



**T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ PSİKOLOJİ  
ANABİLİM DALI KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**EVLİ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİNİN, BİREYLERİN  
UMUTSUZLUK DÜZEYİ VE EVLİLİK UYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

**Hazırlayan  
Merve YILMAZ  
(134102074)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman  
Yrd. Doç. Dr. Barış Önen ÜNSALVER**

**İstanbul-2015**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 134 102074
Öğrenci Adı Soyadı	: Merve Yılmaz
Anabilim Dalı	:
Tez Danışmanı	: Yrd. Doç. Dr. Barış Önen ve N. Salver
Tezin Başlığı	: EULİ BİREYLERİN BAĞLANMASTILERİNİN, BİREYLERİN

UMUTSUZLUK DÜZEYİ VE EULİLİK İLE ALINILAN KARARLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Toplantı Tarihi	: 08 / 10 / 2015	Saati	: 09:40
-----------------	------------------	-------	---------

Öğrenci Savunmaya :  GELDI

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BIRLIGI  OY ÇOKLUGU

- Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez **KABUL** edilmiştir.
- Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin **DÜZELTİLMESİ** için ..... ay **EK SÜRE** verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)
- Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin **REDDEDİLMESİ** kararı alınmıştır.

Savunmada Tezin Başlığı :  Değişmedi.  Değişti.

Tezin Yeni Başlığı :

Öğrenci Savunmaya :  GELMEDI

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BIRLIGI ile **REDDEDİLMİŞTİR.**

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Barış Önen	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Barış Önen	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Özgür Tan	

### Yemin Metni

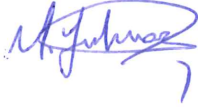
Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Evli Bireylerin Bağlanma Stillerinin, Bireylerin Umutsuzluk Düzeyi ve Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

08./10/2015

Merve YILMAZ

İmza



## ÖNSÖZ

Araştırma aşamasında daima yanımda olan ve büyük destekçim olan, sevgili eşim Selahattin YILMAZ' a ithafen.

Her biri çok kıymetli olan ve hayatımın her döneminde maddi manevi benden desteğini bir an bile esirgemeyen biricik aileme sonsuz şükranlarımı sunarım.

Her daim sevgi ve anlayışlarıyla yanımda olan sevgili arkadaşlarıma ve yakınlarıma tez sürecindeki desteklerini her daim hissettirdikleri için teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmanın planlama aşamasında ve tamamlanmasında çalışma boyunca yardımını, desteğini benden esirgemeyen danışman hocam Yrd. Doç.Dr. Barış Önen Ünsalver'e teşekkürlerimi sunmayı bir borç bilirim.

Hayatımın her döneminde benden maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen, karşılıksız sevgi gösteren, hayatımı kolaylaştıran babam Ahmet BAYRAM'a ve annem Fatma BAYRAM'a en derin şükranlarımı bir borç bilirim. Verilerinin istatistiksel analizinde bana yol gösteren Deniz KAÇMAZ'a da teşekkürlerimi sunarım.

**Merve YILMAZ**

**İstanbul-2015**

## GENEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Merve YILMAZ  
Anabilim Dalı : Psikoloji  
Program : Klinik Psikoloji  
Tez Danışmanı :Yrd. Doç. Dr. Barış Önen Ünsalver  
Tez Türü ve Tarihi :Yüksek Lisans – Eylül 2015

### EVLİ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİNİN, BİREYLERİN UMUTSUZLUK DÜZEYİ VE EVLİLİK UYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

#### ÖZET

**Giriş ve Amaç:** Yaşam doğumun ilk günü ile hayatın son bulduğu gün arasında kalan süreçtir. İnsan bu süreçte ilk olarak kendine bakım veren kişi ile ilişkide bulunur. İnsanın, doğumundan itibaren çocuklukta bakım veren ile yetişkinlikte ise romantik ilişkide bulunduğu eşi, bireyin davranış örüntülerinin, ruh sağlığının oluşumunda önemli rol oynamaktadır. Yaşamın ilk yıllarında bireyin bakım veren kişi ile olan ilişkisinin niteliği ise aynı zamanda karakterini ve kişilerle olan iletişimini de etkiler. Bu yönden bebeklikte verilen bakımın önemi büyüktür. Yakın ilişkilerin niteliği, bireylerin pek çok özelliğini etkilediği gibi, bireylerin bağlanma tarzları da yaşadıkları ilişkilerin niteliğini etkilemektedir. İlk yıllarda bakım veren ile oluşturulan bağlanma tarzı, yetişkinlikte genellikle romantik ilişkide olduğu kişiyle kurulan bağlanma tarzına benzerlik gösterir. Bireyin bağlanma tarzı eşiyle uyumunu, iletişimini ve davranış örüntülerini etkiler.

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerin, bebekliklerinde kendilerine bakım veren kişiye nasıl bağlandıkları ile bu bağın yetişkinlikte umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyleri açısından farklılıkların incelenmiştir. Bu sayede bu konuda evlilikte problem yaşayan bireyler için uygun tedavi yöntemlerine destek sağlanarak psikolojik rehabilitasyon süreçlerine olumlu katkılar sunulacaktır.

**Gereç ve Yöntem:** Araştırma Maltepe ilçesindeki ikamet eden 147 evli birey ile bizzat araştırmacı tarafından uygulanan ölçeklerle gerçekleştirilmiştir. Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiş olan bu araştırmada veriler Beck Umutsuzluk Düzeyi ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve Evlilik Uyum Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisini incelerken ise bireylerin, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri, evlilik durumları gibi değişkenler incelenerek çalışma yürütülecektir.

**Bulgular:** Araştırma dâhilinde sosyodemografik veri formunu ve ölçeklerin sorularını yanıtlayan 147 bireyin 78'inin (%53,1) kadınlardan oluştuğu ve 69'unun (%46,9) erkeklerden oluştuğu görülmüştür. Bireylerin yaş ortalaması  $36.55 \pm 9.09$  (min.19 yaşında, max. 60 yaşında) olduğu görülmüştür. Bireylerin 146'sının (%99,3) evli olduğu ve 1'inin (%.7) dul/boşanmış olduğu görülmüştür. Bireylerin 50'sinin (%34,0) lise mezunu olduğu, 37'sinin (%25,2) ortaokul mezunu olduğu, 30'unun (%20,4) üniversite mezunu ve ↑ olduğu ve 30'unun (%20,4) ilkokul mezunu ve ↓ olduğu görülmüştür. Bireylerin evlilik sürelerinin ortalaması  $13.24 \pm 8.76$  (min.1 yıl, max. 40 yıl) olduğu görülmüştür. Ortalama değerlere baktığımızda katılımcıların evlilikte uyum ölçeğinin ortalaması 43'den > olduğu için grubun evlilikte uyumlu oldukları görülmüştür. Bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinde daha çok kaygılı bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür.

Bireylerin eğitim düzeyleri arasında kaçınma alt ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır ( $p < 0.05$ ). Lise mezunu ve üzeri bireylerin diğer bireylere oranla kaçınma düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Erkeklerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre gruplar arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kaygılı bağlanmaya sahip erkeklerin kaçınmalı bağlanmaya sahip olan erkeklere oranla evlilik uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bağlanma stilleri ve cinsiyetinin evlilik uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Farklı bağlanma stillerindeki grupların kadın ve erkeklerin evlilik uyumları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça erkeklerin kadınlara göre evlilik uyum düzeyleri arttığı saptanmıştır.

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir

Beck umutsuzluk ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p=0,040<0.05$ ). Bireylerin beck umutsuzluk düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır.

Kaygılı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ( $p=0,031<0.05$ ) Bireylerin kaygılı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır

Kaçınmalı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p=0,00<0.05$ ). Bireylerin kaçınmalı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır.

**Sonuç:** Araştırmanın sonucuna göre elde edilen sonuçlara göre de kaygılı ve kaçınmalı bağlanma düzeyleri umutsuzluk düzeyini artırırken evlilik uyumunu düşürmektedir. Katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, aile durumu, eğitim düzeyi, engellilik düzeyi ve çocuklara ait yaş, cinsiyet ve engellilik düzeyleri arasındaki ilişkilere bakıldığında anlamlı sonuçlar ortaya çıktığı görülmektedir. Bireylerin kendi çocuklarını yetiştirirken gösterdikleri bağlanma düzeylerinin, ilerde çocuklarının evliliklerine kadar yansiyabilecek bir süreci izlediği, bu sürecin tek tek halkalardan oluşan büyük bir zinciri

oluşturduğu göz önüne alındığında, elde edilecek bulguların alanda çalışan uzmanlara ve aile danışmanlarına katkı sağlayacağı dşnlmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, evlilikte bağlanma, evlilik uyumu, umutsuzluk düzeyi.





## GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surname : Merve YILMAZ  
Field : Psychology  
Program : Clinical Psychology  
Supervisor : Assistant Professor Doctor Barış Önen ÜNSALVER  
Degree Awarded and Date : Master – September 2015

## ABSTRACT

Since human birth with caregivers in childhood, with partner in romantic relationships plays an important role in the development of mental health, patterns of individual behavior. The nature of the relationship with caregivers of individuals in the first year of life also affects the communication with people and character at the same time. The attachment style of the individual affects harmony with his wife and communication and behavioral patterns.

The purpose of this study, how married individuals connect with their caregivers in infancy and the influence of this bond on marital harmony and hopelessness levels in adulthood in terms of, to investigate the differences in the age, gender, marital status, education levels.

When examining the impact of attachment styles of married individuals on marital harmony and the level of despair, the variables such as ages, gender, education level, marital status will be carried out by examining.

Research was conducted with 147 married individuals who residing in the Maltepe district and who are between 18 to 65 years old. In the current study, the researcher is applied a scale to married individuals to measure their level of hopelessness, marital adjustment and experiences in close relationships.

According to the results of the study, the level of avoid and anxious attachment styles reduce the compliance marriage while increasing the level of hopelessness. When we look at the relationship between gender and disability level hand the age of participants, gender, family status, level of education, level of disability and age of the children are seen to occur meaningful results.

**Key words:** Attachment, attachment in marriage, harmony of marriage, level of hopelessness.

# İÇİNDEKİLER

## Sayfa No

Özet .....	ii
Abstract .....	xi
Kısaltmalar .....	xv
Tablolar Listesi .....	xvi
Şekiller Listesi .....	xvii
Giriş... ..	13
<b>BÖLÜM I -</b>	
1.1. Araştırmanın Amacı .....	14
1.2. Araştırma Soruları .....	14
1.3. Araştırmanın Önemi .....	16
1.4. Araştırmanın Sayıltıları .....	16
1.5. Araştırmanın Tanımı .....	17
<b>BÖLÜM II – Litaretür Taraması .....</b>	<b>18</b>
2.1. Bağlanma Kavramı .....	18
2.2. Bağlanma Tanımı .....	18
2.3. Yetişkinlerde Bağlanma Biçimleri .....	19
2.5.1. Güvenli Bağlanma Biçimi .....	21
2.5.2. Saplantılı Bağlanma Biçimi .....	22
2.5.3. Kayıtsız Bağlanma Biçimi .....	22
2.5.4. Korkulu Bağlanma Biçimi.....	22
2.6. Evlilik Kavramı .....	23
2.7. Evlilikle İlgili Kuramlar ve Yaklaşımlar .....	24
2.6.1. Bağlanma Kuramı .....	24
2.6.2. Sevgi Evrimi Kuramı .....	24
2.6.2. Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Bilişsel Kuram .....	24
2.6.2. Romantik Aşk Kuramı .....	25
2.6.2. Psikodinamik Kuram .....	26
2.6.2. Sosyal Öğrenme Kuramı .....	26
2.6.2. Pekiştireç Kuramı .....	26
2.6.2. Yükleme Kuramı .....	27

2.6.2. Psikoanalitik Yaklaşım .....	27
2.6.2. Davranışçı Yaklaşım .....	27
2.6.2. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım .....	28
2.6.2. Problem Çözme Yaklaşımı .....	29
2.6.2. Sosyal Değişim Kuramı .....	30
2.7. Evlilikte Bağlanma .....	31
2.7. Evlilik Uyumu .....	35
2.7. Bağlanma ve Umutsuzluk Düzeyi İlişkisi .....	38
<b>BÖLÜM III – Gereç ve Yöntem .....</b>	<b>40</b>
3.1. Araştırmanın Amacı .....	40
3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme .....	40
3.3. Araştırma Soruları .....	40
3.3.1. Hipotezler .....	43
3.4. Verilerin Toplanma Araçları .....	43
3.4.1. Sosyodemografik Veri Formu .....	43
3.4.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II .....	43
3.4.3. Evlilik Uyum Ölçeği .....	44
3.4.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği .....	44
3.5. Verilerin Analizi .....	44
3.6. Etik .....	45
<b>BÖLÜM IV – Bulgular ....</b>	<b>46</b>
<b>BÖLÜM V – Tartışma ve Yorum.....</b>	<b>64</b>
<b>BÖLÜM VI - Sonuç ve Öneriler.....</b>	<b>72</b>
3.7. Sonuç .....	72
3.8. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	73
3.9. Öneriler.....	73
Kaynaklar .....	76
Ekler .....	84
Özgeçmiş .....	92

## **KISALTMALAR**

**YİYE-II** Yakın İlişkilerde Yaşam Envanteri-II

**EUÖ** Evlilik Uyum Ölçeği

**BUÖ** Beck Umutsuzluk Ölçeği

**BDT** Bilişsel Davranışçı Terapi

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Bireylerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı.....	46
Tablo 2: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı.....	47
Tablo 3: Bireylerin Evlilikte Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı.....	47
Tablo 4: Bireylerin Evlilikte Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarına İlişkin Dağılımı.....	48
Tablo 5: Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı.....	48
Tablo 6: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	48
Tablo 7: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	49
Tablo 8: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	49
Tablo 9 Bireylerin Yaşları İle Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	50
Tablo 10: Bireylerin Yaşları İle Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	50
Tablo 11: Bireylerin Yaşları İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	51
Tablo 12: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H”Testi İle Karşılaştırılması.....	51
Tablo 13: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H”Testi İle Karşılaştırılması.....	52
Tablo 14: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H”Testi İle Karşılaştırılması.....	53
Tablo 15: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
Tablo 16: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
Tablo 17: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
Tablo 18: Kadınların Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	55
Tablo 19: Kadınların Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	56
Tablo 20: Erkeklerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	56
Tablo 21: Erkeklerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması.....	57
Tablo 22: Kadın İle Erkekler Arasında Bağlanma Stillerine Göre Evlilik Uyum Puanlarının ANOVA Sonuçları.....	57
Tablo 23: Kadın İle Erkekler Arasında Bağlanma Stillerine Göre Beck Umutsuzluk Puanlarının ANOVA Sonuçları.....	59
Tablo 24: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Evlilik Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	60

Tablo 25: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	60
Tablo 26: Bireylerin Evlilik Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	61
Tablo 27: Bireylerin Beck Umutsuzluk Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	62
Tablo 28: Bireylerin Kaygılı Bağlanma Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	62
Tablo 29: Bireylerin Kaçınma Bağlanma Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi.....	63



## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Dörtlü Bağlanma Modeli.....	21
Şekil 2: Kadın ile Erkeklerin Bağlanma Stillerine Göre Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Diyagram .....	58
Şekil 3: Kadın ile Erkeklerin Bağlanma Stillerine Göre Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Diyagram.....	59

## BÖLÜM I GİRİŞ

İnsanlar olarak, gruplar halinde yaşar, gruplar içinde hayata tutunur, gelişir ve ölürüz. Bir grup insanın, ailemizin ve akrabalarımızın arasına doğarız ve bir grup içinde büyürüz. İnsan grupları içinde bedenimiz, ilişkisel ruhumuz ve duyularımız aracılığıyla yaşamlarımızı sürdüren ve şekillendiren uzmanlar haline geliriz. Psikolojik ve toplumsal yaşamı buna göre kurgulanmıştır. İnsanın hayatını sürdürebilmesi ve toplumsal yaşamın devamı için evlilik ve aile kavramlarının önemi büyüktür.

Aile, en küçük toplum birimidir. Ailenin temelini oluşturan evlilik ise; doğada mevcut olmayan, belirli gereksinimler dolayısıyla insanın oluşturduğu, kadın ile erkeğin birlikteliği ile gerçekleşen kültürel bir olgu şeklinde tanımlanabilir. Her kültürel olay gibi evlilik de zamanla değişim göstererek, yeni biçimler almıştır. Bu bağlamda hem toplumu, hem bireyi etkileyen; insan davranışı üzerinde etkisi büyük olan önemli kurumlardan biridir.

Evlilikte, iki insan, hayatını birleştirerek mutlu olmayı amaçlamakta ve ortak bir yaşamı kabul etmektedir. Bu da ancak uyumlu bir evlilikle sağlanabilir. Günümüzde, evlilik ilişkileri üzerine çalışmak, hem kuramsal hem de klinik amaçlar açısından önem kazanmıştır. Literatürde evliliği çeşitli açılardan ele alan birçok araştırma yer almaktadır. Bu araştırmaların özellikle evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine yoğunlaştığı dikkat çekmektedir. Evlilik uyumu, çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatlarında yaşadıkları memnuniyet ve mutluluk olarak tanımlanmaktadır (Akar, 2005). Evlilik doyumu ise, çiftlerin ilişkilerinin tüm yönlerinde hissettikleri öznel mutluluk ve hoşnutluk duyguları olarak ele alınmaktadır (Binici-Azizoğlu, 2000).

Yaşamın ilk aylarından itibaren şekillenen bağlanmanın, ileride karşı cinsle olan ilişkileri ve eş seçimini etkileyip etkilemediği, günümüz araştırmacılarının inceledikleri önemli bir sorudur. Erken bağlanma ilişkisinin gelecekteki sevgi ilişkilerinin prototipi olduğuna dair bulgulardan söz edilmektedir (Waters ve ark., 2002)



## 1.1 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerin, bebekliklerinde kendilerine bakım veren kişiye nasıl bağlandıkları ile bu bağın yetişkinlikte umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyleri açısından farklılıkların incelenmiştir.

- A. Birinci bölümünde bağlanma kavramı ve yetişkin bağlanma biçimleri açıklanmıştır.
- B. İkinci bölümde evlilikte bağlanma ve evlilik uyumu üzerinde durulmuştur.
- C. Üçüncü bölümde araştırmanın yöntemi açıklanmıştır.
- D. Dördüncü bölümde yapılan ölçeğin değerlendirmesine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

## 1.2. Araştırma Soruları

Bu genel amaç doğrultusunda şu sorulara cevap aranacaktır:

1. Bu araştırmanın genel amacı birinci olarak “kadınların bekl umutsuzluk düzeyleri ile erkeklerin bekl umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.
2. Bu araştırmanın genel amacı ikinci olarak “kadınların evlilik uyumu düzeyleri ile erkeklerin evlilik uyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.
3. Bu araştırmanın genel amacı üçüncü olarak “kadınların bağlanma stilleri ile erkeklerin bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.
4. Bu araştırmanın genel amacı dördüncü olarak “bireylerin yaşları ile bekl umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

5. Bu araştırmanın genel amacı beşinci olarak “bireylerin yaşları ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

6. Bu araştırmanın genel amacı altıncı olarak “bireylerin yaşları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

7. Bu araştırmanın genel amacı yedinci olarak “birbirinden farklı eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

8. Bu araştırmanın genel amacı sekizinci olarak “birbirinden farklı eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

9. Bu araştırmanın genel amacı dokuzuncu olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan kadınlar arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

10. Bu araştırmanın genel amacı onuncu olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan kadınlar arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

11. Bu araştırmanın genel amacı on birinci olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan erkeklerin arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

12. Bu araştırmanın genel amacı on ikinci olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan erkeklerin arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

13. Bu araştırmanın genel amacı on üçüncü olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

14. Bu araştırmanın genel amacı on dördüncü olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

15. Bu araştırmanın genel amacı on beşinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile beck umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

16. Bu araştırmanın genel amacı on altıncı olarak “bireylerin evlilik süreleri ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

17. Bu araştırmanın genel amacı on yedinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

18. Bu araştırmanın genel amacı on sekizinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile beck umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

19. Bu araştırmanın genel amacı on dokuzuncu olarak “bireylerin evlilik süreleri ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

20. Bu araştırmanın genel amacı on yedinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Bebeklikte oluşan bağlanma yaşantılarının, ileri ki yaşantımızda olumlu veya olumsuz birçok etkisini görüyoruz. Etkisini gördüğümüz alanlardan birisi de, gelecekteki yakın ilişkiler ve evlilik konusunda belirleyici bir rolü olduğudur. Bu çalışmada da bireylerin bebekliklerinde kendilerine bakım veren kişiye nasıl bağlandıkları ile bu bağın yetişkinlikte umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelemeye alınacaktır. Çocuklukta edinilen bağlanma stilinin, kişinin evlilik uyumu ve umutsuzluk düzeyinin ne oranda ilişkili olduğunu ve bağlanma stillerinin yetişkinlerde umutsuzluğu ne düzeyde etkilediğini göreceğiz. Aynı zamanda bu konuda daha önceden fazla çalışmanın yapılmamış olmasından ötürü bu araştırma bir öncü niteliğinde olup bu konuda yapılacak olan diğer araştırmalara da kaynak olması düşünülmektedir.

### 1.4. Araştırmanın Sayıltıları

Araştırmaya katılan evli bireylerin, ölçme araçlarını yansız olarak, içtenlikle, gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtacak şekilde cevaplandırmışlardır.

## 1.5. Araştırmanın Tanımı

**Bağlanma:** İnsanların, kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağdır (Bowlby, 1969).

**Evlilik:** Resmi, duygusal, davranışsal ve biyolojik yönleri bulunan, karşılıklı cinsel doyumun sağlanmasını, dayanışmayı, anlaşabilmeyi, paylaşmayı içeren ve neslin devamında da önemli bir etken olan ilişki biçimidir.

**Evlilik Uyumı:** Eşlerin birbirlerine ve evliliğin bütünlüğüne uyum sağlayacak şekilde değişiklikleri özümstedikleri; birbirleri ile iletişim kurabildikleri; anlaşmazlıkları her ikisini de memnun edecek şekilde çözümledikleri ya da anlaşmazlıklardan uzak durdukları; böylece birbirlerinden ve evlilikten mutlu oldukları adaptasyondur (Locke, 1968).

**Umutsuzluk:** Umudun karşıtı olan umutsuzluk ise, gelecekle ilgili olumsuz beklentiler olarak değerlendirilmektedir (Beck, Lester, ve Trexler, 1974). Bir durum karşısında duyulan beklentilerin olumsuz yönde olduğu düşüncesi veya beklentilerin olumsuz yönde gittiği sanrıdır.

## BÖLÜM II - LİTERATÜR TARAMASI

### GENEL BİLGİLER

#### 2.1. Bağlanma Kavramı

#### 2.2. Bağlanmanın Tanımı

Bağlanma, bebek ve bebeğe bakım veren kişi arasında gelişen duygusal bağıdır. Bağlanma, çocuk ve çocuğa bakım veren kişi arasında gelişen, çocuğun bakım veren kişiyle ilişki kurması, onu araması ve ona yönelik yakınlık arayışı davranışlarında bulunmasıyla kendini gösteren, özellikle stres durumlarında belirginleşen, devamlılığı olan ve yaşam boyu süren duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma bebek ile annelerini birbirlerine yakınlaştırarak, bebeklerin tehlikelere karşı korunmalarını sağlamaktadır.

Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğer kişilerle güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır. Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi, yeni doğan bebeklerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder. Bağlanma sistemi, bebeklerin onlara bakan kişiye/kişilere fiziksel yakınlığını güçlü tutarak hem kendilerini çevreden gelebilecek tehlikelerden korumasına yardım eder hem de onlara çevreyi keşfetmeleri için gerekli koşulları sağlar (Solmuş, 2002).

Bağlanma sürecini dönemlere ayırdığımızda; doğumdan 8-12 haftaya kadar olan bağlanma öncesi dönemde bebek annenin uyarılarıyla hareketlenir. Bağlanmanın ilk işaretleri 8-12 haftadan 6 aya kadar uzanan ikinci dönemde ortaya çıkar. Bağlanmanın tam olarak gözlemlendiği üçüncü dönem 6-24 ay arasındadır.

Yaşamın ilk yılları özel ve sağlıklı ilişkiler kurmak için oldukça kritik bir evredir. Bu evrede insanlar, empati, kaygı paylaşımı, saldırganlığın ketlenmesi, sevme-sevilme gibi ilişkilerin yanı sıra bireylerin gelecekteki ilişkilerini etkileyecek bağlanma ilişkisini de geliştirirler. Bu nedenle bireylerin sağlıklı ilişkiler kurabilmeleri için yaşamının ilk yıllarındaki yaşanan bağlanma süreci bireyler üzerinde yaşamsal öneme sahiptir (Çelik, 2009).

Bireyin evlilik ilişkisinin temeli öncelikli olarak ailede atılmaktadır. Bebeklikten itibaren çocuğa bakım sağlayan kişi ya da kişiler arasında ilişki onun psiko-sosyal ve kişilik gelişimini etkilemektedir. Bu etkileşimin önemini üzerinde durulan kuramlardan biri “bağlanma kuramı”dır. John Bowlby’in öncülüğünde ileri sürülen bağlanma kuramı kişilerin birbirleriyle olan yakınlık ilişkisini açıklamak amacıyla ortaya çıkmış bir kuramdır.

Bağlanma kuramının etiyolojik temele dayanan kuramı, dış dünya ile ilgili hiçbir deneyimi olmayan canlının içgüdüsel olarak bir bağlanma sistemi bünyesinde davrandığı ve bu sistem çerçevesinde yaşamını sürdürebilmesi için kendisinde daha olgun ve deneyimli bir bağlanma figürüne ihtiyaç duyduğudur. Bağlanma kuramının dayandığı psikodinamik yön ise, ‘bireyin erken yaşlarda bağlanma figürü ile kurduğu ilişkinin niteliği yaşamın sonraki döneminde kuracağı yakın ilişkiler için temel oluşturmaktadır’ önermesidir (Bowlby, 1973;1980).

Sonuç olarak bağlanma bireyin doğumundan itibaren gelişim sürecinde meydana gelen çevresel ve içsel değişimleri ve gelişmeleri de içeren çok boyutlu bir durum olarak değerlendirilebilir. Bağlanma örüntüleri, bireyin diğer insanlarla kurmuş olduğu ilişkilerinin niteliğine göre şekillenebildiği gibi, kişinin gelecekte kuracağı ilişkilerini de etkileyebilir. Ayrıca bağlanmanın diğer insanlarla kurulan ilişkilerde önemli bir işleve sahip olduğu da belirtilebilir. Çünkü bağlanma bireylerde güvenlik hissinin temelini oluşturmaktadır (Çelik, 2009).

### **2.3. Yetişkinlerde Bağlanma Biçimleri**

İnsanların çocukluk yaşantılarının neticesi olarak geliştirdikleri bağlanma stilleri, benlik algılarını ve diğer insanlarla olan ilişkilerinin değerini de belirlemektedir. Bağlanma yetişkinliğe kadar olan süreçte tek taraflı iken yetişkinlikten itibaren romantik ilişkilerle beraber iki yönlü olmaktadır. Çocuklukta bağlanma davranışı güven arayışı üzerine kurulmuşken, yetişkinlikte kısmen güven arayışı ve güven verme üzerine kurulur. Yetişkin ilişkilerindeki oluşan çift yönlülük, çiftlerin bağlanma stillerinin ilişkilerin sürdürülmesindeki etkisini göstermektedir.

Karen (1994) yetişkinlerin bağlanma örüntüsünün değerlendirildiği çalışmada, ebeveynler ile çocuklarının bağlanma örüntüsünün %85 oranında benzerlik gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgu, bağlanma örüntüsünün kuşaklara aktarıldığı ve ebeveynlerin, yetiştirdikleri çocuğun bir parçası haline geldiğini göstermektedir. Bu durum, yetişkinin diğerleri ile kurduğu ilişkilere annesini, babasını nasıl götürdüğünü açıklar niteliktedir.

Bowlby'a göre yetişkin bağlanması (1973, 1980) erken yaşlarda oluşan zihinsel modellerin çok fazla değişime uğramadan yetişkinlikte de işlev görmesiyle gerçekleşir. Ancak, çocukluktaki bağlanma ile yetişkin bağlanması arasında farklar vardır. Farklardan biri çocukluktaki bağlanmanın tipik olarak tek yönlü olmasıdır. Yetişkin bağlanması ise karşılıklıdır. Diğer bir fark ise yetişkin bağlanmasında bağlanma figürünün genellikle bir akran ya da cinsel eş olmasıdır. Buna karşılık stres durumunda bağlanma figürünün ortaya çıkması açısından benzerlik gösterir.

Hazan ve arkadaşları, Ainsworth'un bebekler için ortaya koyduğu üçlü bağlanma biçimini yetişkinlere uyarlamışlardır. Bu çalışmayı, kendini bildirim dayanan bir ölçekle araştırmışlar ve yetişkinler için de güvenli, kaygılı-kararsız ve kaygılı-kaçınan bağlanma biçimleri olmak üzere üç bağlanma biçimi tanımlamıştır.

Güvenli bağlanma biçimine sahip yetişkinler kendine güvenen, sosyal açıdan girişken, yakın ilişkiler kurmaktan rahatsızlık duymayan bireylerdir, Bu gruptan yetişkinler ilişkilerinde çok az sorun yaşamakta ve ilişkileri genellikle uzun süreli olmaktadır. Güvenli bağlanma stili olan yetişkinlerin, romantik ilişkilerinde daha mutlu, kendilerini güvenli ve birlikte oldukları kişilerin hatalarına karşın onlar için destekleyici oldukları görülmüştür.

Kaygılı- kararsız yetişkinler kendilerine güvenmeyen, reddedilmek ve terk edilmekten korkan kişilerdir. Eşlerine böyle bağlanan yetişkinlerin ilişkilerinde kıskanç, oldukça cinselliğe önem verdikleri ve ilişkilerinde çok sık duygusal iniş çıkışlar yaşadıkları gözlenmiştir.

Kaygılı – kaçınan yetişkinlerin ise yakın ilişkilerden kaçındıkları, kendilerini açmaktan rahatsız oldukları ve sosyal bakımdan baskılanmış oldukları görülmektedir. Bu bireyler, birlikte oldukları kişilere karşı soğuk ve mesafelidirler. İlişkilerinde kıskanç ve sık sık duygusal iniş ve çıkışlar yaşamaktadırlar.

Ardından Main ve arkadaşları yetişkin bağlanma görüşmesi adı altında bir çalışma yürüterek, Hazan ve Shaver'in (1987) üçlü modelinden farklı olarak güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört temel bağlanma stili önererek, Dörtlü Bağlanma Model'ini kurmuşlardır.

		Kendileri hakkında düşünceleri	
		Olumlu	Olumsuz
Başkaları Hakkında düşünceleri	olumlu	<b>1)Güvenli bağlanma</b> Yakın ilişki kurma konusunda rahat ve özerk	<b>2)Saplantılı bağlanma</b> İlişkilerde takıntılı
	olumsuz	<b>3)Kayıtsız bağlanma</b> Yakınlığa karşı kayıtsız	<b>4)Korkulu bağlanma</b> Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçınan

Şekil 1: Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew&Horowitz, 1991)

### 2.3.1. Güvenli Bağlanma Biçimi

Olumlu benlik ve başkaları modellerinin bileşimini içermektedir. Bu anlamda, güvenli kişiler olumlu benlik algısını ve kendini sevmeye değer görme duygusunu başkalarının güvenilir, destek veren, ulaşılabilir ve iyi niyetli olduğuna dair olumlu beklentilerle birleştirir. Bu özellikleriyle güvenli kişiler hem başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilir hem de özerk kalmayı başarabilirler.

Bartholomew ve Horowitz (1991), güvenli bağlanan yetişkinlerin olumlu benlik imgelerini korumak için başkalarının onayına daha az gereksinim duyduklarını, bu



konuda daha az kaygı yaşadıklarını ve başkalarıyla görece daha kolay yakınlık kurabilmelerinin yanı sıra özerk kalmayı da başarabildiklerini vurgulamışlardır (Akt., Kart, 2008). Bu tanımlama, Hazan ve Shaver'in (1987) tanımladığı güvenli bağlanma stili örneğine uymaktadır

### **2.3.2 Saplantılı Bağlanma Biçimi**

Olumsuz benlik modeli ile olumlu başkaları modelinin birleşimi olarak tanımlanmaktadır. Saplantılı bağlanma, kendini değersiz hissetme veya sevilmeye değer görmeme duyguları ile başkalarına ilişkin olumlu değerlendirmeleri yansıtır. Bu nedenle saplantılı bağlanan kişiler yakın ilişkilerde kendini doğrulama ya da kanıtlama eğilimi gösterirler. Bu kişiler sürekli olarak ilişkileri ile takıntılıdır ve ilişkilerinden pek de gerçekçi olmayan beklentilere sahiptirler. Kuramsal olarak, güvenli ve saplantılı bağlanma biçimleri Hazan ve Shaver'in (1994) güvenli ve kaygılı/kararsız biçimlerine karşılık gelmektedirler (Bylsma, Cozzarelli ve Sümer, 1997).

### **2.3.3 Kayıtsız Bağlanma Biçimi**

Benlik modelinin olumlu ancak başkaları modelinin olumsuz olduğu bağlanma biçimidir. Bu bireyler, kendilerini değerli görme eğilimindedirler. Başkalarına karşı tutumları ise genelde olumsuzdur. Bu kişiler özerkliğe aşırı önem verirler; yakınlığa karşı kayıtsızdırlar ve yakın ilişkilerin çok fazla gerekli olmadığına inanırlar.

### **2.3.4 Korkulu Bağlanma Biçimi**

Olumsuz benlik modeli ile olumsuz başkaları modelinin bir birleşimi olarak tanımlanır. Korkulu bağlanma stili olan bireyler, kendilerinin değersiz ve başkalarının da güvenilmez ve reddedici olduklarına inanmak eğilimindedirler. Başkaları ile yakınlık kurmaktan kaçınarak reddedilme olasılığından kendilerini korumaya çalışırlar. Bu sebeple yakın ilişkiler kurmaktan korkarlar, ilişkilerinde oldukça fazla sorun yaşarlar.

## 2.4. Evlilik Kavramı

Evlilik bir süreçtir ve evli olan her insan bir gelişim aşamasına dahildir. Toplumsal yaşamın devamı için gerekli olan ailenin korunması, evlilik ilişkisinin sağlam temeller üzerine kurulması ile ilişkilidir.

İki insanın bir araya gelerek, aynı zamanı ve mekânı paylaşmaya başlamasıyla iki kişilik bir psikolojik sistem kurulmuş olur. Evlenerek bir araya gelen bu iki kişinin amacı, fizyolojik, psikolojik ve toplumsal açıdan birbirlerinin ihtiyaçlarını giderecek bir ortam yaratmalarıdır (Gülerce, 1996)

Evlilik, karşılıklı cinsel doyumun sağlanmasını, birlikteliği, dayanışmayı ama bunlardan da önemlisi, neslin devamını sağlayan bir ilişki biçimidir. Aynı zamanda evlilik; toplumlarda farklı yapılar gösterebilen, aile kurmayı ve türün devamını sağlayan iki insanın kalıcı bir beraberlik için bir araya gelerek oluşturdukları, birbirlerine ve çocuklarına karşı ortak sorumluluklarını yerine getirmeye söz verdikleri, birbirine bağlı sistemlerden oluşan evrensel bir kurumdur (Saxton, 1982).

Özgüven'e (2000) göre, evlilik ise günümüze kadar toplum düzenini, kültür ve geleneklerin sürekliliğini, yeni nesillerin bakım ve eğitimini sağlayan bir kurum olarak süre gelmiş, devlet ve dini kurumlar tarafından da desteklenerek önemini korumaya devam etmiştir.

Eraslanlı (1990) evliliği sosyal değerler, gelenek, görenek ve kanunların öngördüğü biçimde kadın ve erkeğin hayatlarını birleştirmek amacıyla yaptıkları sosyal sözleşme olarak tanımlamaktadır.

Özgüven (1997), evlilikte kadın ve erkeğin, biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaç ve güdülerinin doyurulmasının evliliğin önemli amaçları içinde yer aldığını vurgulamaktadır. Biyolojik ihtiyaç olarak, cinsel güdüyü doyurmanın ve ilişki olanağı olarak da çocuk yapmanın, yetiştirmenin ve nesillerini üretme ihtiyacını da karşılayabilmenin evliliğin gereği olarak belirtmiştir. Evlilikte eşler sosyal ihtiyaç olarak, birlikte güven, korunma, dayanışma, geleceği planlama, toplumsal statü sağlama olanaklarını bulabileceklerini, psikolojik ihtiyaç olarak da sevmeye ve sevilme ihtiyaçlarını karşılayabileceklerini ifade etmiştir.

## **2.5. Evlilikle İlgili Kuram ve Yaklaşımlar**

Psikoloji alanında önemli yere sahip olan bazı temel kuramların evlilik konusunda çeşitli görüşleri bulunmaktadır. Psikoanalitik Yaklaşım, Davranışçı Yaklaşım, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım ve Sosyal Değişim Kuramı açısından evlilik farklı şekillerde ele alınmıştır (Çelik, 2009). Evlilik insan hayatını etkilemektedir. İnsanla ilgilenen birçok bilim dalı da bu nedenle evlilik ve evlilikle ilgili her şey üzerine durmaktadır. Bu bilim dallarından bir tanesi de psikolojidir. Her kuram evliliği ve evliliğe dair birçok konuyu kendince ele almaya çalışmıştır. Bunlar:

### **2.5.1. Bağlanma Kuramı**

Bowlby (1969, 1973, 1980) bağlanma kuramını bireylerin kendileri için önemli ve özel gördükleri diğer kişiler için geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlamıştır. Bağlanma kuramı, insanın yakın duygusal ilişkiler kurma ihtiyacını kavramsallaştırmaktadır. Bu kuram hem tüm canlı türlerinde doğuştan var olan bağlanma sisteminin nasıl işlediğini hem de farklı yaşam deneyimlerine yanıt verebilmek amacıyla bağlanma stratejilerinde ortaya çıkan bireysel farklılıkları inceleme çabası olarak tanımlanabilir (Demir, 2009).

### **2.5.2. Sevgi Evrimi Kuramı**

Wilson'a göre, yakın ilişkilerdeki davranışlar üç temel içgüdüye dayanmaktadır. Birincisi, eşe bağımlı davranışın korunma ihtiyacından kaynaklandığı, bunun da ilk çocukluk yıllarındaki anne figürü tarafından korunma ihtiyacının bir devamı olduğudur. Kuramın dayandığı ikinci temel içgüdü ise, eşlerin birbirlerini yetişkin gördükleri kadar çocuk olarak da gördükleri, dolayısıyla korunma kadar, birbirlerini koruma ihtiyacı da duyduklarıdır. Son içgüdü ise cinsel ihtiyaçlardır (Akt. Gökmen, 2001). Bu kurama göre insanlar tek eşlilik için yaratılmamıştır. İnsanların içgüdülerini önem veren bu kuram sosyal çevreyi önemsemektedir (Akt. Hortaçsu, 1991).

### **2.5.3. Kişilerarası İletişime Dair Sosyal Bilişsel Kuram**

Miller ve Steinberg bu kuramla eşler arası ilişkiyi açıklamaya çalışmıştır. Genel olarak sosyal bilişsel kuramı, insanların başka insanlar hakkında nasıl düşündüğüne

ilişkin nasıl düşündüklerine ilişkin açıklamalar getirir. Başkaları hakkında bilgi, tutum ve inançlarımızı kapsayan ve bize ait “bilgi bankası” adı verilen birikim aracılığıyla iletişim gerçekleşir. Eşler arasında iletişimde aynı süreç işler. Eşini olduğu gibi kabul eden ve geleneksel rollere göre algılamayan çiftlerin evlilik doyumu daha yüksek, çünkü eşin kendisine özgü gelenekleriyle kabul edilmesi ona göre kontrolcü ve bağımlı davranışların olmadığını aksine eşitlikçi bir yaklaşımın var olduğunu düşündürür (Gökmen, 2001).

Bağlanma kuramı temelli çalışmalarda, geçmiş yaşantı ve ilişkiler ile evlilik ilişkisi ve doyumu üzerinde durulmuştur. Bu çalışmalarda, çocukluk yaşantılarında geliştirilen bağlanma biçimleri ilişki doyumunun önemli birer yordayıcısı olarak düşünülmüştür. Kuramsal bakışa göre, bağlanma davranışı zaman içinde çok fazla değişmez. Geçmişteki ebeveyn, yakın arkadaş, eski romantik ilişkiler ya da eşler ve hâlihazırdaki eşler bağlanma biçimlerinin oluşmasına katkıda bulunmaktadır. Bağlanma biçimleri, yakın ilişkilerde bireylerin davranışlarında, ilişkilerinden doyum almalarında, ilişkilerde yaşanan olumsuzluklardan etkilenmelerinde ve bu olumsuzluklarla başa çıkmalarında etkilidir (Gonzaga, Keltner, Londahl ve Smith, 2001).

#### **2.5.4. Romantik Aşk Kuramı**

Waltster’in kuramına göre âşık olma olayı, duyguları adlandırma ve sosyal öğrenmeyle açıklanabilir. Toplumsal yaşantı boyunca insanlar, kültürel varlıklardan, gazete, dergi, tv gibi çeşitli iletişim kaynaklarından âşık olmanın nasıl bir duygu olduğunu (kalp çarpıntısı, uykusuzluk, gözlerin dolması gibi) ve kimlere âşık olunabileceğini (karşı cinsten uygun yaş ve fizikte gibi) öğrenirler. Eğer çevresinde âşık olunabilecek model tanımına uygun birisi varsa duygularının nedenlerini o kişide arayacak ve ona âşık olduğuna inanacaktır ( Hortaçsu, 1991).

Berscheid ve Walster’ın (1978) dile getirdikleri tutkulu aşk bir insanı “içine çekme” (absorption) olarak ifade edilir; dostça sevgi ise, birlikte yaşayan iki insanın birbirlerine karşı hissettikleri şefkat (affection) duygusudur (Kahn, 1984; 163). Fiziksel çekiciliğe dayanan romantik aşk, genellikle çok hızlı başlamakta, tamamen şiddetli duygular içermekte, ancak yoğunluğunu çok hızlı tüketmektedir (McClahan ve ark, 1989: 434).

### **2.5.5. Psikodinamik Kuram**

İnsanlar bilinçli veya bilinçsizce kendi narsistik ihtiyaçlarını doyuran eşler arar. Eşlerden biri baskın ve agresifken, diğer eş boyun eğici veya mazoşistçik düşüncelere sahip olabilir. Yani insanlar ego ideallerine en iyi hizmet edecek kişiyi eş olarak seçerler. Evlilik aracılığıyla bu egolarını gidermeye çalışırlar. Öte yandan ihtiyaçların benzerliği de eşleri bir araya getiren etmen olabilir. Yeni evli ve evlendikten dört yıl sonra boşanmış bireyler üzerinde ihtiyaç tamamlama ve benzerlik durumlarını ele alan bir araştırmada evliliği süren çiftlerde anlamlı bir ihtiyaç tamamlama davranışı görülmemiştir. Fakat anlamlı bir benzerlik düzeyi ortaya çıkmıştır. Boşanmış bireylerde ise ne ihtiyaç tamamlama benzerlik bulunmuştur. Eşlerin benzerlik düzeyleri arttıkça evlilik uyumlarının da arttığı örülmektedir (Akt. Eraslanlı, Kalkan, 2008, 10).

### **2.5.6. Sosyal Öğrenme Kuramı**

Sosyal Öğrenme Modeli Thibault ve Kelley'in sosyal mübadele kuramına uzanır. İkili ilişkilerdeki karşılıklı bağımlılığı açıklama amacını güden kuram ilişkiden alınan doyum ilişkiye bağımlı olmanın iki ayrı kavram olduğunu ileri sürmektedir. Bir birey kendisine fazla doyum sağlamayan bir ilişkiyi bağımlılığın yüksek olması nedeniyle sürdürebilir. Sosyal mübadele yaklaşımına göre bu karşılaştırma düzeyi seçenekler için karşılaştırma düzeyi olarak adlandırılmaktadır. Karşılaştırma düzeyi, bireysel yaşantılar ve gözlemlere bağlı olarak bir ilişki türü için doyum-doyumsuzluk boyutundaki nötr noktayı temsil etmektedir. Herhangi bir ilişkiden alınan sonuçlar bu nötr noktanın üstündeyse, ilişki doyum verici altında ise doyum sağlayamayan ilişki olarak nitelendirilmektedir. Seçenekler için karşılaştırma düzeyi ise bireyin mevcut ilişkilerini olası başka bireylerle yaşaması durumunda elde edeceği doyuma ilişkin tahminlerinin orta noktasıdır. Bu durumda kurama göre insanlar, ilişkiyi sürdürüp sürdüremeyeceği konusunda karar verirken seçenekler için karşılaştırma düzeyini ölçüt olarak kullanmaktadırlar (Hovardaoğlu, 1996).

### **2.5.7. Pekiştireç Kuramı**

Stuart'ın pekiştireç modeline göre uyumlu ve uyumsuz çiftlerin davranışları gözlemlendiğinde uyumsuz çiftlerin birlikte boş zaman faaliyetlerine pek fazla katılmadıkları birlikte oldukları süre içinde birbirini hoşnut edecek çok az davranış

sergiledikleri çoğunlukla birbirine karşı negatif oldukları görülmektedir. Uyumsuz çiftler çoğunluk şikâyet edici, savunmacı, karşı koyucu davranış gösterirler. Eşinin ifadelerini de olumsuz olarak değerlendirme eğilimindedirler (Akt. . Eraslanlı, Kalkan, 2008, 12).

#### **2.5.8. Yükleme Kuramı**

Fincham, Bradbury, Baucom tarafından geliştirilen evlilikte yükleme kuramı en genel düzeyde, insanların “neden” diye başlayan sorunları nasıl cevapladıklarıyla ilgili bir kuramdır. Evlilik ilişkisinde nedensel ve sorumluluk yüklemelerinin önemi üzerinde durmaktadır. Niyet, güdü ve suçluluğu içeren sorumluluk yüklemelerinin uyumlu ve uyumsuz eşlerin birbirinden daha iyi ayırt ettiği ileri sürülmektedir (Tutarel- Kışlak, 1995)

#### **2.5.9. Psikoanalitik Yaklaşım**

Psikoanalitik evlilik yaklaşımı obje ilişkileri teorisi üzerine kurulmuştur. Her birey gerçek ilişki gibi obje ilişkileri hayallerini sürdürür ve hayali ilişkisini tamamlamak için eşine kısmen ya da tamamen rol dağıtımını yapabilir. Hayalindeki eş ilişkisine ulaşamadığı zaman evlilik üzüntüsü artabilir. Bu hayaller daha önceki obje ilişkilerinin tamamen yerine geçmez fakat onlara sözleşmeler sunabilir. Ayrıca bir kişi bastırıldığı benliğinin özelliklerini sergileyen biri ile karşılaştığı zaman onun cazibesine kapılabilir. Ve yine bu nedenden dolayı bu kişi bilinçsiz nefret edilen, istenmeyen olabilir.

Psikoanalitik evlilik yaklaşımı, evlilik ilişkisinin küçük yaşlardan itibaren bireyin geliştirdiği obje ilişkilerine göre şekillendirdiğini belirtmekte ve transferansın evlilik ilişkisi üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Meissner (1978) egonun obje ilişkileri açısından evliliğe yöneldiğini ve iki insan arasındaki gerçek etkileşimin evlilik ilişkisinde ortaya çıktığını belirtmektedir. Kurama göre iyi ve kötü içsel objelerin bütünleşme derecesinin bir kişinin hem yakın ilişkiden memnuniyet kazanma hem de bu ortaklığa katılma yeteneği üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır (Akt., Sperling ve Berman, 1994).

#### **2.5.10. Davranışçı Yaklaşım**

1960’lı yılların sonunda ortaya çıkan davranışçı evlilik yaklaşımı, çiftlerin sıkıntıları ve mutsuzluklarına yönelik kuramlar geliştirmiştir. Davranışçı evlilik

yaklaşımında eşlerin problemlerini çözmelerine yardımcı olmak amacıyla davranış değiştirme prensipleri uygulanarak evlilik ilişkileri ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Davranışçı yaklaşım, bireyin davranışlarının dış dünyadan gelen ödül ve cezalarla veya acı-ağrı-zevk üreten şeylerle belirlendiğini öne sürmektedir. Yaklaşımın göre doğrudan deneyimler dışında çevrede gözlenen cezanın ve ödüllerin etkisiyle öğrenilen beklentilerle de davranışlar yönlendirilebilmektedir. Bu yaklaşım, kişinin yakın çevresinde yaşanmış olan ödül ve cezayı içeren örnekleri bilinçaltında depolayarak koşullu öğrenmeler yaptığını belirtir (Uzunoğlu, 2006). Bu nedenle kurama göre kişiler birbirlerinin davranışlarını pekiştirirler prensibi ile olumsuz davranışların olumlu davranışlarla değiştirilerek, eşlere sağlıklı iletişim ve sorun çözme yöntemleri öğretilerek ve evlilik ilişkisinde ödül ve ceza kullanılarak evlilik ilişkisindeki çatışmalar önlenir (Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006).

Gladding'e (2002) göre davranışçı yaklaşımda evlilikle ilgili üç temel ilke bulunmaktadır: Birincisi; eşler arasındaki uyumsuz davranışların öğrenilmiş olduğu ve bu davranışların ailenin diğer üyelerini de etkileyerek sağlıklı bir aile ortaya çıkardığıdır. İkincisi de; geçmişte problem yaratan davranışlarla değil yeni uyumsuz davranışlarla ilgilenmenin önemli olduğu, Üçüncüsü ise; evlilikteki veya ailedeki sorunu çözmek için eşlerle görüşme veya ailenin uyumsuz davranışa sahip üyesiyle görüşme yapmak ve bu şekilde problemi ortadan kaldırmaktır. Üç ilkenin içeriğini oluşturan uyumsuz davranışlar, uyum sağlayıcı davranışlar ile değişmektedir ve değişim sonucu eşler evliliklerinde mutluluk yaşamaktadırlar (Akt., Çelik, 2006)

### **2.5.11. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım**

Davranışçı yaklaşımın devamı niteliğinde görülen bilişsel-davranışçı evlilik yaklaşımı, temelini davranışçı evlilik yaklaşımından almaktadır. Edimsel ilkelere dayalı davranış terapisi ve analizine dayalı bilişsel teknikler bu alanın gelişimine katkıda bulunmuştur. Wolpe'nin "Düşünceyi Durdurma", Bandura'nın "Sosyal Öğrenme Kuramı", Meichenbaum'un "Kendini Eğitme", D'Zurilla ve Goldfried'in "Problem Çözme" ve "Bilişsel Yeniden Yapılandırma" ve Rehm'in "Kendini Kontrol Etme" terapileri bu alandaki çalışmalara örnektir (Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre çiftler genelde kendi bilişlerinin uygunluğunu değerlendirmede başarısızdırlar. İlişkide iç ve dış olayları kendi öznel düşüncelerine,

bilinçlerine ve otomatik düşüncelerine göre yorumlarlar. Bu yaklaşımda bireylerin otomatik bilişlerinden irrasyonel olanların, rasyonel olanlara çevrildiğinde duygu ve davranışlarda olumlu değişikliklerin meydana geleceği ve bu değişikliklerin evlilik ilişkisine olumlu etkilerinin olacağı savunulmaktadır (Baucom ve ark., 2002). Evlilikte bilişsel süreçler, bireyin kendisi, eşi ve evlilik hakkındaki atıfları, inançları, beklentileri evlilik ilişkisinde etkilidir. Kişinin inançları bir durumda nasıl tepki göstereceğini etkiler ve bu inançların bazıları evlilikte işlevsel olmamaya yol açabilir. Davranış ve evlilik için yapılan atıflar evlilik ilişkisinde memnuniyeti önemli şekilde etkiler. Eş ne kadar içsel, evrensel ve değişmez özelliklerinde negatif davranışlara atıfta bulunursa, evlilikte o kadar fazla memnuniyetsiz olacaktır. Tersine ne kadar dışsal, özel, değişebilir özelliklerinde negatif davranışlara atıfta bulunursa o kadar fazla evlilikte memnuniyet yaşayacaktır (Sperling ve Berman, 1994).

#### **2.5.12. Problem Çözme Yaklaşımı**

Problem çözme yaklaşımı, bilişsel-davranışçı yaklaşımların temel tekniklerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. 1960'lı yılların sonlarından beri kişiler arası ilişkiler ve evlilikle ilgili çalışmalarda yaygın olarak kullanıldıkları görülmektedir (Durak-Batıgün, 2000).

Heppner ve Krauskopf (1987) problem çözmeyi, iç veya dış istekler ya da çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duygusal işlemleri bir hedefe yöneltmek olarak ele almış ve problem çözümlerinin aşamalarını (1) genel yaklaşım, (2) problemin tanımı, (3) seçeneklerin oluşturulması, (4) karar verme ve (5) değerlendirme olarak sıralamışlardır.

Problem çözme, psikolojik danışmada temel konuyu oluşturmaktadır (Taylan, 1990). Bilişsel-davranışçı yaklaşımda bireyin sorunlarının, problem çözme becerilerindeki yetersizlikten ve bu becerileri etkili kullanmamaktan kaynaklandığı ve eğer bireye problem çözme becerileri öğretilirse birçok problemin üstesinden gelebileceği savunulmaktadır (Beck, 2001).

Özellikle son 40 yıldır danışmanlık ve psikoterapi, danışanların zor ve stresli problemlerinin çözümünde onlara yardım etmeye odaklanmıştır. Yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde, problem çözümlerinin terapi sürecinde şu şekillerde uygulandığı görülmektedir: (a) bütünleştirici teorik model, (b) danışmanlık sonuçlarını



değerlendirirken merkezi bir yapı oluşturma, (c) danışanların bilgileri nasıl işlediği ve kişisel sorunlarıyla ne ölçüde başa çıkabildiğinin değerlendirilmesi, (d) problem çözmede hem koruyucu hem iyileştirici anlamda danışmanlık sağlamak ya da karar verme sürecinde danışmanlık yapmak (Heppner ve ark., 2004).

Problem çözme yaklaşımının etkisinin incelendiği bir diğer alan da psikolojik ve sosyal uyum olmuştur. Gözden geçirilen bu araştırmaların ortak sonuçları şu şekilde özetlenmektedir: kendilerini etkin problem çözücü olarak görmeyenler; (a) genel psikolojik uyum, (b) kişilik bozuklukları, stilleri, kontrol kavramı, akılcı olmayan inançlar ve işlevsel olmayan düşünceler, (c) kişisel sorunların sıklığı, (d) anne-babaların belli bir karaktere zorlamaları ve (e) kıskançlık deneyimlerinin üstesinden gelebilme konularında güçlük yaşamaktadırlar. Ayrıca bu kişiler etkin problem çözme becerilerine sahip kişilerin tersine, daha az sosyal yetenek sahibi ve sosyal anlamda daha yetersiz, güvensiz ve stres yaşayan kişilerdir (Heppner ve ark., 2004).

Problem çözme becerilerinin diğer bilişsel öğelerle olan ilişkileri de incelenmiştir. Örneğin kendini etkin problem çözücü olarak görenlerin daha az akılcı olmayan inançlara ve işlevsel olmayan düşüncelere sahip oldukları, kendileri hakkında daha az olumsuz düşündükleri görülmüştür (Heppner ve ark., 2004). Olumsuz/kötümser düşünen insanlar, etkili baş etme stratejileri geliştirememekte ve dolayısıyla benzer durumlar karşısında olumlu düşünenlere/iyimserlere göre daha fazla stres yaşamaktadırlar (Iwaganata, Yokoyoma ve Seiwa, 2004).

### **2.5.13. Sosyal Değişim Kuramı**

Evlilik ilişkisine uygulanmış kuramlardan biri de sosyal değişim kuramıdır. Bu kuram Thibaut ve Kelley (1959) tarafından evlilik ilişkilerine uygulanmış ve geliştirilmiştir. Kuram, ilişkilerin oluşumu, sürdürülmesi ve bozulmasına yönelik görüşleri ortaya koymuştur. Kurama göre ödül ve cezalar, sosyal uygunluk ve onay eşler tarafından kontrol edilir. Yakın bir ilişkide birey eşi tarafından sağlanan desteğin niteliğini değerlendirir. Alternatif ilişkilerde algıladıkları destek ile karşılaştırma yaparak ilişkiyi sürdürüp sürdürmeyeceğine karar verir. Ayrıca kuramda üzüntülü çiftlere karşı olarak mutlu çiftlerde farklı destekleme stillerinin varlığından söz edilmektedir (Sperling ve Berman, 1994).

Sosyal değişim kuramına göre, bir mübadele sürecinin sonucu olarak ilişkiler, büyür, gelişir, bozulmaya yüz tutar ve çözülür. Bu yaklaşıma göre evlilikteki başarı ve başarısızlık, ilişkilerdeki ödülleri (duygusal güvenlik, olumlu cinsel yaşantı, sosyal statü gibi), ayrılma yönündeki engeller (sosyal ve dinsel yapı, maddi durum), ilişki dışındaki alternatiflerin varlığı (tercih edilebilen başka bir kişinin varlığı, ilişkiden kaçış gibi) olarak tanımlanmaktadır. Kurama göre, evlilik ilişkisinin tipolojisi, evlilik doyumu ve evlilikteki istikrarlılık faktörlerine bağlı olarak yapılır. Buna göre evlilik doyumlu ve istikrarlı; doyumlu ve istikrarsız; doyumsuz fakat istikrarlı ve hem doyumsuz hem de istikrarsız olabilir. Dolayısıyla kuram çiftlerin özelliklerini tanımlamak için bu dört kadranı kullanır (Karney ve Bradbury, 1995).

## **2.6. Evlilikte Bağlanma**

Zaman içerisinde bağlanma figürü aileden akranlara, daha sonra da duygusal ilişkideki partnerlere geçer. Güvenli stile sahip olanların evlilikte sorunlarla başa çıkma davranışlarının güçlü olduğu ancak kararsız ve kaçınan stile sahip olan evlilikte sorunlarla başa çıkma davranışlarının zayıf olduğu belirlenmiştir.

Yapılan araştırmalarda elde edilen bulgular, güvensiz bağlanma stillerinin evlilik içinde daha yüksek seviyede çatışmayla bağlantılı olduğunu göstermektedir. Solmuş'un (2003) aktardığına göre; kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip kadınlarla birlikte olan erkeklerin, diğer bağlanma stillerine sahip kadınlarla birlikte olan erkeklerle karşılaştırıldıklarında, ilişkilerinden yeterince doyum sağlamadıkları ve yoğun çatışmalar yaşadıkları görülmektedir. Bununla birlikte araştırmacılar, kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip erkeklerin eşlerini, hem güvenli ve kaçınan bağlanma stillerine sahip erkeklerden hem de evli olmayan kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip erkeklerden daha az oranda olumlu olarak değerlendirmelerini, bu erkeklerin, evlilik öncesinde eşlerini yoğun bir biçimde idealize etmiş olmaları, ancak, daha sonrasında da hayal kırıklığına uğramış olmalarıyla açıklamışlardır.

Eşlerin bağlanma örüntüleri ilişki dinamiklerini etkilemektedir. Eşlerin bağlanma örüntülerinin karşılaştırılması ve ilişkiye etkisi üzerine farklı çalışmalar yapılmaktadır. Bu bağlamda Holmes ve Johnson (2009), gözden geçirme makalelerinde alanyazında tartışılan bağlanma ve eş seçimi üzerine farklı hipotezleri karşılaştırmıştır. Alanyazında eş seçimi konusunda üç temel teori tartışılmaktadır. Benzerlik hipotezi bireylerin kendi

bağlanma stillerine benzer, bağlanma örüntüsüne bağlı kişileri seçtiklerini savunmaktadır. Bu durum Kendini Geliştirme Hipotezi (Self Enhancement Theory) üzerinden açıklanmaktadır. Teoriye göre insanlar, kendilik imajlarını geliştirmek için diğerlerinden olumlu geribildirim almak arzusundadır. Dolayısıyla, benzer bağlanma örüntüsüne sahip eş ile olan ilişkide yakınlık, bağımsızlık ve istekler konusunda benzer olacağı için çiftler birbirlerine karşılıklı olumlu geribildirim vermiş olmaktadır (akt. Holmes ve Johnson, 2009). Buna göre kaçınıcı bireyler, kaçınıcı bağlanma stiline sahip kişileri, kaygılı kişiler ise, kaygılı kişileri seçmektedir.

İkinci olarak, Tamamlayıcı Hipotezine göre, kişiler bağlanma örüntülerinin özellikleri doğrultusunda beklentilerini gerçekleştiren kişileri seçtikleri savunulmaktadır. Hipoteze göre kaygılı kişiler kaçınıcı kişileri seçmek isteyecektir. Kaygılı kişiler ilişkide eşin uzak duracağı beklentisi içinde oldukları için bu durum kaçınıcı kişiler tarafından gerçekleştirilmiş olacaktır. Teoriye göre bireyler kendilik imajlarını sürdürebilecekleri kişiler ile iletişimde olup, sosyal gerçekliği sürdürmek için istek içindedirler. Örneğin, kaygılı bağlanan kişiler kaçınıcı bağlanma örüntüsüne sahip biri ile olan ilişkisinde yakınlık arayışında bulunmayan, uzak ve dışlayan tavır içerisinde olacaktır. Böylece kaygılı bağlanan bireyin olumsuz kendilik imajı onaylanmaktadır. Kaygılı kişinin aşırı yakınlık arayışı, düşük bağımsızlık davranışları kaçınıcı bireyin olumlu kendilik algısını tamamlarken, diğerleri hakkındaki bağımlı olumsuz algısını da kanıtlamaktadır (Akt. Holmes ve Johnson, 2009).

Son olarak, Güvenli Bağlanma Hipotezine (Attachment security hypothesis) göre kişilerin bağlanma örgütlenmeleri ve ilişki beklentileri ne olursa olsun, eş olarak güvenli bağlanan kişileri seçmektedirler. Çünkü öncelikli amaç ilişki beklentilerinde kendilerini güvende hissetme hissi olduğu savunulmaktadır. Öncelikli tercih güvenli bağlanan kişiler olsa da, ikinci tercih kaygılı kişiler yönünde olmaktadır. Kaygılı kişilerin yakınlık kurma isteklerinin olması olumlu bir etki yaratmaktadır. Kaçınıcı bireylerin yakınlık kurma isteklerinin düşük olması ve kaçınıcı yaklaşımları ve başkaları hakkındaki olumsuz düşünceleri eş seçiminde en son tercih konumuna götürmektedir (Latty-Mana ve Davis, 1996; Chappell ve Davis, 1998; akt. Holmes ve Johnson, 2009).

Yeni evli çiftlerde, bağlanma tarzları ve evlilik uyumu arası ilişkinin incelendiği bir çalışmada; eşlerin benzer bağlanma tarzını paylaşma eğiliminde oldukları, her ikisi de güvenli bağlanan çiftlerin her ikisi veya biri güvensiz bağlanan çiftlere göre

evliliklerini daha olumlu değerlendirme eğiliminde oldukları daha az iletişim çatışması ve boşanma yaşadıkları saptanmıştır. Söz konusu araştırma, her ikisi de güvenli bağlanma tarzına sahip eşlerin evliliklerinin daha az çatışma ve daha çok sevgi içerdiğini ileri sürmektedir. Aynı çalışmada, eş seçiminde bağlanma tarzlarının belirleyiciliğine ilişkin olarak; kişilerin kendilerine benzer bağlanma tarzına sahip kişilerle evlenme eğiliminde oldukları saptanmıştır. (Senchak, M., & Leonard, K.E., 1992).

Bu alanda yapılan çalışmalarda yukarıda özetlenen üç hipotezi de destekleyen sonuçlar bulunmaktadır. Örneğin, Gallo ve Smith (2001) araştırmalarında, bireyin ve eşinin bağlanma stillerinin, yine aynı bireyin evlilik ilişkisini değerlendiriş biçimi üzerindeki etkisini incelemişler; kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip kadınların, eşlerinden yeterince destek alamadıklarını ve eşleriyle çatışma yaşadıklarını görmüşlerdir. Çatışmanın miktarına ek olarak, çatışmanın niteliği de farklı romantik bağlanma stillerini belirtenler arasında farklılaşmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip kadınlar, daha az reddedici dirler; eşlerini psikolojik olarak erişilebilir gören kocalar ise hem daha az reddetme sergilerler, hem de problem çözme etkileşiminde daha fazla destekçidirler (Kobak ve Hazan, 1991).

Klohn ve Bera'nın yürüttüğü bir başka çalışmada, evlilik sürecinde güvenli bağlanma stiline sahip kadınların, evlilik sürecinde kaçınan bağlanma stiline sahip kadınlardan daha fazla oranda doyum ve ilişkiye bağlılık gösterdikleri; ayrıca; onlardan daha az oranda da çatışma yaşadıkları görülmüştür (Akt., Solmuş, 2003).

Kirkpatrick ve Davis (1994), romantik ilişki içindeki çiftleri inceledikleri boylamsal çalışmalarında kaçınan bağlanma stiline sahip bir kadın ve kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip bir erkeğin yaşadığı ilişkilerin en çabuk sona eren ilişkiler olduğunu görmüşlerdir. Bununla birlikte, kadının kaygılı/kararsız bağlanma stiline ve erkeğin de kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ilişkilerin en uzun süreli ilişkiler arasında yer aldığı görülmektedir. Kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip kadınlar, geleneksel kadınsı rollere sahipken (ilişkiye odaklı olma, eşlerine annelik yapma gibi) erkekler de duygularını ifade etmekten kaçınmalarını gerektiren erkeksi bir yapıya sahiptirler. Bu nedenle, kadının kaygılı/kararsız erkeğin de kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ilişkilerde, her iki birey de eşinin davranışını "cinsiyeti gereği" şemasıyla algılar ve tolere eder. Bu durum, erkeğin kaygılı/kararsız ve kadının da kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu ilişkilerin neden çok daha kısa süreli olduğuna yönelik bir

açıklama getirebilir (Collins ve Read, 1990; Simpson, 1990; Volling, Notaro ve Larsen, 1998).

Senchak ve Leonard (1992) kaygılı/kararsız erkeklerin, güvenli ve kaçınan erkeklerden daha çabuk evlendiğini bulmuşlardır. Araştırmacılara göre bunun nedeni, bireylerin evliliği, bırakılma korkularını azaltmanın bir yolu olarak görmeleri ve sevildikleri konusunda güvenlerini tazeleme istekleri olabilir.

Yeni evli çiftlerle yaptıkları çalışmalarında Senchak ve Leonard (1992) karı ve kocaların bağlanma stiline göre eşleşmelerinin, yakınlık, çatışma çözümü ve eşin ilişkideki işlevselliği üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. Kendilerini güvenli olarak tanımlayan eşlerin, güvenli eşlerle eşleştikleri bulunmuştur. Her iki eş güvenli olduğunda, çiftlerden birinin ya da her ikisinin güvensiz olduğu durumlara göre daha iyi evlilik uyumuna sahip oldukları ve ilişkilerine yönelik daha fazla yakınlık ifade ettikleri görülmüştür. Ayrıca, her ikisi de güvenli olan eşler, çatışma karşısında daha az saldırganlık ve geri çekilme ifade edip eşlerine yönelik daha olumlu değerlendirmelerde bulunmuşlardır.

Türkiye’de yapılan çalışmada, eşlerin bağlanma örüntülerinin farklı değişkenler üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Ertan (2002) çalışmasında Türkiye’de en çok her iki eşin de güvensiz bağlanma örüntüsü gösterdiği evliliklerin olduğunu belirtmiştir. Güvensiz bağlanma örüntülerinde de kaygılı bağlanma biçiminin daha yaygın olduğu ifade edilmiştir (Sümer ve Kağıtçıbaşı, 2010). Eş seçimi açısından çalışmalar incelendiğinde, bireylerin eş olarak her zaman kendilerinininkine benzer bağlanma stillerine sahip bireyleri seçmedikleri görülmektedir. Araştırmalarda güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin genellikle yine güvenli bağlanma stiline sahip bireyleri tercih ettikleri ortaya çıkarken, güvensiz bireylerin ise kendilerinininkiyle aynı bağlanma stiline sahip bireyleri nadiren tercih ettikleri görülmektedir. Eş seçiminde benzerlik ilkesi ve bütünleme ilkesinden söz edilir. Benzerlik ilkesine göre, aynı çevrede oturan ve aynı eğitim tecrübesini yaşayan insanlar benzer din, ırk, etnik köken ve sosyo-ekonomik durumda olmaya eğilimlidirler. Bu nedenle de kişiler çoğunlukla yukarıda sayılan birçok özellik bakımından kendilerine benzeyen kişilerle yakın ilişkiler geliştirirler. Bütünleme ilkesi, benzerlik ilkesinin tersine karşıtların birbirini seçtiği gerçeği üzerine kurulmuştur. Buna göre kişiler, yukarıda sayılan birçok özellik bakımından kendilerine benzemeyen kişileri

seçerler. Böylece birinde eksik olan bir yönün diğeri tarafından tamamlanacağı beklenir (Onur, 2000).

Huston ve Levinger (1978) eş seçimi üzerine olan değerlendirme yazılarında, farklılıklar olumlu olarak görülen bir özellikse, bireylerin kendilerinden farklı eşler seçtiklerini bulmuştur. Ayrıca birbirlerini anlayan ve ilişkiye bağlılık tanımları ortak olan eşlerin birbirlerini seçtiklerini bulmuşlardır. Bireylerin, ilişkilerine bir şeyler katacak özelliklere sahip eşler aradıkları düşünülebilir. Bütünleme kuramı, bağlanma kuramında eş seçimi ile tutarlıdır (Kirkpatrick ve Davis, 1994).

Eş seçimi çalışmaları göstermiştir ki güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler en çok rağbet edilen eşlerdir ve her ikisi de güvenli bağlanma stiline sahip çiftler daha başarılı evliliklere sahiptir. Kirkpatrick (1998) eş seçimi çalışmalarını gözden geçirdiği çalışmasında, çoğu çalışmanın, tüm yetişkin bağlanma stillerine sahip bireylerin uzun birliktelikler sağlayabilmek için güvenli eşleri tercih ettiklerini gösterdiğini bulmuştur. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler uzun süreli ilişkilere daha az katılmaktadırlar. Buna ek olarak, güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ilişkilerinde daha sıcak, anlayışlı ve duygusal yakınlığa hazır iken, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin daha mesafeli oldukları görülmüştür.

## **2.7. Evlilik Uyumu**

İnsan sosyal bir varlıktır. Bundan ötürü, içinde bulunduğu topluma uyum sağlamak durumundadır. Bu uyumu sağladığı müddetçe kendini mutlu hissedebilir. Toplumun temeli kişilerarası ilişkilere dayanır. Evlilik, aşk, arkadaşlık gibi yakın ilişkiler uyum gerektiren en önemli kişilerarası ilişkiler arasındadır.

Fıçıoğlu'na (1992) göre aile sorunlarına neden olan faktörlerin araştırılmasında, üzerinde en çok durulan değişkenlerden birisi hem aile içi hem de aile dışı ilişkilerin belirleyicisi olan evlilik uyumudur.

Karşılıklı etkileşen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanır. Dolayısıyla; mutluluk, doyum ve beklentilerin gerçekleşmesi, evlilikte karşılıklı uyum ile mümkündür. Bu nedenle klinisyenler kadar araştırmacılar da evlilik kalitesi ve evlilik uyumunun araştırılmasına giderek artan bir ilgi duymaya başlamışlardır (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005).

Kızıloğlu (1992)'nin da ifade ettiği gibi, evlilik uyumu hem aile hem de aile dışı ilişkilerin belirleyicisi olması nedeniyle, incelenmesi gereken önemli bir değişkendir. LaScala (1987), evlilikte uyumu, eşlerin birbirlerine ve evliliğin bütünlüğüne uyum sağlayacak şekilde değişiklikleri özümsemeleri olarak tanımlamıştır. Sabatelli (1988)'e göre uyumlu evlilik, eşlerin birbirleri ile iletişim kurabildiği, evliliğin önemli alanlarında fazla anlaşmazlık yaşanmadığı, anlaşmazlıkların her ikisini de memnun edecek şekilde çözümlendiği evliliktir. (Gürsoy, 2004).

Yapılan bilimsel araştırmalar evlilikte uyum ile eşlerde gözlenen irrasyonel düşünceler, çocuk yetiştirmede ortaya çıkan fikir uyuşmazlıkları, eşlerden birinde var olan herhangi bir kronik hastalık, eşlerin benzer kişilik özelliklerine sahip olması, eşlerin hastalıkları algılama tarzı ve hastalıklar karşısında gösterdikleri tepkiler, eşlerden birinde gözlenen yüksek kaygı, erkeğin geleneksel cinsiyet rollerinin dışına çıkması ev işlerine yardım etmesi, eşlerden birinde kısırlık ortaya çıkması ve ailede engelli bir çocuğun bulunması gibi değişkenler arasında da önemli ilişkilerin bulunduğunu ortaya koymaktadır (Akt, Sardogan, Karahan, 2005).

Aile ve evlilik birlikteliğinin niteliği ile ilgili yapılan ilk çalışmalar, evlilikteki mutluluk, tatmin veya doyum ve evliliğin başarısı kavramlarını, evlilikte uyum kavramı ile birlikte kullanmışlardır. Ancak daha sonra aralarındaki farklar netleştirilerek ayrı değişkenler olarak ele alınmışlardır (Kastro,1998). Spanier ve Lewis'e (1980) göre, evlilik doyumu; bireyin evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin algısıdır. Evlilik doyumu bir evliliğin devam edip etmeyeceğinin önemli bir göstergesi olmasına rağmen tek göstergesi değildir (Akt: Güngör, 2007)

Locke (1968) ve Spanier (1976) tarafından evlilik uyumu bir süreç olarak tanımlanmıştır. Bu tanımlamaya göre de evlilikte uyum; eşlerin belli bir süre içinde, birbirlerine uygun olarak değişmeleridir. Belli bir zamanda, bir çiftin toplam uyumu, birçok farklı durumun dengesi içinde, ilişkiyi etkileyen birçok unsurun bir araya gelmesi ile belirlenir.

Terman (1938), evlilik uyumunu etkileyen faktörleri şu şekilde sıralamıştır:

- 1- Eşler arasında fikir birliği,
- 2- Fikir ayrılığını düzeltmek için kullanılan yöntemler,
- 3- Evli olmaktan duyulan memnuniyet/pişmanlık,
- 4- Evliliği sürdürme/ ayrılma ya da boşanmanın düşünülmesi,

- 5- Eşe karşı şikâyetlerin ifadesi,
- 6- Eşlerin evlilikten aldıkları doyumun öznel değerlendirilmesi (Akt: Kastro, 1998).

Spanier (1976) ise, evlilik uyumu sürecinin sonuçlarını, şu etkenlere göre belirtmiştir:

- 1- Çiftler arasında sorun yaratan farklılıklar,
- 2- Kişilerarası gerilim ve bireysel kaygı,
- 3- Çift doyumunu,
- 4- Çift birlikteliği,
- 5- Çiftlerin işlevselliğinde önemli olabilecek konularda görüş birliğidir

Ayrıca, evlilik uyumunu etkileyen faktörler; anne-baba evliliğinin mutluluk derecesi, tanışma süresinin uzunluğu ve nişanlılık, cinsiyete bağlı rollerde yetiştirme derecesi, evliliğin arkadaşlar ve aile tarafından onaylanma derecesinin yüksekliği, nişanlılık ve evliliğin ilk dönemlerinde birbirine uyum sağlanabilmesi, etnik ve dini geçmişin ortaklığı, toplumsal statü ve eğitim düzeyinin yüksekliği, evlenme yaşı, çocukluk sırasında anne-baba ile iyi ilişkiler içinde olmak şeklinde sıralanmıştır (Özgüven, 2001).

Uyuma dayalı olarak gelişen evlilikte mutluluk ve doyum, insan yaşamında önemli bir rol oynamakta ve evli bireylerin psikolojik sağlığını yakından etkilemektedir. Evlilik uyumu bozulmaya başladığında bu tablo, eşler ve var ise çocuklar açısından bir yaşam krizine ya da travmaya dönüşmektedir. Bu durum mutlu ya da mutsuz evlilik olgusunu da ortaya çıkarmaktadır. Uyumlu bir evlilik ilişkisi eşlerin evlilikten sağladığı doyumunu ve evlilik mutluluğunu etkilerken, diğer değişkenlerle birlikte gittikçe zorlaşan sosyo-ekonomik koşullar karşısında eşlerin psikolojik sağlığını da korumaktadır (Sardoğan ve Karahan, 2005).

Evlilik ilişkisinde, bireylerin ihtiyaçlarının ve beklentilerinin gerçekleşmemesi, eşler arasındaki etkileşim, paylaşma ve sosyal ilişkilerin hoşgörü sınırlarını aşacak şekilde ciddi şekilde bozulması, eşlerin birinde ya da her ikisinde birden stres oluşturmakta ve bu durum doyumun azalması ile birlikte boşanmaya doğru gidilmesine neden olmaktadır (Özgüven, 2000).

Yakın ilişkiler ilişkiler bilhassa evlilik pek çok kişi için yetişkinlikte en önemli kişilerarası ilişkidir. Evlilik, karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantıları



paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları bir sözleşmedir. Evlilikte her iki tarafın da doyum sağlaması, uyumlu bir birliktelik ile yaşamını sürdürmesi beklenir. Ancak insan yaşamının önemli bir boyutunu oluşturan evlilikte yaşanan sıkıntıların, uyumsuzlukların, kişilerin ruh sağlığını doğrudan etkilediği görülmektedir.

## **2.8. Bağlanma ve Umutsuzluk Düzeyi İlişkisi**

Bağlanma fenomeninin gerçekten var olduğu, en net şekilde bağlanma süreci kesintiye uğradığı zaman ve durgunlaştığında görülür. Dahil olduğumuzu ve bütünleştiğimizi hissettiğimiz sürece, bağlanma sürecini doğal bir akış olarak kabul ederiz. Bu bağı kaybettiğimizde, ancak o zaman kimi ve neyi kaybettiğimizi fark edebiliriz.

Başkalarına duyulan güvensizlik de umutsuzluk duygusunda önemli yere sahip olup, bebeklik döneminde güvenli bağlanmadaki problemler ve güven duygusunun gelişmemesine bağlıdır. Dışarıya hükmetme olanağı da çok zayıf olduğundan çabucak umutsuzluğa kapılırlar.

Bowlby, çocuğun birinci bağlanma figüründen ardışık ayrılma tepkileri – protesto, umutsuzluk ve kopma- olarak belirlemiştir. Bu durum küçük çocuklarda ayrılma, stresli bir durum ve terk edilme korkusu yaratır. Annelerinden ayrılan çocuklardaki bu duygusal süreçler Bowlby (1998) tarafından gözlemlenmiş ve sırasıyla korku-panik, öfke-hiddet ve umudunu kesme yani umutsuzluk olarak bulunmuştur.

Umutsuzluk yetişkinler gibi çocuklarda da görülebilen bir duygudur. Bowlby'nın çocuklarla yaptığı bağlanma araştırmaları bebeklik çağındaki çocukların terk edilme durumlarına karşı umutsuzluk yaşadıklarını göstermektedir. Bebeklik döneminde yaşanan bağlanma sorunlarında umutsuzluk özellikle bebeklik depresyonu tetiklediği söz konusudur.

Yetişkinlik döneminde ise umutsuzluk ve umutsuzluk daha çok depresyonun temel belirtileridir. Yetişkinlerde görülen depresyonda en çok göze çarpan belirtiler üzüntü, keder umutsuzluk gibi duygusal belirtilerdir ve yaşamdan alınan zevkin azalmasına neden olur.

Depresyonun psikoanalitik açıklamasında ise gerçek ya da bilinçdışı bir sevgi nesnesinin kaybindan kaynaklanan sevilmemeye, işe yaramama, yetersizlik duyguları,

dolayısıyla özgüven azalması vardır. Katı bir süper ego devreye girdiğinde ise sevgi yitimi değersizlik, kötümserlik ve en sonunda umutsuzluğa dönecektir. Benlik güçsüz görünüş, öz saygı düştüğünde umutsuzluk kaçınılmazdır.

Depresyonun bilişsel şemasında ise olumsuz düşünce, beklenti ve yanlış öğrenmenin umutsuzluk ile ilişkisi irdelenir. Bilişsel çarpıtmalar, hatalı ya da gerçekçi olmayan önyargılar umutsuzluk duygusunda önemli rol oynamaktadırlar. Diğer bir depresyonun bilişsel açıklamasında kişinin kendisi, çevresi ve geleceği ile olumsuz inançları ve umutsuzluğu vurgulamıştır.

Bu duygusal umutsuzluk ve içe dönme evresini, genellikle bedendeki duygusal ve ruhsal acının somatize edilmesi izler. Duygusal acı fiziksel acıya dönüşür, fiziksel gerginlik zaman içinde kronik hastalık (göğüs daralmaları ve süreğen baş ağrıları) görülebilir.

## BÖLÜM III - GEREÇ ve YÖNTEM

Bu bölümde bu araştırmanın hedefledikleri hakkında analizler ve bulunan sonuçlar işlenecektir. Bu çalışmada kullanılan ölçeğin geçerlilik güvenilirlik çalışmaları ve istatistiksel teknikler açıklanmaktadır. Son olarak araştırma sürecinde göz önünde bulundurulmuş etik kurallardan bahsedilmektedir.

### 3.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelenmesidir. İleri aşamada ise evli bireylerin bağlanma stilleri ile ilişkili olarak, oluşan umutsuzluk ve evlilik uyumu ile ilgili problemlerde uzmanların doğru yardım hizmetini vermelerini sağlamak ve evli bireylerin psikolojik danışma ve terapi süreçlerine pozitif katkıda bulunmaktır. Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelenirken ise bireylerin, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri ve evlilik durumları gibi değişkenler incelenecektir.

### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın örneklemini 2015 yılında 19-60 yaş arasında rassal(değişken kavramının geliştirilmesi)olarak seçilen 147 evli kadın (n=78) ve erkek (n=69) oluşturmaktadır. İstanbul ilinin Maltepe ilçesinde bulunan, evli bireylere tesadüfi (random) olarak ulaşılmıştır. Veri toplama araçları, en az 1 yıllık evli olma ve eşile birlikte yaşıyor olma koşulunu sağlayan tüm gönüllülere uygulanmıştır. Bu kişilere, çalışmanın amacı ve konusu hakkında sözel olarak bilgi verilmiş ve katılmaya gönüllü olan evli bireyler çalışmaya alınmıştır. Örneklemin özellikleri ve sosyodemografik değişkenlere ilişkin dağılımları sonuçlar kısmında ayrıntılı olarak sunulmuştur.

### 3.3. Araştırma Soruları

Bu genel amaç doğrultusunda şu sorulara cevap aranacaktır:

1. Bu araştırmanın genel amacı birinci olarak “kadınların beklenti umutsuzluk düzeyleri ile erkeklerin beklenti umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

2. Bu araştırmanın genel amacı ikinci olarak “kadınların evlilik uyumu düzeyleri ile erkeklerin evlilik uyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

3. Bu araştırmanın genel amacı üçüncü olarak “kadınların bağlanma stilleri ile erkeklerin bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

4. Bu araştırmanın genel amacı dördüncü olarak “bireylerin yaşları ile beklenti umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

5. Bu araştırmanın genel amacı beşinci olarak “bireylerin yaşları ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

6. Bu araştırmanın genel amacı altıncı olarak “bireylerin yaşları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

7. Bu araştırmanın genel amacı yedinci olarak “birbirinden farklı eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

8. Bu araştırmanın genel amacı sekizinci olarak “birbirinden farklı eğitim düzeyine sahip olan bireyler arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

9. Bu araştırmanın genel amacı dokuzuncu olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan kadınlar arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

10. Bu araştırmanın genel amacı onuncu olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan kadınlar arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**11.** Bu araştırmanın genel amacı on birinci olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan erkeklerin arasında evlilik uyumları üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**12.** Bu araştırmanın genel amacı on ikinci olarak “birbirinden farklı bağlanma stillerine sahip olan erkeklerin arasında umutsuzluk düzeyleri üzerindeki etkisi açısından belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**13.** Bu araştırmanın genel amacı on üçüncü olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**14.** Bu araştırmanın genel amacı on dördüncü olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında belirli bir fark var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**15.** Bu araştırmanın genel amacı on beşinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile beck umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**16.** Bu araştırmanın genel amacı on altıncı olarak “bireylerin evlilik süreleri ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**17.** Bu araştırmanın genel amacı on yedinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**18.** Bu araştırmanın genel amacı on sekizinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile beck umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**19.** Bu araştırmanın genel amacı on dokuzuncu olarak “bireylerin evlilik süreleri ile evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**20.** Bu araştırmanın genel amacı on yedinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

### **3.3.1. Hipotezler**

H1: Bireylerin evlilik uyumlarının üzerinde umutsuzluk düzeylerinin etkisi vardır.

H2: Bireylerin evlilik uyumlarının üzerinde kaygılı ve kaçınılmalı bağlanma düzeylerinin etkisi vardır.

H3: Bireylerin umutsuzluk düzeyleri arttıkça evlilik uyumları düşmektedir.

H4: Bireylerin kaygılı bağlanma ile kaçınılmalı bağlanma düzeyleri arttıkça evlilik uyumları düşmektedir

## **3.4. Verilerin Toplanma Araçları**

### **3.4.1. Sosyodemografik Bilgi Formu**

Bu form, literatür bilgileri göz önüne alınarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Araştırmacı tarafından, katılımcılarla yüz yüze görüşülerek doldurulan form, cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi gibi sosyodemografik bilgileri içermektedir. (EK-I)

### **3.4.2. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II**

Yetişkin bağlanma boyutlarını ölçmek için geliştirilen (Fraley ve ark., 2000) ve Türkçeye de çevrilmiş olan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin (Selçuk ve ark., 2005) Brenning ve arkadaşları (2011) tarafından orta çocukluk ve erken ergenlik dönemleri için uyarlanan bu versiyonu 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 8-13 yaş arası orta çocukluk ve erken ergenlik dönemine uygun olarak geliştirilmiştir. Maddeler oluşturulurken Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin orijinal maddeleri sadeleştirilmiş ve madde içerikleri çocuk-ebeveyn ilişkisine uygun olarak düzenlenmiştir. Açıklayıcı ve doğrulayıcı temel bileşenler analizleri ölçeğin bu yaş grubunda da bağlanma kaygı ve kaçınma boyutu olmak üzere iki faktörlü yapıya sahip olduğu desteklenmiştir. (EK-II)

### **3.4.3. Evlilik Uyum Ölçeği**

Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen evlilik uyum ölçeği, evliliğin niteliğini ölçen 15 maddelik bir ölçektir. EUÖ'deki puanlar uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmaktadır. Ölçeğin en düşük uyum puanı 2, en yüksek uyum puanı 158 olarak belirlenmiştir. Evlilikte Uyum Ölçeği Tutarel- Kışlak (1999) tarafından Türkçeye adapte edilmiştir. Evlilik Uyum Ölçeğinin (EUÖ) ölçüt bağlantılı geçerlik saptanmasında Kişilerarası İlişkiler ile Yükleme Ölçeğinden yararlanılmıştır. (EK-III)

### **3.4.4. Beck Umutsuzluk Ölçeği**

Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilen umutsuzluk ölçeği, ergen ve yetişkin bireylerin geleceğe dönük beklentilerini ölçmektedir. Ölçek 20 maddeden oluşur ve maddeler 0-1 puanla puanlandırılır. Maddelerin seçenekleri "Evet", "Hayır" şeklindedir. Ölçekten elde edilecek puan aralığı 0-20 arasındadır. Puan değerinin yüksekliği bireyin umutsuzluğunun yüksek olduğunu gösterir. (EK-IV)

## **3.5. Verilerin analizi**

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır.

Beck umutsuzluk ölçeği, evlilik uyum ölçeği ile yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçekleri normal dağılmamaktadır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplararası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H-Testi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkiyi Spearman korelasyon ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

### **3.5. Etik**

Evli bireylerin katıldığı örneklem grubu oluşturulduğunda, gizlilik haklarının korunacağını garanti verildi. Bununla beraber kullanılan ölçek olası psikolojik stres yaratabilecek maddeler içermemektedir. Ölçek, evli bireylere dağıtılmadan önce danışman hocam tarafından titizlikle incelenmiştir. Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylere ölçeklerde verdikleri cevapların hiçbir kişisel bilgi paylaşımı olmadan istatistiksel analizlerde kullanılacağı ve bu şekilde tez çalışmasında yer alacağı konusunda teyit edilmiştir. Tüm katılımcıların isimlerinin gizli tutulacağı ve kişisel hiç bir bilginin herhangi bir üçüncü kişiyle paylaşılmayacağı ve özenle korunacağı evli bireylere bildirilmiştir. Bir diğer ifadeyle, ölçeklerden alınan sonuçların bilimsel kurallara göre yorumlanması dışında başka hiç bir amaç için kullanılmayacağı belirtilmiştir.



## BÖLÜM IV BULGULAR

Bu bölümde, araştırma doğrultusunda örneklem grubundan toplanan verilerin çözümlenmesiyle elde edilen sonuçların tabloları, yorumları ile birlikte sunulmuştur. Örneklem grubuna uygulanan “Sosyodemografik Veri Formu” ile elde edilen verilerin grubun genel özellikleri frekans ve yüzde dağılımları şeklinde tablolandırılmıştır.

**Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Bireylerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=147)**  
(n=147)

		<i>F</i>	<i>%</i>
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	78	53,1
	Erkek	69	46,9
<b>Yaş</b>	19 ile 23 yaş arası	7	4,8
	34 ile 28 yaş arası	22	15,0
	29 ile 33 yaş arası	33	22,4
	34 ile 38 yaş arası	28	19,0
	39 ile 43 yaş arası	22	15,0
	44 ile 48 yaş arası	14	9,5
	49 yaş ve ↑	21	14,3
<b>Medeni durum</b>	Evli	146	99,3
	Dul/boşanmış	1	.7
<b>Eğitim düzeyi</b>	İlkokul mezunu ve ↓	30	20,4
	Ortaokul mezunu	37	25,2
	Lise mezunu	50	34,0
	Üniversite mezunu ve ↑	30	20,4
<b>Evlilik süresi</b>	1 ile 5 yıl arası	34	23,1
	6 ile 10 yıl arası	31	21,2
	11 ile 15 yıl arası	29	19,7
	16 ile 20 yıl arası	23	15,6
	21 ile 25 yıl arası	14	9,5
	26 yıl ve ↑	16	10,9

Araştırma Araştırma dahilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 147 bireyin 78'inin (%53.1) kadınlardan oluştuğu ve 69'unun (%46,9) erkeklerden oluştuğu görülmüştür.

Bireylerin yaş ortalaması  $36.55 \pm 9.09$  (min.19 yaşında, max. 60 yaşında) olduğu görülmüştür.

Bireylerin 146'sının (%99,3) evli olduğu ve 1'inin (%.7) dul/boşanmış olduğu görülmüştür.

Bireylerin 50'sinin (%34,0) lise mezunu olduğu, 37'sinin (%25,2) ortaokul mezunu olduğu, 30'unun (%20,4) üniversite mezunu ve ↑ olduğu ve 30'unun (%20,4) ilkokul mezunu ve ↓ olduğu görülmüştür.

Bireylerin evlilik sürelerinin ortalaması  $13.24 \pm 8.76$  (min.1 yıl, max. 40 yıl) olduğu görülmüştür.

**Tablo 4.2: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı**

Ölçekler	Ort. ve SD
Beck umutsuzluk ölçeği	6.99±4.29

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinin ortalaması ( $6.99 \pm 4.29$ ) olduğu saptanmıştır.

**Tablo 4.3: Bireylerin Evlilikte Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı**

Ölçekler	Ort. ve SD
Evlilikte uyum ölçeği	45.29±8.42

Bireylerin evlilikte uyum ölçeğinin ortalaması ( $45.29 \pm 8.42$ ) olduğu saptanmıştır. **Ortalama degere baktığımızda değer 43'den > olduğu için grubun evlilikte uyumlu oldukları görülmüştür.**

**Tablo 4.4: Bireylerin Evlilikte Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarına İlişkin Dağılımı**

		<i>F</i>	<i>%</i>
Evlilikte uyum ölçeği	Evlilikte uyumsuz	46	31,3
	Evlilikte uyumlu	101	68,7

Bireylerin 101’inde (68.7) evlilikte uyumlu oldukları ve 46’sında (%31.3) evlilikte uyumsuz oldukları görülmüştür.

**Tablo 4.5: Bireylerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı**

Ölçekler	Ort. ve SD
Kaygı alt ölçeği	55.32±15.14
Kaçınma alt ölçeği	54.37±17.66

Bireylerin kaygı alt ölçeğinin ortalaması (55.32±15.14) olduğu saptanmıştır. Bireylerin kaçınma alt ölçeğinin ortalaması (54.37±17.66) olduğu saptanmıştır. **Ortalama değerlere baktığımızda grubun daha çok kaygılı bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür.**

Bu araştırmanın genel amacı birinci olarak “bireylerin cinsiyetleri ile bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.6: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>S.T.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>P</i>
Beck umutsuzluk ölçeği	Kadın	78	74.88	5841.00			
	Erkek	69	73.00	5037.00	2622.00	-.269	.788
	<b>Toplam</b>	147					

Tablo 4.6’da görüldüğü gibi; bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları

arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre umutsuzluk ölçeği puanı bireylerin cinsiyetlerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı ikinci olarak “bireylerin cinsiyetleri ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.7: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup		N	S.O.	S.T.	U	Z	P
Evlilik uyum ölçeği	Kadın	78	76.91	5999.00			
	Erkek	69	70.71	4879.00	2464.00	-.883	.377
	<b>Toplam</b>	<b>147</b>					

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi; bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre evlilik uyum ölçeği puanı bireylerin cinsiyetlerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı üçüncü olarak “bireylerin cinsiyetleri ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.8: Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Grupların Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup		N	S.O.	S.T.	U	Z	P
Kaygı alt ölçeği	Kadın	78	73.35	5721.00			
	Erkek	69	74.74	5157.00	2640.00	-.198	.843
	<b>Toplam</b>	<b>147</b>					
Grup		N	S.O.	S.T.	U	Z	P
kaçınma alt ölçeği	Kadın	78	70.40	5491.00			
	Erkek	69	78.07	5387.00	2410.00	-1.09	.275
	<b>Toplam</b>	<b>147</b>					

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi; bireylerin kaygı alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre kaygı alt ölçeği puanı bireylerin cinsiyetlerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bireylerin kaçınma alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre kaçınma alt ölçeği puanı bireylerin cinsiyetlerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde dördüncü olarak “bireylerin yaşları ile bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.9: Bireylerin Yaşları İle Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		Yaş
Beck umutsuzluk ölçeği	r	-.021
	p	.802

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi; bireylerin yaşları ile beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde beşinci olarak “bireylerin yaşları ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.10: Bireylerin Yaşları İle Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		Yaş
Evlilik uyum ölçeği	r	.037
	p	.654

Tablo 4.10’da görüldüğü gibi; bireylerin yaşları ile evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde altıncı olarak “bireylerin yaşları ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.11: Bireylerin Yaşları İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		Yaş
Kaygı alt ölçeği	r	.049
	p	.553
Kaçınma alt ölçeği	r	.125
	p	.131

Tablo 4.11’ de görüldüğü gibi; bireylerin yaşları ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bireylerin yaşları ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı yedinci olarak “bireylerin eğitim düzeyleri ile bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.12: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup		N	S.O.	df	X <sup>2</sup>	P	Anlamlı fark
Beck umutsuzluk ölçeği	İlkokul mezunu ve ↓	30	61.80	3	3.93	.269	-
	Ortaokul mezunu	37	72.26				
	Lise mezunu	50	78.24				
	Üniversite mezunu ve ↑	30	81.28				
Toplam		147					

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi; bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre beck umutsuzluk ölçeği puanı bireylerin eğitim düzeylerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı sekizinci olarak “bireylerin eğitim düzeyleri ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.13: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup	N	S.O.	df	X <sup>2</sup>	P	Anlamlı fark	
<b>Evlilik uyum ölçeği</b>	İlkokul mezunu ve ↓	30	75.83	3	.474	.925	-
	Ortaokul mezunu	37	77.07				
	Lise mezunu	50	71.27				
	Üniversite mezunu ve ↑	30	72.93				
<b>Toplam</b>	147						

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi; bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre evlilik uyum ölçeği puanı bireylerin eğitim düzeylerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı dokuzuncu olarak “bireylerin eğitim düzeyleri ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.14: Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Grupların Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması**

Grup		N	S.O.	df	X <sup>2</sup>	P	Anlamli fark
<b>Kaygı alt ölçeği</b>	İlkokul mezunu ve ↓	30	59.90	3	5.97	.113	-
	Ortaokul mezunu	37	71.30				
	Lise mezunu	50	77.59				
	Üniversite mezunu ve ↑	30	85.45				
	<b>Toplam</b>	147					
Grup		N	S.O.	df	X <sup>2</sup>	P	Anlamli fark
<b>Kaçınma alt ölçeği</b>	İlkokul mezunu ve ↓	30	55.22	3	8.04	.045*	3-4
	Ortaokul mezunu	37	75.82				
	Lise mezunu	50	77.78				
	Üniversite mezunu ve ↑	30	84.23				
	<b>Toplam</b>	147					

\*p<0.05

Tablo 4.14’de görüldüğü gibi; bireylerin kaygı alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (p>0.05). Buna göre kaygı alt ölçeği puanı bireylerin eğitim düzeylerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Bireylerin eğitim düzeyleri arasında kaçınma alt ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [k-w=8.04, p=.045]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır. **Kaçınma alt ölçeği puanları açısından lise mezunu ve ↑ bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Lise mezunu ve ↑ bireylerin diğer bireylere oranla kaçınma düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde onuncu olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bireylerin beklenti umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.



**Tablo 4.15: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		<b>Evlilik süresi</b>
<b>Beck umutsuzluk ölçeği</b>	r	-.096
	p	.246

Tablo 4.15’de görüldüğü gibi; bireylerin evlilik süreleri ile beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on birinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.16: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		<b>Evlilik süresi</b>
<b>Evlilik uyum ölçeği</b>	r	.069
	p	.404

Tablo 4.16’da görüldüğü gibi; bireylerin evlilik süreleri ile evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on ikinci olarak “bireylerin evlilik süreleri ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.17: Bireylerin Evlilik Süreleri İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		<b>Evlilik süreleri</b>
<b>Kaygı alt ölçeği</b>	r	-.016
	p	.844
<b>Kaçınma alt ölçeği</b>	r	-.052
	p	.530

Tablo 4.17’de görüldüğü gibi; bireylerin evlilik süreleri ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bireylerin evlilik süreleri ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı on üçüncü olarak “kadınların sahip olduğu bağlanma stilleri ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.18: Kadınların Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>S.O.</b>	<b>S.T.</b>	<b>U</b>	<b>Z</b>	<b>P</b>
<b>Evlilik uyum ölçeği</b>	Kaygılı bağlanma	41	39.15	1605.00			
	Kaçınmalı bağlanma	37	39.89	1476.00	744.00	-.145	.884
	<b>Toplam</b>	78					

Tablo 4.18’de görüldüğü gibi; kadınların evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının sahip oldukları bağlanma stilleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre evlilik uyum ölçeği puanı kadınların sahip olduğu bağlanma stilleri göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı on dördüncü olarak “kadınların sahip olduğu bağlanma stilleri ile bireylerin umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.19: Kadınların Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>S.O.</b>	<b>S.T.</b>	<b>U</b>	<b>Z</b>	<b>P</b>
<b>Umutsuzluk ölçeği</b>	Kaygılı bağlanma	41	37.49	1537.00			
	Kaçınmalı bağlanma	37	41.73	1544.00	676.00	-.830	.407
	<b>Toplam</b>	78					

Tablo 4.19’da görüldüğü gibi; kadınların umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının sahip oldukları bağlanma stilleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre umutsuzluk ölçeği puanı kadınların sahip olduğu bağlanma stilleri göre farklılık yaratmamaktadır.

Bu araştırmanın genel amacı on beşinci olarak “erkeklerin sahip olduğu bağlanma stilleri ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.20: Erkeklerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>S.O.</b>	<b>S.T.</b>	<b>U</b>	<b>Z</b>	<b>P</b>
<b>Evlilik uyum ölçeği</b>	Kaygılı bağlanma	34	42.60	1448.50			
	Kaçınmalı bağlanma	35	27.61	966.50	336.50	-3.10	.002*
	<b>Toplam</b>	69					

\* $p<0.05$

Tablo 4.20’de görüldüğü gibi; erkeklerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre gruplar arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ( $p<0.05$ ). Evlilik uyum ölçeğinin puanları açısından kaygılı bağlanmaya sahip erkeklerin lehine anlamlı bir fark vardır [ $U=336,50$ ,  $p=.002$ ]. **Kaygılı**

**bağlanmaya sahip erkeklerin kaçınılmalı bağlanmaya sahip olan erkeklere oranla evlilik uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Bu araştırmanın genel amacı on altıncı olarak “erkeklerin sahip olduğu bağlanma stilleri ile bireylerin umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.21: Erkeklerin Sahip Olduğu Bağlanma Stillerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>S.O.</b>	<b>S.T.</b>	<b>U</b>	<b>Z</b>	<b>P</b>
<b>Umutsuzluk ölçeği</b>	Kaygılı bağlanma	34	32.00	1088.00			
	Kaçınılmalı bağlanma	35	37.91	1327.00	493.00	-1.23	.218
	<b>Toplam</b>	79					

Tablo 4.21’de görüldüğü gibi; erkeklerin umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının sahip oldukları bağlanma stilleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre umutsuzluk ölçeği puanı erkeklerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre farklılık yaratmamaktadır.

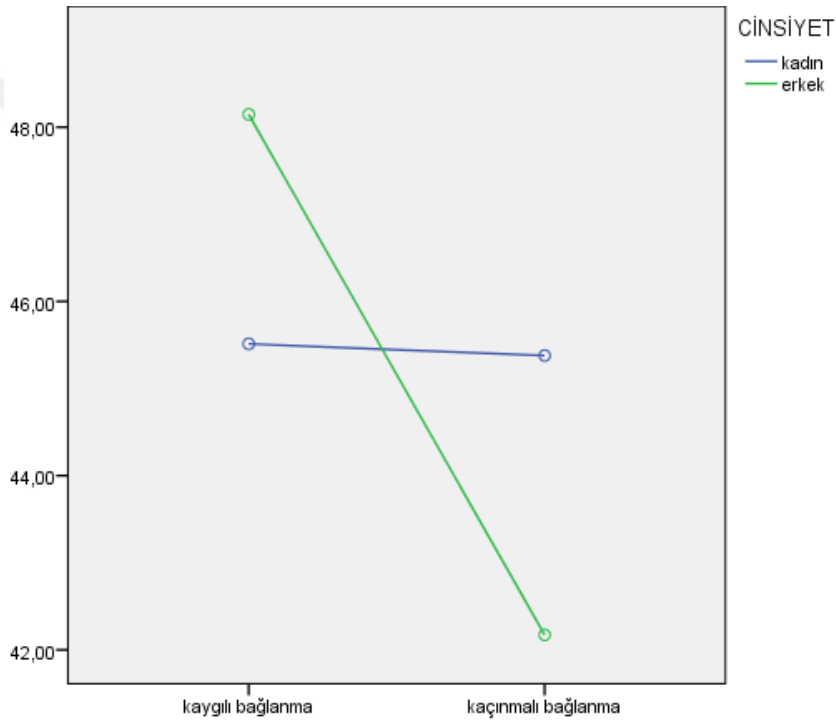
Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on yedinci olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.22: Kadın İle Erkekler Arasında Bağlanma Stillerine Göre Evlilik Uyum Puanlarının ANOVA Sonuçları**

<b>Varyansın Kaynağı</b>	<b>Kareler Toplamı</b>	<b>Sd</b>	<b>Kareler Ortalaması</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
Bağlanma stilleri	341.181	1	341.181	5.009	.027
Cinsiyet	2.992	1	2.992	.044	.834
Bağlanma stilleri * cinsiyet	311.944	1	311.944	4.580	.034
Hata	9740.183	143	68.113		
<b>Toplam</b>	<b>311918.000</b>	<b>147</b>			

\* $p<0.05$

Tablo 4.22’de görüldüğü gibi; tablonun bağlanma stilleri \* cinsiyet satırındaki değerlerden bağlanma stilleri ve cinsiyetinin evlilik uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisinin ( $p = 0,034$ ,  $p < 0,05$ ) istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgular ışığında, kadın ve erkeklerin evlilik uyum düzeylerinin bağlanma stillerine bağlı olarak farklılık göstermektedir. Diğer bir ifade ile farklı bağlanma stillerindeki grupların kadın ve erkeklerin evlilik uyumları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır.



**Şekil 1. Kadın ile Erkeklerin Bağlanma Stillere Göre Evlilik Uyum Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Diyagram**

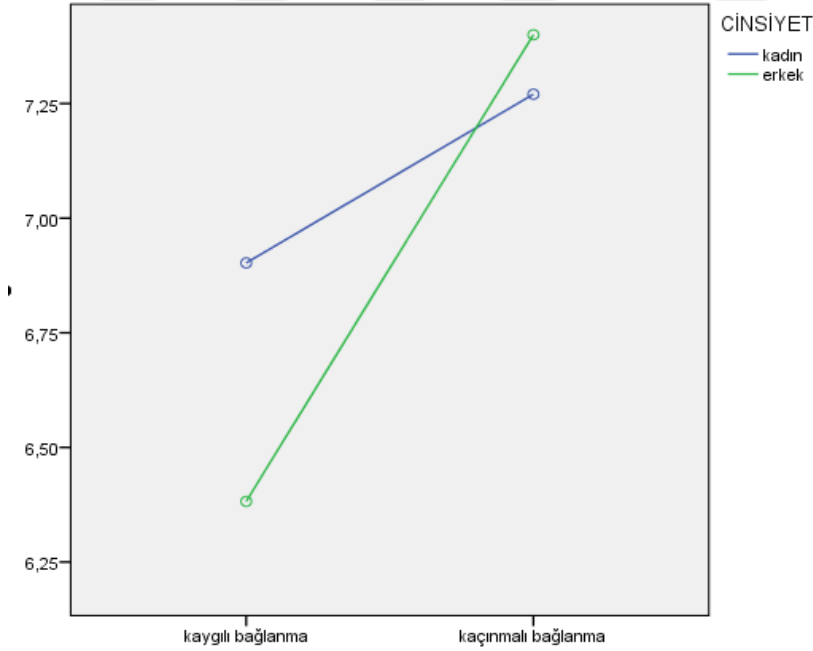
Kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça erkeklerin kadınlara göre evlilik uyum düzeyleri arttığı saptanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on sekizinci olarak “bağlanma stillerine göre kadın ve erkekler arasında beck umutsuzluk ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.23: Kadın İle Erkekler Arasında Bağlanma Stillerine Göre Beck Umutsuzluk Puanlarının ANOVA Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bağlanma stilleri	17.546	1	17.546	.939	.334
Cinsiyet	1.393	1	1.393	.075	.785
Bağlanma stilleri * cinsiyet	3.860	1	3.860	.207	.650
Hata	2671.336	143	18.681		
Toplam	9882.000	147			

Tablo 4.23’de görüldüğü gibi; tablonun bağlanma stilleri \* cinsiyet satırındaki değerlerden bağlanma stilleri ve cinsiyetinin umutsuzluk düzeyi üzerindeki ortak etkisinin ( $p = 0,650$ ,  $p > 0,05$ ) istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgular ışığında, kadın ve erkeklerin umutsuzluk düzeylerinin bağlanma stillerine bağlı olarak farklılık göstermemektedir. Diğer bir ifade ile farklı bağlanma stillerindeki grupların kadın ve erkeklerin umutsuzluk düzeyleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.



**Şekil 2. Kadın ile Erkeklerin Bağlanma Stillerine Göre Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanlarına İlişkin Diyagram**

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde on dokuzuncu olarak “bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.24: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Evlilik Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

	Umutsuzluk ölçeği	
Evlilik uyum ölçeği	r	-.064
	p	.442

Tablo 4.24’de görüldüğü gibi; bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile evlilik uyum ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yirminci olarak “bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.25: Bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

	Umutsuzluk ölçeği	
Kaygı alt ölçeği	r	.313
	p	.000*
Kaçınma alt ölçeği	r	.395
	p	.000*

**\* $p<0.05$**

Tablo 4.25’de görüldüğü gibi; bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak düşük seviyede

pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). **Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.**

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak düşük seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). **Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.**

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yirmi birinci olarak “bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.26: Bireylerin Evlilik Uyum Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

		Evlilik uyum ölçeği
Kaygı alt ölçeği	r	-.176
	p	.033*
Kaçınma alt ölçeği	r	.317
	p	.000*

**\* $p<0.05$**

Tablo 4.26’da görüldüğü gibi; bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). **Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir.**

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0.05$ ). **Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir.**

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yirmi ikinci olarak “bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.



**Tablo 4.27: Bireylerin Beck Umutsuzluk Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Evlilik uyumu	Sabit	47.616	36.176	.000	4.283	.040	.029
	Beck umutsuzluk	-.332	-2.070	.040			

Tablo 4.27’de görüldüğü gibi; beck umutsuzluk ile evlilik uyumu arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=4.283; p=0,040<0.05). Evlilik uyumu düzeyinin belirleyicisi olarak beck umutsuzluk değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür(R<sup>2</sup>=0,029). Bireylerin beck umutsuzluk düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır ( $\beta$ =-0,332).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yirmi üçüncü olarak “bireylerin kaygılı bağlanma alt ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.28: Bireylerin Kaygılı Bağlanma Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Evlilik uyumu	Sabit	50.764	19.471	.000	4.733	.031	.032
	Kaygılı bağlanma	-.099	-2.175	.031			

Tablo 4.28’da görüldüğü gibi; kaygılı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=4.733; p=0,031<0.05). Evlilik uyumu düzeyinin belirleyicisi olarak kaygılı bağlanma değişkenleri ile ilişkisinin( açıklayıcı gücünün) zayıf olduğu görülmüştür(R<sup>2</sup>=0,032). Bireylerin kaygılı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır ( $\beta$ =-.099).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde yirmi dördüncü olarak “bireylerin kaçınma bağlanma alt ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

**Tablo 4.29: Bireylerin Kaçınma Bağlanma Düzeylerinin Evlilik Uyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Evlilik uyumu	Sabit	55.397	26.584	.000	25.979	.000	.152
	Kaçınmalı bağlanma	-.186	-5.097	.000			

Tablo 4.29’de görüldüğü gibi; kaçınmalı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=25.979; p=0,00<0.05). Evlilik uyumu düzeyinin belirleyicisi olarak kaçınmalı bağlanma değişkenleri ile ilişkisinin(açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür(R<sup>2</sup>=0,152). Bireylerin kaçınmalı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır ( $\beta$ =-.186).

## BÖLÜM V TARTIŞMA ve YORUM

Araştırmada evli bireylerin, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, Evlilik Uyumu Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ile ilgili değişkenler incelendi. Araştırma ile ilgili kaynaklar incelendiğinde, bağlanma düzeyine göre, evlilik uyumu açısından anlamlı fark olmadığını göstermiştir. Bu bulgu literatürdeki diğer çalışmaları desteklememektedir. Literatürde ana babaya bağlanma düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir araştırma bulunmamakla beraber yapılan araştırmalar genellikle ebeveynlerin yetişkinlik dönemi bağlanma sürecini kapsayan yakın ilişkilerde bağlanma durumları ile evlilik uyumu ilişkisini gösteren çalışmalar şeklindedir. Bu çalışmalarda (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Kirkpatrick ve Davis, 1994; Gallo ve Smith, 2001; Simpson, 1990; Kobak ve Hazen, 1991; Feeney, 1996; Parker ve Scannell, 1998; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006; Erdoğan, 2007) güvenli bağlanan yetişkin bireylerin evlilik uyumlarının yüksek düzeyde olduğu ve güvensiz bağlanma ve evlilik uyumu arasında hem evli kadın hem evli erkekler için aksi yönde ilişkiler olduğu gözlemlenmiştir. Sön dönemde gelişimsel anlamda bağlanma kuramı ile evlilik uyumunun ilişkisini inceleyecek daha kapsamlı araştırmalara gerek olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan kişilere yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve evlilik süresi 36 maddeden oluşan “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II”, 15 maddeden oluşan "Evlilik Uyum Ölçeği" ve 20 maddeden oluşan “Beck Umutsuzluk Ölçeği” uygulanmış olup, bu ölçeklerin uygulanması da bizzat araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma da beklenen, evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi olmuştur. Evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve evlilik süresi gibi değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediği incelenecektir. Elde edilen sonuçlara göre, ortalama değere baktığımızda değer 43’den > olduğu için grubun evlilikte uyumlu oldukları görülmüştür.

Araştırma dâhilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 147 katılımcının 78’i (%53,1) kadınlar ve 69’i (%46,9) erkekler oluşturmaktadır.

Katılımcıların yaş ortalaması  $36.55 \pm 9.09$  (min.19 yaşında, max. 60 yaşında) olduğu görülmüştür. Katılımcıların 50'sinin (%34,0) lise mezunu olduğu, 37'sinin (%25,2) ortaokul mezunu olduğu, 30'unun (%20,4) üniversite mezunu ve ↑ olduğu ve 30'unun (%20,4) ilkokul mezunu ve ↓ olduğu görülmüştür. Bireylerin evlilik sürelerinin ortalaması  $13.24 \pm 8.76$  (min.1 yıl, max. 40 yıl) olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan bireylerin evlilik uyumları ile kaygı ve kaçınma puanları arasında ters yönde bir ilişki gözlenmektedir. Beklendiği gibi kaçınma ve kaygı puanları düşük olan evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi olduğu saptanmıştır. Bu bilgiye göre her iki bağlanma boyutundan alınan yüksek puanların düşük evlilik uyumuyla ilişkisini desteklemektedir. Kobak ve Hazan (1991) yine benzer olarak çalışmalarında kaygılı ve kaçınmalı bağlanma biçiminin daha düşük evlilik uyumuyla ilişkisini bildirmişlerdir. Kaygılı bağlanmanın, kaçınmalı bağlanmaya göre evlilik uyumu için daha önemli bir belirleyici olduğu bildirilmiştir (Gallo ve Smith, 2001). Diğer bir araştırma sonucunda ise kaygılı-kararsız bağlanma stiline bir özelliği olan bireyin terk edilme kaygıları, karı ve kocaların her ikisi için de düşük uyumla ilişkilidir (Feeney, 1994). Lussier, Sbourin ve Turgeon tarafından 1997 de yapılan bir çalışmada, kaygılı- kararsız bağlanma stiline sahip bireylerle evli olan insanların evlilik uyumlarının düştüğü gözlemlenmiştir. Carnelley, Pietromonaco ve Jaffe tarafından yapılan bir başka çalışmada da, hem kaçınan hem de kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik sürecinde yeterince doyum sağlamadıkları ve eşlerinin aralarındaki uyumun da düşük olduğu görülmüştür (Solmuş, 2003).

Yapılan bu çalışmada ayrıca kadın ve erkeklerin evlilik uyum düzeylerinin bağlanma stillerine bağlı olarak farklılık göstermektedir. Diğer bir ifade ile farklı bağlanma stillerindeki grupların kadın ve erkeklerin evlilik uyumları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Örneğin bu çalışmada kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça erkeklerin kadınlara göre evlilik uyum düzeyleri arttığı saptanmıştır. Benim yapmış olduğum gözlemlerime göre Temelde kaygılı kişi terk edilmekten korkar ve bu korkunun getirdiği motivasyonla eşine yaklaşır. Evlilikte endişeler arttıkça evliliğe bağlılığı artmakta olduğu gözlemlenmiştir. Kaygılı bağlanma düzeyi yüksek çıkan bireyler için

kaygı ile evlilik paralel görülmüş olabilir. Buna ek olarak bu araştırma içerisinde kaygılı bağlanma stiline sahip erkekler ile onların evlilik uyum düzeyi ölçülmüştür. Fakat kaygı bozukluğu ve patolojik olarak tedavi sürecinde olan erkek ve bayanların evlilik uyumları düzeyi düşük çıkma ihtimalide düşünülebilir. Çünkü kaygı bozukluğu olan eşler birbirlerine hayatı çekilmez hale getirme, kıskançlık ve aşırı endişe-kaygının evlilik uyumu üzerinde etkisi olumsuz yönde olacaktır. İleride bu konu üzerine çalışma yapılabilir.

Yine benzer bir başka çalışmada erkeklere göre kadınlarda kaygılı bağlanma biçimi ve evlilik uyumu algısının birbiriyle daha anlamlı ilişkisi olduğu bildirilmiştir (Marchand, 2000). Bu çalışmadan elde edilen sonuç ile bizim araştırma sonucumuz karşılaştırıldığında erkek ve kadınların kaygılı bağlanma puanları ile evlilik uyumu puanları arasında ters yönde bir ilişki gözlenmektedir.

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Buna göre evlilik uyum ölçeği puanı bireylerin cinsiyetlerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Cinsiyete göre evlilik uyumu açısından fark olduğu ve erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip oldukları görülmüştür. Gottman ve Levenson (1998)' in çalışmalarında cinsiyetin evlilik uyumunu etkilediği ve erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde uyuma sahip oldukları görülmüştür. Bu bulgu, araştırma sonucunu desteklememektedir. Ancak Perrone, Webb ve Jackson (2007)' in araştırmalarında cinsiyet ile evlilik uyumu arasında bir ilişki bulamamışlardır. Benzer şekilde Kışlak ve Çabukça (2000), Fıfıloğlu (1992) ve Kalkan (2002)' da yaptıkları çalışmalarda cinsiyetin evlilik uyumunu etkilemediğini gözlemişlerdir. Bu bulgular, araştırma sonucunu desteklemektedir.

Erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip olması beklenen bir sonuçtur. Çünkü erkekler evliliklerde ufak tartışmalarda kadınlardan daha çok anlaşmaya ve amaca yönelik davranmakta, büyük tartışmalarda içe kapanarak sessiz kalmayı tercih etmekte, kadınlar ise; erkeklerden daha duygusal olmaları nedeniyle negatif duygular üzerinde durarak bunlar üzerinden yorum yapıp, bu negatiflikleri

uyumsuzluk olarak değerlendirmektedir. Ayrıca, evlilikle beraber erkeğin daha uyumlu ve düzenli bir hayata sahip olması akabinde kadınlar için sorumlulukların artması bu sonucu doğurmuş olabilir.

Geleneksel kadın ve erkek rollerindeki farklılıklar nedeni ile iki cinsiyetin insan ilişkilerine yaklaşım biçimlerinde farklılıklar bulunması beklenen bir durumdur. Kadınlık rolü ile ilgili beklentiler, kadınların insan ilişkilerine önem vermelerini, daha anlayışlı daha hoşgörülü ve daha becerikli olmalarını gerektirmektedir. Buna karşılık erkeklerin bu konularda başarılı olmaları beklenmez. Kadınlar ilişkilerinin hem iyi hem kötü devrelerinde, erkekler ise yalnızca durum kötüye gittiği zaman ilişkileri konusunda düşünürler (Hortaçsu, 1991). Geleneksel evliliklerde kadınların, ev işi ve çocukla ilgilenmek gibi göreceli olarak net tanımlanmış rollere sahip oldukları ve eşlerine daha bağımlı oldukları görülmektedir. Erkek ise çoğunlukla çalışmakta ve evin geçimini sağlama rolünü sürdürmektedir. Toplumun yüklediği geleneksel cinsiyet rollerine bağlı olarak kadınların, erkeklere göre daha özverili ve idareci bir tutum sergilediklerini, ev içinde ve dışında daha fazla sorumluluk yüklendiklerini ileri sürmüşler, dolayısıyla evlilik ilişkilerinde kadınların erkeklere göre daha fazla şikâyetçi olmalarının beklenir bir sonuç olduğunu ifade etmişlerdir. (Şendil ve Kızıldağ, 2004)

Geleneksel olmayan evliliklerde ise gücü paylaşma, ihtiyaçlar ve benzeri konularda çiftler daha çok belirsizliklerle ve daha çok çatışma ile başa çıkmak zorunda kalmaktadırlar. Geleneksel olmayan evliliklerde, yeni roller denenebileceği için çatışmanın uygun biçimde ele alınması ile evlilik doyumu ortaya çıkabilmektedir. İletişim becerileri, esneklik, birbirlerine bağlılık ile çatışmayla başa çıkabilmenin, uyum sağlayıcı bir değişime zemin hazırlayabildiği, bunun da evliliğin niteliğini arttırabildiği öne sürülmektedir (Rhoden, 2003)

Araştırmadan elde edilen sonuca göre cinsiyet değişkeninin evlilik uyumunu farklılaştırmaması, cinsiyet rollerinin gün geçtikçe eşitlikçi cinsiyet rollere kaymasıyla açıklanabilir. Özellikle günümüzde kadın ve erkeğin her ikisinin de çalıştığı evliliklerde görülen, rollerin eşitlikçi cinsiyet rollerine dönüşmesiyle birlikte geleneksel bakış

açısından kaynaklı toplumsal cinsiyet rollerinin evliliklerde pek fazla önemli bir yere sahip olmaması söz konusu olabilir.

Araştırma bulgularına göre katılımcıların evlilik sürelerinin ortalaması  $13.24 \pm 8.76$  (min.1 yıl, max. 40 yıl) olduğu görülmüştür.

Evlilik süresine göre evlilik uyumu açısından fark olduğu ve 7–12 yıl süreyle evli olanların, 19 yıl ve üstü evli olanlara göre daha yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip olduğu görülmüştür. Pineo (1961) ve Demiray (2006)' in araştırmalarıyla tutarlılık göstermektedir. Demiray (2006)'ın yürüttüğü çalışma evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, araştırma sonucunu desteklemektedir. Ancak bazı araştırmalar (Gürsoy, 2004; Fıfıloğlu, 1992; Kışlak ve Çabukça, 2000) evlilik süresinin evlilik uyumunu etkilemediğini bulmuşlardır. Bu bulgular, araştırma sonucunu desteklememektedir.

7-12 yıl süreyle evli olan bireylerin evlilik uyumlarının daha yüksek olması, diğer gruplara oranla birbirlerini tanımada çok ileri bir aşamaya ulaşmamaları, hayata dair beklentilerinin fazla olmaları, kendileri ile evlilikleri hakkında ileriye dönük planlarının olmaları ve bunları elde etme çabaları ile açıklanabilir. Diğer taraftan 19 yıl ve üstü süreyle evli olan bireylerin evlilik uyumlarındaki düşüş ise hayata dair pek çok şeyi elde etmiş olmaları, evliliğe ve kendilerine dair niteliklerin alışkanlık haline gelmesinden kaynaklı olabilir.

Araştırmada evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyum puanlarının farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların evlilik uyumları ve yaşları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Benzer şekilde Hamamcı (2005), Çınar (2008), Akbaş (2008) ve Çetin (2010) da araştırmalarında bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları arasında anlamlı bir olmadığını belirlemişlerdir. Bazı araştırmacılar ise bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları arasında anlamlı fark olduğunu bulmuştur. Örneğin Heaton ve Albercht (1991) araştırmalarında, bireylerin yaşları ilerledikçe evliliklerinde daha fazla emek harcadığını evlilik uyumlarının arttığını bulmuşlardır.

Son 10 yıl içerisinde yapılan araştırmalar, ülkemizde evliliklerinin % 50 sinin ilk 5 yıl içerisinde bittiğini, ilk 1 senede biten evliliklerin ise giderek arttığını gösteriyor. (Gottman, 2010). Bu araştırmalar sonucunda evliliklerde uyumun en çok düştüğü yıllar ilk 5 yıl olmakta, boşanmalar en çok bu dönemde yaşanmaktadır. Araştırma sonucunda yaş değişkeninin evlilik uyumu üzerinde anlamlı fark oluşturmaması, araştırmaya katılan bireylerin ortalama evlilik yıllarının 5 yıldan fazla olması, evlilikte geçirilen yıllar artıkça evlilik uyumunun sabit duruma gelmesiyle açıklanabilir. Bunun yanı sıra Şener (2000), bireylerin evlendikleri yaş itibarıyla karşılaştırıldığında, gerek kadın gerekse erkeklerde evlilik uyum puan ortalamasının en düşük olduğu grubun evlilik yaşının 15-19 olduğu belirtilmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin yaş ortalamasının 36 olduğu göz önüne alındığında, bireylerin genel olarak orta yaş grubunda olduğu ve farklı yaşlarda olsalar da evlilik uyumlarının benzer olduğu görülmektedir. Dolayısıyla evlilikte eşlerin yaşlarının evlilik uyumlarını etkilemediği, buradan da evlilikte birlikte geçirilen zamanın niceliğinden çok niteliğinin önemli olduğu söylenebilir.

Araştırma bulgularına göre yaş ile ilgili elde edilen bu bulgu literatüre paralel olarak evlilik süresinde ortaya çıkan bulgu ile tutarlılık göstermemektedir.

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. ( $p>0.05$ ). Buna göre evlilik uyum ölçeği puanı bireylerin eğitim düzeylerine göre farklılık yaratmamaktadır.

Sezer (2005) ve Gürsoy (2004)' un çalışmalarında evli kadınların eğitim düzeylerinin yüksek olmasının uyum düzeyini olumlu yönde arttırdığını bulmuşlardır. Bu bulgu, araştırma sonucunu desteklememektedir. Lakin, Kışlak ve Çabukça (2000) ve Erberk ve diğerleri (2005)' nin çalışmaları eğitim düzeyinin evlilik uyumunu etkilemediğini göstermiştir. Bu bulgular ise, araştırma sonucunu desteklemektedir.

Literatür incelendiğinde eğitim düzeyi yükseldikçe eşler birbirlerine duygu ve düşüncelerini daha rahat ve daha doğru bir şekilde ifade ediyor olabilir ve empati kurarak eşini anlamaya çalışabilir. Ayrıca eğitim seviyesi arttıkça her iki eş de yaşanan çatışma ve anlaşmazlıkları birbirlerinin görüş ve düşüncelerine saygı göstererek çözmeye çalışabilir, eğitim seviyesi azaldıkça empati düzeyi azalabilir ve anlaşmazlıklar



bir eşin beklentisi doğrultusunda sonlandırılabilir. Tüm bu nedenler evlilik uyumunu etkileyebilir. Şener ve Terzioğlu (2002), Fıfıloğlu (1992) ve Blum ve Mehrabian (1999) yaptıkları araştırmalarda öğrenim düzeyinin evlilik uyumu üzerinde olumlu etkileri olduğunu bulmuşlardır. (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Hamamcı, 2005).

Literatürde eğitim düzeyinin evlilik doyumu ile çalışıldığı araştırmaların daha fazla olması sebebi ile bu alandaki araştırmalar da incelenmiştir. Üncü (2007) tarafından yürütölen araştırmada lise mezunlarının ilköğretim mezunlarından daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları görülürken Çağ ve Yıldırım (2013) tarafından yürütölen araştırmada eğitim düzeyi yükseldikçe evlilik uyumunun azaldığı görölmüştür. Bu alanda tutarlı sonuçların olmaması daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu araştırmanın ise bu ihtiyaca katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Yapılan araştırma analizleri sonucunda, evlilik uyumu yüksek ve düşük olan denekler arasında bağlanma tarzları değişkeni ve umutsuzluk düzeyi değişkeni bağlamında anlamlı bir farkın olduğu görölmektedir.

Elde edilen değerler incelendiğinde, hem kaygılı bağlanma boyutunda hem de kaçınmalı bağlanma boyutunda gruplar arasında beck umutsuzluk düzeyi yüksek grup lehine anlamlı fark olduğu görölmektedir. Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır. Diğer bir araştırma sonucuna göre ise bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.

Araştırmada diğer bir bulgu ise umutsuzluk düzeyi bireyler arasında ilişkilere dair evlilik uyumunu düşürücü yönde hafif düzeyde etkisinin olduğu bulunmuştur.

Umutsuzlukta üzüntü, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler, olumsuzluk ve kötümserlik ile ilgili duygusal bozukluklar etkili olabilmektedir (Durak, 1994). Evliliğin en önemli kişilerarası ilişkilerden olduğu düşünöldüğünde evlilikte yaşanan sorunların,

çatışmaların psikolojik problemlere yol açması muhtemeldir. Evlilikte sağlanan uyumdaki artışın kişilerin psikolojik sağlıklarına yansıdığı da bilinmektedir (Bloom, 1978; Fidanoğlu, 2007; Wearden, 2000).

Wei ve arkadaşlarının yapmış oldukları bir çalışmanın sonuçlarına göre ise yüksek düzeyde kaygılı bağlanmaya sahip kişiler, artmış düzeyde diğerlerinden güvence almaya ihtiyaç duymaktadır ve yazarlar bu ihtiyacın kişilerin sahip oldukları depresyona yatkınlıklarını artırmaktadır. Araştırmalarının bir diğer bulgusuna göre ise bağlanma kaygısına sahip depresif kişilerin kendi kendini pekiştirebilme kapasiteleri de sınırlıdır. Dolayısıyla bağlanma kaygısına sahip kişilerin, kendi kendilerini pekiştirme kapasitesinin sınırlılıklarının yanı sıra diğerlerinin garantisine ihtiyaç duymaları depresif semptomları ortaya çıkarmaktadır. (Wei, Mallinckrodt, Larson, Zakalik, 2005)

İlerideki araştırmaların, umutsuzluk düzeyi ve bağlanma biçimleri arasındaki ilişkiyi etkileyebilecek çeşitli değişkenleri incelemesinde fayda olduğu düşünülmektedir. Bunu yapabilmek için ise umutsuzluk düzeyi ve bağlanma biçimleri arasındaki nedenselliği tam olarak görebilmek adına boylamsal çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Bağlanma literatüründe bağlanma biçimleri ve çeşitli psikopatolojiler arasındaki ilişkiler incelenmekle birlikte, henüz özgül bağlanma biçimleri ile spesifik duygusal bozukluklar arasındaki ilişkiler belirlenememiştir. Dolayısıyla sadece umutsuzluk düzeyi ile değil, tüm psikopatolojiler ve duygulanım düzenleme ile bağlanma kuramı arasındaki ilişkiler hakkında tutarlı verilere ulaşılabilmesi adına daha fazla sayıda araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Geleceğe umutlu bakabilmek ve güvenli hissederek evliliklerde uyumu yakalayabilmek sağlıklı nesillerin yetişmesinde son derece önemlidir. Bu önemin farkında olarak yetiştirilen bireyler, topluma da yarar sağlar. Bağlanmanın birey üzerinde bıraktığı etkilerin incelenmesi ve bağlanma konusunda yapılacak çalışmaların artması topluma büyük ölçüde farkındalık kazandıracaktır.

## BÖLÜM VI SONUÇ ve ÖNERİLER

### Sonuç

Bireylerin evlilikte uyum ölçeğinin ortalaması 43'den > olduğu için grubun evlilikte uyumlu oldukları görülmüştür.

Bireylerin yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinde daha çok kaygılı bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür.

Bireylerin eğitim düzeyleri arasında kaçınma alt ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise mezunu ve ↑ bireylerin diğer bireylere oranla kaçınma düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Erkeklerin sahip olduğu bağlanma stillerine göre gruplar arasında evlilik uyum ölçeğinin puanları açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kaygılı bağlanmaya sahip erkeklerin kaçınmalı bağlanmaya sahip olan erkeklere oranla evlilik uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bağlanma stilleri ve cinsiyetinin evlilik uyum düzeyi üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Farklı bağlanma stillerindeki grupların kadın ve erkeklerin evlilik uyumları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça erkeklerin kadınlara göre evlilik uyum düzeyleri arttığı saptanmıştır.

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.

Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da artmaktadır.

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaygı alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaygı alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir.

Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları puanlar ile kaçınma alt ölçeğinin puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin evlilik uyum ölçeğinden alınan puan arttıkça kaçınma alt ölçeğinden alınan puan da düşmektedir.

Beck umutsuzluk ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bireylerin beck umutsuzluk düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır.

Kaygılı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bireylerin kaygılı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır.

Kaçınmalı bağlanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bireylerin kaçınmalı bağlanma düzeyi evlilik uyumu düzeyini azaltmaktadır.

### **3.8. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Araştırma bulguları 2015 yılı ile sınırlıdır.
2. Araştırma verileri İstanbul Maltepe ilçesinde yaşayan 147 evli bireyin, ölçeklere verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.
3. Araştırma bulguları, Beck Umutsuzluk Düzeyi ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve Evlilik Uyum Ölçeği ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
4. Bu çalışmada, evli bireylerin bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisini incelenmiştir, başka bir durum araştırılmamıştır.

### **3.9. Öneriler**

Bu araştırmaya evli bireylerin sayısı arttırılabilir. Ne kadar fazla kişiye ulaşırsa araştırmanın gerçekliği o kadar artar. Bu nedenle benden sonra bu konuda çalışma yapacak olanlar, bunu sağlayabilir.

Çalışmanın farklı gruplardan daha fazla bireye uygulanması çalışmanın genellenebilmesi olasılığını arttırabileceği için yararlı olacaktır.

Ülkemizde eşler arasındaki uyumu değerlendiren, geçerlik ve güvenilirliği yapılmış ölçekler olmasına rağmen bu konuda kültürümüze özgü ölçeklerin geliştirilerek değerlendirilmesi gerekmektedir. Aynı zamanda eşler arasındaki uyuma ilişkin çalışmalar incelenirken, uyum, doyum, umutsuzluk gibi kavramların tanımları ölçekler bağlamında değiştiği için bu kavramların doğru değerlendirilmesi önemlidir.

Evlilik uyumu, tek ölçek ile değil görüşme tekniği gibi farklı nitelikler taşıyan teknikler kullanılarak değerlendirilebilir

Farklı analiz modelleri kullanılarak, yetişkin bağlanma biçimleri değişkenleri dörtlü model üzerinden açıklanabilir. Bu şekilde olumlu güvenli bağlanma biçimi ile diğer bağlanma biçimleri arasındaki farklar başka değişkenler üzerinden araştırılabilir.

Evli bireylerin genel ve ilişkiye özel bağlanma sistemlerine ayrı ayrı bakılarak kuramsal alan genişletilebilir ve bu doğrultuda farklı uygulama sonuçları elde edilebilir.

Evlilik öncesi bireylerin bağlanma biçimleri araştırılıp araştırmalar boylamsal olarak sürdürülebilir.

Bu araştırma betimsel çerçevede hazırlanmış bir çalışmadır. Yapılacak araştırmalar benzer değişkenler üzerinden deneysel araştırmalarla sınanabilir. Bu şekilde uygulayıcılara yönelik yeni veriler elde edilebilir.

Bununla birlikte, yazında bağlanma stillerinin, bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisinin birlikte incelendiği az sayıda çalışmanın bulunması, erişkin dönem bağlanma özelliklerinin eşlerin birbirleriyle ilgili değerlendirmelerini ve sonuçta da evlilik ilişkilerini nasıl etkilediğini ele alması ve evlilik uyumu ile ilgili sorunların psikiyatri kliniğinde önemli bir yer tutması çalışmayı anlamlı kılmaktadır.

Umutsuzluk düzeyi yüksek olan yetişkinler için psikolojik danışmanlık süreçlerinde bireyin bebekliğinde geçirdiği süreçlerin bilinmesi danışmanlık sürecine ışık tutacaktır.

Günümüzde hızla artan boşanma oranlarını düşündüğümüzde uyumsuz evliliklerin altında yatan sebeplerin araştırılması, çiftlerin kendilerini yetiştiren kişi ile olan bağlanma biçiminin evliliğe etkisinin incelenmesi boşanma oranlarının azalmasına yardımcı olabilir.

Sonuç olarak, bu çalışmanın öncü niteliğinde olup evli bireylerin bağlanma stillerinin bireylerin umutsuzluk düzeyi ve evlilik uyumu üzerindeki etkisini inceleyen

bir ön çalışma olduğu ve eldeliden bulguların bundan sonra yapılacak araştırmalara ışık tutacak önerileriyle literatüre bir katkı sağlayabileceği umut edilmektedir.



## KAYNAKLAR

- Akalın, A. (2005).** Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların abla ve ağabeylerinin sosyal beceri düzeyi ve kardeş ilişkileri. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Akar, H. (2005).** Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi*. İstanbul. Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi. 12
- Akbaş, M. (2008).** Endüstri meslek liselerinde görev yapan öğretmenlerin evlilik uyumları ile öğretmenlik tutumları arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Yeditepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- 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.
- Baucom, D.H., Epstein, N.B., Lataillade, J.J., Kirby, J.S. (2002).** Cognitivebehavioral couple therapy. Gurman, A.S., Jacobson, N.S. (Eds.). *Clinic handbook of couple therapy (3th ed.)*. New York: Guilford Press. 31-72
- Beck AT, Weissma A, Lester D, Trexler L (1974)** The Measurement of Pessimism. *Journal of Clinical & Consulting Psychology*. 42, 861-865.
- Beck, J. (2001).** Bilişsel Terapi Temel İlkeler Ve Ötesi. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Binici Azizoğlu, S. (2000).** Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması. *Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bloom, B.L., Asher, S., & White, S.W. (1978).** Marital distruption as a stressor. *A review and analysis*. *Psychology Bulletin*, 85: 867-894.
- Blum, J. S. ve Mehrabian, A. (1999).** Personality and temprament correlates of marital satisfaction. *Journal of Personality*. 67 (1), 93-125.
- Bowlby, J. (1969).** Attachment and Loss: Volume 1. Attachment. London: *Penguin Books*.
- Bowlby, J. (1973).** Attachment and loss: Vol. 2. Separation, Anxiety and Anger. New York: *Basic Books*.
- Bowlby, J. (1980).** Loss: Sadness & Depression in Vol. 3 of Attachment and Loss. London, NY: Hogarth Pres.

**Bowlby, J. (1989).** Attachment and Loss: Vol. 1, Attachment. Great Britain: *Pelican Books*.

**Brenning, K., Soenens, B., Braet, C. ve Bosmans, G. (2011).** An adaptation of the experiences in close relationships scale-revised for use with children and adolescent. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 1048-1072.

**Bylsma, W., Cozzarelli, C. & Sümer, N. (1997).** Relationship between adult attachment styles and global self-esteem. *Basic and Applied Social Psychology*. 19 (1), 1-16.

**Colins, N. L., & Read, S.J. (1990).** Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59, 644-663.

**Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013).** Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4 (39), 13-23

**Çelik, E. (2009).** Evli öğretmenlerin bağlanma stili, denetim odağı ve bazı nitelikleri açısından evlilik uyum düzeylerinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

**Çınar, L. (2008).** Evlilik doyumunu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler, Ankara. Enstitüsü.

**Demir, İ. (2009).** Evlilik ilişkilerine farklı bir yaklaşım: Bağlanma kuramı. H. Yavuzer (ed.) *Evlilik Okulu*. (92-113) İstanbul: *Remzi Kitabevi*.

**Demiray, Ö. (2006).** Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.

**Durak Batıgün, A. (2000).** Problem çözmeye yönelik terapiler: Tanımı ve değerlendirme. *Türk Psikoloji Bülteni*. 19, 40-48.

**Durak, A. ve Palabıyıköğlu, R. (1994).** Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlik Çalışması. *Kriz dergisi*, 2(2), 311-319.

**Eraslanlı, K. (1990).** Aile İçi İlişkilerin Dayandığı Psikolojik Temeller. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Samsun

**Eraslanlı, K., Kalkan, M. (2008).** Evlilik İlişkilerini Geliştirme Kuram ve Uygulama. (1.baskı), Ankara: *Nobel Yayıncılık*.

**Erbek, E. & Beştepe, E., Akar, H., Eradaamlar, N. ve Alpkan, R.L. (2005).** Evlilik Uyumunu. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*. 18 (1), 39 - 47.

**Ertan, Ö. (2002).** Bağlanma stillerinin eş seçimi ile kritik ve kritik olmayan evlilik dönemlerindeki doyum üzerindeki rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara.



- Feeney, J.A. & Noller, P. (1990).** Attachment Style as Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58 (2), 281-291.
- Feeney, J.A. (1994).** Attachment Style, Communication Patterns and Satisfaction Across the Life Cycle of Marriage. *Personal Relationships*. 1, 333-348.
- Fıfıloğlu, H. (1992).** Lisansüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu. *Psikoloji Dergisi*. 7 (28), 16-22.
- Fidanoğlu, O. (2007).** Evlilik Uyumu İle Eşlerin Somatizasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki Ve Diğer Sosyodemografik Değişkenler Açısından Karşılaştırılması. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. *Yayınlanmamış Yüksek Tezi*. İstanbul.
- Fraley RC, Shaver PR (2000).** Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Rev Gen Psychol* 4:132-54.
- Gallo, L.C., Smith, T.W. (2001).** Attachment Style in Marriage: Adjustment and Responses to Interaction. *Journal of Social & Personal Relationships*. 18(2), 263-299
- Gallo, L.C., Smith, T.W. (2001).** Attachment Style in Marriage: Adjustment and Responses to Interaction. *Journal of Social & Personal Relationships*. 18(2), 263-299
- Gonzaga, G. C., Keltner, D., Londahl, E. A. & Smith, M. D. (2001).** Love and the commitment problem in romantic relations and friendship. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2, 247-262.
- Göka, E., Yüksel, F.V. ve Göral, S. (2006).** İnsan İlişkilerinde Yansıtımlı Özdeşim. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 46-54.
- Gökmen, A. (2001).** Evli Eşlerin Birbirlerine Yönelik Kontrolcülük ve Bağımlılık Algılarının Evlilik Doyumu Üzerindeki Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gülerce, A. (1996).** Türkiye'de Ailelerin Psikolojik Örüntüleri (Psychological Patterns of the Families in Turkey). *İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları*.
- Günay, O. (2000).** Evlilik Uyumu ile Kişisel Düşünme Modelleri Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Gürsoy, Ç. (2004).** Kaygı ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu ile İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Mersin.
- Hamamcı, Z. (2005).** Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33(4), 313-328
- Hazan, C., Shaver, P. (1987).** Romantic love conceptualized as attachment process. *Journal of Pers. Soc. Psychology*. 52, 511- 524.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1994).** Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5 (1),1-22.

**Heaton, T.B. ve Albrech, S. L. (1991).** Stable unhappy marriages. *Journal of Marriage and the Family*. 53(55), 747-758

**Heppner, P.P., Krauskoph, K. (1987).** An information processing approach to personel problem solving. *The Counselling Psychologist*. 15, 34-70.

**Heppner, P.P., Withy, T.E., Dixon, W.E., Suzuki, L.A., Ahluvalia, M.K., O'Neil, J.M., Lucas, M.S., Lopez, S.J., Janowsky, K.M., Helms, J.E. (2004).** Problem solving and human adjestment. *The Counselling Psychologist*. 32 (3), 341484.

**Holmes, B. M., ve Johnson, K. R. (2009).** Adult attachment and romantic partnerpreference: A review. *Journal of Social and Personal Relationship*. 26 (6-7), 833-852.

**Hortaçsu, N. (1991).** Evlilik ve Boşanma Nedenlerine Verilen Önemi Etkileyen Faktörler Olarak Değerlendirme Yaklaşımı, *Cinsiyet ve Medeni Durum. Aile ve Toplum Dergisi*. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı. Yıl: 1, Cilt: 1, S:1, s: 35, Mart

**Hovardahoğlu, S. (1996),** Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği (Ekdö) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 11, S.38, s. 66-77.

**Huston, T., Levinger, G. (1978).** Interpersonal Attraction and Relationships. *Annual Reviews*. 29, 15-56.

**Iwaganata, M., Yokoyoma, H., Seiwa, H. (2004).** Coping availability and stres reduction for optimistic and pessimistic individuals. *Personality and Individual Differences*. 36, 11-22

**Kahn, A.S. (1984).** Social Psychology, U.S.A: *Wm. C.Brown Publishers*.

**Kalkan, M. (2002).** Evlilik İlişisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi. *Doktora Tezi*, OnDokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

**Karen, R. (1994).** Becoming attached: The unfolding mysteries of the mother-infant bond. New York, NY: *Warner Books*.

**Karney, B.R., Bradbury, T.N. (1995).** The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method and research [Elektronik Version]. *Psychological Bulletin*. 118(1), 3-34.

**Kart, M. (2008).** Yetişkin bağlanma stilleri ve çalışma davranışı: Hekimlerle yapılan bir çalışma. *Mülkiye Dergisi*. 245-246.

**Kastro, R.M. (1998).** Evlilik İçi Uyum ve Depresyon: Evlilik İlişisinin Niteliği ve Eşlerde Semptom Oluşumu Hakkında Bir Çalışma. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kirkpatrick, L. A., ve Davis, K. E. (1994).** Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502–512.
- Kirkpatrick, L.A, & Hazan, Ç. (1994).** Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships*, 1, 123-142.
- Kirkpatrick, L.A. (1998).** Evolution, Pair-Bonding, and Reproductive Strategies: A Reconceptualization of Adult Attachment. *Attachment theory and close relationships*. Simpson, J.A., Rholes, W.S. (Eds.). New York: Guilford Press. 353-393.
- Kobak, R.R., & Hazan,C. (1991).** Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861-869.
- Locke, E. A. (1968).** Toward a theory of task motivation and incentives. *Organizational Behavior and Human Performance*, 3, 157-189.
- Locke, H.J. and Wallace, K.M. (1959).** Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21, 251-255.
- Lussier, Y., Sabourin, S., & Turgeon, C. (1997).** Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 777–791
- Marchand, Jf. (2004).** Husbands And Wives Marital Quality: The Role Of Adult Attachment Orientations, Depressive Symptoms And Conflict Resolution Behaviors. *Attach Hum Dev* 6 (1): 99-112.
- McClanahan, K.K, Gold, J.A., Lenney, E. (1989).** Infatuation and Attraction to Dissimilar Other: Why is Love Blind? *The Journal of Social Psychology*, 130(4), 433-445
- Onur, B. (2000).** Gelişim Psikolojisi. Ankara: *İmge Kitabevi*.
- Özgüven, İ. E. (1997).** Cinsellik ve cinsel yaşam. *Pdrem Yayınları*, Ankara.
- Özgüven, İ.E. (2000).** Evlilik ve Aile Terapisi. Ankara: *Pdrem Yayınları*.
- Özgüven, İ.E. (2001).** Ailede İletişim ve Yaşam. Ankara: *Pdrem Yayınları*
- Parker, R.A. and Scannell, E.D. (1998).** Attachment and Marital Adjustment. *Australian Institute of Family Studies*, 51, 24-28.
- Perrone, K.M., Webb, L.K & Jackson, Z.V. (2007).** Relationships Between Parental Attachment, Work and Family Roles and Life Satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 55, 237-248.
- Rhoden, J.L. (2003).** Marital cohesion, flexibility, and communication in the marriages of nontraditional and traditional women. *The Family Journal*, 11 (3), 248-256.

- Sardogan, M. E. Ve Karahan, T. F. (2005).** Evli Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. Cilt:38. Sayı:2. 89-102
- Saxton, L. (1982).** Marriage. the nature of marriage, the individual, marriage, and the family. (5.Edith). California, *Wadsworth Publishing Company Belmont*, A Division of Wadsworth, Inc. 216-224.
- Selçuk E, Günaydın G, Sümer N ve ark. (2005).** Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları* 8:1-11.
- Senchak, M., & Leonard, K.E. (1992).** Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 51-64.
- Sezer, Ö. (2005).** Kadınların Uyum Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23),87-98
- Simpson, J.A. (1990).** Influence of attachment style on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (5), 971-980.
- Solmuş, T. (2002).** Romantik Bağlanma: Bebeklik Dönemi Bağlanma Süreci, Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Romantik İlişkiler. *Türk Psikoloji Bülteni*, 24, 1-11.
- Solmuş, T. (2003).** Romantik Bağlanma II: İlişkisel Değişkenler ve İlişki Süreci. *Türk Psikoloji Bülteni*. 9(28-29), 99-108.
- Spanier, G.B. (1976).** Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similiar Dyads. *Journal of Marriage and The Family*, 38, 15-28
- Sperling, M.B., Berman, W.H. (1994).** Attachment in adults. New York: The Guilford Press.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999).** Çocuk Yetiştirme Stilllerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14, 35-58.
- Sümer, N., ve Kağıtçıbaşı, Ç. (2010).** Culturally relevant parenting predictors of attachment security: Perspectives from Turkey. In P. Erdman, and K-M.Ng (Eds.), Attachment: Expanding the cultural connections (157-180). New York: Routledge Press.
- Şendi, G. & Kızıldağ, Ö. (2004).** Çocuk ve ergenlerde ebeveyn evlilik çatışması algısı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10, 58-66.
- Şener, Ş., Ertürk, Y.D. ve Atasoy, A.Z. (1997).** Altı ve Oniki Aylık Bebeklerde Bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 8 (4), 266-279.
- Taylan, S. (1990).** Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarılma Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

**Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959).** Social Psychology of Groups, New York: Wiley

**Tuarel-Kışlak, Ş.(1995).** Cinsiyet, Evlilik Uyumu, Depresyon İle Nedensel ve Sorumluluk Yüklemeleri Arası İlişkiler Üzerine Bir Araştırma. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**Tutarel-Kışlak, Ş. (1999).** Evlilikte uyum ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7(1), 50-57.

**Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006).** Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3 (8), 61-67

**Tutarel-Kışlak, Ş., & Çabukça, F. (2000).** Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*. 35 – 41.

**Uzunoğlu, S. (2006).** Kişiliğin deşifresi. İstanbul: *Morpa Kültür Yayınları*.

**Üncü, S. (2007).** Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

**Velidedeoğlu Kavuncu, N. (2006).** Kadın erkek ilişkilerinde sorunlar ve çözümleri. İstanbul: *Morpa Kültür Yayınları*

**Waters, E., Crowell, J., Elliott, M., Corcoran, D., Treboux, D. (2002).** Bowlby's Secure Base Theory and The Social/Personality Psychology of Attachment Styles: Work(s) in Progress. *Attachment and Human Development*. 4(2), 230-242.

**Wearden, A.J., Tarrrier, N., Barrowclough, C., Zastowny, T.R., & Rahill, A. A. (2000).** A review of expressed emotion research in health care. *Clinical Psychology Review*, 20(5), 633-666.

**Wei M, Mallinckrodt B, Larson LM, Zakalik RA. (2005).** Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *J Couns Psychol* 2005; 52: 368-377.



## EKLER

### EK-I SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: Kadın <input type="checkbox"/> Erkek <input type="checkbox"/>
2. Yaşınız:
3. Medeni durumunuz: <input type="checkbox"/> Bekâr <input type="checkbox"/> Evli <input type="checkbox"/> Dul/Boşanmış
4. Eğitim düzeyiniz: <input type="checkbox"/> Okur-yazar <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Yüksek Lisans ve Doktora

## EK-II YAKIN İLİŞKİLERDE YAŞANTILAR ENVANTERİ-II (YİYE-II)

### (YİYE-II)<sup>1</sup>

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyula ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer hâlihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7  
Hiç Kararsızım/ Tamamen  
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7

<sup>1</sup> **Reference:** Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 350-365.

**Adapted to Turkish by:** Selcuk, E., Gunaydin, G., Sumer, N., & Uysal A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi [A new measure for adult attachment styles: The psychometric evaluation of Experiences in Close Relationships - Revised (ECR-R) on a Turkish sample]. *Türk Psikoloji Yazıları [Turkish Psychological Articles]*, 8, 1-11.



5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemseydiğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7

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

Hiç  
katılmıyorum

Kararsızım/  
fikrim yok

Tamamen  
katılıyorum

17. Birlikte olduğum kişinin beni terkedeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7

20.Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21.Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22.Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23.Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24.Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25.Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26.Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27.Çok yakın olma arzumu bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28.Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
29.Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30.Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31.Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği göremem beni öfkelenendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32.Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip dayanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33.Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34.Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

## EK-III EVLİLİK UYUM ÖLÇEĞİ (EUÖ)

Aşağıda eşlerin evlilik ilişkileri ile ilgili olarak 15 madde bulunmaktadır her maddeyi dikkatlice okuduktan sonra size uygun olan seçeneği işaretleyiniz lütfen hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. İçten ve doğru verdiğiniz yanıtlar için teşekkür ederiz.

1) Ölçeğin birinci maddesinde, evliliğinizdeki mutluluk düzeyini tüm yönleri ile en iyi tanımladığını inandığınız noktayı daire içine alınız. Ortadaki “mutlu” sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil etmekte ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliğinde çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliğinde çok büyük bir doyum ve mutluluk duyan küçük bir azınlığı temsil ederek derecelendirilmiş bulunmaktadır.

\* \* \* \* \*

Çok mutsuz

Mutlu

Çok mutlu

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen her zaman anlaşamayız	Hiç anlaşamayız
2. Aile bütçesini idare etme						
3. Boş zaman etkinlikleri						
4. Duyguların ifadesi						
5. Arkadaşlar						
6. Cinsel ilişkiler						
7. Toplumsal kurallara uyma (doğru, iyi veya uygun davranış)						
8. Yaşam felsefesi						
9. Eşin akrabalarıyla anlaşma						

Lütfen aşağıdaki maddelerde evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabı işaretleyiniz.

**10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle**

Erkeğin susması ile  Kadının susması ile  Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır

**11. Ev dışı faaliyetlerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?**

Hepsini  Bazılarını  Çok azını  Hiçbirini

**12. Boş zamanlarınızda aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?**

Dışarıda bir şeyler yapmayı  Evde oturmayı

**Eşinizle genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?**

Dışarıda bir şeyler yapmayı  Evde oturmayı

**13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?**

Sık sık  Arada sırada  Çok seyrek  Hiçbir zaman

**14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,**

Aynı kişiyle evlenirdiniz  Farklı kişiyle evlenirdiniz

**15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açarmısınız?**

Hemen hemen hiçbir zaman  Nadiren  Çoğu konularda  Her konuda

## EK-IV BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ (BUÖ)

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen herbir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Size uygun olanlar için "Evet", uygun olmayanlar için ise "Hayır" sütununun altındaki kutuyu ( ) işaretleyiniz.

Evet Hayır

1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.....
2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.....
3. İşler kötüye giderken bile herşeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.....☐
4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.....☐
5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.....
6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.....☐
7. Geleceğimi karanlık görüyorum.....
8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı

umuyorum.....

9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için

de hiçbir neden yok.....

10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.....

11. Gelecek, benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu

görünüyor.....

12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum....

13. Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.

.....

14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.....

15. Geleceğe büyük inancım var.....

16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre birşeyler istemek aptallık

olur.....

17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.....

18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.....

19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum.....

20. İstedğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı

yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.....

# ÖZGEÇMİŞ

## KİŞİSEL BİLGİLER

---

Adı soyadı : Merve YILMAZ

Doğum Tarihi : 14.07.1989

E-mail : merve\_bayram\_34@hotmail.com

Adres : Maltepe-İstanbul

## EĞİTİM

---

- 2013-2015. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, **Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı (MA-Yüksek Lisans)**.
- 2009-2013. Uluslararası Saraybosna Üniversitesi, Sanat ve Sosyal Bilimler Fakültesi, **Psikoloji (BA-Lisans)**

## YABANCI DİL(LER) ve DÜZEYİ

---

	<u>Okuma</u>	<u>Yazma</u>	<u>Konuşma</u>
İngilizce	: İleri	İleri	İleri
Boşnakça	: Orta	Orta	Orta

## İŞ GEÇMİŞİ

---

- Özel Gökkuşığı Rehabilitasyon Merkezi 2011-2012 (Stajyer)
- Özel Fatih Sema Hastanesi 2012-2013 (Stajyer)
- Özel Saygı Hastanesi 2012-2013 (Stajyer)
- NP İstanbul 2014-2015 (Stajyer)
- Aybebe Anaokulu 2013-2014 (Psikolog)

## BİLİMSEL YAYINLAR VE ÇALIŞMALAR

---

**Bayram, M (2013)** Analysis of the Level of Death Anxiety Among International University Students (Uluslararası Üniveriste Öğrencileri Arasında Ölüm Kaygısı Seviyelerinin Analizi), Uluslararası Saraybosna Üniversitesi, Bosna Hersek.