Kişilikle ilgi beş-faktörlü modeli kullanan Bauchard (1999)'ın çalışması, kişilik özelliklerinin evlilik uyumuna katkısını araştırmaktadır. Çalışmanın sonuçları, öz-bildirimli ve partner-bildirimli kişilik özelliklerinin, hem erkekler hem de kadınlar için öz-bildirimli evlilik uyumu konusunda önemli yordayıcılar olduğunu göstermiştir. Kişilik özelliklerinin, evlilik uyumunun nevrotikliğin etkisi üzerine katkıda bulunduğu ortaya çıkarılmıştır.

Blum ve Mehrabian (1999)'ın evlilik doyumu üzerine yaptıkları çalışma sonucu göstermiştir ki daha memnun ve daha hâkim (üstün) ruh haline sahip katılımcılar ve daha memnun ruh haline sahip arkadaşları olanlar evliliklerinde daha mutluydular. Memnuniyet, psikolojik uyumun genel bir göstergesidir ve bulgular, iyi uyuma sahip kişiler ve iyi uyuma sahip eşleri olan kişilerin evlilikte daha memnun olduklarını göstermiştir. Memnuniyetsiz ve itaatkâr (yani depresyon/sıkıntılı) kadınlar, evlilikte oldukça yüksek düzeyde mutsuzdu. Memnuniyet ve hâkimiyetteki kişilerarası ruh hali benzerliği, evlilik doyumu ile olumlu bir ilişki içinde olmalarına rağmen, bireysel ruh hali puanları ayrı değişkenler olarak ele alındıklarında ortaya çıkan bulgularla karşılaştırıldığında, doyum konusunda, benzerlik daha zayıf ve biraz da yanıltıcı bir yordayıcıydı.

Addis ve Bernard (2002)'in yaptığı çalışma Ellis'in duygusal özelliklerinin yanı sıra (kaygı, merak ve öfke) irrasyonel inançlarının hangi yönlerinin, evlilik danışmanlığına katılan çiftleri evlilik danışmanlığına katılmayanlardan ayırdığını, ve ayrıca Locke-Wallace Evlilik Uyumu ile ölçüldüğü şekliyle çiftlerdeki evlilik uyumu seviyelerini belirlemek üzere tasarlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Albert Ellis'in bireysel partnerin duygusal özellikleri ve evlilik uyumu, buna eşlik eden irrasyonel inançlar ve doyumsuzluk ile ilgili önerilerini destekler gibi görünmektedir. Evliliğin işlememesi ile ilgili en güçlü bağlantıya sahip boyutların, kendi kendini düşürme (Self-downing) ve rahatlama ihtiyacı olduğu ortaya konulmuştur.

Jose ve Alfons (2007)'un yaptığı bu çalışmada, yaş, eğitim, çocuk sayısı, çalışma statüsü, evliliğin süresinin evlilik doyumuna etkisi incelenmiştir. Sonuçlar, ilk defa evlenen yetişkinlerle tekrar evlenenlerin evlilik doyumunda önemli istatistiksel farklılıklar olduğunu gösterdi. Cinsiyet düzeyindeki bir araştırma, erkekler ve kadınlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ortaya koymuştur. Demografik değişkenler arasında, evliliğin uzunluğunun etkisi, evlilik doyumunda oldukça önemlidir. Ayrı bir analizde, yaş ve çocuk sayısının katılımcıların cinsel uyumu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğunu ortaya çıkardı. Buna göre, yaş, çocuk sayısı ve evliliğin uzunluğunun, cinsel uyum ile, eğitim başarısının da genel hayat uyumu problemleri ile anlamlı derecede pozitif bir korelasyon içerisinde olduğu bulundu.

Batool ve Khalid (2012)'in yaptıkları çalışma, evlilik kalitesinin öngörülmesinde duygusal zekânın rolünü inceledi. Çalışma değişkenlerinin analizi, duygusal zekâ ve örneğin evlilik uyumu ve çatışma çözme gibi evlilik kalitesi göstergeleri arasında önemli ölçüde pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koydu. Sadece kişilerarası ilişki becerisi, empati, iyimserlik ve iç dürtü kontrolü (duygusal zekanın boyutları), evlilik kalitesinin göze çarpan yordayıcısı olarak görünmektedir.

Kalkan (2002) evlilik ilişkisini geliştirme programının evli çiftlerin evlilik uyum düzeylerine etkisini incelemiştir. Araştırmanın deney ve kontrol grubu toplam 28 evli kişiden oluşmaktadır. İstatistiksel analizler sonunda evlilik ilişkisini geliştirme grubuna katılmanın evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğu bulunmuştur. Ayrıca deney ve kontrol grubundaki çiftlerin

evlilik uyumlarına ilişkin ön-test ve son-test sonuçlarının cinsiyete göre değişme göstermediği bulunmuştur.

Güleç, Hassa, Yalçın ve Yenilmez (2011) tedaviye başvuran infertil çiftlerde, infertilitenin cinsel işlev ve çift uyumu üzerindeki etkisini değerlendirmişlerdir. Çift uyumunda infertilite grubundaki hem kadın hem de erkeklerin kontrol grubuna göre daha fazla sorunları olduğu saptanmıştır.

Yalçın (2014) kadınların sosyo-demografik özelliklerinin evlilik uyumunu ne düzeyde etkilediğini araştırmıştır. Kadınların olumlu iş yaşantıları ev yaşantılarını etkilemektedir. Evlilik uyumlarıyla yaşları arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. 41 ve üzeri yaş grubundaki kadınların evlilik uyumları, 21-30 yaşlarındaki kadınlara göre daha yüksektir. Kadınların çocuk sayılarına göre evlilik uyumları arasında anlamlı farklılık yoktur.

Erdoğan-Taycan ve Çepik-Kuruoğlu (2014) evlilik uyumu ile demografik özellikler, eşlerin bağlanma özellikleri, mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkinin araştırılmasını amaçlamışlardır. Evlilikte sorunlar yaşayan çiftlerde kadın ve erkeğin birbirlerini daha az güvenilir buldukları, kadınların erkekleri ilişki içinde kopuk ve kontrolcü, erkeklerin ise kadınları bağımlı olarak niteledikleri saptanmıştır. Bu çiftlerde kadınların bağlanma stillerinde kaçınma ve kaygı boyutlarının öne çıktığı, erkeklerde ise kaçınma boyutundan yüksek puanlar alındığı görülmüştür.

2.23.3. Bağlılık İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Rhoades, Stanley ve Markman (2006) çiftlerin bağlılık (kişiler arası bağlılık) seviyelerini evlilik öncesi birlikte yaşama geçmişleri üzerinden boylamsal olarak incelemişlerdir. Bulgular, nişanlanmadan önce eşleri ile birlikte yaşayan erkeklerin bağlılığının sadece nişan sonrası birlikte yaşayan veya evlilikten önce hiç birlikte yaşamamış olan erkeklere nazaran daha düşük olduğunu göstermektedir. Dahası, bu kocalar karılarına karılarının onlara olduğundan daha az sadıktı.

Amato ve Hohmann-Marriot (2007) boşanma ile sonuçlanan yüksek ve düşük düzeyde sıkıntılı evlilikleri incelemişlerdir. Bu çalışmada boşanan 509 çiftin küme analizi gösterdi ki bu çiftlerin yaklaşık yarısı yüksek derecede sıkıntılı ilişkiler

yaşıyordu, buna karşılık geri kalanlar düşük düzeyde sıkıntılı ilişkiler yaşıyordu. Evlilik kalitesinden bağımsız olarak, boşanan çiftler boşanmış anne babaya sahip olmak gibi birçok risk özelliğini paylaşıyorlardı. Yüksek derecede sıkıntılı evlilik yaşayan bireyler, boşanmadan sonra mutluluk düzeyinde artış bildirmişler, buna karşılık düşük seviyede sıkıntılı evlilik yaşayan bireyler ise mutlulukta düşüş bildirmişlerdir. Bu sonuçlar, boşanmada iki temel motivasyon olduğunu ortaya koymuştur: ilişkinin kalitesinin kötü olması ve evliliğe olan bağlılığın zayıf olması.

Lehmiller ve Agnew (2008)'in yaptığı çalışma, yaş farkı olan ve olmayan ilişkiler içinde bulunan kadınların normatif inançları ve bağlılık süreçlerini incelemiştir. Sonuçlar, sosyokültürel öngörüler ile tutarlı olarak kadının yaşlı olduğu çiftlerin kadının genç olduğu veya denk yaşlarda olan çiftlere göre daha doyurucu ve ilişkilerine daha sadık olduklarını göstermiştir. Yapılan diğer analizler, yaş farkı olan ve benzer yaşta olan partnerler arasında bağlılık öngörüsü ile ilgili farklı değişkenlik derecelerinin doyum, alternatifler, yatırımlar ve normatif inançlar ile açıklanabildiğini, benzer yaşta olan çiftlerde değişkenliğin daha büyük olduğunu göstermiştir. Yani, yaş farkı olan partnerlere sahip kadınlar için, geleneksel bağlılık göstergelerinin dışında kalan faktörler bu ilişkilerin sürdürülmesinin anlaşılması konusunda önemli olabilir.

VanderDrift, Agnew ve Wilson (2009) yaptıkları çalışmada, düşük bağlılık içeren evlilik dışı romantik ilişkiler yaşayan bireylerin terk etme davranışlarına yönelme sürecini incelemiştir. Davranışsal, hedef ve uygulama niyeti ile ilgili literatür üzerinden yapılan varsayımlar, bu araştırma için geliştirilmiş olan bir ayrılma fikri ölçütü ile test edilmiştir. Ayrılma fikri, ilişkisi devam eden bir bireyin ilişkinin sonlandırılmasının ne kadar belirgin olduğunu değerlendirmektedir. Sonuçlar, ayrılma fikrinin bağlılık ve ayrılma davranışlarının gerçekleştirilmesi arasındaki ilişkiyi düzenlediğini, daha ani olarak harekete geçmek ile ilişkili olduğunu ve tek başına bağlılığın ötesinde ayrılma davranışı ile ilgili eşsiz bir açıklama gücü sağladığını göstermektedir. Toplu halde, bu bulgular yakın ilişkilerde bağlılık ve kalma/ayrılma davranışı arasında bir adım bulunduğunu göstermektedir.

Rhoades, Stanley ve Markman (2009)'ın yaptıkları çalışma nişanlanmanın zamanlaması ve evlilik öncesi birlikte yaşamamanın etkileri ile ilgilidir. Nişanlanma

öncesinde birlikte yaşayan kişiler, sadece nişanlandıktan sonra birlikte yaşayan veya evlilikten önce birlikte yaşamayan kişilere kıyasla daha düşük evlilik doyumu, adanmışlığı ve güveninin yanı sıra daha fazla olumsuz iletişim ve daha büyük boşanma olasılığı rapor etmişlerdir. Bu farklılıklar genelde küçüktür fakat evliliğin süresi veya genelde birlikte yaşamamanın tercih edilmesi ile ilişkilendirilen değişkenler (yani yaş, gelir, eğitim ve dindarlık) ile açıklanamamaktadır.

Rhoades, Stanley ve Markman, (2010)'ın yaptığı bir ilişki içindeki evli olmayan yetişkin örneklemini kullanmış olan bir çalışma, ilişki bağlılığının dört özelliğini ve bunların ilişkiye uyum ve kararlılık ile ilişkilerini incelemiştir. Bağlılığın bu dört kesimi ilişki uyumunun beklenen yönü ve ilişki sonlandırmanın ve evliliğin algılanan olasılığı ile ilişkili idi. Daha fazla adanmışlık, daha fazla maddi ve algılanan sınırlamalar ve daha az hissedilen sınırlama, daha yüksek bir birlikte kalma ihtimali ile ilişkilendirilmiştir.

Agnew ve Dove (2011) güçlü bağlılığın kişinin partnerini kendi için bir zarar kaynağı olarak görme algısının azalması ile ilişkili olduğu hipotezini ortaya atmışlardır. Sonuçlar, bağlılık ve kişisel zarar algıları arasında belirgin şekilde olumsuz bir ilişki olduğunu ve bağlılığın güçlenmesinin partner tabanlı risk algısında azalmaya ve riskli davranışsal yatkınlıkların artmasına yol açtığını göstermektedir.

Büyükşahin (2006)'nin çalışmasında birbirini izleyen iki ayrı araştırma yapılmıştır. Birinci çalışmada, flört ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin, ilişki bağlanımlarını yordayan değişkenler hakkında bilgi edinilmesi amaçlanmıştır. Ayrıca, bu çalışmada farklı bağlanma stillerine (güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız) sahip bireyler, yatırım modeli değişkenleri ve çeşitli ilişki değişkenleri yönünden karşılaştırılmıştır. Birinci çalışmadan farklı bir örneklem üzerinde gerçekleştirilen ikinci çalışmada ise, farklı ilişki türüne (flört, sözlü/nişanlı ve evli) sahip bireyler, sözü edilen değişkenler açısından karşılaştırılmışlardır.

Birinci çalışmada sonuçlar, yatırım modeli değişkenlerinden ilişki doyumu düzeyini, en iyi yordayan değişkenlerin, ilişkide güvende hissetme ve eşe duyulan güven olduğunu ortaya koymuştur. Seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyini ise, en iyi yordayan değişkenler gelecek zaman yönelimi, tutkulu aşk ve ilişki korkusu/ kaygısıdır. Ancak, bu değişkenler negatif olarak yordamaktadır. İlişkiye

yapılan yatırım düzeyini ise, en iyi ilişki bağlılığı, gelecek zaman yönelimi, özgeci aşk ve bağımlılık değişkenleri yordamaktadır. İkinci çalışmada ise, ilişki türü ve cinsiyet temelli gruplararası karşılaştırmalar yapılmıştır. Buna göre, ilişki türü flört olanlarda, ilişki doyumu ve ilişki yatırımı düzeyi sözlü/nişanlı ve evlilerinkinden daha düşüktür. Buna karşılık, flört ilişkisine sahip olanlar, seçeneklerin niteliğini en olumlu değerlendiren gruptur. Ayrıca, erkeklerin kadınlardan daha çok seçeneklerin niteliğini olumlu değerlendirdikleri gözlenmiştir.

Akbalık-Doğan ve Büyükşahin-Sunal (2011) evli bireylerde olumlu yanılısamalar ile ilişki bağlanımı ve yüklemeler arasındaki ilişkileri incelemiştir. Sonuçlar, ilişki doyumunun evlilikle ilgili olumlu yanılısamayı olumlu yönde yordayan en güçlü değişken olduğunu göstermiştir. Çocuk sayısı, seçeneklerin niteliği, güdü ve suçlama değişkenleri ise evlilikte olumlu yanılısamayı olumsuz yönde yordamaktadır. Erkekler kadınlara göre daha fazla idealleştirilmiş çarpıtma yaptıklarını bildirmişlerdir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ile verilerin analizi üzerinde durulmuştur.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri ile tekil ya da ilişkisel taramalar yapılabilir. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2008).

3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Konya ilinde ikamet eden evli bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya başlamadan önce, araştırma konusunda evli çiftlere bilgi verilmiştir. Konya ilindeki evli bireyler arasından gönüllü olan 500 evli çift araştırmaya katılmıştır. 2013-2015 yılları arasında Konya ilinin Selçuklu, Karatay ve Meram ilçelerinde ikamet eden 500'ü kadın 500'ü erkek olmak üzere toplam 1000 evli birey araştırmaya katılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada evli bireylerin kişisel bilgilerine ulaşabilmek için “Kişisel Bilgi Formu”, evlilikteki bağlılıklarını ölçmek için “Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği”, bağlanma stillerini ölçmek için “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri” ve evlilik uyumunu ölçmek için “Çift Uyum 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 Formunda, evli bireylerin; yaş, cinsiyet, evlilik yılı,

evlilik biçimi ve çocuk sayısı ile ilgili bilgiler bulunmaktadır. Evli bireylere kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir.

3.3.2. Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği (REBÖ)

Orijinal adı “Revised Commitment Inventory (RCI)” olan Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği (REBÖ) yakın ilişkilerde bağlılığı ölçmek amacı ile Owen, Rhoades, Stanley ve Markman (2011) tarafından geliştirilmiş olup Girgin-Büyükbayraktar, Özteke ve Kesici (2015) tarafından Türk örneklemine uyarlanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda özgün ölçekte (Owen vd., 2011) olduğu gibi yedi faktörlü ve iki faktörlü model için uyum değerleri hesaplanmıştır. Bu değerler; 7 faktörlü model için; $\chi^2 = 477,53$, $df = 171$, $(\chi^2/df) = 2,79$, $RMR = .06$, $RMSEA = .06$, $CFI = .78$, $GFI = .91$ ve $AGFI = .88$ olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach α iç tutarlılık katsayısına bakıldığında partnerin iyiliğini düşünme alt boyutunda alfa değeri kadınlar için .65 iken erkekler için .43 dir. Yeni partner bulma alt boyutunda alfa değeri kadınlar için .55 iken erkekler için .74 dü. Maddi yatırımlar alt boyutunda kadınlar için alfa değeri .62 iken erkekler için .61 dir. Sosyal baskı alt boyutunda kadınlar için alfa değeri .64 iken erkekler için .66 dir. Finansal alternatifler alt boyutunda kadınlar için alfa değeri .77 iken erkekler için .65’dir. Sonlandırma alt boyutunda kadınlar için alfa değeri .68 iken erkekler için .70 dir. Adanma alt boyutunda kadınlar için alfa değeri .80 iken erkekler için .78 dir. Sınırlılık boyutunda kadınlar için alfa değeri .81 iken erkekler için .71’dir. Genel olarak alt boyutlara göre alfa değerleri .54 ile .79 arasında değişirken ölçeğin tümü için Cronbach α değeri ise .78’ dir.

Ölçüt bağımlı geçerlik (criterion-related validity) için bağlılık ölçeği alt boyutları ile evlilik uyum, ilişki değerlendirme, romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimi, affetme ve çift uyum ölçekleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Partnerin iyiliğini düşünme alt boyutu romantik ilişkilerde zaman yönelimi ölçeği (FTORR) ve affetme ölçeği ile ilişkilidir. Finansal alternatifler alt ölçeği ilişki değerlendirme ve FTORR ile, sonlandırma süreçleri alt ölçeği ilişki değerlendirme, FTORR ve affetme ölçekleri ile, sosyal baskı alt ölçeği evlilik uyum, ilişki değerlendirme ve FTORR ile, maddi yatırımlar alt ölçeği FTORR ile ve yeni partner bulma alt ölçeği evlilik uyum, FTORR ve affetme ölçekleri ile ilişkili bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirliği

ölçeğin tamamı için .86 bulunmuştur. Adanma boyutu için .89, sosyal baskı için .82, sonlandırma süreçleri için .86, yeni partner bulma için .84, partnerin iyiliğini düşünme için .86, finansal alternatifler için .87 ve maddi yatırımlar alt boyutu için test-tekrar test güvenilirliği .88 bulunmuştur.

Ölçek toplam 25 maddeden oluşmaktadır. Ters puanlanacak maddeler 17,2,7,13,16,10,12,14,21,24,25'dir. Ölçeğin alt boyutları ise Sosyal Baskı (social Pressure) (8,17), Finansal Alternatifler (Financial Alternatives) (2,7,13), Sonlandırma Süreçleri (Termination) (3,15), Partnerin iyiliğini düşünme (CPW) (4,16), Yeni partner bulma (avalibility) (9,10,12), Maddi yatırımlar (Investments) (11,14) ve Adanma (Dedication) (18,19,20,21,22,24,25)'dir.

3.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)

Brennan ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-I, Experiences in Close Relationships Inventory) bağlanmadaki iki boyut olan, yakın ilişkilerde yaşanan *kaygı* ve *kaçınmayı* ölçmek için hazırlanmıştır. Brennan ve arkadaşları öncelikle yetişkinlerin yakın ilişkilerindeki bağlanmayı ölçtüğünü düşündükleri yaklaşık 60 ölçeğe faktör analizi uygulamıştır. Bu analiz sonucunda yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygıyla tanımlanabilen iki boyut elde edilmiştir. Dolayısıyla bu iki boyut temel alınarak 36 maddelik Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE) geliştirilmiştir. Böylece YİYE, yetişkinlerin yakın ilişkilerinde yaşanan kaygı ve kaçınma bağlanma boyutlarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Toplam 36 maddeden oluşan bu ölçekte her bir boyut 18'er madde ile ölçülmektedir. Katılımcılar her bir maddenin kendilerini ne derece tanımladığını Likert tipi 7 dereceli ölçekler (1 = Beni hiç tanımlamıyor, 7 = Beni tamamıyla tanımlıyor) kullanarak değerlendirmektedir.

Ölçeği tamamlayan katılımcılar kaygı ve kaçınma boyutlarında değerlendirilebileceği gibi Bartholomew ve Horowitz'in (1991) önerdiği Dörtlü Bağlanma Modeli temelinde de değerlendirilebilmektedir. Sümer (2006) de küme analizi yapılarak ölçekten kategorik ölçümler alınabileceğini ve Dörtlü Bağlanma Modeli temelinde sınıflandırmalar yapılabileceğini önermiştir. Buna göre Güvenli bağlanma tarzı, düşük düzeyde kaygı ve kaçınma boyutunda, bunun zıt kutbunda yer alan korkulu bağlanma tarzı ise her iki boyutun da (kaygı ve kaçınma) yüksek

düzeylerinde tanımlanmıştır. Saplantılı bağlanma tarzı, yüksek düzeyde kaygı ve düşük düzeyde kaçınma kombinasyonu; kayıtsız bağlanma tarzı ise düşük düzeyde kaygı ve yüksek düzeyde kaçınma birleşimi ile tanımlanmıştır.

YİYE her iki dili de ileri düzeyde olan iki uzman tarafından çeviri ve tersine çeviri yoluyla İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiş ve çeşitli araştırmalarda ve lisansüstü tezlerde kullanılmıştır (bkz., Yıldız, 2005; Bahadır, 2006; Bozkurt, 2006; Oral, 2006; Ergin, 2009). Sümer (2006) tarafından YİYE'nin faktör yapısını incelemek amacıyla 36 madde üzerinde varimax rotasyonu ile temel bileşenler (faktör) analizi yapılmıştır. İki faktörlü çözüm sonucunda toplam varyansın %38'i açıklanmıştır. Brennan ve arkadaşlarının önerdiği kaçınma boyutuna karşılık gelen ilk faktör toplam varyansın %22'sini, kaygı boyutuna karşılık gelen ikinci faktör de %16'sını açıklamıştır. Ayrıca her iki boyutun da yüksek düzeyde güvenilirlik katsayısına sahip olduğu gözlenmiştir (kaygı için .86, kaçınma boyutu için .90). YİYE'ye göre oluşturulan bağlanma değişkenlerinin hem kategorik (.17) hem de boyutsal analizlerde (.24) en yüksek düzeyde varyans açıkladığı ileri sürülmüştür. Örneğin YİYE ile ölçülen kaygı ve kaçınma boyutları, İlişki Ölçekleri (İÖ) ve İlişki Ölçekleri Anketi (İOA) ile ölçülen benlik ve başkaları modellerinden yaklaşık 2.5 kat daha fazla varyans açıklamaktadır. Faktör analizi sonuçları, YİYE'nin kaygı ve kaçınma boyutlarını temsil eden iki boyutun Türkiye örnekleminde de gözlemlendiğini göstermiştir. Ayrıca kaygı boyutunda yer alan bir madde (13. madde) dışında bütün maddelerin öngörülen boyuttan yüksek yük aldığı ve iki boyutun birbirinden bağımsız olarak temsil edildiğini ortaya koymuştur (Sümer, 2006).

3.3.4. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ

Spanner tarafından 1976 yılında geliştirilmiştir. Çift Uyum Ölçeği çiftlerin kendi ikili ilişkilerini nasıl algıladıklarını ölçmek için geliştirilmiş 32 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin dört alt boyutu bulunmaktadır; a) 10 maddeyi içeren eşler arası tatmin alt ölçeği; b) 5 maddeden oluşan eşler arası bağlılık alt ölçeği; c) 13 maddeden oluşan eşler arası fikir birliği alt ölçeği d) son olarak 4 maddeden oluşan duygusal ifade alt ölçeği. Toplam ölçüm puanları, bireylerin ilişki/evlilik uyumu ve tatmin derecesini yansıtmaktadır.

Çift Uyum Ölçeğinin Türkiye’de geçerlilik çalışması 1995 yılında Amine Aysun Yavuz tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada Çift Uyum Ölçeği’nin geçerliliğini incelemek için Türkçe standardizasyonu yapılmış Aile Değerlendirme Ölçeği’nin (Family Assesment Device) Genel Fonksiyonlar (General Functioning) alt ölçeği kullanılmıştır. ÇUÖ’ nün Türkçe versiyonu ve genel fonksiyonlar alt ölçeği, orta-yüksek ekonomik sınıftan 129 kadına verilmiştir. ÇUÖ’ nün iç tutarlılığı önceki araştırmalarda bildirilen değerlere yakın bulunmuştur. ÇUÖ’ nün Türkçe versiyonunun, eşler arası uyum ve tatmini değerlendirmede yararlı olabileceği sonucuna varılmıştır.

Çift Uyum Ölçeği’nin Türkiye’de geçerlik güvenilirlik çalışması 1997 yılında Fışiloğlu ve Demir tarafından yapılmıştır. Evlilik uyumunun ölçümü için kullanılan Çift Uyum Ölçeği’nin yapı geçerliliği çalışmasında Evlilik Uyum Ölçeği (Locke-Wallace Marital Adjustment Scale) kullanılmıştır. Spanier (1976) tarafından geliştirilen bu ölçeğin Fışiloğlu ve Demir (2000) tarafından Türk örnekleme için yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında; puan ortalaması erkeklerde 103.7 (S.D.=18.8) ve kadınlarda 105.2 (S.D.=18.4) olmak üzere ortalama 104.5 (S.D.=18.6) olarak bulunmuştur. Türk örnekleminde ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik sonucu orijinal sonuca yakın bir şekilde 0.92 olarak bulunmuştur. Ayrıca alt ölçeklerin güvenilirlik sonuçları orijinalinden küçük farklılıklar göstermekte olup 0.75 ile 0.83 arasındadır.

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

3.4.1. Verilerin Toplanması

Verileri toplamak amacıyla gönüllü olan evli bireylere ölçeklerin uygulanacağı saatler belirlenmiş ve daha önceden kararlaştırılan zamanda araştırmacı tarafından “Kişisel Bilgi Formu”, “Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri” ve “Çift Uyum Ölçeği”nin yer aldığı ölçek bataryası uygulanmıştır. Uygulamada iki ölçüte dikkat edilmiştir. Bu ölçütlerden ilki gönüllülüktü. İkinci ölçüt ise “Revize Edilmiş Bağlılık Ölçeği”nin her bir çiftede ayrı ayrı uygulaması yapılmış ve evlilikte bağlılığı ölçtüğü için, çiftlerden birbirlerinin cevaplarını görmemeleri rica edilmiştir.

Ölçek bataryaları, evli bireylere kapalı zarfla verilmiş ve kapalı zarfla toplanmıştır. Uygulamaya başlamadan önce araştırmacı tarafından ölçeklerle ilgili yönergeler okunmuş ve uygulamayla ilgili bilgi verilmiştir. Uygulama yaklaşık 60-75 dakika sürmüş ve uygulama esnasında hiçbir sorunla karşılaşmamıştır.

3.4.2. Verilerin Analizi

İlk aşamada ölçek bataryasındaki ölçeklerin değerlendirme kriterleri oluşturulmuştur. Bu kriterlere göre, her bir çiftede ayrı ayrı uygulama yapılması gerektiği için, çiftlerden sadece birisinin cevapladığı ölçekler değerlendirmeye alınmamıştır. Sadece kadın veya erkeklerin doldurmuş olduğu 34 çiftin uygulama ölçekleri değerlendirmeye alınmamıştır. Bunun yanında uygulanan üç ölçeğin birisini veya her ikisini eksik dolduran 26 çiftin uygulama ölçekleri değerlendirmeye alınmamıştır.

Araştırmada verilerin analizi için SPSS 21.00 paket programı kullanılmıştır. Evli bireylerin bağlılık ve bağlanma stilleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Tekniği uygulanmıştır. Evli bireylerin bağlılık ve bağlanma stillerinin, evli bireylerin çift uyumuna ilişkin varyansının ne kadarını yordadığını ortaya koymak için çoklu regresyon analizinin, stepwise 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 Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutları Arasındaki İlişki

	Çiftler Arasındaki fikir Birliği	Çiftlerin Kendilerini Duygusal olarak İfade Etmesi	Çiftler Arasındaki Doyum	Çiftler Arasındaki Bağlılık
Sosyal Baskı	.034	.078*	.233**	.123**
Finansal Alternatifler	.003	-.031	.008	-.122**
Sonlandırma Süreçleri	-.008	.078*	.164**	.064*
Partnerinin İyiliğini düşünme	.145**	.134**	.233**	.135**
Yeni Partner Bulma	.173**	.080*	.172**	.086**
Maddi Yatırım	-.053	.048	.016	.006
Adanmışlık	.235**	.173**	.458**	.312**
Kaygı	-.182**	-.102**	-.120**	-.135**
Kaçınma	.021	-.025	.102**	.077*

** $p < .01$

* $p < .05$

Tablo 1 incelendiğinde, bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .034$, $p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .078$, $p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .233$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .123, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .003, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında negatif yönlü ($r = -.031, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .008, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında negatif yönlü ($r = -.122, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında negatif yönlü ($r = -.008, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .078, p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .164, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .064, p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .145, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .134, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .233, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .135, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .173, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .080, p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .172, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .086, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında negatif yönlü ($r = -.053, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlılık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .048, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlılık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .016, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlılık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .006, p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .235, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında pozitif yönlü ($r = .173, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .458, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .312, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında negatif yönlü ($r = -.182, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında negatif yönlü ($r = -.102, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında negatif yönlü ($r = -.120, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında negatif yönlü ($r = -.135, p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında pozitif yönlü ($r = .021$, $p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında negatif yönlü ($r = -.025$, $p > .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında pozitif yönlü ($r = .102$, $p < .01$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında pozitif yönlü ($r = .135$, $p < .05$) anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Tablo-2: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	,235	,055	,054	5,173	57,780*	,000
B	,273	,075	,073	5,121	39,902*	,000
C	,301	,090	,088	5,080	32,727*	,000
D	,310	,096	,092	5,067	26,178*	,000
E	,316	,100	,095	5,058	21,912*	,000
F	,324	,105	,99	5,047	19,222*	,000

A Yordayıcı: Adanmışlık.

B Yordayıcı: Adanmışlık, kaygı

C Yordayıcı: Adanmışlık, kaygı, yeni partner bulma

D Yordayıcı: Adanmışlık, kaygı, yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri

E Yordayıcı: Adanmışlık, kaygı, yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme

F Yordayıcı: Adanmışlık, kaygı, yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme, sosyal baskı

Bağımlı Değişken: Fikir Birliği

* $P < 0,01$

Tablo 2’de görüldüğü gibi bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma

süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme, sosyal baskı alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan fikir birliğinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ($P<0,01$). Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %5.4'ünü açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu birlikte fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %7.3'ünü açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutları birlikte fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %8.8'ini açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma ve sonlandırma süreçleri alt boyutları birlikte fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %9.2'sini açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri ve partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %9.5'ini açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme ve sosyal baskı alt boyutları ile birlikte fikir birliğine ilişkin toplam varyansın %9.9'unu açıklamaktadır.

Tablo-3: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çift Doyumu Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	,458	,210	,209	4,762	263,240*	,000
B	,473	,224	,222	4,721	143,023*	,000
C	,480	,230	,228	4,704	98,854*	,000

A Yordayıcı: Adanmışlık.

B Yordayıcı: Adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme

C Yordayıcı: Adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme, yeni partner bulma

Bağımlı Değişken: Çift Doyumu

* $P<0,01$

Tablo 3’de görüldüğü gibi bağıllık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme ve yeni partner bulma alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift doyumunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ($P<0,01$). Bağıllık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, çift doyumuna ilişkin toplam varyansın %20.9’unu açıklamaktadır. Bağıllık ölçeğinin adanmışlık ve partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte, çift doyumuna ilişkin toplam varyansın %22.2’sini açıklamaktadır. Bağıllık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme ve yeni bir partner bulma alt boyutları ile birlikte, çift doyumuna ilişkin toplam varyansın %22.8’sini açıklamaktadır.

Tablo-4: Evli Bireylerin Bağıllık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	,170	,029	,028	,776	29,636*	,000
B	,194	,038	,036	,773	19,440*	,000
C	,209	,044	,041	,771	15,058*	,000

A Yordayıcı: Adanmışlık.

B Yordayıcı: Adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme

C Yordayıcı: Adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme, kaygı

Bağımlı Değişken: Duygularını İfade Etme

* $P<0,01$

Tablo 4’de görüldüğü gibi bağıllık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ($P<0,01$). Bağıllık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, evlilik uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %2.8’ini açıklamaktadır. Bağıllık ölçeğinin adanmışlık ve partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %3.6’sını açıklamaktadır. Bağıllık

ölçeğinin adanmışlık ve partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutları ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %4.1'ini açıklamaktadır.

Tablo-5: Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	,312	,097	,096	4,965	106,997*	,000
B	,325	,106	,104	4,944	58,713*	,000
C	,335	,112	,109	4,929	41,639*	,000
D	,340	,116	,112	4,921	32,454*	

A Yordayıcı: Adanmışlık.

B Yordayıcı: Adanmışlık, finansal alternatifler

C Yordayıcı: Adanmışlık, finansal alternatifler, kaygı

D Yordayıcı: Adanmışlık, finansal alternatifler, kaygı, partnerin iyiliğini düşünme
Bağımlı Değişken: Bağlılık

*P<0,01

Tablo 5'de görüldüğü gibi bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (P<0,01). Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %9.6'sını açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %10.4'ünü açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %10.9'unu açıklamaktadır. Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ve bağlanma stilleri

ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutu ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %11.2'sini açıklamaktadır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmanın amacını tespit etmek için geliştirilen alt problemlere ait bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Araştırma ile ilgili bulguların tartışılması ve yorumlanması alt problemlerin inceleniş sırasına uygun olarak yapılmıştır.

5. 1. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmazken, bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç gösteriyorki, çiftler arasında sosyal baskı arttıkça çift uyumu artmaktadır. Bu bulgunun temel nedenleri arasında; çiftlerin ilişkilerini sürdürmeleri için çiftlerin aileleri ve arkadaşlarının ilişkilerini devam ettirmeleri gerektiği konusunda baskı yapmaları (Owen vd., 2011), çiftlerin “ölene kadar bize düşeni yaparız” gibi aile mitlerine sahip olmaları (Popenoe, 2002) ve çiftler arasındaki ilişki iyi de gitse, kötüde gitse, ilişkinin kesinlikle sürdürülmesi gerektiği konusunda yakın çevre baskıları sayılabilir. Lehmiller ve Agnew (2007) bireylerin, romantik ilişkilerinde algılanan marjinalleşmenin bu ilişkinin gelecekteki bağlılığı ve kararlılığı ile ne kadar ilişkili olduğunu incelediği araştırmalarında, çiftlerin sosyal olarak marjinalleşmesi ilişki bağlılığı ve kararlılığı konusunda daha zayıf bir göstergedir ve ilişki kazançları ile ilgili algılanan sosyal yadırgamanın önemli sonuçları beraberinde getirdiği sonucu, sosyal baskıların ilişki üzerinde önemli olduğunu göstermektedir.

Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi ve çiftler arasındaki doyum arasında anlamlı düzeyde ilişki ortaya çıkmazken, bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında düşük düzeyde, negatif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Finansal alternatifler arttıkça, çiftler arasındaki bağlılık azalmakta veya finansal alternatifler azalırsa, çiftler

arasındaki bağıllık artmaktadır. Çiftler birbirlerine olan bağıllıklarını, birlikte geçirdikleri zamanda duygu, davranış ve fikir alışverişlerini kazan kazan prensibi ile yaptıkları zaman, artırır. Bu sonuç gösteriyorki, finansal alternatifler azaldığında yani çiftlerin herhangi bir nedenden dolayı ayrılmaları halinde, ekonomik olarak fazla bir alternatifte sahip olmamaları, evlilik bağlarını artırmaktadır. Bu sonuç, aile danışmanlığı açısından önemli olan çiftlerin evlilikle ilgili mitlerini desteklemektedir. Çünkü, boşanmanın ardından ekonomik yaşam standartlarının her iki eş içinde eşit miktarda düşeceği (Popenoe, 2001) ile ilgili miti desteklemektedir. Bu nedenle çiftler ayrılık kararı almadan önce finansal alternatifleri değerlendirerek ayrılık kararı almaktadırlar. Ayrıca bu sonuç Van Lange, De Bruin, Otten ve Joireman (1997)'nin bağıllık güçlendikçe alternatiflerin daha kötü değerlendirilmesi yönündeki bulgusu ile paraleldir.

Bağıllık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında anlamlı düzeyde ilişki saptanamazken, bağıllık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki, bağıllık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu sonuç gösteriyorki, evli bireylerin evlilik ilişkilerini sona erdirmenin ne kadar zor olduğu ile ilgili algıları yükselirse, çift uyum düzeyleri de o kadar yüksek olur. VanderDrift, Agnew ve Wilson (2009) düşük bağıllık içeren evlilik dışı romantik ilişkiler yaşayan bireylerin terk etme davranışlarına yönelme sürecini inceledikleri çalışmalarında, ayrılma fikrinin bağıllık ve ayrılma davranışlarının gerçekleştirilmesi arasındaki ilişkiyi düzenlediği sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü ilişkinin sonlandırılmaması yatırım modeli ile de açıklanabilir. Rusbult'un bağıllık Yatırım Modeli'nin bir meta analiz çalışmasında, bir ilişki ile ilgili doyum, bunun alternatifleri ve yatırımlar ile bu ilişkiye olan bağıllık arasında belirgin bir korelasyon bulunması ve bağıllığın bir ilişkinin devamının belirgin bir göstergesi olması (Le ve Agnew, 2003), araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Zira, bireyler ilişkilerine ne kadar fazla yatırım yaparlarsa, ilişkiyi sonlandırmada zorluk çekebilirler. Çünkü ilişkiye yapılan yatırımların karşılığını bir vesile ile almak isterler. İlişkinin

sonlandırılması yatırımın karşılığını alamamak ve hayal kırıklığı yaşamak anlamına gelebilir.

Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin partnerlerinin iyiliğini düşünmeleri arttıkça evlilik uyumları artmaktadır. Agnew ve Dove (2011)'in bağlılık ve kişisel zarar algıları arasında belirgin şekilde olumsuz bir ilişki olması ve bağlılığın güçlenmesinin partner tabanlı risk algısında azalmaya yol açtığı sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü çiftler ayrılışlar bile partnerlerinin iyi olmalarını istemekte ve partnerlerini zora sokabilecek davranışlardan kaçınmaktadırlar. Partnerin iyiliğini düşünme ve çift uyumu arasında pozitif korelasyon çıkması, çiftler arasında kurulan çapalar ve bu çapaların nitelikleri ile de açıklanabilir. Zira çiftlerin çocuk, geniş aile ilişkileri ve toplumla karşılıklı olarak birbirlerine atmış oldukları çapalar vardır. Bu çapalardan dolayı eğer partnerin iyiliği düşünülmezse, bu davranıştan hem çocuklar hem de olumsuz olarak etiklenen partnerler zarar görebilir (Kesici vd., 2013).

Bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç, evli bireylerin herhangi bir ayrılık durumunda yeni partner bulabilme ihtimalleri arttıkça, çift uyum düzeylerinin artacağını göstermektedir. Zira yeni bir partner bulabilmenin anlamı, mevcut ilişkinin bitmesi ve yeni bir ilişkinin başladığı anlamına gelir. Yani boşanma süreci tamamlanmıştır (Uçan, 2007). Evli bireyler arasında ilişkiler zedelendiği zaman veya ilişkiler bir çıkmaza girdiği zaman, çiftler bu çıkmazdan kurtulmak için yeni ilişkilere girerler. Bu yeni ilişkide yeni partner evlilik sürecinde karşılanmayan ihtiyaçları karşılıyorsa, yeni partnerle ilişkiler devam eder. Aksi takdirde önceki karşılanmayan ihtiyaçlar yeni partnerle de karşılanmıyorsa, yeni partnerle kurulan ilişkiler çiftleri daha fazla gerebilir ve sorunlar katlanarak kartopu haline gelebilir.

Bağlılık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında, anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Maddi yatırım ile çift uyumu arasında anlamlı düzeyde ilişki çıkmaması, çiftlerin ilk olarak evliliklerini sürdürmeleri ve evliliğe duygusal olarak yatırım yapmaları ile açıklanabilir. Ayrıca toplumda yaygın olarak kabul gören aile mitleri ile de, anlamlı düzeyde ilişkinin çıkmaması açıklanabilir. Bu mitlerden en yaygın olanları arasında; “çocuk sahibi olmak evlilik memnuniyetini artırır” (Larson, 1988; Popenoe, 2001, 2002), “erkekler evlilikten fayda sağlamak yerine evliliğin kahrını kadınlardan daha fazla çekerler” (Popenoe, 2001; Waite ve Gallagher, 2000) ve “evlilikler yalnızlıktan kurtarır” gibileri örnek gösterilebilir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki, bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar gösteriyorki, çiftlerin ilişkilerinde birbirlerine öncelik verme durumlarının artması, birbirlerinin farklı kişilik özelliklerine saygı gösterme durumlarında ilerlemelerin artması, partnerlerine karşı sağladıkları özveriden pişmanlık duymayıp memnun olma durumlarının artması ve mevcut ilişkisini sürdürmek için harcadıkları çabanın yükselmesi halinde, çift uyumları da yükselmektedir. Adanmışlığın yüksek ilişki doyumunu (Owen vd., 2011) ve ilişki kararlılığı (Le ve Agnew, 2003) ile ilişkilendirilmesi bulgularımızı destekler niteliktedir. Adanmışlık ve çift uyumu arasında ilişkileri destekleyen aile mitleri de oldukça fazladır. Bu mitler arasında; ”Evlilikten önce birlikte yaşamak boşanma olasılığını azaltır” (Larson, 1988; Popenoe, 2001, 2002), “zamanlarının tamamını ev işleriyle geçiren hanımların eşlerinin evlilik memnuniyeti, hanımı başka bir işte çalışanlardan daha fazladır” (Larson, 1988), “yuvayı dışı kuş yapar”, “iyi bir evlilikte çiftler her konuda anlaşır ve hiç tartışmazlar”, “iyi bir eş kendisini hiçbir zaman düşünmez” ve “ailelerin onaylamadığı evlilikler fazla uzun sürmez” gibi örnekler gösterilebilir. Adanmışlık ve çift uyumu arasındaki ilişki aile mitlerine göre mutlu, ailelerde fonksiyonel ve sağlıklı hale gelmez. Ailelerin sağlıklı ve fonksiyonel, evliliklerinde mutlu olabilmesi için, kriterler arasında fedakarlık değil görevi yerine

getirme, soruna odaklanma değil çözüme odaklanma, rekabet ve yarışmaya değil işbirliği ve sorumluluğa odaklanma sayılabilir.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında düşük düzeyde, negatif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Çiftlerin onaylanamama, ayrılma ve başkalarını memnun etme ile ilgili kaygı düzeyleri yükseldikçe, çift uyum düzeyleri düşmektedir. Çünkü çiftler eğer sürekli onaylanmak ve ayrılmamak için kendilerini baskı altında hissettikçe, ev ortamında rahat hissetmeyecekleri için ev ortamlarında ve kendi aralarında huzursuzluk yaşanabilir. Selçuk vd. (2005) ve Amanvermez (2007) 'in sonuçları elde ettiğimiz bulguları destekler niteliktedir. Ayrıca bu bulguyu destekleyen diğer bir araştırma sonucu ise, Boğda-Kantarcı ve Şendil (2012)'in, güvensiz bağlanma stiline sahip olanların güvenlilere göre daha fazla olumsuz aktif ve olumsuz pasif çatışma yönetimine yönelimleri olması sonucudur. Büyüksahin (2006) ilişki doyumu düzeyini, en iyi yordayan değişkenlerin, ilişkide güvende hissetme ve eşe duyulan güven olduğunu ve gelecek zaman yönelimi, tutkulu aşk ve ilişki korkusu/ kaygısının ilişki doyumunu negatif olarak yordadığı sonucu araştırma bulgularını desteklemektedir. Bahadır (2006)'ın bağlanmanın kaygı boyutu çatışma çözme stratejilerinden zorlama, kaçınma, uyma ve işbirliğini doğrudan anlamlı düzeyde yordadığı sonucu ve kaygı düzeyinin uzlaşma stratejisini anlamlı düzeyde yordaması sonucu ve güvenli bağlanma ve uzlaşmacı bir çatışma çözme stratejisinin çift uyumunu artırması söz konusudur.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği ve çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç gösteriyor ki, çiftler kendi kendine odaklanmaya ve yalnız kalmaya meyil gösterdikçe çift doyumunu ve bağlılıkları düşmektedir. Bağlanma stilleri, evlilik uyumunu yordayan önemli bilişsel değişkenlerden birisidir (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006). Ama araştırmada kullanılan bağlanma stilleri ve çift uyumu arasındaki ilişki açısından önemli olan kaygılı ve kaçınan bağlanma stili değil,

çiftler arasında güvenli bağlanmanın gerçekleşmesidir. Eğer bireylerde güvenli bağlanma var ise, ilişkilerde ayrılma, onaylanmama, endişe ve huzursuzluk ortaya çıkmayabilir. Amanvermez (2007)'nin bulgularından yola çıkarak yakın ilişkiler açısından, gruba bağlanmada kaygı ve kaçınma boyutunun söz konusu olduğunun görülmesi araştırmanın bulgusunu destekleyen diğer bir sonuçtur. Bahadır (2006) bağlanmanın hem kaygı hem de kaçınma boyutu, olumsuz duygudurumu düzenleme beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordaması araştırmanın bulgusunu desteklemektedir.

5.2. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu, Yordamasının İncelenmesi

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme, sosyal baskı alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan fikir birliğinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunması sonucu, evli bireylerin çift uyumlarında, hem evlilikte bağlılıkları hem de bağlanma stillerinin önemli olduğunu göstermektedir.

Evli çiftlerin birbirlerine adanmışlık göstermeleri yani özveride bulunmaları, çiftler arasında fikir birliğinin görülmesini yordamaktadır. Çünkü çiftler evlilik ilişkilerinde önemli konularda uzlaşma içerisine girerler. Çiftler arasındaki uzlaşma kültürü çatışma çözme ile ilgilidir. Bu nedenle çiftler kendi aralarındaki çatışmaları çözmek ve her bir çiftin kaybeden değil, kazanan olabilmesi için gerekli özveriyi yani çatışmanın çözülmesi için kendini adaması gerekmektedir. Rhoades vd. (2010) araştırmalarında bulduğu, daha fazla adanmışlık ve daha az hissedilen sınırlamanın birlikte kalma ihtimali ile ilişkili olduğu sonucu araştırma bulgularını desteklemektedir. Araştırma bulgusunu destekleyen diğer bir bulgu ise, Rhoades vd. (2009)'un, nişanlanma öncesinde birlikte yaşayan kişilerin, sadece nişanlandıktan sonra birlikte yaşayan veya evlilikten önce birlikte yaşamayan kişilere kıyasla daha düşük evlilik doyumu, adanmışlığı ve güveninin yanı sıra daha fazla olumsuz iletişim ve daha büyük boşanma olasılığı yaşaması sonucudur. Olumlu ve olumsuz duygusal değişimlerin evlilik doyumu ve istikrarı üzerindeki anlamlı (önemli) etkisini göz

önüne alınca (ör. Gottman ve Levenson, 2000), bu sonuç evlilikte fikir birliği için adanmışlığın önemli olduğu, bireyler eğer birlikte yaşamak istiyorlarsa, adanmışlık düzeylerinin yüksek olması gerektiğini gösteriyor. Aksi halde aralarındaki önemli sorunları çözmede zorluk çekebilecekleri için, aralarında fikir birliği değil çatışma çıkabilir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutunun birlikte fikir birliğini yordaması sonucu ise şu şekilde yorumlanabilir; evli bireyler önemli sorunların çözümünde gerekli özveriyi göstermek için kendilerine düşen sorumlulukları yerine getirdikleri zaman, aralarında, fikir birliği ve uzlaşma görülebilir. Ama bu fikir birliğinin koşullarından birisinde, çiftlerin fikirleri ile ilgili onay bulamama endişesinin olmaması, ilişkilerinin sürdürülebilir olduğu, başkalarını memnun etme yerine önemli sorunların çözümü için aralarındaki psikolojik mesafeyi uzaklaştırmayıp daraltmaları gerekebilir (Selçuk vd., 2005). Çiftler arasındaki uyum açısından uzlaşma sağlamak gerekir. Kaygılı bağlanması olan çiftlerin uzlaşmaları zor olabilir. Bahadır (2006)'ın bağlanmanın kaygı boyutu çatışma çözme stratejilerinden zorlama, kaçınma, uyma ve işbirliğini doğrudan anlamlı düzeyde yordadığı, kaygı düzeyinin uzlaşma stratejisini anlamlı düzeyde yordamadığı sonucu araştırma bulgularını desteklemektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutlarının birlikte fikir birliğini yordaması sonucu, çiftler arasındaki fikir birliği için özveri yani adanmışlık, kaygılı bağlanma değil, güvenli bağlanma ve önemli sorunlarda çiftlerin fikir birliği sağlayamadığı durumlarda yeni partner bulabilme ihtimalinin etkili olabileceğini göstermektedir. Bu sonuç gösteriyorki, yeni partner bulabilme ihtimali, evlilikte bağlılığı düşürmekle birlikte, çiftleri uzlaşmaya zorlayabilir. Çünkü evlilik sürecinde üçüncü kişilerin varlığı boşanma anlamına gelebileceği için evliliğe yatırım yapan çiftler çatışmaların çözümünde kapıları kapatmadan yani inatlaşmayı, çatışmayı uzlaşmacı şekilde çözerek, ilişkiye yapmış olduğu yatırımın karşılığını almış olur. Aksi takdirde ilişkiye yapmış olduğu yatırımın karşılığını alamayacağı ve ilişkiyi kaçınacağı için bu durum yeni partner bulabilme ihtimalini artırabilir (Rusbult vd., 1998).

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma ve sonlandırma süreçleri alt boyutları birlikte fikir birliğini yordaması sonucu, çiftlerin ilişkilerinde fikir birliği sağlamasını kolaylaştıracak etkenler arasında; evlilik ilişkisindeki özveriden memnun olabilme, yeni bir partner bulabilme ihtimalinin güçlülüğü, evlilik ilişkisini sonlandırmak için gerekli olan süreçlerin karmaşık ve zor olması sayılabilir. Diğer taraftan buna neden olarak, ülkemizde evlilik ilişkisini sonlandırma süreçleri konusunda, toplumumuzdaki yaygın olan mitler (Beyaz gelinlikle gitti, beyaz kefenle gelir, kadının yeri kocasının yanındır, bir kadın namusunu kirletmiyorsa ona sahip çıkılmalıdır gibi mitler) ve toplumsal sınırlar (İnsan çocukların hatırına evliliği sürdürür, toplumda boşanan kadına iyi gözle bakılmaz gibi) ve evliliğe yapılan yatırımlardan vazgeçememe sayılabilir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri ve partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte fikir birliğini yordaması sonucu, evlilik ilişkilerini sonlandırma süreçlerinin zorluğu ve evlilik süreçlerinde zor günleri aşma, çocuk sahibi olma gibi bağlılık çapasının kurulması ile açıklanabilir (Dallos ve Draper, 2012; Kesici, Mert, İlgün ve Girgin-Büyükbayraktar, 2015).

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağlılık ölçeğinin yeni partner bulma, sonlandırma süreçleri, partnerin iyiliğini düşünme ve sosyal baskı alt boyutları ile birlikte fikir birliğini yordaması sonucu, çiftlerin ortak bir uzlaşmaya veya hedefe doğru yürürken, evlilikteki bağlılıklarını ve kaygılı değilde güvenli bağlanmalarını güçlendirmedeki süreçlere katkı sağlayan önemli bir değişkeninde sosyal baskı olması ile açıklanabilir. Çünkü ilişkinin sonlandırılmaması, ayrılık fikrinin oluşmaması ve partnerin iyiliğini düşünmede hem aile hemde yakın arkadaşlar ve toplum, evlilik ilişkisinin sürdürülmesi konusunda ısrarcı olmaktadır. Bu ısrarda evlilikteki bağlılığı artırmaktadır. İlişkiyi sonlandırma, ayrılma fikrinin bağlılık ve ayrılma davranışlarının gerçekleştirilmesi arasındaki ilişkiyi düzenlediğini, daha ani olarak harekete geçmek ile ilişkili olduğunu ve tek başına bağlılığın ötesinde ayrılma davranışı ile ilgili eşsiz bir açıklama gücü sağladığını göstermekte olduğu ve yakın ilişkilerde bağlılık ve kalma/ayrılma davranışı arasında bir adım bulunduğunu

göstermesi, araştırmanın bulguları ile paralellik taşımaktadır (VanderDrift vd., 2009). Bayrakçı (2014)'nın benlik saygısını, fikir birliğinin önemli bir yordayıcısı olarak bulması sonucu, araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Amanvermez (2007) yakın ilişkiler için bağlanma boyutlarına paralel olarak gruba bağlanma için de kaygı ve kaçınma boyutunun söz konusu olduğu ve gruba bağlanma için en fazla yordayıcı güce kolektif benlik değeri ve demografik değişkenlerden gruba olan ilişkinin uzunluğu; sevgiliye bağlanma için cinsiyet ve sevgilinin varlığı demografik değişkenlerinin en fazla yordayıcı güce sahip olması sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü kolektif benlik ve ilişkinin uzunluğu değişkenleri bağlılık açısından önemlidir. Özer ve Güngör-Cihan (2012) evlilik uyumu düşük kadınların daha az; evlilik uyumu yüksek erkeklerin daha fazla nedensel yüklemeye buldukları; sorumluluk yükleme tarzının ve deneyime açıklık kişilik özelliğinin, evlilik uyumu düşük erkeklerde daha yüksek; evlilik uyumu yüksek kadınlarda ise daha düşük olduğu sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü evlilikteki bağlılık için nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ile birlikte deneyimlere açıklık kişilik özelliğinin çift uyumu için ne kadar önemli olduğunu ortaya çıkarması araştırmanın sonuçlarının ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.

5. 3. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çift Doyumunu Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme ve yeni partner bulma alt boyutlarının, çift doyumunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunması sonucu, evlilikteki bağlılığın çift doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutunun, çift doyumunu yordaması sonucu, çiftlerin ilişkilerindeki duygu, düşünce ve davranışlarla ilgili olumlu ve olumsuz özellikleri değerlendirerek ortaya çıkan durumdan hoşnut olma durumudur. Atçeken (2014)'in, evli bireylerin evlilikte problem çözme becerisi, evli bireylerin ilişki yüklemelerinin alt boyutlarından olan güdü ve bağlanma stillerinin alt boyutlarından olan kaçınma ile birlikte, eş desteğinin alt boyutlarından olan maddi yardım ve bilgi

desteğini yordaması sonucu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Zira evli, çiftler evlilikteki problemleri çözmek için güdülenmekte ve birbirlerine maddi ve bilgi desteği sağlayarak adanmışlıklarını sergilemektedirler ve bu sonuçla onların çözülen problemleri onlara doyum olarak yansımaktadır. Rusbult vd., (1998)'in ilişkide çiftlerin yüksek doyum aldıkları oranda bağlılıklarının artacağı görüşü bulgularımızı desteklemektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte, çift doyumunu yordaması sonucu, çift doyumunu için çiftlerin gösterdikleri özveriden memnun olabilme ve birlikte yaşam kalitesini yükselterek, partnerlerin daha iyi şartlarda yaşamasını sağlama düşüncesinin göstergesidir. Turan (2015)'nin, 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 sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü çiftlerde aile bütünlük duygusu olduğu zaman ortaya çıkması muhtemel sorunları anlaşılabilir, anlamlı ve yönetilebilir olarak görüp birbirlerine eş desteği vermeleri halinde sorunlar çözülebilir. Çözülen sorunlar ve sorunlara anlam yükleme ve anlaşılır hale getirme duygusu adanmışlığı ve özveriyi ve bu yapılan işlemler ise partnerin daha iyi olmasını sağlayabilir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme ve yeni bir partner bulabilme alt boyutları ile birlikte, çift doyumunu yordaması sonucu, çiftlerin adanmışlıklarının ve partnerlerin iyiliğini düşünmenin ve yeni bir partner bulamamanın evlilikteki bağlılıkları attıracağına göstergesidir. Zira çiftler, eğer evlilik ilişkilerini sonlandırmak istiyor ama yeni partner bulabileceğini düşünmüyorsa, evlilikteki sürece sadık kalacak ve evlilikteki bağlılık yüksek olacaktır. Partnerlerine daha fazla adanmış olan çiftler daha az alternatif aradıklarını bildirmişlerdir (Stanley ve Markman, 1992; Stanley, 2002) ve bu onların çekici alternatifleri etkili bir şekilde azaltmalarına sebep olur (Johnson ve Rusbult, 1989). Zira, Bayrakçı (2014)'nin, benlik saygısı ve aile ortamının çift doyumunu yordaması sonucu, araştırma bulgusunu desteklemektedir. Çünkü yeni bir partner bulabilme algısı benlik saygısının göstergesidir. Benlik saygısı yüksekliği özgüveni, özgüvende yeni partner bulabilmeyi gerçekleştirebilir. Feeney (1999)'un bireylerin aile

ilişkilerinin romantik ilişkileri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucu, araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Larson (1988)'in fonksiyonel olmayan aile kurallarına sahip olan bireylerin ilişkilerinde daha az doyum sağlamaları araştırma bulgusunu desteklemektedir. Çünkü fonksiyonellik kaybolursa partnerler ilişkiden zarar görebilirler ve daha fonksiyonel olan aile ortamı arayabilirler. Diğer yandan, düşük benlik saygısına sahip olan çiftler yeni partner bulabilmekte zorlanabilirler. Bu nedenle çiftlerin bağlılığı artabilir. Murphy ve O'Leary (1989)'ın düşük benlik saygısı ile düşük evlilik doyumu arasında anlamlı ilişki olduğu sonucu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Büyükşahin (2006)'nın yatırım modeli değişkenlerinden ilişki doyumu düzeyini, en iyi yordayan değişkenlerin, ilişkide güvende hissetme ve eşe duyulan güven olduğu sonucu araştırma bulguları ile paralellik taşımaktadır. Akbalık-Doğan ve Büyükşahin-Sunal (2011) ilişki doyumunun evlilikle ilgili olumlu yanılısamayı olumlu yönde yordaması sonucu da araştırma bulgusunu desteklemektedir.

5.4. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, çift uyumunun alt boyutlarından olan duyguları ifade etmeyi yordadığı sonucu, çiftlerin duygularını ifade etmesinde özverili olma, özveriden mennun olma, partnerin yaşam kalitesini yükseltmeye çalışma, onaylanamama kaygısı yaşama, ayrılık kaygısı yaşama ve partnerini mennun etme kaygısı yaşama, onların duygularını ifade etmesini etkilediğini göstermektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutunun, çiftlerin duygularını ifade etmesini yordaması, çiftlerin sevgi gösterme şekillerinde anlaşmaya varma konularından mennun olma ve sevgilerini davranışlara dönüştürme konusunda istekli olmaları anlamına gelebilir (Fışıloğlu ve Demir, 2000). Çiftlerin duygularını ifade etmelerinde aile ortamı da etkilidir. Zira, Satir (1988) mizah, hoşgörü, neşe, mutluluk ve huzurlu bir ortamı barındıran özgüveni yüksek anne babaların kurduğu ve öz güveni yüksek çocukların yetiştiği eğitici ailelerde yetişen bireylerin, ilgi, sevgi ve

şefkatlerini çekinmeden korkmadan gösterebileceklerini ve eğitici ailelerin meydana getirdiği bu iletişim ortamı sayesinde, açık, kuralların esnek olduğu, bireylerin farklılıklarından dolayı yargılanmadığı aile ortamında değerliliğin oluşacağı görüşü araştırma bulgularını desteklemektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutları ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin duyguları ifade etmeyi yordaması, çiftlerin evlilik sürecindeki yaşam kalitelerini yükseltmek için yarışma ve rekabetin olmadığı, kafa karışıklığının bulunmadığı, gizil beklentilerin olmadığı ve sevgilerini karşılıklı gösterebilecekleri ve bu sevgilerini gösterirken evlilikteki iletişimde ortaya çıkan mitleri tedavi olarak sağladıkları bir iletişim kurulması halinde, çiftler duygularını ifade etmiş olabilirler (Koerner ve Fitzpatrick, 2002; Koerner ve Fitzpatrick, 2006; Schrod, 2009). Rhoades vd. (2009)'nin yapmış olduğu çalışmada, olumsuz çift iletişiminin, düşük düzeyde ilişkiye uyum, güven ve bağlılık ile ilişkili olduğu sonucu araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutları ile birlikte, çiftlerin duyguları ifade etmesini yordaması, çiftlerin sevgilerini ifşa etmede adanmışlık, partnerlerin yaşam kalitesi ve çiftlerin onaylanmama, ayrılık ve partnerlerini menun edememe kaygıları, onları sevgilerini davranışa dönüştürmeye zorlamaktadır. Bayrakcı (2014)'nin, benlik saygısı ve aile ortamının, çiftlerin duygusal ifadesini yordaması araştırma bulgularını desteklemektedir. Çünkü benlik saygısının yüksekliği ve aile ortamının elverişli olması, çiftlerin duygusal ifadelerini etkilemektedirler. Bahadır (2006)'ın, romantik ilişkilerde bağlanma ile çatışma çözme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, kaygı düzeyinin uzlaşma stratejisini anlamlı düzeyde ve bağlanmanın hem kaygı hem de kaçınma boyutu, olumsuz duygudurumu düzenlemesi beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordaması, araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir. Çünkü kaygılı olan birey tetiktir ve duygularını net ifade etme konusunda zorlanabilir. Morris vd. (2007)'nin, bireylerin duygusal düzenlemelerini ve duygularını nasıl kontrol edeceklerini, yakın çevresini model olarak öğrendiklerini belirtmesi ve duyguları ifade etmede, aile içerisindeki duygusal atmosfer, ebeveynlik stili, ebeveynlerin birbiriyle olan ilişkisi ve aile içindeki duygusal ifade düzeyinin önemli olduğu görüşü araştırma bulgularını

desteklemektedir. Dattilio (2005)'in, aile şemalarının hem aile dinamiklerini hem de ailedeki iletişimle ilgili etkileşim kalıplarını ve aile üyelerinin duygularını nasıl kontrol ve ifade edeceğini şekillendirdiği görüşü, çiftlerin duygularını ifade etmede erken dönem uyumsuz şemalarının ve aile mitlerinin önemini belirtmesi açısından dikkat çekici bir açıklamadır. Sümer (2006)'in güvenli bağlananların ilişkilerinde daha yüksek düzeyde tatmin algıladıkları bulgusu araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir.

5.5. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasının İncelenmesi

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutlarının çiftlerin bağlılığını yordaması sonucu, araştırmanın kendi içerisindeki tutarlılığının bir göstergesidir. Çünkü, evlilikteki bağlılık ölçeğinin adanmışlık, finansal alternatifler ve panterin iyiliğini düşünme alt boyutları, çift uyumunun bağlılık alt boyutunu yordamaktadır. Bu sonuca, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutunun da eklenmesi, araştırma sonuçlarının ne kadar anlamlı olduğunun bir ifadesidir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık alt boyutunun, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunu yordaması sonucu, çiftlerin kendilerini evliliğe ne kadar adadıkları ve evliliğe sürekli yatırım yapmaları ile açıklanabilir. Olson (1993)'un aile bağlılığını çiftler ve aile üyelerinin birbirlerine karşı geliştirdikleri duygusal bağ olarak görmesi ve aile uyumunu ise, liderlik, rol ilişkileri ve ilişki kurallarının değişim miktarı olarak görmesi fikri bağlılık ve aile uyumu arasındaki hassas dengenin bir işaretidir. Bu dengenin çiftler arasında ve aile ortamında oluşabilmesinde adanmışlık ruhuna ihtiyaç vardır. Zira, Olson (1993)'un aile işlevini; aile bağlılığı, yakınlığı, aile uyumu, esnek olma kapasitesi, hem aile içinde hem de çevrede güçlülere ve değişimlere uyum sağlama olarak görmesi, aile işlevselliği için özverili olma anlamı taşıdığı için bu araştırmanın bulgularını desteklemesi açısından önemlidir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılığı yordaması sonucu, bağlılıkta hem adanmışlığın

hem de ailenin yaşam kalitesini yükseltmek için finansal alternatiflerin düşünülmesi son derece ilgi çekicidir. Zira evli çiftler bağlılıklarını artırmak için evliliğe yatırım yapmaktadırlar. Ama bu yatırım sadece duygusal değil aynı zamanda finansal boyutları da olan bir yatırımdır. Rusbult'un Bağlılık Yatırım Modeli'nin bir meta analiz çalışmasında, bir ilişki ile ilgili doyumun, alternatifler ve yatırımlar, bu ilişkiye olan bağlılık ile belirgin bir ilişki içinde olduğu sonucu, araştırma bulgusunu desteklemektedir (Le ve Agnew, 2003).

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunu yordaması sonucu, evlilik uyumunu artırmadaki bağlılık için özveri, partnerin yaşam kalitesini arttıracak finansal yatırımlar ve partnerini memnun edemeyeceği için endişelenmek gibi sebeplerden kaynaklanıyor olabilir. Kaygılı bağlanma tarzlarının evlilik doyumunu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucu bulguları destekler niteliktedir (Green, 2012). Ayrıca Lippitt (2005)'in yaptığı çalışma da bulguları destekler niteliktedir.

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutu ile birlikte, evlilik uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunu yordaması sonucu, evlilikte bağlılık için hem özveri, hemde maddi kazanç ve karşılıklı olarak partnerlerin iyiliğini düşünmenin yanında partnerin onayını ve güvenini kazanmak için endişelenmek ve endişe sonucunda partnere daha fazla ilgi göstermek anlamına gelebilir. Çiftler arasındaki özveri tutumları, bağlılık ve ilişki uyumuna aracılık etmektedir (Stanley vd., 2006; Whitton vd., 2008). Büyükaşahin (2006)'in yatırım modeli değişkenlerinden ilişki doyumunu düzeyini, en iyi yordayan değişkenlerin, ilişkide güvende hissetme ve eşe duyulan güven olduğu bulgusu çalışmamızı desteklemektedir. Bayrakçı (2014)'nin benlik saygısının çift uyumunun alt boyutlarından olan bağlılığın önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuda araştırma bulgusunu desteklemektedir. Çünkü kendilik algısı yüksek olan çiftler zayıf ve güçlü taraflarını bildikleri için aralarında bağımlılık değil bağlılık gelişir. Turan (2015)'in 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 bulunduğu çalışmanın

sonucu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Çünkü çiftler zorluklara göğüs gereceklerse, bütünlük duygusu ve eş desteği ile göğüs gerebilirler. Bu karşılıklı çaba ise aralarındaki bağlılıklarını artırabilir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada evli bireylerin bağlılıkları ve bağlanma stillerini, çift uyumunun yordamasını incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda şu sonuçlara yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

1. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Alt Boyutları ile Evlilik Uyumunun Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerle ilgili Sonuçlar;

Bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmazken, bağlılık ölçeğinin sosyal baskı alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu sonuç gösteriyorki çiftler arasında sosyal baskı arttıkça çift uyumu artmaktadır.

Bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi ve çiftler arasındaki doyum arasında anlamlı düzeyde ilişki ortaya çıkmazken, bağlılık ölçeğinin finansal alternatifler alt boyutu ile çiftler arasındaki bağlılık arasında düşük düzeyde, negatif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftler arasındaki fikir birliği arasında anlamlı düzeyde ilişki saptanamazken, bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki, bağlılık ölçeğinin sonlandırma süreçleri alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağlılık arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki saptanmıştır.

Bağlılık ölçeğinin partnerinin iyiliğini düşünme alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade

etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağıllık ölçeğinin yeni partner bulma alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağıllık ölçeğinin maddi yatırım alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında, anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır.

Bağıllık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki, bağıllık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu ile çiftler arasındaki doyum arasında orta düzeyde, pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ile çift uyumu ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği, çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi, çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında düşük düzeyde, negatif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur.

Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki fikir birliği ve çiftlerin kendilerini duygusal olarak ifade etmesi arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır. Bağlanma stilleri ölçeğinin kaçınma alt boyutu ile çift uyum ölçeğinin çiftler arasındaki doyum ve çiftler arasındaki bağıllık boyutları arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı ilişki bulunmuştur.

2. Evli Bireylerin Bağıllık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Fikir Birliği Alt Boyutunu, Yordamasına İlişkin Sonuçlar;

Bağıllık ölçeğinin adanmışlık alt boyutu, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, bağıllık ölçeğinin yeni panter bulma, sonlandırma süreçleri, panterin iyiliğini

düşünme, sosyal baskı alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan fikir birliğinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

3. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Çift Doymu Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Sonuçlar;

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme ve yeni partner bulma alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift doyumunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

4. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Duygularını İfade Etme Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Sonuçlar;

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık, partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları ve bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift uyumu ölçeğinin duyguları ifade etme alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

5. Evli Bireylerin Bağlılık Ölçeğinin Alt Boyutları ve Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Alt Boyutlarının, Evlilik Uyumu Ölçeğinin Bağlılık Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Sonuçlar;

Bağlılık ölçeğinin adanmışlık ve finansal alternatifler alt boyutları, bağlanma stilleri ölçeğinin kaygı alt boyutu ve bağlılık ölçeğinin partnerin iyiliğini düşünme alt boyutları, çift uyumunun alt boyutlarından olan çift uyumu ölçeğinin bağlılık alt boyutunun önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur.

6.2. Öneriler

1. Evli bireylerin, evlilikteki bağlılıklarını daha fonksiyonel hale getirmek için, evlilikteki bağlılığı sınırlandıran sosyal baskılar azaltılmalıdır. Sosyal baskıları azaltmak için de çiftler evlilikle ilgili zorunlu olmadıkça üçüncü kişileri devre dışı bırakmalıdırlar.

2. Evliliği sonlandırma süreçlerini toplumdaki mitler zor hale getirdiği için, çiftlerin birlikte yaşamaları imkânsız hale geldiyse, ilişkileri sonlandırma süreçleri esnek hale gelmelidir.

3. Evli bireylerde görülen kaygılı bağlanma stili evlilik uyumunu etkilediği için çiftlerin güvenli bağlanmalarını sağlamak için, çiftler onay arama ve ayrılma kaygısından kurtarılmalıdır. Bunu yapmak için de çiftlerin erken dönem uyumsuz şemaları, bilişsel çarpıtmaları ve aile mitleri tedavi edilmelidir.

4. Evli bireylerin çift uyumlarını sağlamak için çiftlerin kaçınan bağlanmalarını önleme yolunda onlara problem çözme, çatışma çözme ve stresle baş edebilme konusunda beceriler kazandırılmalıdır.

5. Çiftlerin bağlılıklarını artırmak için onların maddi ve manevi ihtiyaçları karşılanmalıdır.

6. Çiftler sevgi gibi duygularını ifade etme konusunda cesaretlendirilmelidirler.

7. Çiftlerin evliliğe ilişkin yatırım yaparken, adanmışlık düzeylerini yükselterek, evliliğe yatırım yapmaları sağlanmalıdır.

8. Evlilikte bağlılığı artırmak için evlilikteki iletişim becerileri fonksiyonel hale getirilmelidir.

9. Evli çiftlerin evlilik uyumu için çiftlere uzlaşma kültürü kazandırılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Abbott, D. A., Brody, G. H. (1985). The relation of child age, gender, and number of children to the marital adjustment of wives. *Journal of Marriage and the Family*, 47(1), 77-84.
- Açık, Ö. (2008). *Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Adams, B. (2004). Families and family study in international perspective. *Journal of Marriage and Family*, 66, 1076-1088.
- Addis, J., Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3-13.
- Agnew, C. R., Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 939-954.
- Agnew, C. R., Dove, N. (2011). Relationship Commitment and Perceptions of Harm to Self. *Basic and Applied Social Psychology*, 33, 322-332.
- Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and Attachment: A theoretical review of the Infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.
- Ainsworth, M. S., Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation*. New York: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Akbalık-Doğan, Ö., Büyükaşahin-Sunal, A. (2011). Evliliklerde Olumlu Yanılsama: İlişki Bağlanımı ile Nedensellik ve Sorumluluk Yüklemeleri Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 70-82.
- Amanvermez, P. (2007). *Yakın ilişkilerde bağlanma ile gruplara bağlanma arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Amato, P. R., Hohmann-Marriot, B. (2007). A comparison of high and low distress marriages that end in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 621-638.
- Arriaga, X. B., Agnew, C. R. (2001). Being committed: Affective, cognitive, and conative components of relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1190-1203.

- Atçeken, E. (2014). *İlişkilerdeki yüklemelerin, bağlanmanın, eş benzerliğinin ve problem çözme becerilerinin eş desteğini yordaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygudurumu Düzenleme Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Ankara.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social & Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Barnas, M. V., Cummings, E. M. (1994). Caregiver Stability and Toddlers Attachment-Related Behavior Towards Caregivers in Day Care. *Infant Behavior and Development*, 17, 141-147.
- Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226-244.
- Bartholomew, K., Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 25-45). New York: Guilford.
- Batool, S. S., Khalid R. (2012) Emotional intelligence: a predictor of marital quality in Pakistani couples. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27 (1), 65-88.
- Bauchard, L. G. (1999). Personality and Marital Adjustment: Utility of the Five- Factor Model of Personality. *Journal of Marriage and Family*, IQ, 61, 651-660.
- Bayrakçı, E. (2014). *Evli bireylerin benlik saygısı, cinsel tutumları ve kök aile ilişkilerinin çift uyumunu yordaması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bifulco, A., Thomas, G. (2013). *Understanding Adult Attachment in Family Relationships Research Assessment and Intervention*. Oxon: Routledge.
- Blum, J. S., Mehrabian, A. (1999). Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal of Personality*, 67 (1), 93-125.
- Boğda-Kantarcı, D., Şendil, G. (2012). Bağlanma Stillerine ve Cinsiyete Göre Çatışma Yönetimi ve Aldatma Eğiliminin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 40 (11), 205-219.
- Booth, A., Amato, P. R. (1991). Divorce and Psychological Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 396-407.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Bozkurt, S. (2006). *Temas biçimleriyle bağlanma biçimleri ve kişilerarası şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. (1988). Individual Difference Variables in Close Relationships: A Contextual Model of Marriage as an Integrative Framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (4), 713-721.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1997). Bowlby's Legacy to Developmental Psychology. *Child Psychiatry and Human Development*, 28(1), 33-43.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınevi.
- Burgess, E. W., Cottrell, L. (1939). *Predicting success and failure in marriage*. New York: Prentice-Hall, pp. 1-11.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cobb, R. J., Davila, J., Bradbury, T. N. (2001). Attachment Security and Marital Satisfaction: The Role of Positive Perceptions and Social Support. *Society for Personality and Social Psychology*, 27(9), 1131-1143.
- Collins, N. L., Ford, M. B. (2010). Responding to the needs of others: The caregiving behavioral system in intimate relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 235-244.
- Collins, N. L., Guichard, A. C., Ford, M. B. (2006). Responding to need in intimate relationships: Normative processes, and individual differences. In M. Mikulincer, & G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love* (pp. 149-189). New York: Guilford Press.
- Curun, F., Çapkın, M. (2014). Romantik Kıskançlığın Bağlanma Stilleri, Benlik Saygısı, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 34(1), 1-22.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255.

- Çelenoğlu, A. (2011). *Evli bireylerin, bağlanma stillerine ve kendilik algısına göre evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkma yollarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çilli, S. A., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., Kucur, R. (2004). Ev Kadınlarında ve Çalışan Evli Kadınlarda Psikolojik Belirtilerin Karşılaştırılması, *Genel Tıp Dergisi*. 14 (1), 1-5.
- Dallos, R., Draper, R. (2012). *Aile Terapisine Giriş: Sistemik Teori ve Uygulama*. (Çev. Ş. Kesici, & C. Kiper,) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Dattilio, F. M. (2005). The restructuring of family schemas: a cognitive-behavior perspective. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(1), 15-30.
- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik Uyumu ile Psikiyatrik Rahatsızlıklar, Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Erdoğan-Taycan, S., Çepik-Kuruoğlu, A. (2014). Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25 (1), 9-18.
- Ergin, B. E. (2009). *Kişilerarası problem çözme davranışı, yetişkinlerdeki bağlanma biçimleri ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. In J. Cassidy & PR Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 355-377).
- Feeney, B. C., Collins, N. L. (2003). Motivations for Caregiving in Adult Intimate Relationships: Influences on Caregiving Behavior and Relationship Functioning. *Pers Soc Psychol Bull*, 29, 950-968.
- Fıfıloğlu, H., Demir, A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for Measurement of Marital Quality With Turkish Couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16 (3), 214-218.
- Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Firestone, W., Pennell, J. (1993). Teacher commitment, working conditions, and differential incentive policies. *Review of Educational Research*, 63, 489-525.
- Fuenfhausen, K. K., Cashwell, C. S. (2013). Attachment, Stress, Dyadic Coping, and Marital Satisfaction of Counseling Graduate Students. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 21(4), 364-370.
- George, C, Kaplan. N., Main, M. (1984). *Attachment interview for adults*. Unpublished interview. University of California, Berkeley.
- Girgin-Büyükbayraktar, Ç., Özteke, H. İ., Kesici, Ş. (2015). The Validity and Reliability Study for the Turkish Version of the Commitment Scale. *Antropologist*, 20(3), 523-534.
- George, M. R. W., Cummings, E. M., Davies, P. T. (2010). Positive Aspects of Fathering and Mothering, and Children's Attachment in Kindergarten. *Early Child Dev Care*, 180 (1-2), 107-119.
- Glenn, N. D. (1998). The Course of Marital Success and Failure in Five American 10-Year Marriage Cohorts. *Journal of Marriage and Family*, 60, 569-76.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of marital process. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.
- Gottman, J. M., Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process*, 41(2), 159-197.
- Gottman, J. M., Levenson, L. W. (2000). The Timing of Divorce: Predicting When a Couple Will Divorce Over a 14-Year Period. *Journal of Marriage and Family*, 62 (3), 737-745.
- Green, D. U. (2012). *The relative influence of deployment, attachment style, and religiosity on marital satisfaction among air force couples*. Faculty of the Graduate School of St. Mary's University in PhD Thesis, San Antonio, Texas.
- Griffin, D., Bartholomew, K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (3), 430-445.
- Güleç, G., Hassa, H., Yalçın, E. G., Yenilmez, Ç. (2011). Tedaviye Başvuran İnfertil Çiftlerde, İnfertilitenin Cinsel İşlev ve Çift Uyumuna Etkisinin Değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 166-176.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stilleri ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında ana babalık stillerinin rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hamarta, E., Deniz, M. E., Durmuşoğlu-Saltalı, N. (2009). Bağlanma Stilllerinin Duygusal Zekâyı Yordama Düzeyi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9 (1), 195-229.
- Hawkins, D. N., Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 445-465.
- Hazan, C., Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511-524.
- Hazan, C., Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5 (1), 1-22.
- Hicks, M. W., Platt, M. (1970). Marital happiness and stability: A review of the research in the sixties. *Journal of Marriage and the Family*, 32, 553-574.
- Holmes, J. (2015). Attachment theory in clinical practice: a personal account. *British Journal of Psychotherapy* 31(2), 208-228.
- Horwitz, A. V., White H. R. (1991). Becoming Married, Depression, and Alcohol Problems among Young Adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 221-237.
- Horwitz, A. V., McLaughlin, J., White, H. R. (1997). How the Negative and Positive Aspects of Partner Relationships Affect the Mental Health of Young Married People. *Journal of Health and Social Behavior*, 39, 124-36.
- Horwitz, A. V., White, H. R., Howell-White, S. (1996). Becoming Married and Mental Health: A Longitudinal Study of a Cohort of Young Adults. *Journal of Marriage and Family*, 58, 895-907.
- Johnson, M. P. (1991). *Commitment to personal relationships*. In W. H. Jones & D. W. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (Vol. 3, pp. 117- 143). London: Jessica Kingsley.
- Johnson, M. P. (1973). Commitment: A conceptual structure and empirical application. *Sociological Quarterly*, 14, 395-406.
- Johnson, M. P., Caughlin, J. P., Huston, T. L. (1999). The Tripartite Nature of Marital Commitment: Personal, Moral, and Structural Reasons to Stay Married. *Journal of Marriage and the Family*, 61(1), 160-177.

- Johnson, D. J., Rusbult, C. E. (1989). Resisting temptation: Devaluation of alternative partners as a means of maintaining commitment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 967-980.
- Jones, K. C., Welton, S. R., Oliver, T. C., Thoburn, J. W. (2011). Mindfulness, Spousal Attachment, and Marital Satisfaction: A Mediated Model. *Family Journal*, 19 (4), 357-361.
- Jose, O., Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33, 73-85.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik İlişisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kesici, Ş., Köklü-Bayraktar, E., Mert, A., Kiper, C. (2013). *Vaka örnekleriyle Birlikte Aile danışma Kuramları ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Kesici, Ş., Bayraktar, E., Mert, A., Kiper, C. (2014). *Vaka Örnekleriyle Birlikte Aile Danışma Kuramları ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kesici, Ş., Mert, A., İlgün, E., Büyükbayraktar, Ç. (2015). *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler*. (3.baskı) Ankara: Nobel Yayınları.
- Kirk, A. M., Eckstein, D., Serres, S. A., Helms, S. G. (2007). A Dozen Commitment Considerations for Couples. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 15 (3), 271-276.
- Koerner, A. F., Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a Theory of family communication. *Communication Theory*, 12(1), 70-91.
- Koerner, A. F., Fitzpatrick, M. A. (2006). Family conflict communication. In J. Oetzel & S. Ting-Toomey (Eds.) *The Sage handbook of conflict communication* (pp. 159-183). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Larson, J. H. (1988). The marriage quiz: College students' beliefs in selected myths about marriage. *Family Relations*, 37(1), 3-11.
- Larson, J. H. (2003). *The Great Marriage Tune-Up Book A Proven Program for Evaluating and Renewing Your Relationship*. San Francisco: Jossey-Bass. pp. 15-44.
- Locke, H. J., Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21 (2), 251-255.
- Locke, H. J., Williamson, R. C. (1958). Marital adjustment: a factor analysis study. *American Sociological Review*, 23, 562-569.

- Lively, E. L. (1969). Toward concept clarification: The case of marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 31, 104-114.
- Levinger, G. (1965). Marital Cohesiveness and Dissolution: An Integrative Review. *Journal of Marriage and the Family*, 27, 19-28.
- Levinger, G., Senn, D. J. (1967). Disclosure of feelings in marriage. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 13(3), 237-249.
- Lehmiller, J. J., Agnew, C. R. (2007). Perceived Marginalization and the Prediction of Romantic Relationship Stability. *Journal of Marriage and Family*, 69, 1036-1049.
- Lehmiller, J. J., Agnew, C. R. (2008). Commitment in age-gap heterosexual romantic relationships: a test of evolutionary and socio-cultural predictions. *Psychology of Women Quarterly*, 32, 74-82.
- Le, B., Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10, 37-57.
- Lippitt, D. N. (2005). An examination of the relationship between differentiation, adult attachment style, and marital satisfaction: a multi-dimensional approach. PhD Thesis, Capella University.
- Main, M., Kaplan, N., Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 1/2, 66-104.
- Mastekaasa, A. (1992). Marriage and Psychological Well-Being: Some Evidence on Selection Into Marriage. *Journal of Marriage and the Family* 54, 901-911.
- Mehta, N. (2006). *Working Models of Attachment to Parents and Partners: Implications for Affective Marital Interactions*. Doctor of Philosophy in Psychology University of California, Berkeley.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan, S., Eshkoli, N. (2001). Attachment Theory and Reactions to Others' Needs: Evidence That Activation of the Sense of Attachment Security Promotes Empathic Responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81 (6), 1205-1224.
- Mikulincer, M., Horesh, N. (1999). Adult Attachment Style and the Perception of Others: The Role of Projective Mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (6), 1022-1034.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.

- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, 16(2), 361-388.
- Murphy, C. M., O'Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of Consulting And Clinical Psychology*, 57 (5), 579-58.
- Ng, K. M., Loy, J. T. C., MohdZain, Z., Cheong, W. (2013). Gender, Race, Adult Attachment, and Marital Satisfaction Among Malaysians. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 21 (2), 198-207.
- Olson, D. (1993). Circumplex model of marital and family systems: Assessing family systems. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes*. New York: Guilford Press.
- Oral, N. (2006). *Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ottu, I. F. A., Akpan, U. I. (2011). Predicting marital satisfaction from the attachment styles and gender of a culturally and religiously homogenous population. *Gender & Behaviour*, 9(1): 3656-3679.
- Owen, J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. (2011). The Revised Commitment Inventory: Psychometrics and use with unmarried couples. *Journal of Family Issues*, 32(6), 820-841.
- Özer, A., Güngör-Cihan, H. (2012).Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(8), 11-24.
- Özgülven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi* (3.Basım). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Popenoe, D. (2002). *The top ten myths of marriage*. Rutgers, RI: National Marriage Project.
- Popenoe, D. (2001). *The top ten myths of divorce*. Rutgers, RI: National Marriage Project.
- Ranganathan, S. K., Madupu, V., Sen, S., Brooks, J. R. (2013). Affective and cognitive antecedents of customer loyalty towards e-mail service providers. *Journal of Services Marketing*, 27 (3), 195-206.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. (2010). Should I Stay or Should I Go? Predicting Dating Relationship Stability From Four Aspects of Commitment. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 543-550.

- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. (2006). Pre-engagement Cohabitation and Gender Asymmetry in Marital Commitment. *Journal of Family Psychology*, 20 (4), 553-560.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. (2009). The Pre-Engagement Cohabitation Effect: A Replication and Extension of Previous Findings. *Journal of Family Psychology*, 23 (1), 107-111.
- Robinson, L. C., Blanton, P. W. (1993). Marital strengths in enduring marriages. *Family Relations*, 42(1), 38-45.
- Rusbult, C. E., Arriaga, X. B. (1997). Interdependence theory. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research, and interventions* (2nd Ed). Chichester: Wiley. pp. 221-250.
- Rusbult, C. A., Martz, J. M., Agnew, C. R. (1998) .The Investment Model Scfee: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test of the Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.
- Rusbult, C. A., Martz, J. M., Agnew, C. R., Arriaga, X. (2011). The Investment Model of Commitment Processes. *Department of Psychological Sciences Faculty Publications*, 26, 1-33.
- Sable, P. (2008). What is Adult Attachment? *Clin Soc Work J*, 36, 21-30.
- Satir, V. (1988). *The New Peoplemaking: Because You Want to be a Better Parent*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books, Inc.
- Schnose, M. A. (2005). Marital Satisfaction Among Hispanic Couples: Intimacy, Adult Attachment, and Internalized Shame. PhD Graduate School of Psychology Fuller Theological Seminary.
- Schrodt, P. (2009). Family Strength and Satisfaction as Functions of Family Communication Environments. *Communication Quarterly*, 57(2), 171-186.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, S., Uysal, A. (2005). Yetişkin Bağlanma Boyutları için Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örnekleminde Psikometrik Açından Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (16), 1-11.

- Shaver, P. R., Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of Research in Personality*, 39, 22-45.
- Simon, R. W. (2002). Revisiting the Relationships among Gender, Marital Status, and Mental Health. *American Journal of Sociology*, 107, 1065-1096.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38 (1), 15-28.
- Spanier, G. B., Cole, C. C. (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. *International Journal of Sociology of the Family*, 6, 121-146.
- Spanier, G. B. (1972). Romanticism and Marital Adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 34 (3), 481-487.
- Stanley, S. M. (2002). *What is it with Men and Commitment, Anyway?* Keynote address to the 6th Annual Smart Marriages Conference. Washington D. C.
- Stanley, S. M., Kline, G. H., Markman, H. J. (2005). *The inertia hypothesis: Sliding vs. deciding in the development of risk for couples in marriage*. Paper presented at the Cohabitation: Advancing Research and Theory Conference, Bowling Green, OH.
- Stanley, S. M., Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and The Family*, 54, 595-608.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of Family Theory and Review*, 2, 243-257.
- Stanley, S., Whitton, S. W., Sadberry, S., Clements, M. L., Markman, H. J. (2006). Sacrifice as a Predictor of Marital Outcomes. *Fam Proc*, 45, 289-303.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Sümer, M. (2006). *Yetişkinlerin Bağlanma Stillerinin Duygusal Zekâ, İlişkiye Bağlılık, İlişkide Algılanan Tatmin ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tarhan, N. (2008). *Evlilik Psikolojisi, Öncesi ve Sonrasıyla Evlilik* (5.Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Thibaut, J. W., Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.

- Thompson-Hayes, M., Webb, L. M. (2004). Commitment Under Construction: A Dyadic and Communicative Model of Marital Commitment. *The Journal of Family Communication*, 4 (3-4), 249-260.
- Turan, F. (2015). *Ailede Bütünlük Duygusunun ve Eş Desteğinin Evlilikte Problem Çözme Becerisini Yordaması*. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- Tutarel-Kışlak, Ş., Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum*, 3(8), 61-68.
- Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük. (1998). Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi (9.Basım).
- Uçan, Ö. (2007). Boşanma sürecinde kriz merkezine başvuran kadınların retrospektif olarak değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 38-45.
- VanderDrift, L. E., Agnew, C. R., Wilson, J. E. (2009). Nonmarital Romantic Relationship Commitment and Leave Behavior: The Mediating Role of Dissolution Consideration, *PSPB*, 35 (9), 1220-1232.
- Van Lange, P. A. M., De Bruin, E. M. N., Otten, W., Joireman, J. A. (1997). Development of prosocial, individualistic, and competitive orientations: Theory and preliminary evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(4), 733-746.
- Waite, L. J. (1995). Does Marriage Matter? *Demography*, 32, 483-507.
- Waite, L. J., Gallagher, M. (2000). *The case for marriage: Why married people are happier, healthier, and better off financially*. New York: Doubleday.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in Psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Whitton, S.W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. (2008). Effects of Parental Divorce on Marital Commitment and Confidence. *Journal of Family Psychology*, 22, 5, 789-793.
- Williams, K. (2003). Has the Future of Marriage Arrived? A Contemporary Examination of Gender, Marriage, and Psychological Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 44, 470-87.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik Uyumu İle Sosyodemografik özellikler Arasındaki İlişki. *Eğitim ve Öğretim A Dergisi*, 1(3), 250-261.
- Yıldız, S. (2005). *Depresyon ve anksiyete tanısı almış çocuklar ile kontrol grubunun anne babalarının bağlanma stillerine göre evlilik uyumlarını belirlemesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.

- Yılmaz, A. (2001). Eşler Arasındaki Uyum: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 1 (4), 1303-0256.
- Yoon, S. (2011). *Impact of marital satisfaction, self-esteem, attachment, job satisfaction and spiritual well-being on Korean American pastors and spouses in California*. Master Thesis. California State University, Long Beach.