

**FEMİNİST YAKLAŞIMA DAYALI İLİŞKİ GELİŞTİRME
PROGRAMININ GÜÇ PAYLAŞIMI, BENLİK YÖNELİMLERİ
VE ÇİFT UYUMUNA ETKİSİ**

**EFFECTS OF THE FEMINIST-INFORMED RELATIONSHIP
ENHANCEMENT PROGRAM ON POWER SHARING, SELF
ORIENTATIONS AND DYADIC ADJUSTMENT OF
MARRIED COUPLES**

Fatma ARICI ŞAHİN

Hacettepe Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

Doktora Tezi

olarak hazırlanmıştır.

2017

KABUL ve ONAY

Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼đ¼'ne,

Fatma ARICI ŞAHİN'in hazırladığı "Feminist Yaklaşıma Dayalı İlişki Geliştirme Programının G¼ç Paylaşımı, Benlik Y¼nelimleri ve Çift Uyumuna Etkisi" başlıklı bu Őalıřma j¼rimiz tarafından **Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı'nda Doktora Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Prof. Dr., Ayhan DEMİR



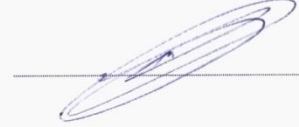
¼ye (Danışman)

DoÇ. Dr., İbrahim KEKLİK



¼ye

Prof. Dr., İbrahim YILDIRIM



¼ye

DoÇ. Dr., Zeynep HATIPOğLU S¼MER



¼ye

DoÇ. Dr., T¼rkan DOğAN



ONAY

Bu tez Hacettepe ¼niversitesi Lisans¼st¼ Eğitim-¼đretim ve Sınav Y¼netmeliđi'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki j¼ri ¼yeleri tarafından 18 / 12 / 2017 tarihinde uygun g¼r¼lm¼ř ve Enstit¼ Y¼netim Kurulunca / / tarihinde kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Ali Ekber ŞAHİN
Eğitim Bilimleri Enstit¼s¼ M¼d¼r¼

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.

(Bu seçenekle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etmeniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirirse bile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir)

Tezimin/Raporumun 31/12/2020 tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.

(Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir).

Tezimin/Raporumun tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.

Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi:

11 / 01 / 2018

(İmza)

Fatma ARICI ŞAHİN

ETİK BEYANNAMESİ

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- ve bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.


İmza

Fatma ARICI ŞAHİN

TEŞEKKÜR

Başından sonuna kadar birinin yanıtı diğerini doğuran sorular sorduğum, bilinmezlik içeren uzun bir yolculuktan benim için bu araştırmayı yürütme ve tezi yazma süreci... Bugün “Bilim Doktoru” ünvanını almaya hak kazandığım bu aşamada; yalnızca romantik ilişkilerde değil, kişilerarası ilişkilerin her türünde varlığı inkâr edilemeyen ancak tanımlanması zor bir kavram olan “güç” ve “ilişkide eşitlik” gibi feminist çift terapisi literatürünün soyut konularına eğilme cesaretinin, bu konuları uygulama süreci içerisinde işleyebilmenin gururunu yaşıyorum. Yol uzun ve meşakkatli olunca; yolculukta öyküleriyle öyküme dokunan, yoluma yol açarak bakış açımı genişleten, yorulduğumda bana dayanma ve devam etme gücü veren pek çok kişi oldu. Hem akademik hem de özel yaşamımı güzelleştirerek beni büyüten bu kişilere, isimlerini sayabildiklerim kadarıyla, bu bölümde teşekkürlerimi iletmek istiyorum.

Öncelikle süreç boyunca gücünü benimle paylaşarak bana inanan, güvenen ve umut aşılayan; “hissedildiklerini hissettirecek” şekilde öğrencilerinin en derinde yaşadıklarına gösterdiği hissi açıklığı ve bilgece yaklaşımını hep örnek aldığım değerli tez danışmanım **Doç. Dr. İbrahim KEKLİK**'e yürekten teşekkür ederim. Yıllar önce henüz bir lisans öğrencisiyken benzer bir yaklaşımla benim için de söylediği “*You have an old soul!*” cümlesinin ilham veren içeriği ve destekleyici gücü, bu tez çalışmasının da her aşamasına yansdı. Birlikte ilmek ilmek işlediğimiz bu süreçte hem bir hoca hem de bir süpervizör olarak verdiği geribildirimlerin ötesinde benimle kurduğu denk ilişki biçiminden öğrendiklerim, mesleki yaşamımın bundan sonraki kısmında da yoluma ışık tutacak. Kendisinin ilk doktora öğrencisi olmanın da şanslılığını hissederek...

Tez sürecimin bir akademik dönemini “**2214/A Yurtdışı Doktora Sırası Araştırma Burs Programı**” ile Lewis & Clark College’da (Portland, Oregon, ABD) misafir araştırmacı olarak geçirmeme olanak sağlayan **Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu’na (TÜBİTAK)** teşekkürü bir borç bilirim. Araştırmamın program geliştirme sürecini içeren dönemde bu burs sayesinde; tezimin en önemli isimlerinden biri olan Prof. Dr. Carmen KNUDSON-MARTIN ile buluşma, onun danışmanlığında hem kuramsal hem de uygulama açısından kendimi güçlendirme

hayalini gerçekleştirmenin yanı sıra, çalışmalarımı uluslararası boyuta taşıma ve yoluma yol açan birçok güzel insanla bağlantı geliştirme fırsatı buldum.

Benim için süreç boyunca **Prof. Dr. Carmen KNUDSON-MARTIN**'in değerli geribildirimlerinden yararlanmak, büyük bir ayrıcalıktı. Tez konumu şekillendirme ve öneri verme aşamasındayken onun kitabını okuduğumu, bakış açısından oldukça etkilendiğimi ve yaklaşımından cesaret alarak “Evet, işte yazmaya çalıştığım sorular, işte arayışım!” dediğimi hatırlıyorum. Her şeyden önce yayınlarının tezime yansıyan ışığı için bile kendisine içtenlikle teşekkür ederim. Onun danışmanlığında burslu araştırmacı olarak yurtdışında çalışmalarımı yürüttüğüm süreçte; benim için hazırladığı kapsamlı program çerçevesinde katıldığım derslerde, araştırma grubunda, süpervizyon tartışmalarında, düzenli aralıklarla bir araya geldiğimiz ve tezim için fikir alışverişinde bulunduğumuz toplantılarda bilinmezlikler kavramlara, kavramlar araştırmamın ilerlemesini sağlayan adımlara dönüştü. Saydam ve içten bir bilim kadını olarak kendisi rol modelim oldu. Yürekten minnet duygusuyla...

Yolculuğum boyunca bana eşlik ederek araştırmama önemli katkılar sunan, deneyimleriyle ve destekleyici yaklaşımıyla zorlandığım anlarda problemlerimi çözen değerli hocam **Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM**'a; çalışmama cesaretlendirici bir yaklaşımla geribildirimler veren, bilgisiyle ve deneyimleriyle süreci kolaylaştıran kıymetli hocam **Prof. Dr. Ayhan DEMİR**'e Tez İzleme Komitemde yer alarak gücüme güç kattıkları için içtenlikle teşekkür ederim.

Tezimin başlangıcından beri yakınlığını, ilgisini ve desteğini hissettiğim, konu hakkında zaman zaman fikir alışverişinde bulunduğum, olumlu bakış açısından enerji ve cesaret aldığım değerli hocam **Doç. Dr. Türkan DOĞAN**'a; bilgisi ve konuya olan ilgisiyle, yardıma açık yaklaşımıyla desteklerini esirgemeyen, süreç içerisinde uzman olarak görüşüne de başvurduğum kıymetli hocam **Doç. Dr. Zeynep HATİPOĞLU SÜMER**'e tez savunma jürime katıldıkları, geribildirim ve önerileriyle tezimin daha nitelikli hale gelmesine katkıda buldukları için çok teşekkür ederim.

Yurtdışında misafir araştırmacı olarak bulunduğum süre içerisinde, çift ve aile terapisi kuramları açısından bilgilerimi güncellememe ve yeni teknikler öğrenmeme ortam oluşturduğu dersine katılmama, uygulamada daha donanımlı hale gelmeme

olanak sağlayan **Prof. Dr. Teresa McDOWELL**'a Őukranlarımı sunarım. Aynı zamanda bir *sosyal adalet* savunucusu olarak kendisinden kişisel yaşamım iÇin de önemli kazanımlar edindim. Ayrıca bu süreçte derslerde kendilerini açan, bazılarının öykülerini daha yakından dinleyebildiğim, kendi öykümü anlatmam yönünde de bana güven veren **Lewis & Clark College öğrencilerine** ve ortama uyum sağlamamı kolaylaştıran, tanıma fırsatı bulduğum **çalışanlarına** teşekkür ederim.

Süreç boyunca sorduğum sorulara içtenlikle ve hızlı bir şekilde yanıt veren, kendisiyle AFTA'nın (*American Family Therapy Academy*) yıllık toplantısında yüz yüze tanışma fırsatı bulduğum [Bu toplantıda tezimdeki önemli tekniklerden biri olan Hassasiyet Döngüsü Diyagramını ele aldığı atölye çalışmasına katılma olanağı edindim] ve olumlu enerjisinden güç aldığım **Dr. Mona DeKoven FISHBANE**'e araştırmama sunduğu her türlü katkı ve destek için minnettarım.

Yıllar önce yüksek lisans tezimi yazdığım dönemde “dengeli benlik” kavramıyla karşılaşmama aracılık eden dersine özel öğrenci olarak katılmama onay veren, bir bilim kadını olarak duruşundan, insanlığından ve bilgi birikiminden etkilendiğim **Prof. Dr. Olcay İMAMOĞLU**'na süreç boyunca verdiği destek için yürekten teşekkür ederim. Emekli olmasına rağmen benimle ve tez danışmanımla buluşarak yanımda olduğunu hissettirmesi, kendisine ihtiyaç duyduğum her anda sorularımı içtenlikle ve açık bir şekilde yanıtlaması araştırmamın sağlam ve güvenli bir temelde ilerlemesine ortam hazırladı. Derinden saygı ve sevgimle...

Süreçte gücünü gücüme ekleyerek destek olan, araştırma kapsamında geliştirilen programın uygulama aşamasına yardımcı psikolojik danışman rolüyle benimle birlikte katılan **Dr. Tülin ACAR**'a yol arkadaşlığı için gönülden teşekkür ederim. Program sürecinin yanı sıra, tükeneceğimi sandığım günlerde yanımda olmasının ve bana yaşattığı anlaşılma duygusunun getirdiği yenilenmeyi kelimelerle anlatmak güç. Mandalina kokusuyla umut doğurduğumuz nice işbirlikli günlerimizin olmasını diliyorum.

Programın uygulanabilmesi için gerekli olan fiziksel mekânın sağlanmasında hiç tereddüt etmeden koşullarını ortaya koyan ve süreç için güvenle Olgu Psikolojik Danışma Merkezi'nin kapılarını açan, hem mesleki hem de özel yaşamımın hemen her döneminde desteğini ve yakınlığını hissettiğim **Uzm. Psi. Dan. Özden**

YILMAZ BİLGİN'e minnettarım. Programda konuya ve çiftlere uyarlanarak uygulanan sanatla terapi tekniklerinin asıl geliştiricisi olan, bu uygulamalarla beni ilk karşılaştıran ve teknikleri çalıştığımız grupların ihtiyaçlarına uygun hale getirecek yönde yaratıcılığımın gelişmesine, onun deyimiyile gelişim süreçlerimde yaratıcılığımın ketlenmesine neden olan tıkanıklıkların açılmasına katkı sağlayan değerli hocam **Yrd. Doç. Dr. Nevin ERACAR**'a gönülden teşekkürü bir borç bilirim. Kendisiyle karşılaşmamış olsaydım ve eğitim grubunda yer almasaydım, tezim kapsamında geliştirilen programın uygulanma süreci de bu denli derinlikte yürütülemezdi.

Araştırmanın desenini adlandırmak için çaba gösterdiğim, konunun yoğunluğu içerisinde kaybolmak üzere olduğum dönemde karşıma çıkan [Kendimi bu karşılaşma için hep şanslı hissedeceğim] karma yöntem araştırmalarına dair katıldığım eğitimin yürütücüsü olan ve araştırma sürecini özetleyen şeklin oluşturulmasında içtenlikle desteğini sunan değerli hocam **Yrd. Doç. Dr. Selçuk Beşir DEMİR**'e çok teşekkür ederim. Tezimdeki nitel çalışmaların analizlerine değerli zamanlarını ayırarak katkı sağlayan, aynı zamanda süreç boyunca yakın arkadaşlıklarıyla yanımda olan **Arş. Gör. Gökhan KABACAOĞLU**'na, **Dr. Pınar ÇAĞ**'a ve **Dr. Gökçen AYDIN**'a; ölçme ve değerlendirme konusunda içinden çıkamadığım her durumda yanına koştuğum, içtenlikle sorularıma yanıt bulmaya zaman ayıran değerli arkadaşım **Arş. Gör. Nermin KIBRISLIOĞLU UYSAL**'a ve ölçek geliştirme sürecine ilişkin yazdıklarımı titizlikle okuyarak geribildirim veren kıymetli arkadaşım **Dr. Sakine GÖÇER ŞAHİN**'e yürekten teşekkür ederim.

Ölçek geliştirme sürecinde hazırladığım madde havuzuna ilişkin değerli **görüşlerini sunan uzmanlara**; araştırma kapsamında yürütülen bütün çalışmalarda yer alan **katılımcılara**, ancak özellikle de programın uygulama sürecine içtenlikle katılan, deneyimleriyle deneyimime anlam katan, toplumsal kalıp yargılara birlikte direnme yönünde güçlerimizi paylaştığımız ve programın sonraki uygulamalar için revize edilmesine ilişkin önemli dönütler veren **çiftlere** şükranlarımı sunarım.

Tam on üç yıl önce başladığım lisans eğitiminden doktora tezimi tamamladığım bu güne kadar beni her yönden büyüten, bir psikolojik danışman ve akademisyen olarak yetişmemde emek veren Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı'nda halen çalışmakta ya da emekli olan **bütün hocalarıma** içtenlikle teşekkür ederim.

Tez sürecim boyunca çeşitli zamanlarda verdiğimiz aralarda buluşmalar yoluyla beni motive eden, bu buluşmalarda inancımı ve heyecanımı canlandıran, yardımlarını ve hep iyi niyetini sunan **Yrd. Doç. Dr. Özlem HASKAN AVCI**'ya; doktora sürecimin farklı zamanlarında farklı şekillerde desteklerini ve arkadaşlıklarını hissettiğim Bilim Dalımız **araştırma görevlilerine** teşekkür ederim.

Koşulsuz dostluklarıyla yaşamımı güzelleştiren, tezimin her aşamasında kendilerinden enerji ve güç aldığım kıymetli arkadaşlarım **Dr. Fatma Zehra ÜNLÜ KAYNAKÇI**'ya, **Yrd. Doç. Dr. Nuray KISA**'ya, **Dr. Funda UYSAL**'a, **Cihan TEKİN**'e, **Bilal AKGÖK**'e ve **Gülşah YORULMAZ**'a; uzaklardan desteğini hep hissettiğim **Özlem KÖSE**'ye içtenlikle teşekkür ederim. Yurtdışında olduğum süre boyunca bütün "happy hours"ları birlikte geçirdiğim, birlikte yollara düştüğümüz ve eğlendiğimiz, Portland'ı ve çevresini tanıtarak olanaklarından yararlanmamı sağlayan, bugün geldiğim aşamayı kendi kızının başarısı gibi sayarak içtenlikle an'ı benimle yaşayan ablam ve dostum **Susy MOLANO**'ya yürekten teşekkür ederim. Yine yurtdışında bulunduğum süreçte evlerinde bana bir odayı ayıran, sıcaklık ve güven veren, içtenlikle desteklerini sunan **Grace ve Paul KUTO çiftine** şükranlarımı sunarım.

Ve, kollarım kanatlarım, en koşulsuz olumlu duyguların doğduğu kaynak, zorlukları göğüslenme gücüm, biricik ailem... Bana her koşulda sahip çıkan, gönülden bağlılıkla yollarımı açan, yaşamım boyunca tanıdığım en mütevazı ve içten kişilikler canım annem **Gülay ARICI**'ya ve babam **M. Kemal ARICI**'ya; süreç boyunca inancımı besleyen kardeşlerim **Mehmet** ve **Fatih**'e; canım **Leyla**'ya ve savunmamın ardından telefonda yankılanan "yuppi" sesiyle içimi sıcacık umutla dolduran can yeğenim **Buğlem**'e ve saf güzellik **Amine**'ye... Yaşamıma dâhil olduğu andan bu yana şefkat veren dualarıyla beni güçlendiren **Semiha** anneme; **Özden** ve **Ayşegül** ablalarım ve ailelerine... Sadece yanımda var oldukları için bile minnettarım!

Son olarak; aslında teşekkürlerin en derin ve büyük olanını iletmek istediğim, desteğine sözle karşılık bulamadığım yol arkadaşım **Rıdvan**'a... "İnsanın acısını insan alır" der ya hani Şükrü Erbaş; benim bütün acılarıma, bütün duygularıma eğilen o kocaman yüreğinin dokunduğu sürecin bir ürünüdür bu tez. Mücadelen, mücadelem; emeğim, senin de emeğindir! Hep var ol yanımda! Seni seviyorum!

***Eşitlik mücadelesi veren
kadın ve erkeklere...***



FEMİNİST YAKLAŞIMA DAYALI İLİŞKİ GELİŞTİRME PROGRAMININ GÜÇ PAYLAŞIMI, BENLİK YÖNELİMLERİ VE ÇİFT UYUMUNA ETKİSİ

Fatma ARICI ŞAHİN

ÖZ

Araştırmanın amacı, Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının evli çiftlerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumlarına etkisinin belirlenerek çiftlerin programa ilişkin değerlendirmelerinin incelenmesidir.

Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programı, araştırma süreci içerisinde geliştirilmiş ve programın oluşturulması aşamasında öncelikle araştırmanın temel kavramları çerçevesinde çiftlerin deneyimlerine ilişkin bilgi edinmek amacıyla nitel bir çalışma yapılmıştır. Temel araştırma sorularının incelenmesine nitel çalışmanın ardından geçilmiştir.

Araştırma, nicel ve nitel paradigmaların birlikte kullanıldığı karma yöntem yaklaşımına göre yürütülmüş; desen olarak iç içe karma desende temellenmiştir. Çalışmanın nicel aşamasında, yarı deneysel desen koşullarına göre her grupta altı evli çift (n=12) yer alacak şekilde deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Sekiz oturumdan oluşan program, deney grubuna uygulanmış; kontrol grubuna ise herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Program sürecinin sonunda çalışmanın nitel aşaması olarak deney grubuna katılan evli bireylerin programa ilişkin değerlendirmeleri incelenmiştir.

Araştırmanın ön test, son test ve izleme ölçümlerinde; “güç paylaşımı” değişkenini ölçmek amacıyla araştırmacı tarafından çalışma kapsamında geliştirilen Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği, katılımcıların “benlik yönelimlerini” değerlendirmek amacıyla Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği ve “çift uyumu” düzeylerini belirlemek amacıyla Çiftler Uyum Ölçeği kullanılmıştır. İzleme ölçümü, yalnızca deney grubundaki katılımcılar için, son test ölçümlerinden üç ay sonra gerçekleştirilmiştir. Programın uygulanmasının ardından deney grubundaki katılımcılardan programa ve deneysel sürece ilişkin değerlendirme yapmaları beklenmiş; katılımcıların yazdıkları değerlendirme metinleri ise araştırmanın nitel veri toplama aracını oluşturmuştur. Nicel ve nitel aşamalarda elde edilen veriler

ayrı ayrı analiz edilmiş; araştırma sürecinin sonunda analiz sonuçları birbiriyle ilişkilendirilerek ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve yorumlanmıştır.

DeneySEL süreç öncesinde, deney ve kontrol gruplarının ön test puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olup olmadığı Mann Whitney U Testi yoluyla değerlendirilmiştir. Deney grubu katılımcılarının ön test ve son test ölçümleri, kontrol grubu katılımcılarının ön test ve son test ölçümleri, deney grubu katılımcılarının son test ve izleme ölçümleri arasındaki farkın anlamlılığını incelemek için Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların son test puanları arasındaki farkın karşılaştırılmasında ise Mann Whitney U Testinden yararlanılmıştır. Nitel veri olarak elde edilen dokümanların değerlendirilmesinde içerik analizi yapılmıştır. Araştırmanın güvenilirliği açısından nitel veri analizi, araştırmacıyla birlikte iki kişinin üzerinde uzlaştığı kodlara ve temalara göre şekillenmiştir.

Araştırma sonucunda Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının; deney grubundaki evli bireylerin güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu düzeylerini arttırmada istatistiksel açıdan etkili olduğu belirlenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının son testleri karşılaştırıldığında; programın, deney grubundaki katılımcıların kontrol grubundakilere göre, istatistiksel olarak, benlik yönelimlerinde önemli bir değişimi sağlayamaz iken, güç paylaşımı ve çift uyumu puanlarını arttırmada etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Deney grubundaki katılımcıların son test ve izleme ölçümleri karşılaştırıldığında ise, programın güç paylaşımı ve çift uyumu açısından etkisi devam eder iken, ilişki yönelimine ilişkin etkisinin kalıcı olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın nitel sonuçlarına göre; programa katılan evli bireylerin, “çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma”, “hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırma”, “sorumlulukları paylaşma”, “sistemik bakış açısı”, “güç dağılımını irdeleme”, “eşitliğin kavramsallaştırılması”, “sosyal bağlama ilişkin farkındalık” ve “yakınlık” alt temaları çerçevesinde kazanımları olduğu ortaya çıkmıştır. Katılımcı geribildirimlerinde; programın güçlü yanlarının, içeriği, uygulama ortamı ve psikolojik danışman ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Programın zayıf yanlarının ise oturum sürelerinin uzaması, toplam oturum sayısının kapsamına göre yetersizliği, homojen grup yapısı gibi özellikler olduğu

görülmüştür. Katılımcılar, programın geliştirilmesine yönelik önerilerini de zayıf yanların giderilmesi çerçevesinde belirtmişlerdir.

Anahtar sözcükler: Feminist yaklaşım, ilişki geliştirme, güç paylaşımı, benlik yönelimleri, ilişki yönelimi, gelişme yönelimi, çift uyumu, evli çiftler, Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programı

Danışman: Doç. Dr. İbrahim KEKLİK, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı



EFFECTS OF THE FEMINIST-INFORMED RELATIONSHIP ENHANCEMENT PROGRAM ON POWER SHARING, SELF ORIENTATIONS AND DYADIC ADJUSTMENT OF MARRIED COUPLES

Fatma ARICI ŞAHİN

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the effect of a Feminist-Informed Relationship Enhancement Program on power sharing, self orientations and dyadic adjustment of married couples as well as to obtain couple evaluations of the program.

Prior to developing the Feminist-Informed Relationship Enhancement Program, a qualitative pilot study was conducted to gather information on couples' experiences related to the basic concepts/variables of the study.

This doctoral research study involved a mixed method design integrating both quantitative and qualitative methods (embedded design). For the quantitative part of the (quasi-experimental) study six couples (n=12) were assigned. Eight group sessions were held with the experimental group while no treatment was provided for the control group couples. In order to obtain qualitative data from the partners in the experimental groups, their detailed evaluation of the group experience was inquired upon the completion of the group sessions.

Following measurement instruments were utilized for data collection for the pre, post and follow-up tests: to collect data on "power sharing" the Power Sharing in Couple Relationships Scale, which was developed by the researcher for this study, was used; to obtain data on participants' "self orientations" the Balanced Integration-Differentiation Scale was used; to collect data on "dyadic adjustment", the Dyadic Adjustment Scale was utilized. The follow up testing was done only with the experimental group three months after termination of the group sessions. These evaluations of the participants constituted the qualitative data of the study. While data analyses for both the quantitative and qualitative procedures were analyzed separately, they were combined and integrated in the findings and discussion sections.

Mann Whitney U Test was conducted to compare the pre test scores of experimental and control groups. Wilcoxon Signed Ranked Test was used to examine the differences between experimental group's pre and post tests, control group's pre and post tests and experimental group's post and follow up tests scores. In addition, Mann Whitney U Test was used to compare post test scores of experimental and control groups. Lastly, the qualitative data was analyzed by conducting content analysis. In addition to the researcher, another person did content analysis in order to assure the reliability of the analyses.

Results of the study showed that the Feminist-Informed Relationship Enhancement Program significantly increased experimental group participants' scores on power sharing, interrelational orientation and dyadic adjustment. Comparing post tests of experimental and control groups showed that while there was no significant difference in experimental and control groups' scores on self orientations, significant differences were found regarding power sharing and dyadic adjustment. In other words, the experimental group members scored significantly higher on these variables. Comparing experimental group's post test and follow up test results revealed that the effects of the program continued on power sharing and dyadic adjustment but did not significantly impact their scores on interrelational orientation at three-month follow up.

Results of the qualitative analyses showed that the experimental group participants perceived the program to be useful in the following areas: "power to skills in conflict resolution", "conceptualization of the vulnerability cycle", "sharing responsibilities", "attaining a systemic point of view in the relationship", "evaluating power distribution", "conceptualization of relational equity", "gaining awareness on the social context" and "intimacy". Furthermore, the participants perceived content of the program, physical environment of the group and the relationship with the facilitator (the researcher) as the main strengths of the program. Regarding the shortcomings of the program, the participants reported that the group sessions were too long, the number of sessions was too limited compared to the content of the program, and the group could be more diverse. The participants noted such qualities to contribute to the improvement of the program for future applications. Results, limitations and implications of the findings were discussed.

Keywords: Feminist therapy, relationship enhancement, power sharing, self orientations, interrelational orientation, self developmental orientation, dyadic adjustment, married couples, The Feminist-Informed Relationship Enhancement Program

Advisor: Associate Prof. Dr. İbrahim KEKLİK, Hacettepe University, Department of Educational Sciences, Division of Psychological Counseling and Guidance



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY.....	ii
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	iii
ETİK BEYANNAMESİ	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ	xi
ABSTRACT	xiv
İÇİNDEKİLER.....	xvii
TABLolar DİZİNİ	xx
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xxi
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	xxii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	3
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	4
1.3. Problem Cümlesi	7
1.3.1. Alt Problemler.....	7
1.4. Sayıltılar.....	7
1.5. Sınırlılıklar.....	7
1.6. Tanımlar.....	8
1.7. Araştırmanın Kuramsal Temeli	9
1.7.1. Çift Terapisinde Feminist Yaklaşımlar ve Güç Paylaşımının Kavramsallaştırılması	9
1.7.1.1. Sosyo-Duygusal İlişki Terapisi	12
1.7.1.2. İlişkisel Güçlendirme Yaklaşımı	22
1.7.1.3. Arkadaşlığın Geliştirilmesi	28
1.7.2. Denge Modeli ve Benlik Yönelimleri.....	34
1.7.3. İlişki Geliştirme Programları	37
1.7.4. Çift Uyumu	39
2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	41
2.1. Güç Paylaşımı ve İlişkide Eşitlik ile İlgili Çalışmalar	41
2.2. Benlik Yönelimleri ile İlgili Çalışmalar	51
3. YÖNTEM.....	53
3.1. Araştırmanın Yöntemi	53
3.1.1. Araştırmanın Deseni	54
3.2. Araştırma Süreci	55
3.3. Ön Çalışmanın Sonuçları	57
3.4. Çalışma Grubu	64
3.4.1. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması	64
3.4.2. Çalışma Grubunun Özellikleri	65
3.5. Veri Toplama Araçları	67
3.5.1. Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği (ÇİGPÖ)	67
3.5.1.1. Çalışma Grupları	67

3.5.1.2. ÇİGPÖ'nün Geliştirilmesi	68
3.5.1.3. ÇİGPÖ'nün Yapı Geçerliği	69
3.5.1.3.1. Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	69
3.5.1.3.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	73
3.5.1.4. ÇİGPÖ'nün Güvenirliği	78
3.5.1.5. ÇİGPÖ'nün Puanlanması ve Yorumlanması	78
3.5.2. Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği (DBAÖ)	79
3.5.3. Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ)	80
3.5.4. Programı Değerlendirme Metinleri.....	81
3.6. FYDİGP'nin Geliştirilmesi ve Uygulanması	82
3.7. Verilerin İşlenmesi ve Çözülmesi	96
4. BULGULAR VE TARTIŞMA	98
4.1. Nicel Bulgular.....	98
4.1.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	98
4.1.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	100
4.1.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	101
4.1.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular	102
4.2. Nitel Bulgular	104
4.2.1. Katılımcıların Programdan Elde Ettikleri Kazanımlar.....	104
4.2.2. Katılımcıların Programa İlişkin Geribildirimleri	111
4.3. Nicel ve Nitel Bulguların İlişkilendirilmesi ve Tartışma	115
5. SONUÇ ve ÖNERİLER	128
5.1. Sonuçlar.....	128
5.2. Öneriler	129
5.2.1. Araştırmacılara Öneriler	129
5.2.2. Çift ve Aile Terapisi Alanındaki Uygulayıcılara Öneriler	130
5.2.3. Politika Yapıcılara Öneriler	131
KAYNAKÇA.....	133
EKLER DİZİNİ	147
EK 1. ETİK KOMİSYONU ONAY BİLDİRİMİ	148
EK 2. ÖN ÇALIŞMADA KULLANILAN GÖRÜŞME FORMU.....	149
EK 3. ÖN ÇALIŞMADA KULLANILAN GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU.....	150
EK 4. PROGRAMIN DUYURU METNİ	151
EK 5. (PROGRAMI UYGULAMA ÖNCESİ) ÖN GÖRÜŞME SORULARI.....	153
EK 6. GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU.....	154
EK 7. ÇİFT İLİŞKİLERİNDE GÜÇ PAYLAŞIMI ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER)	156
EK 8. DENGELİ BÜTÜNLEŞME-AYRIŞMA ÖLÇEĞİ ARAŞTIRMADA KULLANMAK İÇİN ALINAN İZİN.....	157
EK 9. DENGELİ BÜTÜNLEŞME AYRIŞMA ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER)	158

EK 10. ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ ARAŞTIRMADA KULLANMAK İÇİN	
ALINAN İZİN.....	159
EK 11. ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER).....	160
EK 12. EŞİTLİĞE DAYALI İLİŞKİ GELİŞTİRME PROGRAMI	
DEĞERLENDİRME SORULARI.....	161
EK 13. BİRİNCİ OTURUM.....	162
EK 14. ORJİNALLİK RAPORU.....	163
ÖZGEÇMİŞ	165



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1.1: SERT Yeterlikleri	20
Tablo 1.2: İlişkisel Güçlendirme: Güç Mücadeleleri Karşısında Kendisi Üzerinde Güç Sahibi Olma ve Birlikte Güçlenme Becerileri.....	27
Tablo 3.1: Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Bireylerin Yaşa ve Eğitim Durumuna Göre Dağılımı.....	66
Tablo 3.2: Program Öncesinde Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY ve GY Alt Ölçekleri , ÇUÖ Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	66
Tablo 3.3: ÇİGPÖ Madde-Faktör Yükleri	72
Tablo 3.4: ÇİGPÖ Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi için Uyum İstatistiklerine İlişkin Değerler.....	75
Tablo 3.5: ÇİGPÖ İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi için Uyum İstatistiklerine İlişkin Değerler.....	78
Tablo 4.1: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ'den Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları.....	99
Tablo 4.2: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları.....	99
Tablo 4.3: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	100
Tablo 4.4: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test ve Ön Test Puanları Farkına (Erişim Puanları) İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları	101
Tablo 4.5: Kontrol Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları	102
Tablo 4.6: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son ve İzleme Testlerinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları.....	103
Tablo 4.7: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test ve İzleme Testi Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları.....	103
Tablo 4.8: Deney Grubundaki Katılımcıların FYDİGP'nin Kendilerine Sağladığı Katılara İlişkin Görüşleri	105
Tablo 4.9: Deney Grubundaki Katılımcıların FYDİGP'nin Güçlü-Zayıf Yanlarına İlişkin Görüşleri ve Önerileri	112

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Karşılıklı Desteğin (İlişkide Eşitliğin) Öğeleri.....	17
Şekil 1.2. Denge (Dengeli Bütünleşme-Ayrışma) Modeli.....	36
Şekil 3.1. İç İçe Desenin Araştırma Sürecinde Kullanımı.....	56
Şekil 3.2. ÇİGPÖ Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	74
Şekil 3.3. ÇİGPÖ İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	77



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

ASAGEM: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü

ÇİGPÖ: Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği

ÇUÖ: Çiftler Uyum Ölçeği

DBAÖ: Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği

FYDİGP: Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programı

GY: Gelişme Yönelimi

İY: İlişki Yönelimi

SERT: Sosyo-Duygusal İlişki Terapisi (*Socio-Emotional Relationship Therapy*)

TÜBİTAK: Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

1. GİRİŞ

Tarih'te gynecocratiques (dişil-egemen), anaerkil, ataerkil, phallocratiques (fallus-egemen) dönemlerdeki kırılmalara bağlı olarak, kültürümüzdeki cinsel konumlanma biçimimiz cinsel kimlikli bir türden daha çok, soyla ilintilidir. Bir başka deyişle, aile içinde bir kadın anne, erkek de baba olmak zorundadır; ancak aynı neslin her iki cinsiyetini de yalnızca üreyen değil, yaratıcı bir çift olmaya özendiren olumlu etik değerlerden yoksunuz. Böylesi değerlerin tanınması ve yaratılması önünde temel engellerden biri, uygarlığımızın tümü üzerinde yüzyıllardır süregelen ataerkil ve fallus-egemen modellerin az ya da çok örtük biçimde hüküm sürmesidir. Bir cinsin diğeri üzerindeki hükümranlığının yarattığı dengesizliğin ortadan kaldırılması tam anlamıyla toplumsal bir adalet sorunudur.

Luce Irigaray (2006, s. 10-11)

Irigaray'ın, toplumsal düzendeki cinsiyete dayalı adaletsizliklerin iki kişi arasındaki ilişkiye yansımaları ve iki kişi arasındaki dönüşümün toplumsal düzeyde gerçekleşecek olan dönüşümle doğrudan ilgisini öne çıkaran cümleleri, bu araştırmanın özündeki yaklaşımların merkezinde yer almaktadır. "Neden güç paylaşımı?" ya da "Neden ilişkide eşitlik?" sorularının da bir bakıma yanıtını oluşturan bu temel, sosyal bir yapı olarak toplumsal cinsiyetin önemine işaret etmektedir.

Toplumsal cinsiyet en yaygın tanımıyla, bir toplumdaki kadın ya da erkek olmaya dair anlamları ifade etmektedir. Bireylerin sosyalleşme süreçleri içerisinde yaşamlarının neredeyse her alanına yansıyan ve cinsiyetler arasındaki güç ilişkilerinin de temelini oluşturan bu anlamlar çoğu zaman ilişkilerde gizil bir şekilde yer almakta (Knudson-Martin, 2015), hem ilişkinin kendisini hem de ilişki içerisindeki bireyleri olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum romantik ilişkilerin iki kişi arasındaki ilişkinin ötesinde sosyal-kültürel bir boyut da taşıdığı gerçeğini ortaya koymaktadır.

Çift ve aile terapisi alanında toplumsal cinsiyete duyarlı yaklaşımlar olarak da kavramsallaştırılabilen feminist modeller, söz konusu gerçeğin dikkate alınarak, çiftler üzerinde cinsiyet rollerinin ve sosyal çevrenin etkileri gibi sosyolojik faktörlerin incelenmesi ile gelişmiştir (Fitzgerald, 1994). "Güç" ve "eşitlik" kavramlarının özünde yer aldığı bu yaklaşımlarda; bireylerin kadın ya da erkek olarak cinsiyetlerine göre toplumdaki konumlanışlarının ilişki içerisindeki yansımalarının irdelenmesi ve partnerler arasındaki güç dağılımındaki adaletsizliğin yerine eşitliğin getirilmesi uygulamaların temelini yerleştirilmektedir. İlişki içerisindeki her bireyin seçim yapma ve seçimlerini uygulama kapasitelerinin

arttırılmasını içeren bu bakış açısı, söz gelimi bir uygulayıcının, partnerler arasındaki iş bölümünün adil bir şekilde yapılmasına, partnerlerden her birinin yaşam amaçlarında ve işinde eşit değere, karar verme süreçlerinde eşitliğe, ilişkilerinin iyi oluşu yönünde sorumluluğun paylaşılmasına odaklanmasını ifade edebilir (Haddock, Zimmerman ve MacPhee, 2000). Her iki cinsiyet için de sosyal konumlarının kendilerini ve ilişkilerini nasıl etkilediğinin farkına varmak, kadınlar için daha girişken ve bağımsız olmayı, kişisel ilgilerinin peşinden gitmeyi; erkekler için ise daha duygusal olmayı ve duygularını ifade etmeyi, ilişkiyi sürdürmede daha özenli olmayı beraberinde getirebilir (Haddock, MacPhee ve Zimmerman, 2001).

Hem özel hem de toplumsal yaşamı düzenleyen rollere ve güç farklılıklarına rağmen partnerlerin karşılıklı olarak birbirlerinin iyi oluşlarını arttırmaları, ilişkisel olarak eşit güç dengesi yaratan süreçlere odaklanmakla mümkün olabilmektedir (Knudson-Martin ve Mahoney, 2009). Bu çerçevede literatürde sınırlı sayıda da olsa yapılan araştırmalar da (Gray-Little ve Burks, 1983; Jonathan ve Knudson-Martin, 2012; Holm, Werner-Wilson, Cook ve Berger, 2001; Knudson-Martin ve Mahoney, 2005; Rabin, 1996; Steil, 1997) eşitliğe dayalı ilişkilerin çiftlerin ilişkilerinden aldıkları doyumla bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer şekilde eşitliğin partnerler arasındaki yakınlığın koşullarından biri olduğunu vurgulayan yazarlar (Horst ve Doherty, 1995; Rampage, 2003) bulunmaktadır. Bununla birlikte, bireylerin -eşitlik ideallerine rağmen- eşitliğe yönelik ortak bir imge ya da dillerinin olmadığı; literatürde eşitliğin boyutlarını tanımlayan araştırmalara ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir (Knudson-Martin, 2008). Söz konusu ihtiyaç çerçevesinde bu araştırmada, konu hakkında pratik yaklaşımlar geliştiren uygulamacı ve araştırmacıların (Fishbane, 2013; Knudson-Martin, 2013; Rabin, 1996) ileri sürdükleri tanım ve açıklamalardan yola çıkılarak sosyal-bağlamsal bir perspektif ile partnerler arasında gücün paylaşılmasını amaçlayan bir ilişki geliştirme programı geliştirilmiştir.

Çift ve aile terapisi alanında önleyici ve koruyucu çalışmalar olarak ilişki geliştirme programları, gelişim odaklı bir anlayışla, çiftlere ilişkilerinin niteliğini arttıracak becerilerin (iletişim, çatışma çözme vb.) kazandırılması amacıyla hazırlanmaktadır. Ortaya çıkışında boşanmayı önleme amacının etkili olduğu (Murray, 2005) bu programlar, Türkiye’de son yıllarda ön plana çıkmıştır ve artmakta olan boşanma oranları politika yapıcıların da ilişki geliştirme programlarına katılımın önemini

vurgulamalarını beraberinde getirmiştir (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel M¼d¼rl¼g¼, 2008). Öte yandan uygulama alanının yeni gelişmekte olması, sınırlı sayıda etkililiği sınanmış programlar olması gibi nedenlerle hizmetlerin tam olarak yapılandırılmadığı; ilişki geliştirme konusunda yapılacak çalışmalara ihtiyaç olduğu dikkat çekmektedir.

İlişki geliştirme anlayışının, çiftlerin; ilişkilerini etkileyen sosyal konular hakkında farkındalık kazanmaları ve her partnerin iyi oluşunu tehdit eden etkilere karşı işbirliği geliştirmeleri yön¼nde genişletildiği bu araştırma, T¼rkiye'nin geleneksel ve kolektivist olandan eşitlikçi ve bireyselci yaşam biçimlerine geçiş s¼recinin çiftler için bir çatışma unsuru olabileceği d¼ř¼ncesinden hareketle tasarlanmıştır. Hem Doğu ve Batı k¼lt¼rlerinin kesişim noktasında yer alması hem de kırsallıktan kentleşmeye geçişin hızlanması gibi nedenlerle T¼rkiye'de aile yapılarının geleneksellikten eşitlikiliğe doğru yol alması (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, 2014; Arduman, 2013; Eraslan, Yakalı-amoğlu, Profeta Harunzade, Ergun ve Dokur, 2012; Sunar ve Fişek, 2005) ve yeni aile yapıları içerisinde kadınların eğitim olanaklarının, iş g¼c¼ne katılımlarının artması gibi yollarla stat¼lerinin y¼kselmesi; çiftlerle uygulama s¼reci içerisinde ilişkilerde kuşaklar öncesinden geleneksel bir şekilde varlığını koruyan ve daha işlevsel etkileşim ör¼nt¼leri geliştirmeye engel olan toplumsal cinsiyete dayalı g¼ farklılıklarının ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

1.1. Problem Durumu

İlişki geliştirme eğitimlerinin; romantik ilişkilerin her d¼neminde içerisinde olunan d¼nemin özelliklerine göre sunulabileceği gibi, literat¼rde ve uygulamalarda bug¼ne kadar ağırlıklı olarak evliliğe hazırlık ya da evlilik ilişkisini geliştirmek üzere yapılandırıldığı g¼r¼lmektedir. Sıklıkla evlilik sırasında ortaya çıkabilecek problemlerin ön¼ne geçmek üzere ilişkilerin g¼lendirilmeye çalışıldığı (Gladding, 2011) ilişki geliştirme programlarında; etkili iletişim, çatışma çözme, empati, yakınlık, ebeveynlik gibi konulara yer verilmektedir. Yapısı ve temel aldığı yaklaşım ne olursa olsun genel olarak bu programlarda, *evlilik* kurumunun merkezde yer aldığı g¼zlenmektedir. Evlilik ilişkisinin s¼rd¼r¼lmesi ve boşanmanın önlenmesi amaçlarıyla y¼r¼t¼lmelerine karşın, bug¼ne kadar programlarda sosyal-k¼lt¼rel bir yapı olarak evliliğin anlamının sorgulanmasına yeterince odaklanılmadığı ve ilişkilerin g¼lendirilmesinde sosyal bağlama duyarlı bir bakış

açısına ihtiyaç duyulduğu düşüncesi, bu araştırmanın temel dayanağını oluşturmuştur.

Genellikle romantik ilişkilere ya da evliliğe gizil bir şekilde yansıyan kadınlığa ve erkekliğe dair anlamlar; karmaşık, değişen ve gelişmekte olan bir toplumda, cinsiyeti ne olursa olsun partnerlerin birbiriyle uyum ya da çatışma içerisinde olmasına dayanak oluşturabilmektedir (Knudson-Martin, 2008). Toplumun eğitim düzeyi yüksek, orta ya da üst sosyoekonomik kesimlerinde daha yoğun olmak üzere, geleneksellikten eşitlikçiliğe geçişin hız kazandığı değişim sürecindeki bir ülke olarak Türkiye’de de pek çok çiftin ilişkisinde eşitlik idealleri olduğu gözlenmektedir. Öte yandan, kökleri kuşaklar öncesine dayanan toplumsal düzeydeki cinsiyet temelli eşitsizliklerin, ilişkilerde örtük bir şekilde yansımalarını sürdürmesi nedeniyle pratikte eşitliğin sağlanması kolay olmamaktadır. Buradan hareketle araştırma kapsamında uygulanan ve etkililiği sınanan program; ilişkilerde eşitliğe doğru yol almanın, partnerlerin eleştirel bir bakış açısıyla toplumsal düzeydeki güç farklılıklarını irdelemeleri ve bu farklılıklar yerine güçlerini paylaşma yönünde işbirliği geliştirmeleri yoluyla gerçekleştirilebileceği inancıyla geliştirilmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın temel amacı, sosyal bağlama duyarlı bir bakış açısıyla feminist yaklaşımlar temel alınarak evli çiftlere yönelik bir ilişki geliştirme programının geliştirilmesi ve bu programın evli bireylerin güç paylaşımı düzeylerinde, benlik yönelimlerinde ve çift uyumlarında değişim yaratıp yaratmadığının sınanmasıdır. Çalışmanın, hem kuramsal açıdan önemi hem de çift ve aile terapisi alanındaki uygulamalara ilişkin sunması beklenen katkılar aşağıda maddeler halinde özetlenmiştir.

1. İlişki geliştirme programları, önleyici ve koruyucu müdahaleler olarak çiftlerin ilişkilerinde stresin azaltılması ve gelecekte ortaya çıkabilecek zorluklara karşı ilişki olarak güçlendirilmeleri amacıyla geliştirilmekte ve uygulanmaktadır (Markman ve Halford, 2005). Bu açıdan çalışma, ilişkilerin geliştirilebilir olduğu inancıyla ve gelişim odaklı bir bakış açısıyla tasarlanmıştır. Çalışmada ayrıca ilişki geliştirme anlayışı, feminist yaklaşımların “güçlendirme” anlayışına (Fishbane, 2001) uygun olarak

sosyal bağlama duyarlı bir bakış açısıyla genişletilmiş; geliştirilen programın kapsamı, eşlerin aralarındaki toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıklarını irdelemeleri, hem bireysel olarak güçlenmeleri (*power to*) hem de birlikte güçlenmeleri (*power with*) yoluyla ilişkilerinde güç paylaşımına ve eşitliğe dayalı etkileşim örüntüleri geliştirmeleri yönünde oluşturulmuştur. Çalışmanın en özgün yanı olarak bu yaklaşım kültüre duyarlılık açısından önemli olmakla birlikte, araştırmacının bildiği kadarıyla FYDİGP, hem yurtdışında hem de Türkiye’de sosyal bağlama duyarlı bir bakış açısıyla çiftlere yönelik geliştirilen ve uygulanan ilişki geliştirme programları arasında ilk olma niteliği taşımaktadır.

2. Temellendiği yaklaşımlar açısından ele alındığında bu araştırma, çift ve aile terapisi/danışması alanının yanı sıra toplumsal cinsiyet çalışmaları ve sosyal psikoloji alanlarının kavramlarının kesiştiği; kavramların disiplinler arası ve çok yönlü bakış açılarıyla işlendiği kapsamlı bir kuramsal içeriğe sahiptir. Feminist yaklaşımların daha çok felsefi bir anlayışla gelişmiş olduğu ve uygulama süreci açısından somut tekniklerinin sınırlılığı (Nichols, 2013) göz önünde bulundurulursa, çok yönlü bir perspektiften güç paylaşımının/ilişkide eşitliğin kavramsallaştırılarak uygulama süreci içerisinde somut tekniklerle ele alınmasının, çift ve aile terapisi alanındaki toplumsal cinsiyete duyarlı uygulamalara katkı sağlaması beklenmektedir.
3. Literatürde toplumsal cinsiyetin partnerler arasındaki etkileşim içerisinde oluşturulan ve devam ettirilen bir *süreç* (Knudson-Martin, 1997) olarak kavramsallaştırıldığı yaklaşımlar içerisinde güç paylaşımını ya da ilişkide eşitliği değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracı bulunamamıştır. Feminist çift terapisi alanında geliştirilen sınırlı sayıdaki araç (Black ve Piercy, 1991; Haddock, Zimmerman ve MacPhee, 2000; McGeorge, Carlson ve Guttormson, 2009) incelendiğinde ise, bu araçların öncelikli olarak feminist ilkeleri terapi sürecine aktarmaya yardımcı olması amacıyla terapistler için geliştirildiği görülmüştür. Partnerler arasındaki güç dağılımını, kendini anlatmaya dayalı bir şekilde, partnerlerin her birinden elde edilecek verilerle değerlendirmeye duyulan ihtiyaç nedeniyle bu araştırma kapsamında ayrıca evli ya da birlikte yaşayan heteroseksüel bireyler için bir ölçme aracı (Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği) geliştirilmiştir. Literatürdeki bir boşluğun giderilmesine katkı sağlayan bu aracın, konu hakkında yürütülecek

araştırmalara kaynaklık edeceği umulmaktadır.

4. Feminist yaklaşımlarla bağlantılı bir şekilde, bu araştırmada yararlanılan modellerden biri olan Denge Modeli (İmamoğlu, 2003), Batı toplumlarının bağımsızlığı ön plana çıkaran ideal benlik yaklaşımının ötesinde, benliğin bağlamsal bir bakış açısıyla içinde bulunan kültürün değerleriyle ele alınmasına olanak sağlamaktadır (Gezici ve Güvenç, 2003). Modelde öne çıkan ilişkisel bir yönü olan kendileşme (dengeli farklılaşma) düşüncesi, araştırma kapsamında feminist çift terapisi alanının kavram ve uygulamaları ile harmanlanmıştır. Bu yönüyle çalışma, benliğin birbirini tamamlayan iki gereksiniminin (gelişme ve ilişki yönelimleri) uygulama içerisinde işlenmesi açısından da özgündür.
5. Araştırma kapsamında geliştirilen programın, toplumdaki ataerkil yapılanmanın hem kadınları hem de erkekleri olumsuz yönde etkilediği düşüncesi temelinde, bir çiftin ilişkisinde eşlerin her ikisinin de güçlendirilmesine odaklı olması ve bu doğrultuda uygulama sürecine eşlerin birlikte katılmaları da çalışmanın önemli bir yönünü oluşturmaktadır. Buna ek olarak; içeriğinin yaşantısal ve yaratıcı bir yolla dışavurum sağlayan sanatla terapi teknikleriyle bütünleştirilmesi, güç ve eşitlik gibi soyut kavramların metaforlar aracılığıyla irdelenmesi, çiftlerin birbirlerinin deneyimlerinden öğrenmelerine olanak sağlayacak şekilde grup düzeninde yürütülmesi, çalışmayı önemli kılan program nitelikleri arasında sıralanabilir.
6. Programın geliştirilmesi sürecinde araştırmacı, Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) desteğiyle bir dönemi Lewis & Clark College'da (Oregon, ABD) ziyaretçi araştırmacı olarak geçirmiş; bu süre içerisinde çalışmada temel alınan yaklaşımlardan biri olan Sosyo-Duygusal İlişki Terapisinin (SERT) öncü ismi Prof. Dr. Carmen Knudson-Martin'le birlikte çalışma olanağı edinmiştir. Programın kapsamının kendisiyle fikir alışverişine dayalı olarak şekillendirilmesi ve araştırmacının bu dönemde uygulamada yeterliklerini geliştirmesi açısından da araştırmanın güçlü bir temelde yürütüldüğü düşünülebilir.

1.3. Problem Cümlesi

Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının (FYDİGP) evli bireylerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri (ilişki yönelimi ve gelişme yönelimi), çift uyumu düzeylerine etkisi nedir ve evli bireyler FYDİGP'yi nasıl değerlendirmektedirler?

1.3.1. Alt Problemler

1. FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği (ÇİGPÖ), Dengeli Bütünleşme Ayrışma Ölçeği (DBAÖ) - İlişki Yönelimi (İY) ve Gelişme Yönelimi (GY) alt ölçekleri ve Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ) ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
2. Kontrol grubu ile FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının ÇİGPÖ, DBAÖ - İY ve GY alt ölçekleri ve ÇUÖ son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
3. Kontrol grubundaki katılımcıların ÇİGPÖ, DBAÖ - İY ve GY alt ölçekleri ve ÇUÖ ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
4. FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının ÇİGPÖ, DBAÖ - İY ve GY alt ölçekleri ve ÇUÖ son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
5. Deney grubundaki katılımcıların FYDİGP'ye ilişkin değerlendirmeleri nasıldır?

1.4. Sayılılar

1. Deney ve kontrol gruplarındaki bireyler, araştırma sürecinde kontrol altına alınamayan değişkenlerden benzer şekilde etkilenmişlerdir.
2. Çalışmaya katılan bireyler, veri toplama araçlarına gerçekçi yanıtlar vermişlerdir.

1.5. Sınırlılıklar

1. Çalışma kapsamında geliştirilen program, büyükşehirde yaşayan ve eğitim düzeyi yüksek evli çiftlerle yürütülmüştür.
2. Program, pilot uygulama yapılmadan yürütülmüştür.

1.6. Tanımlar

Güç: Güç; kişilerarası ilişkilerde yer alan, tarafların birbirini etkilemek üzere sahip olduğu kaynaklara göre değişen, dinamik bir yapıdır (McDowell, 2015). Bu araştırmada; romantik bir ilişkide partnerlerin birbirini etkileme güçlerini dengelemeye yönelmeleri *güç paylaşımının*, gücün dengede olması durumu ise *ilişkide eşitliğin* karşılığı olarak ele alınmaktadır.

Benlik yönelimleri: İmamoğlu (1998, 2003) tarafından geliştirilen Denge Modeli çerçevesinde, bireylerin hem kendi özünü ortaya çıkaracak şekilde kişisel ayrışma (gelişme yönelimi) hem de kişilerarası bütünleşme (ilişki yönelimi) gereksinimlerini ifade etmektedir.

Çift uyumu: Spanier'in (1979) tanımıyla bir süreç olarak çift uyumu; bu sürecin unsurlarını oluşturan eşler arasındaki farklılıkların ve gerilimin, her eşin kaygısının, çift doyumunun, eşlerin birbirine bağlılığının ve ilişkinin işlevselliğinde önemli olan konularda gösterdikleri fikir birliğinin derecesini yansıtmaktadır.

Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programı: Araştırmacı tarafından sosyal bağlama duyarlı, eleştirel ve feminist yaklaşımlar temelinde geliştirilen; uygulanması sürecine eşleriyle birlikte katılan evli bireylerin hem bireysel hem de ilişkisel olarak güçlendirilmelerini ve eşlerin ilişkilerinde belirleyici olan toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıklarına karşı işbirliği geliştirmelerini amaçlayan programdır.

1.7. Araştırmanın Kuramsal Temeli

Bu bölümde, öncelikle araştırmanın kuramsal temelini oluşturan çift terapisinde feminist yaklaşımlara ve güç paylaşımı kavramının araştırmada nasıl ele alındığına ilişkin bilgilere yer verilmiştir. Aynı başlık altında FYDİGP geliştirilirken ve uygulanırken yararlanılan yaklaşım ve modeller tanıtılmıştır. Daha sonra, araştırmanın diğer kavramları olarak, sırasıyla, benlik yönelimlerine ilişkin kullanılan Denge Modeli, ilişki geliştirme programları ve çift uyumu hakkında literatüre dayalı açıklamalar sunulmuştur.

1.7.1. Çift Terapisinde Feminist Yaklaşımlar ve Güç Paylaşımının Kavramsallaştırılması

Kimsenin kimseye hükmetmediği bir dünyada yaşadığımızı düşünün. Kadınlarla erkeklerin birbirine benzemediği ve hatta daima eşit de olmadığı; ama ilişkilerimizi şekillendiren yaşam felsefesinin karşılıklılık esası üzerine inşa edildiği bir dünyada yaşadığımızı düşünün. Her birimizin kendimiz olabildiğimiz bir dünyada, barış ve olanaklar dünyasında yaşadığımızı düşünün.

... Yaklaşın. Feminizmin yaşamınıza, hepimizin yaşamına nasıl dokunup bu yaşamları nasıl değiştirebileceğini görün. Yaklaşın ve feminist hareketin derdinin ne olduğunu kendi gözlerinizle görün. Yaklaşın, şunu göreceksiniz: FEMİNİZM HERKES İÇİNDİR.

Bell Hooks (2012, s. 11)

Çift ve aile terapilerinde feminist yaklaşımlar, 1970'li yıllarda aile terapisi uygulamasına ve sistem yaklaşımının kavramlarına getirilen ilk eleştirilerle gelişmeye başlamıştır. Hare-Mustin'in 1978 yılında yazdığı; ağırlıklı olarak Beyaz erkekler tarafından geliştirilen ve uygulanan aile terapisi kuramlarının gücün aile içerisinde dengesiz dağılımını göz ardı ettiği, terapistlerin de tarafsızlık ilkesine bağlı olarak geleneksel açıdan erkeği üst konumda kılan rolleri, dolayısıyla cinsiyetçiliği onayladıkları yönündeki görüşlerini içeren makalesi, alanın feminist ilkelerle gözden geçirilmesi yönünde öncü olmuştur. Hare-Mustin (1980), öyle ki, "Aile Terapisi Sağlığınız için Tehlikeli Olabilir" (*Family Therapy can be Dangerous for Your Health*) başlıklı bir makale daha yayınlayarak alanda dikkatlerin feminist eleştirilere yönelmesini sağlamıştır. Hare-Mustin'in sesi, daha sonra 1984 yılında Monica McGoldrick, Carol Anderson ve Froma Walsh tarafından organize edilen Kadınların Projesi (*The Women's Project*) ile yükselmiş; aile terapisi alanında kadınlara ilişkin konuları tartışmak, birbirini desteklemek amacıyla bir araya gelen 50 kadın terapistin gösterdiği dayanışma, feminist temelli uygulamaların da yolunu açmıştır. Bu dayanışma içerisinde yer alan Marianne Walters, Betty Carter, Peggy

Papp, Olga Silverstein, Thelma Jean Goodrich, Cheryl Ramage gibi isimler çift ve aile terapilerinde feminist yaklaşımların gelişmesinde etkili olmuşlardır (Silverstein, 2003).

Sistem yaklaşımına yönelik ilk feminist eleştirileri değerlendirdiği makalesinde Enns (1988); eleştirilerin özellikle problemin tanımlanmasında yalnızca aile sistemini göz önünde bulundurmanın indirgemeciliği, bu durumun da çoğu zaman geleneksel cinsiyet rollerini onaylama yanılığını beraberinde taşıdığı yönünde getirildiğinde dikkat çekmiştir. Aile içerisindeki her bireyin davranışının diğerinin davranışının hem sonucu hem de nedeni olduğunu yansıtan “döngüsel nedensellik” kavramının, özellikle aile içi şiddet konusunda şiddete gerekçe de sağlayabilir olması bunun örneklerindedir. Enns, aile içerisindeki kişilerarası dinamiklerin de ötesinde, bu dinamikleri etkileyen sosyal güçlere odaklanmayı kolaylaştırması yönüyle feminist perspektif ile sistem yaklaşımının birlikte kullanılmasını önermiştir. Nitekim zaman içerisinde de feminist aile terapistleri, sistem yaklaşımını reddetmek yerine, ilişki içerisindeki bireylerin aralarında güç dengesi oluşturma yönünde işbirliği geliştirmelerine olanak sağlayacak şekilde sistem yaklaşımının tekniklerinden yararlanmaya başlamışlardır. Bu çalışmada da sistem yaklaşımıyla feminist kuramı bütünleştiren modellerden yararlanılmıştır.

Feminist yaklaşımlar ifadesindeki çoğulluk, feminizmin tek bir alandan gelişmemesiyle ve feminist hareketin tarihsel seyri içerisinde -temelde cinsiyetçiliğe ve baskıya karşı hareketlenme olmakla birlikte- liberal, radikal, Marksist, postmodern feminizm gibi (McDowell, 2015) farklı yaklaşımların gelişmiş olmasıyla ilişkilidir. Bu çalışmada böyle bir ayrıma gidilmemiş; Hooks’un (2012) yukarıda alıntılanan cümleleriyle de benzer doğrultuda, ataerkilliğin hem kadınlar hem de erkekler, dolayısıyla ilişki için olumsuz sonuçlar yarattığı düşüncesi temelinde; ilişki içerisindeki her bireyin güçlendirilmesi, eşlerin birlikte güçlenmeleri yoluyla da ilişkilerinde belirleyici olan sosyal etkilere karşı işbirliği geliştirmeleri amaçlanmıştır.

Kuşkusuz, sosyal bağlama duyarlılığın ve baskıya karşı hareketlenmenin, ayrımcılığın her türüne (etnik köken, ırk, sınıf, cinsel yönelim vb. açısından) ilgiyi de beraberinde getirmesi kaçınılmazdır. Bu aşamada çalışmacının feminist anlayışının, aile terapisi alanında geliştirilen Kültürel Bağlam Modeline (*Cultural Context Model*) (Almeida, Dolan-Del Vecchio ve Parker, 2008) benzer şekilde,

özgürlük temelli (*liberation-based*) bir bakış açısına dayandığını paylaşması anlamlı olacaktır. Özgürlük temelli yaklaşımlarda, Freire'nin ve Martin-Baro'nun "eleştirel bilinç" (*critical consciousness*) kavramı, güçlendirme sürecinin temeline yerleştirilmektedir (Parker ve Almeida, 2002). Sosyal adaleti vurgulayan özgürlük temelli yaklaşımlara göre, uygulama sürecinde eleştirel bakış açısının geliştirilmesi de ilk aşamayı oluşturmaktadır (Hernandez, Almeida ve Dolan-Del Vecchio, 2005). Bu bağlamda, FYDİGP'nin uygulanması sürecinde -toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıkları öncelikli olmak üzere- çiftlerin ilişkilerinde belirleyici olan sosyal etkilere eleştirel bir bakış açısıyla yaklaşımlarında, diğer alanlardaki (etnik köken başta olmak üzere) güç farklılıklarının açığa çıkarılarak irdelenmesine de ortam oluşturulmuştur.

Eleştirel ve feminist yaklaşımlarla ilgili buraya kadar paylaşılanlardan; yaklaşımların temelinde toplumsal düzeydeki eşitsizliklerin, başka deyişle güç farklılıklarının, uygulama sürecinde göz ardı edilemeyeceği düşüncesinin yer aldığı anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda da çift terapisinde feminist yaklaşımların, terapistin tarafsız olamayacağı ilkesiyle, toplumsal dinamiklerin mikro düzeyde karşılığı olarak hem çift ilişkisinde eşler hem de uygulama sürecinde terapist-danışan arasındaki ilişkide güç dağılımını sürekli olarak değerlendirmeye yöneldiği düşünülebilir (Haddock ve diğerleri, 2000; Knudson-Martin ve Mahoney, 2009; Parker, 1998; Prouty-Lyness ve Lyness, 2007; Silverstein ve Brooks, 2010). Öte yandan feminist yaklaşımların, aile terapisi yaklaşımları arasında kendine özgü ve ayrı bir alanı oluşturmakla birlikte, daha çok felsefi ve politik bir anlayışla gelişmiş olması, diğer yaklaşımlarla bütünleştirilerek uygulanması (Nichols, 2013) gibi nedenlerle terapistler, kullandıkları diğer yaklaşımların tekniklerini feminist ilkelere göre uygulayarak güç dağılımını incelemektedirler. Bu doğrultuda, Haddock ve diğerleri (2000) pek çok araştırmacının ya da uygulamacının feminist ilkeleri çalışmalarına aktarmada yaşadığı güçlükten hareketle, aile terapisi alanında eğitsel bir araç olarak kullanılabilir "Güç Eşitliği Rehberini" (*The Power Equity Guide*) hazırlamışlardır. Daha sonra Haddock ve Zimmerman (2001), aracın temel maddeleri doğrultusunda çiftlere ilişkilerindeki güç dağılımını değerlendirmelerine yardımcı olabilecek etkinlik niteliğinde aynı adla bir rehber daha geliştirmişlerdir. Her iki rehber de, güç konularının açığa çıktığı alanların (karar verme,

sorumlulukların paylaşılması vb.) belirlenmesi sırasında -aşağıda ayrıntılarıyla açıklanan modellere ek olarak- araştırmacı için yol gösterici olmuştur.

Genel olarak değerlendirildiğinde, “güç paylaşımı” ve “ilişkide eşitlik” kavramlarının feminist yaklaşımların özünde yer alan iki konuyu oluşturduğu söylenebilir. McDowell (2015, s. 6), eleştirel bir perspektiften ele alındığında gücün “ilişkisel, çift yönlü ve her bireyin sahip olduğu kaynaklara bağlı olarak” değişen, dinamik bir özelliği olduğunu belirtmektedir. Ona göre güç; sahip olunan bir şey olmamakla birlikte, kişilerarası ilişkilerde tarafların birbirini etkilemek üzere sahip olduğu kaynaklara göre kullanılır ve ancak ilişki içerisinde yer alır.

Gücün ilişkisel bir süreç olduğu kavramsallaştırması, temel alınan modellerle de (özellikle SERT) bağlantılı olarak, bu araştırmanın da konuyu ele almada odaklandığı bakış açısını oluşturmaktadır. Araştırmada güç paylaşımıyla ilişkili bir şekilde kullanılan “ilişkide eşitlik” kavramı ise, eşler arasındaki etkileşim süreçlerinde dinamik bir şekilde yer alan gücün dengede olması durumunu yansıtmaktadır. Aşağıda FYDİGP’nin temellerini oluşturan yaklaşımlar (SERT, İlişkisel Güçlendirme ve arkadaşlığın geliştirilmesine yönelik modeller) tanıtılırken, her yaklaşımın güç paylaşımına ve ilişkide eşitliğe ilişkin açıklamalarına da ayrıntılı bir şekilde değinilmiştir.

1.7.1.1. Sosyo-Duygusal İlişki Terapisi

(Socio-Emotional Relationship Therapy - SERT)

“Toplumsal cinsiyet, partnerler arasında devam eden bir süreç olarak kavramsallaştırıldığında, evlilik terapisi de aynı zamanda toplumsal cinsiyeti yapılandırma terapisi olur.”

Carmen Knudson-Martin (1995)

FYDİGP’nin kalbinde yer alan yaklaşımlardan biri olan SERT; evlilik, çift ve aile terapisi alanında öğretim üyelerinden ve lisansüstü öğrencilerden oluşan bir grup araştırmacının aynı zamanda terapi uygulamalarını gerçekleştirdikleri klinikte, uzun yıllar boyunca düzenli aralıklarla bir araya gelerek geliştirdikleri uygulama temelli bir modeldir (Knudson-Martin, Wells ve Samman, 2015). Araştırmacılar toplantılarında, Knudson-Martin’in alıntılanan sözlerinden de anlaşılacağı üzere, dikkatlerini süreç odaklı bir bakış açısıyla partnerler arasında sürekli olarak devam eden güç farklılıklarına yönelterek terapi oturumlarının süreç analizlerini

yapmışlardır/yapmaktadırlar. (Araştırma grubunun gömülü kuram yaklaşımına dayalı olarak söz konusu toplantılarda yürüttükleri, bu tez çalışmasına da kaynaklık eden araştırmalardan bir kısmı “İlgili Araştırmalar” başlığı altında özetlenmiştir.)

SERT’in kapsamının ve boyutlarının tanıtılmasından önce, “toplumsal cinsiyetin bir süreç olarak kavramsallaştırılması” ifadesi daha ayrıntılı ve açık bir şekilde ele alınacak olursa; Knudson-Martin’in SERT ortaya çıkmadan önce yazdığı makalelerde (1995, 1997) toplumsal cinsiyeti aile sistem yaklaşımıyla bütünleştirdiği bakış açısından söz etmek yerinde olacaktır. Ona göre literatürde yer alan toplumsal cinsiyete ilişkin yaklaşımların bir kısmı (örneğin, Belenky, Clinchy, Goldberger ve Tarule, 1997; Gilligan, 1982) kadın ve erkek arasındaki biyolojik, psikolojik ve etkileşimsel farklılıkları anlamaya çalışarak problemlerin iki cinsiyetin birbirinden farklı iki kültür olarak düşünüldüğü bir bağlamda çözülmesine odaklanmaktadır. Erkeğin bağımsız benlik gelişimi karşısında kadının ilişkisel yöneliminin bir güç olarak kavramsallaştırılmasını sağlamakla birlikte, bu yaklaşımlar temelinde uygulamacılar cinsiyet farklılıklarını onaylama yanılığına da düşebilmektedirler (Knudson-Martin, 1997). Toplumsal cinsiyete ilişkin yaklaşımların diğer bir kısmı (örneğin, Goldner, 1985; Hare-Mustin, 1987) da, kadın ve erkek arasındaki eşitsizliklerin iki cinsiyetin toplumdaki güç farklılıklarından kaynaklandığı görüşü temelinde, alt statüsünden dolayı özellikle kadınlar için evliliğin yıkıcı sonuçlara yol açabildiğini vurgulamakta, bu bağlamda da terapi sürecinde çiftlerin geleneksel cinsiyet rolleriyle yüzleşmelerine ve kaynakların eşitlenmesine odaklanmaktadır. Knudson-Martin (1995, 1997), güç farklılıklarının bireysel farklılıklara yol açtığı gibi doğrusal ve determinist bir anlayışı beraberinde getirebildiğinden, söz konusu yaklaşımların da sınırlı yönleri olduğunu belirtmektedir. Bu doğrultuda iki gruptaki yaklaşımlara üçüncü bir perspektif olarak sunduğu süreç yaklaşımında toplumsal cinsiyet, başkalarıyla etkileşim içerisinde oluşturulan ve devam ettirilen kişilerarası bir süreç olarak ele alınmaktadır. Kadınlığın ve erkekliğin partnerler arasında karşılıklı bir şekilde ortaya çıkan ilişki örüntülerinde anlaşılmasını sağlayan bakış açısına göre, bir çiftin etkileşimini şekillendiren kurallar aynı zamanda toplumsal cinsiyetle de ilişkilidir ve partnerlerin toplumdaki cinsiyete özgü mesajlar yoluyla içselleştirdikleri roller, ilişki içerisindeki davranışlarına yön veren “meta-kuralları” oluştururlar.

Toplumsal cinsiyetin akışkan bir özellik kazandığı süreç yaklaşımının, bu yönüyle, ilişki içerisinde kadınlığın ya da erkekliğin anlamlarının sorgulanması yoluyla gücün paylaşılmasına dayalı yeni etkileşim örüntülerinin geliştirilmesine de ortam hazırladığı söylenebilir.

Sosyal yapılandırmacı, eleştirel ve feminist bir anlayışla nörobiyolojideki gelişmelerin bütünleştirildiği (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015) SERT yaklaşımında toplumsal cinsiyet, süreç odaklı bakış açısından da anlaşılacağı üzere, sosyal bir yapı olarak düşünülmektedir. Cinsiyetin sosyal olarak yapılandırıldığı anlayışına göre, cinsiyetler arasındaki rollerin ve görevlerin dağılımı hem toplumsal düzeydeki hem de yakın ilişkilerdeki güç dengesizlikleriyle bağlantılıdır (Knudson-Martin, 2008; McDowell, 2015). Bu yönüyle SERT yaklaşımına göre uygulama içerisinde olmanın, terapi sürecinde daha geniş sosyal bağlamın (*larger societal context*) mikro düzeydeki çift ilişkilerine yansımalarını açığa çıkarmayı ve ele almayı gerektirdiği düşünülmelidir. Knudson-Martin ve Huenergardt (2015, s. 2-5), uygulama sürecine kılavuzluk eden bakış açılarının aynı zamanda SERT'in temelinde yer alan ilkeleri de oluşturduğunu belirterek söz konusu ilkeleri şöyle sıralamışlardır:

1. Bağlam, kişisel kimlikleri ve ilişkisel süreçleri şekillendirir.
2. Duygu bağlamsaldır.
3. Güç ilişkiseldir.
4. İlişkiler partnerlerin her ikisini de karşılıklı olarak desteklemelidir.
5. Terapistler sosyal süreçlere aktif bir şekilde müdahale etmelidirler.

Birinci ilke doğrultusunda SERT süreci; terapistin öncelikle danışanların öykülerinde örtük bir şekilde yer alan sosyokültürel söylemi anlamaya odaklanmasıyla ve danışanların sosyal bağlam ile bağlantılı bir şekilde açığa çıkan yaşantılarına duygusal düzeyde geribildirim vermesiyle başlamaktadır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010, 2015). Terapistin, danışanlara sosyal-bağlamsal bir bakış açısıyla yönelmesi ve bu çerçevede duygusal düzeyde tepkide bulunması, yaklaşımın özündeki kavramlardan biri olan “sosyokültürel ahenk” (*sociocultural attunement*) terimiyle açıklanmaktadır (Pandit, Chen-Feng, Kang, Knudson-Martin ve Huenergardt, 2014). İkinci ilkeye göre duygular; birey ve dış dünyayı birbirine bağlayan nörobiyolojik bir durum olarak (Siegel, 1999) sosyal düzeydeki

yaşantıların kişisel ve ilişkisel açıdan psikolojik düzeyde nasıl yaşandığının göstergesidirler (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010).

Üçüncü ilkede ilişkisel bir kavramsallaştırma ile güç, bireyler arasında dinamik ve akışkan bir süreci yansıtmaktadır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). Bu bağlamda SERT yaklaşımında güç; “partnerlerin ihtiyaçları, ilgileri ve amaçları doğrultusunda birbirini etkileme yeteneği” olarak tanımlanmaktadır (Knudson-Martin, 2013). İnsanlar sürekli olarak birbirlerini etkiledikleri ve birbirlerinden de etkilendikleri için güç, bütün ilişkilerin doğasında var olan bir süreçtir (Knudson-Martin, 2015). Öte yandan bir ilişki örüntüsünde, toplumdaki cinsiyete özgü mesajların karmaşıklığı oranında gizil bir şekilde yer aldığından, güç dinamiklerinin anlaşılması ve değerlendirilmesi de zordur (Knudson-Martin, 2013). Knudson-Martin (2015), gücün tanımlanmasına ilişkin zorluğun nedenlerini; kadınları ilişkilerinin bakımından ve sürdürülmesinden sorumlu tutmasına karşılık erkeklerin bireyselliğini pekiştiren cinsiyetçi sosyalleşme süreçlerine (*gendered individualism*), toplumsal düzeydeki cinsiyete özgü normların partnerlerin birbirine yönelik davranışlarına örtük bir şekilde yansımaya (*latent power*) ve toplumsal düzeydeki güç farklılıklarının her partnerin içsel olarak benlik algısını, hayallerini ve geliştirdikleri yeterlikleri nasıl etkilediğinin görünür olmamasına (*invisible power*) bağlamaktadır. Bu doğrultuda güç ile ilişkili yaşantılar ancak etkileşim içerisinde açığa çıktığından, SERT terapistleri partnerler arasındaki güç dengesini değerlendirmede şu sorulara yanıt aramaktadırlar: “Kim diğerinin duygularına ve ihtiyaçlarına dikkat ediyor? Kim ihtiyaçlarını ifadeye etmeye ve karşılamaya hakkı olduğunu hissediyor? Kim kendisini diğerine göre düzenliyor? Birinin fiziksel, duygusal ya da psikolojik olarak iyi olması, diğerinin iyi oluşunun önüne geçiyor mu?” (Mahoney ve Knudson-Martin, 2009, s. 11-13). Sorulardan da anlaşılacağı üzere, gücü daha az olan partner, kendisini otomatik olarak diğerine göre düzenlemektedir (Knudson-Martin, 2013).

Güç süreçlerinin bireysel olmaktan öte karşılıklı olduğunu vurgulayan Knudson-Martin (2015), “Gücü her zaman erkekler mi elinde tutar?” sorusunu; kadın, ilişki içerisinde örtük bir şekilde ona güç sağlayan sosyalleşme süreçleriyle yer almadığından, kadının erkeğe hükmettiği vakalarla çok nadir karşılaştıklarını; ancak bunun yerine partnerler arasında sıklıkla güç mücadelelerinin yaşandığına tanıklık ettiklerini belirterek yanıtlamaktadır. Ona göre güç mücadeleleri ise,

çatışma yaratmasına ve çoğu zaman sancılı olmasına rağmen iki aktif sesi içerdüğinden cinsiyet rollerini bozma (*“undoing gender”*, Deutsch, 2007) ve gücü paylaşmaya yönelme açısından iyi bir işaret de olabilir.

Gücün ilişki içerisinde karşılıklı bir şekilde partnerlerin birbirini etkileme süreçleriyle ele alınması, dördüncü ilkeyi de beraberinde getirmektedir. SERT’e göre, partnerlerin birbirini etkileme gücünün karşılıklı olması, ilişkide eşitliğe yönelmenin de bir göstergesidir (Jonathan ve Knudson-Martin, 2012). Aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanan “Bakım Çemberi” (*the Circle of Care*) de bu çerçevede geliştirilmiştir.

Son olarak beşinci ilkede, sosyokültürel ahenk kavramından da anlaşılacağı üzere, bir SERT terapistinin -feminist yaklaşımların temel bir vurgusu olarak- tarafsız olmayan ve toplumdaki cinsiyet rolleriyle ilişkili hâkim söylemin çift ilişkilerine yansıyan sınırlandırıcı etkilerine aktif bir şekilde direnen rolü ön plana çıkmaktadır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). Knudson-Martin’in (2008) “kültürel aracı” (*cultural broker*) olarak da ifade ettiği söz konusu rol, çiftlerle işbirliği içerisinde kültürün ilişkide nasıl yansımaları bulduğunun anlamlandırılması yoluyla eşitliğe ve karşılıklı desteğe dayalı yeni örüntülerin geliştirilmesini içermektedir. Bu yönüyle SERT’e dayalı terapi aynı zamanda sosyal bir müdahale sürecidir (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010).

Karşılıklı desteği temel alan bir yaklaşım olarak SERT sürecinde terapistler, vaka kavramsallaştırmada ve müdahale planı oluşturmada “Bakım Çemberi” olarak adlandırdıkları modelden yararlanmaktadırlar (Knudson-Martin, 2013). Aynı zamanda ilişkide eşitliğin boyutlarını belirleyen modelde; “ilişkisel sorumluluğun paylaşımı” (*shared relational responsibility*), “karşılıklı hassasiyet” (*mutual vulnerability*), “karşılıklı ahenk” (*mutual attunement*) ve “karşılıklı etki” (*mutual influence*) olmak üzere birbiriyle ilişkili dört öge yer almaktadır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010). Bu boyutların görsel bir özeti Şekil 1.1’de sunulmuştur.



Şekil 1.1. Karşılıklı Desteğin (İlişkide Eşitliğin) Öğeleri (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015, s. 6)

İlişkisel sorumluluğun paylaşımı; partnerlerin her ikisinin de ilişkinin sürdürülmesi için neyin gerekli olduğuyla ilgilenmesini, birlikte yaşamının getirdiği fiziksel ve duygusal yükü paylaşmasını ve diğere yönelik davranışlarının etkileri konusunda hesap verebilir olmasını ifade etmektedir (Knudson-Martin, 2013). Knudson-Martin ve Huenergardt'a (2010) göre sorumluluklar, çok çeşitli olabilmekle birlikte, öncelikle partnerinin iyi oluşundan sorumlu hissetme, ikinci olarak sorun çıkması riskine rağmen bütün yönleriyle kendisi olarak ilişkiye dâhil olma ve üçüncü olarak ilişkinin kendisinden sorumlu olma boyutlarıyla değerlendirildiğinde, adil bir paylaşım da bir partnerin diğeri için bir şey yapmasına karşılık diğerin de başka bir şey yapması denkleminin ötesine geçmektedir. Bu açıdan sorumluluklar; kimin yemek yaptığı ya da evi temizlediği gibi fiziksel işlerin yanı sıra aile üyelerinin duygusal ihtiyaçlarının karşılanması, evin ihtiyaçlarını takip etme gibi ilişkisel konularla da bağlantılıdır (Knudson-Martin, 2013).

Karşılıklı hassasiyet, partnerlerin birbirine suçlanma korkusu taşımadan hata yapabilecekleri ve zayıf kalabilecekleri, kendilerini güvende hissettikleri alanlar yaratmasıyla ilgilidir (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). Sosyalleşme süreçleriyle bağlantılı bir şekilde gücün ilişki içerisinde dengesiz dağılması; daha güçlü konumda olan partnerin (genellikle erkeğin), zayıf görünmemek için gardını almasına ve duygularını gizlemesine, gücü daha az olan partnerin (genellikle

kadının) ise, önemsenmeyeceği korkusuyla bazı ihtiyaçlarından (kendini koruma gibi) vazgeçmesine yol açabilir (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010). Bu bağlamda, partnerlerin her birinin “hataları ya da zayıflıkları ne kadar kabul edebildiği, en derinde hissettiklerini ya da düşüncelerini paylaşmak için ne kadar güvende hissettiği, diğerinin duygularıyla ne kadar ilgili olduğu” (Knudson-Martin, 2013) gibi yönleri, ilişki içerisinde hassasiyetlerin güç mücadelelerine neden olmayacak şekilde yaşanabilmesi açısından önemlidir.

Karşılıklı ahenk, partnerlerin birbirinin yaşantılarına empatik bir yönelimle duyarlı olmaları, birbirinin bakış açılarını bilmeleri ve ihtiyaçlarıyla ilgili olmaları ile bağlantılıdır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). Siegel’in (1999, s. 70) birinin diğeri tarafından “hissedildiğini hissetmesi” (*feeling felt*) ile açıkladığı ahenk kavramı, Bakım Çemberi’nde daha da genişletilmiş bir şekilde eşitlikle ilişkilendirilerek ele alınmaktadır (Jonathan ve Knudson-Martin, 2014). Buna göre, partnerlerin karşılıklı olarak birbirinin ihtiyaçlarına ve duygularına gösterdikleri ilgi temelinde verdikleri tepkiler, nörobiyolojik açıdan ilişkiyel bir rezonans yaratırken; partnerler ayrıca sosyal bağlamın yansıması olan duygularını daha denk konumlarda paylaşma yaşantısı geliştirirler (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010).

Karşılıklı etki kavramı, bir partnerin diğeriye kendi düşüncelerini, duygularını ve eylemlerini etkileme iznini vermesiyle ilgilidir. Birbirinden karşılıklı olarak etkilenen partnerler; kararları ortak bir şekilde almakla birlikte, ilişki uğruna kendilerini diğeriye göre düzenleme, uzlaşma ve diğeri tarafından değiştirilmeye açık olma eğilimi gösterirler (Knudson-Martin, 2013). Partnerlerin ne kadar özerk ya da ilişkiyel olduklarının da etkileme ve etkilenmeyle bağlantılı olduğunu belirten Knudson-Martin ve Huenergardt (2010), birinin özerklik diğeriye ise ilişkiyel yöneliminin güçlü olduğu partnerlerde, etki açısından dengesizlik durumunun ortaya çıkması olasılığının altını çizmektedirler. Onlara göre, daha özerk olan partner her ne kadar diğeriye doğrudan tahakküm etmek istemese de ya da güçlü bir konumda görünmese de; onun ilişkiye yeterince eğilmemesi, daha ilişkiyel olan partnerini fazlasıyla etkilemesine karşılık, partnerinden etkilenmeye kapalı bir duruş göstermesine de neden olabilir. Bu bağlamda, “Düşüncelerini doğrudan ifade etmede ya da ihtiyaçlarının karşılanmasını talep etmede her biri kendini ne kadar özgür hissediyor? Günlük planlarını ve rutinlerini kimin ilgileri ve planları

daha çok belirliyor? Önemli kararlara kimin görüşleri ve ilgileri daha çok yansıtılıyor?” gibi sorular (Knudson-Martin, 2013) etki süreçlerini irdelemeyi kolaylaştırabilir.

“Sosyo-duygusal yaklaşım” olarak kavramsallaştırılan SERT sürecinin tanıtımına ilişkin buraya kadar paylaşılanlardan anlaşıldığı üzere, yaklaşımın temel vurgularından biri, güç dinamiklerinin; sosyal bağlamın, partnerler arasındaki etkileşim örüntülerinin ve duygusal yaşantıların birbiriyle etkileşimi çerçevesinde ele alınıyor olmasıdır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2010). Sosyo-duygusal bir yaklaşımın göstergeleri ise, yine araştırma grubunun uygulama süreçlerini analiz ettikleri toplantılarında araştırmacıların sürekli olarak birbirlerine verdikleri geribildirimler sonucunda anlaşmalı bir şekilde tanımladıkları terapist yeterliklerinde karşılığını bulmuştur (Knudson-Martin ve diğerleri, 2015). Bu yeterlikler, terapi süreci boyunca her biri birbiriyle ilişkili bir şekilde kullanılmakla birlikte, genel olarak süreçte; 1) terapi için eşitlikçi bir temel oluşturma, 2) gücün akışını anlamlandırma (*deconstruct*) ve kesme, 3) alternatif yaşantının gelişmesine yardım etme olmak üzere üç aşamanın da ortaya çıkmasını sağlamıştır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). Toplam yedi yeterlik, söz konusu üç aşamaya göre Tablo 1.1’de sunulmuştur.

SERT yeterlikleri genel olarak gözden geçirildiğinde, bütünüyle terapi sürecinin amacının; partnerlerin her birinin kendi perspektifinden dile getirdiği beklentilerinin bağlamsal bir bakış açısıyla genişletilmesine ek olarak, çift düzeyinde karşılıklı desteğe (eşitliğe) dayalı yeni yaşantılar geliştirmeleri yönünde güçlendirilmeleri olduğu görülmektedir (Estrella, Kuhn, Freitas ve Wells, 2015). Tablo 1.1’den izlenebileceği üzere, ilk aşama olan terapi için eşitlikçi bir temel oluşturma yönünde üç yeterlik (kültürel söylemin yansımalarını açığa çıkarma, sosyokültürel duygunun altında yatanları fark etme ve iletme, güç dinamiklerini açığa çıkarma) ön plana çıkmaktadır. Bu aşama, terapistin, daha önce de belirtildiği gibi, danışanların öykülerini bağlamsal bir bakış açısıyla dinleyerek sosyokültürel söylem ile ilişkili olan duygularını yansıtması, güç dinamiklerini terapi sürecinde ortaya çıkan yaşantılar üzerinden tanımlayarak güce ilişkin konuları her partnerin ilişki amaçlarıyla bağlaması ile ilgilidir. Knudson-Martin ve diğerleri (2015), danışanlara yansıtılan (geribildirim olarak iletilen) sosyo-duygusal yaşantıların; bağımsızlık ve bağlantılılık (*connection*), hiyerarşi ve konular, roller hakkında

beklentiler ve karar verme, her birinin kendisini değerli hissetmesini sağlayan kaynaklar, birbirinin duygularına gösterdikleri ilgi gibi güç dengesini açığa çıkaracak kavramlarla ilişkilendirilmesinin önemine dikkat çekmişlerdir.

Tablo 1.1: SERT Yeterlikleri

SERT I. Terapi için eşitlikçi bir temel oluşturma	1. Yeterlik: Kültürel söylemin yansımalarını (<i>enactments</i>) açığa çıkarma Bağlamsal dinleme Kültürel söylem ile ilgili konuşmayı genişletme Kültürel söylem çerçevesinde gelişen kişisel anlamları keşfetme Partnerlere daha geniş sosyal bağlamı fark etmeleri yönünde rehberlik etme
	2. Yeterlik: Sosyokültürel duygunun altında yatanları fark etme ve iletme (<i>socio-cultural attunement</i>) Her partnerin sosyo-duygusal yaşantısını anladığını iletme Bağlamsal yaşantının ilişkisel etkilerini keşfetme Terapi sürecine getirilen konularla sosyokültürel yaşantıların bağlantısını kurma İlişkisel bağlamı genişletme
	3. Yeterlik: İlişkisel güç dinamiklerini açığa çıkarma Ortaya çıkması olası olan güç süreçlerini fark etme Güç dinamiklerini görünür kılmak için şimdi ve burada olan süreçleri kullanma Neler olduğunu ayrıntılı bir şekilde anlatma İlişkisel amaçlarla güç süreçlerini bağlama
SERT II. Gücün akışını kesme	4. Yeterlik: İlişkisel açıdan güvenin gelişmesine yardım etme Güçlü partneri hassasiyetlerini paylaşması yönünde destekleme Güçlü partnerin ilişkisel ihtiyaçlarını açığa çıkarma Güçlü daha az olan partnerin güvende hissetmeyle ilgili sorununu adlandırma Hesap verebilirlik konusunda rehberlik etme
	5. Yeterlik: Karşılıklı ahenk geliştirmeye teşvik etme Toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının ilişkide ortaya çıkmasının önüne geçme Ahenk için öncelikle güçlü partnerin adım atmasını destekleme Toplumsal cinsiyet kalıp yargılarının olmadığı anları vurgulama/destekleme Partnerlere nelerin işe yaradığını fark etmeleri yönünde yardım etme
SERT III. Alternatif yaşantının gelişmesine yardım etme	6. Yeterlik: Eşitliğe dayalı bir ilişki yaklaşımı ortaya çıkarma/geliştirme Danışanların öykülerini eşitlikçi bir bakış açısıyla dinleme Partnerleri eşitlik üzerinde düşünmeye davet etme Eşitliğe ilişkin görüşlerin sonuçlarını irdeleme Partnerleri sosyokültürel örüntülere direnmeye davet etme
	7. Yeterlik: İlişkisel sorumluluğun paylaşılmasına yardım etme Öncelikle güçlü partnerle çalışma İlişkisel anlamlara, arzulara/isteklere ve sonuçlara odaklanma Ortaklığı (<i>mutual engagement</i>) destekleme Sorumluluğun paylaşılmasını geçerli kılma (<i>validate</i>) ve destekleme

Kaynak: Knudson-Martin, C. ve Huenergardt, D. (2015). Bridging emotion, societal discourse, and couple interaction in clinical practice. C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal discourse, and couple interaction* içinde, s. 8. New York: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.

İkinci aşama olarak gücün akışını kesme yönünde vurgulanan iki yeterlik (ilişkisel açıdan güvenin gelişmesine yardım etme, karşılıklı ahenk geliştirmeye teşvik etme), terapistin her iki partneri de birbiri üzerindeki etkileri konusunda hesap verebilir olmaya ve duygusal hassasiyetlerini paylaşmaya davet ederek çift düzeyinde toplumsal cinsiyet rollerinin ötesinde karşılıklı olarak birbirleri tarafından “hissedildiklerini hissettikleri” bir ortam oluşturmasıyla bağlantılıdır (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015). SERT yaklaşımına göre gücün akışı; gücü daha az olan partnerin daha hassas (*vulnerable*) olmasından ve kendini güvende hissetmemesinden ötürü, öncelikle gücü daha fazla olan partnerle çalışılarak onun ilişkisel bir yönelim geliştirmesi, hassasiyetlerini ve ilişkisel ihtiyaçlarını paylaşması yoluyla kesilmektedir (Knudson-Martin, 2013). Her iki partnerin de hassas olduğu böylesi bir aşamada, bir bakıma partnerlerin birbirini etkileme güçlerinin de denk hale getirildiği söylenebilir. Bu denklik, bir yandan ilişkisel açıdan güvenin gelişmesine ortam hazırlarken, bir yandan da partnerlerin birbirinin en derinde olan duygularını anlamaları, anladıklarını birbirine iletmeleri yoluyla toplumsal cinsiyet kalıp yargılarına birlikte direnmede işbirliği geliştirmelerini de kolaylaştırmaktadır (Knudson-Martin ve diğerleri, 2015).

Daha güçlü konumda olan partnerin diğeriyle bağlantı geliştirmesiyle başlayan değişim süreci, üçüncü aşamada belirtilen yeterlikler (eşitliğe dayalı bir ilişki yaklaşımı ortaya çıkarma/geliştirme, ilişkisel sorumluluğun paylaşılmasına yardım etme) ile terapistin, alternatif yaşantının gelişmesine yardım etme yönünde çiftlere rehberlik etmesiyle devam etmektedir. Daha geniş sosyal bağlamın etkilerinin ilişki içerisindeki yansımalarının artık görünür olduğu bu aşamada partnerler, bir bakıma söz konusu yansımaların sınırlayıcı etkilerinin yerine daha adil ve ikisini birden destekleyen yeni ilişki örüntülerini tanımlayarak geliştirmeye davet edilirler (Estrella ve diğerleri, 2015). Partnerlerin tüm yönleriyle ilişkisel sorumluluğu paylaşmalarının, ortaklık geliştirmelerinin ve sosyokültürel örüntülere direnmelerinin beklendiği bu aşamanın aynı zamanda SERT sürecinin genel amacı olan -Knudson-Martin’in en başta alıntılanan cümlelerinde de vurgulanan- “toplumsal cinsiyeti yapılandırma” ile bağlantılı olduğu düşünülebilir.

1.7.1.2. İlişkisel Güçlendirme Yaklaşımı

Diyalojik ya da ilişkisel bir yaklaşım özellikle çift terapisi ile ilgilidir. Çiftler, terapiye sıklıkla birbirinden bağlantılarını kesmiş ve kutuplaşmış bir şekilde başladıklarından ve ilişkisel kaynakları tükenmiş olduğundan, terapinin en önemli amacı da hem terapi sürecinde hem de partnerler arasında, her birinin ilişkide tüm yönleriyle kendisi olmasını sağlayan diyalogun geliştirilmesidir.

Mona DeKoven Fishbane (1998)

İlişkisel güçlendirme yaklaşımının temel amacını oluşturan bu cümleler, özerk bir kişinin aynı zamanda diğeriyle bağlantıda olan yönünü vurgulayarak benliği ilişkisel bir bağlamda ele alan Buber'ın (2004) "diyalog" kavramını ön plana çıkarmaktadır. Buber'a göre diyalog, ilişki içerisinde, bir kişinin özne olup diğeri nesneleştiği "Ben-O" (*I-It*) konumu yerine, ancak iki kişinin de iki özne olarak kendileri olduğu "Ben-Sen" (*I-Thou*) arasında gelişebilir. Bu çerçevede aynı zamanda ilişkisel yönü olan özerklik, Fishbane'in (2001) ifadeleriyle "bir kişinin hem kendi ihtiyaçları ve istekleri konusunda net hem de ilişkisellik için hazır oluşunu" yansıtmaktadır. Fishbane'e göre ilişkisel olarak hazır oluş ise, "diğeri tarafından etkilenme, anlama ve anlaşılma, çatışma sırasında bile bağlantıda kalma, kendini ifade ederken bile diğeri öyküsünü (*narrative*) duyma, diğeri ilişkisel olarak hesap verebilir olma, güç mücadelesine girmeden farklılıkları müzakere etme" gibi becerilerle ilişkilidir.

Öncelikli olarak "nörobiyolojideki gelişmelerde" (Fishbane, 2008) temellenen ilişkisel güçlendirme yaklaşımında -adından da anlaşıldığı üzere- "ilişkide olan benlik" (Fishbane, 2001) kavramına ve diyaloga verilen özel önem, araştırmacıya yaklaşımın, FYDİGP'nin genel amacıyla bağlantılı bir şekilde feminist kuramla bütünleştirilebileceğini düşündürmüştür. Nitekim Fishbane (2013, s. xxx) de, çalışmalarında temel aldığı kuramsal yaklaşımlardan söz ederken, kendi bakış açısını "bütüncül-ilişkisel" (*integrative-relational*) olarak tanımlamakta ve feminist bir anlayışla geliştirilen İlişkisel-Kültürel Kuramı (Jordan, Walker ve Hartling, 2004) yaklaşımının merkezine yerleştirmektedir. İlişkisel-Kültürel Kurama göre, içinde bulunan kültürün yansımalarını taşıyan güç mücadeleleri karşısında partnerlerin; kendileri, birbirleri ve ilişkinin kendisi hakkında farkındalık kazanarak aralarında bağlantı geliştirmeleri beklenir (Bergman ve Surrey, 2000; Jordan, 2000). Fishbane'in uygulamalarında ayrıca -feminist bakış açısıyla benzer doğrultuda- tüm aile üyeleri arasında dengeli bir verme-alma sürecine özellikle eğilen ve ilişkisel hesap verebilirliği vurgulayan Bağlamsal Terapinin (Boszormenyi-Nagy ve

Krasner, 1986) ve güç ilişkileri-eşitsizlikler açısından hâkim olan kültürel söylemin danışanların öykülerine nasıl yansıdığını irdeleyen Öyküsel Terapinin (Madigan, 2011; White ve Epton, 1990) etkileri görülmektedir.

İlişkisel güçlendirme yaklaşımında da SERT’de vurgulandığı gibi duyguların bağlamsal olduğu anlayışı önemlidir ve bir kişinin hem kimlik gelişiminde hem de yakın ilişkilere yaklaşımında; beynin işleyişi, sosyokültürel bağlam ve kişisel tarih/öykü olmak üzere üç faktörün rolüne dikkat çekilir (Fishbane ve Wells, 2015). Bu anlayışa göre çift ilişkilerinde güç mücadeleleri de, kültürel değerlerle (rekabet, bireysellik, ataerkillik, hiyerarşi vb.) ve partnerlerin geçmişlerinde kendilerini zorlayan olaylar/durumlar karşısında -nörobijolojik açıdan- otomatik olarak geliştirdikleri baş etme tepkileriyle (*survival reactions*) bağlantılı bir şekilde açığa çıkar (Fishbane, 2011). Bir çiftin ilişkisinde gözlenebilen, “savaş ya da kaç” (*fight-or-flight*) tepkileriyle ilişkili bir şekilde gelişen, bir tarafın eleştirme/saldırganlık diğer tarafın ise içe çekilme/duvar örme davranışları bunun örneklerindedir (Fishbane, 2013). “Kazan-kaybet” bakış açısına dayalı böylesi ilişki örüntülerinde; sözgelimi, bir erkek sosyalleşme sürecinde duygularını saklaması ve bağımsızlığını koruması yönünde aldığı mesajlardan ötürü, kadının bağlantı ihtiyacını bağımsızlığına yönelik bir tehdit olarak algılayabilir; kadın ise, başkalarının ihtiyaçlarını kendininkilerin önünde tutması ve erkeğe uyması yönünde sosyalleşmesi nedeniyle erkeğin ulaşılabilir olmaması karşısında reddedilmiş hissedebilir. Her iki konum da, savaşma ya da kaçmayla ilişkili otomatik tepkileri beraberinde getirebilir ve partnerler arasında her ikisinin de kendini anlaşılmamış hissettiği (aslında her iki tarafın da kaybettiği) etkileşim örüntülerinin ortaya çıkmasına neden olabilir (Fishbane, 2011). Her iki tarafın tepkilerinin de birbirini tetiklediği bu örüntüleri Fishbane (2013, s. 6) “amigdaların dansı” (*dance of amygdalas*) şeklinde tanımlamaktadır. (Dans, çift ve aile terapisi alanında sıklıkla kullanılan ve etkileşim örüntülerini ifade eden bir kelimedir.)

Beyinde, duygusal beyin olarak da anılan limbik sistemin bir parçası olan amigdala, başta korkuya dayalı olmak üzere duygusal tepkilerin oluşmasından ve yaşantıların anı olarak kaydedilmesinden sorumludur (Siegel, 1999). Çevreyi tehdit ya da tehlike olup olmasına göre tarayan amigdala, herhangi bir tehlike karşısında kendini koruma içgüdüleriyle (başka deyişle, baş etme stratejisi olarak) hızlı bir şekilde sempatik sinir sistemini harekete geçirerek bedene tehlike alarmını

gönderir ve -olay ya da durum henüz bilinçli bir şekilde kavranmadan- savaşmaya ya da kaçmaya yol açan otomatik tepkileri de beraberinde getirir (Fishbane, 2007). Çift ilişkisinde, bu çerçevede, otomatik tepkilerin döngüsel bir şekilde birbirini tetiklemesi sonucunda tepkisellik dansı başlamış olur. Fishbane (2011) bu dansı daha sonra, partnerlerin sıklıkla kendi davranışlarını haklı çıkarma yönünde birbirini suçladıkları bir oyunun izlediğini; karşılıklı suçlamanın da aralarındaki güç mücadelelerinin artarak devam etmesine neden olduğunu belirtmektedir.

Beyinde amigdalayla bağlantı kurarak onu yatıştıran kısım ise prefrontal kortekstir (Fishbane, 2008). Mantıklı düşünme, muhakeme etme, karar verme gibi üst düzey bilişsel işlevlerin yürütüldüğü prefrontal korteks, bu bakımdan aynı zamanda duyguların düzenlenmesine, tepkisel davranmadan önce durmaya ve düşünerek hareket etmeye olanak sağlar (Fishbane, 2007). Fishbane (2008), terapi sürecinin de bir bakıma beyin bu kısmının ve amigdalayla bağlantısının güçlendirilmesi yoluyla, stres yaratan anlarda bile kendini teskin edebilmenin ve kendini düzenlemenin öğrenilmesiyle ilişkili bir şekilde ilerlediğine dikkat çekmektedir. Ona göre, danışanların tepkisellik danslarını dışarıdan bir bakışla gözlemlemelerini kolaylaştıran teknikler (hayal etme, duygusunu adlandırma, nefesine odaklanma vb.) söz konusu güçlendirme sürecine katkı sağlayabilir. Bu doğrultuda Fishbane (2013), partnerlerin birbirine gösterdikleri tepkileri anlamlandırmaları ve davranışlarını düzenlemeleri yönünde farkındalık geliştirmeleri amacıyla yürüttüğü uygulamaları, psikoeğitsel bir müdahaleye benzer şekilde “nöroeğitim” (*neuroeducation*) olarak kavramsallaştırmaktadır.

Her partnerin hem kendisi hem de diğeri hakkında ilişki içerisinde birbirine bağlı olarak geliştirdikleri davranış örüntüleri çerçevesinde farkındalık kazanmasının beklendiği yaklaşımda; buraya kadar paylaşılanlar, partnerlerin sistemik bir bakış açısı edinmelerinin önemine de işaret etmektedir. Nitekim Fishbane (2013), her birinin terapinin başlangıcında sorunlarının sebeplerini doğrudan diğeriyle davranışlarıyla açıkladığı doğrusal bakış açısının, süreç içerisinde özellikle de tepkiselliğin çalışılmasıyla birlikte döngüsel olana doğru yol aldığını belirtmektedir. Bu bağlamda da ilişkiyi güçlendirme yaklaşımının amaçları, yine onun ifadeleriyle “bireysel olandan sistemik ve ilişkiyi bir perspektife; bağımsızlıktan bağlılığa (*interdependence*); rekabetten işbirliğine; münakaşadan diyaloga doğru yön değiştirme” (s. 12) olarak açıklanmaktadır.

Yaklaşımın güçlendirmeye olan vurgusu, güç kavramının nasıl ele alındığına da yansımaktadır. Fishbane (2011), gücün “bir kişinin diğerini etkilemesi ya da diğeri üzerinde belirleyici olması” (*power over*) yönündeki geleneksel tanımının; feminist anlayışla bağlantılı olarak (Allen, 1998; Fishbane, 2001), kendisi üzerinde güç sahibi olma (*power to*) ve birlikte güçlenme (*power with*) kavramlarını da içerecek şekilde genişletilmesini önermektedir. Buna göre, kazanmaya ya da kaybetmeye, rekabete dayalı mücadelelerin ötesinde güç, hem kişisel açıdan hem de çift düzeyinde eşitliğe dayalı bir ilişki oluşturma yönünde bir beceriye de dönüşebilir (Fishbane, 2011).

Kendisi üzerinde güç sahibi olma; kişinin “kendi yaşamının yazarı olması” (White ve Epton, 1990) bakış açısını yansıtır şekilde, değerlerine uygun seçimler yapabilme ve kendi yaşamını şekillendirebilme yeteneğini ifade etmektedir (Fishbane, 2001). Bir bakıma tepkisel davranışların yerini, kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenebilmenin aldığı kişisel açıdan güçlenmeyi ifade eden boyut, Fishbane’in (2013, s. 132) “daha önceden otomatik olan davranışlarının bir seçim haline getirilebileceği” düşüncesi ile ilişkilidir. Burada, kişisel olarak güçlenmenin diğerini göz ardı eden bir bireyselliği değil; aksine, ilişkisel bir yönelimle tepkisel ya da savunmada olmadan kendi payına düşenin sorumluluğunu almayı, diğerinin ihtiyaçlarına ve duygularına da duyarlı bir şekilde hesap verebilir olmayı içerdiğine dikkat edilmelidir (Fishbane, 2001).

Birlikte güçlenme ise, diğeri ile gücünü paylaşma ve işbirliği geliştirerek sevgiye, güvene, saygıya, ortaklığa -dolayısıyla eşitliğe- dayalı bir yaşam oluşturma yeteneğini içermektedir (Fishbane, 2013). SERT yaklaşımında vurgulanan “ilişkisel sorumluluğun paylaşılması” ile de ilişkili olan bu boyutun; partnerlerin ilişki içerisinde kendilerine yönelik geliştirdikleri farkındalığın ötesinde, biz bilinci içerisinde hareket etmelerini ve bu doğrultuda hem birbirinin hem de ilişkinin kendisinin bakımıyla ilgilenmelerini (Fishbane, 2011) gerektirdiği düşünülebilir. Birlikte güçlenmeyi, yine öyküsel yaklaşımın kavramlarıyla Fishbane (2013), “ilişkinin ortak yazarları olma” ifadesiyle açıklamaktadır.

Bu aşamada, güç mücadelelerine neden olan ilişki örüntülerinin, sosyal bağlamın yansımalarını da taşıdığı bilgisi hatırlanacak olursa; Fishbane’in (2011) her partnerin hem kendisi üzerinde güç sahibi olma hem de birlikte güçlenme yollarının da içinde bulunulan kültürün etkisine (toplumsal cinsiyet rollerini de

içerecek şekilde) açık olduğu vurgusunu paylaşmak yerinde olacaktır. Ona göre; yoksulluk, ayrımcılık ya da travma gibi dışsal baskılar bir kişinin kendisi üzerinde güç sahibi olma yeteneğini de sınırlandırabilir. Bu nedenle, çift ilişkilerinde partnerlerin birbirini etkileme yollarının (özellikle fiziksel şiddet riski açısından) ve güç farklılıklarının değerlendirilmesinin müdahale sürecinin önceliğini oluşturduğu söylenebilir.

Etki süreçlerinin ve güç farklılıklarının değerlendirilmesi ise sosyokültürel yaşantılarla da ilişkili bir şekilde, özellikle her partnerin içinde yetiştiği ailenin kuşaklararası öyküsünden, bu bağlam içerisinde de kendi kişisel öyküsünden ilişkiye yansıttığı hassasiyetleri (*vulnerabilities*) ve bunlarla -otomatik bir şekilde- başa çıkma yolları (*survival strategies*), ilişkide tepkisellik dansının ortaya çıkmasına neden olduğunda kolay değildir (Scheinkman ve Fishbane, 2004). Böylesi anlarda genellikle partnerler; duygularını nasıl düzenleyeceklerini ya da birbirine nasıl ulaşacaklarını bilmemekte; birinin kendi hassasiyetlerine dayalı olarak gösterdiği baş etme tepkisi, diğerinin hassasiyetlerini ve baş etme tepkisini harekete geçirmekte ve bu döngünün kendini tekrarlamasına bağlı olarak da güç mücadeleleri içerisinde sıkışıp kalmaktadırlar (Fishbane, 2011). Fishbane'e (2013) göre söz konusu dans, geçmişin anılarıyla şimdiki zamanda yaşanan duyguların binişik olması nedeniyle, tepkiselliğin dışsallaştırılarak geçmişin ve şimdinin birbirinden ayrılması önemlidir. Scheinkman ve Fishbane (2004) bu doğrultuda, tepkisellik dansının görsel bir şekilde açığa çıkarılarak tepkiselliğin yeniden anlamlandırılmasını sağlayan Hassasiyet Döngüsü Diyagramını (*the Vulnerability Cycle Diagram*) geliştirmişlerdir. FYDİGP'de de bu teknikten, eşlerin kişisel ve kültürel öykülerine dayalı bir şekilde ilişkilerine aktardıkları hassasiyetlerinin ve başa çıkma stratejilerinin, aralarındaki güç dinamiklerine yansımalarını irdelemeleri yönünde yararlanılmıştır.

İlişkisel güçlendirme yaklaşımı genel olarak değerlendirildiğinde; çiftlerin; her iki partnerin de kaybettiği ve kendisini kurban olarak hissettiği güç mücadelesine yol açan ilişki örüntülerinden, iki tarafın da kendisinin farkında olduğu diyaloga dayalı bir ilişkisellekle güçlerini paylaştıkları yeni örüntüler oluşturmaya davet edildikleri görülmektedir (Fishbane, 2001). Yeni örüntüler ise, çatışma ya da tepkisellik karşısında kendini düzenleme, amaçlı bir şekilde seçimler yapma (kendisi üzerinde güç sahibi olma) ve diğerine empati, saygı, cömertlik vb. göstererek

yaklaşma (birlikte güçlenme) yoluyla oluşturulabilir (Fishbane, 2013). Bu doğrultuda Fishbane (2011), partnerlerin birbiri üzerinde belirleyici olma çabalarını içeren güç dinamikleri karşısında ilişkiisel güçlendirmenin boyutları olarak kendisi üzerinde güç sahibi olmayla ve birlikte güçlenmeyle bağlantılı olan belirli becerileri tanımlamıştır. Söz konusu beceriler Tablo 1.2’de özetlenmiştir.

Tablo 1.2: İlişkiisel Güçlendirme: Güç Mücadeleleri Karşısında Kendisi Üzerinde Güç Sahibi Olma ve Birlikte Güçlenme Becerileri

Belirleyici/Baskın Olma Dinamikleri	
Fiziksel şiddet, tehdit, yıldırma Küçümseme, aşağılama Güç mücadelesi, tahakküm Saygısızlık, suçlama	
Kendisi Üzerinde Güç Sahibi Olma Becerileri	Birlikte Güçlenme Becerileri
Esneklik, davranışa geçmeden önce düşünme (<i>thoughtfulness</i>), yansıtıcılık (<i>reflection</i>) Kişisel sorumluluk, duyarlı olma (<i>responsiveness</i>) Duygu düzenleme, kendini teskin etme Benliğin farklılaşması, sınırlar İlişkiisel bir talepte bulunma Saygılı çatışma	İlişkiisel sorumluluğun paylaşımı Biz bilincini geliştirme Empati Saygı, farklılıkları kabul etme Bakım, cömertlik Onarma, özür dileme

Kaynak: Fishbane, M. D. (2011). Facilitating relational empowerment in couple therapy. *Family Process*, 50(3), 337-352.

FYDİGP, yaklaşımın nöroeğitim kavramına benzer şekilde, psikoeğitsel bir süreci içerdiğinden hem kendisi üzerinde güç sahibi olma hem de birlikte güçlenme kapsamında özetlenen beceriler ve bu becerilerin geliştirilmesine yönelik önerilen araçlar (Fishbane, 2013); oturumlarda çiftlerin güç dinamiklerinin somut bir şekilde ele alınmasına kaynaklık etmiştir. Özellikle çatışma anında verilen tepkilerin anlamlandırılmasında, aynı zamanda prefrontal korteksin işlevlerini yansıtan kendisi üzerinde güç sahibi olma becerilerinden duygu düzenlemeyi (duygusunu adlandırma, nefesine odaklanma vb.), kendini teskin etmeyi (tartışmayı dondurma gibi) ve ilişkiisel bir talepte bulunmayı (*making a relational claim*) kolaylaştıran teknikler, ilişkiisel olarak hesap verebilirliğe dayalı bir ortamın hazırlanmasına katkı sağlamıştır. Söz konusu becerilerden ilişkiisel bir talepte bulunmaya ise “ilişki içerisinde her iki tarafın da söz sahibi olmasını” (Fishbane, 2001) sağlaması ve diğer birçok beceriyi içermesi açısından özellikle odaklanılmıştır.

İlişkiisel bir talepte bulunma, Fishbane’in (2013, s. 157) tanımıyla “ihtiyaçlarını ve duygularını diğerinin duyabileceği şekilde söyleyebilme” ile ilişkilidir. İhtiyaçlarını ve duygularını ifade edecek şekilde kendine ilişkin farkındalığı; diğerine sözünü ulaştırabilecek şekilde diğerinin ihtiyaçlarını ve duygularını bilmeyi; ifadelerinin

ilişkiyi nasıl etkileyeceğini düşünmeyi gerektirmesi açısından bu becerinin, yaklaşımın genel amaçlarını da yansıttığı düşünülebilir. Fishbane'e (2011) göre ilişkiel bir talepte bulunma ayrıca toplumsal cinsiyete duyarlı bir bakış açıyla ele alındığında, cinsiyet rollerinin -eleştirel bir yaklaşımla- sorgulanmasını da kolaylaştırabilir.

FYDİGP'de birlikte güçlenme becerilerinden ise öncelikli olarak ilişkiel sorumluluğun paylaşımına, biz bilincini geliştirmeye ve bakım vermeye odaklanılmıştır. Bu becerilerden biz bilincini geliştirme de özellikle Hassasiyet Döngüsü Diyagramı tekniği ile bütünleştirilmiş ve eşlerin tepkisellik karşısında güç paylaşımına dayalı ilişki dinamikleri oluşturmaları yönünde işbirliği yapmaları desteklenmiştir.

1.7.1.3. Arkadaşlığın Geliştirilmesi

Kalıplaşmış cinsiyet rollerinin hem zayıf hem de güçlü yanları paylaşmayı engellemesine karşın arkadaşlık, bir kişinin ilişki içerisinde tüm yönleriyle kendisi olabilmesi ve bütün bir insan olarak paylaşması demektir.

Claire Rabin (1996, s. 67)

Yakın arkadaşlık; ilişki içerisinde birbirini çok iyi tanıyan, iletişime açık, karşılıklılık gözetilen ve adil davranan iki kişiyi içerir.

Pepper Schwartz (1994, s. 28)

FYDİGP kapsamında vurgulanan arkadaşlık teması; Rabin'in (1996), kültürlerarası bir şekilde Amerika'da (Seattle), İngiltere'de ve İsrail'de ilişkide eşitliğin kavramsallaştırılması amacıyla heteroseksüel çiftlerle yürüttüğü çalışmalar temelinde geliştirdiği uygulama modeline dayanmaktadır. Rabin, bu çalışmalarda arkadaşlık çerçevesinde ele aldığı değerler (saygı, güven, koşulsuz kabul, kişisel özgürlük, sevgi, dürüstlük, ilgiler vb.), ilişkide eşitlik ve yakınlık arasındaki bağlantıları ortaya koyarak feminist bir bakış açısıyla yürütülen terapi sürecinde amaçlardan birinin partnerler arasında arkadaşlığın geliştirilmesi olabileceğini ileri sürmüştür. Arkadaşlığın ise ortaklığa dayalı bir yaşam oluşturma, kişisel özerklik ve toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili ikircikli duyguların üstesinden gelme olmak üzere üç yolla geliştirilebileceğini vurgulayan Rabin, bir bakıma arkadaşlığı eşitliğin temel koşulu olarak ele almıştır.

Arkadaşlığa ilişkin benzer bir kavramsallaştırma, Schwartz'ın (1994) "Denk Bireyler Arasında Aşk" (*Love Between Equals*) adlı kitabında eşitliğe dayalı evliliklere (*peer marriage*) ilişkin yaptığı betimlemelerde dikkat çekmektedir.

Rabin'in de etkilendiği yazarlardan biri olması itibariyle bu aşamada, Schwartz'ın evlilikte arkadaşlığa ilişkin düşüncelerini kısaca özetlemek anlamlı olacaktır. Schwartz'ın yukarıda alıntılanan sözlerinden de anlaşılacağı üzere, yakın arkadaşlık ancak birbirini çok iyi tanıyan ve karşılıklı olarak birbirinin gelişimini destekleyen bireyler arasında gelişebilir. Birbirini çok iyi tanımanın ise, hem SERT'de hem de İlişkisel Güçlendirme yaklaşımında vurgulandığı gibi ilişkisel bir özerklik gerektirdiği düşünülebilir. Çünkü birbirini iyi tanımak; diğerinin en derinde hissettikleri, güçlü yanlarına ek olarak hassas ya da zayıf yanları ve ihtiyaçları ile ilgilenmeyi de kapsayacak şekilde, her iki tarafın ilişki içerisinde kendisi olarak yer alabilmesini beraberinde getirir. Böylesi ilişkilerde iki tarafın da birbirine denk konumlarda düşüncelerini paylaşabildiği ve ilişkisel olarak talepte bulunabildiği, dolayısıyla farklılıkların desteklendiği ortak bir yaşam/yaşantılar oluşturma ön plandadır. Buna göre de, arkadaş olabilen partnerlerin "bir olmak" gibi bir amacı yoktur ve bir olmaktan öte "iki kişi olarak" ortaklık geliştirirler. Schwartz, "bir olma" ifadesindeki "bir" sözcüğünün çoğu zaman kadınların erkekleri memnun etmeleri mesajını taşıyan ve onların kişiliğini önemsiz hale getiren (*dehumanizing*) geleneksel cinsiyet rollerine bağlı olarak "erkeği" yansıttığını belirtmektedir. Bu açıdan yakın arkadaşlık ona göre, ilişkide hiyerarşiye yol açmasından ve karşılıklılığı engellemesinden ötürü geleneksel cinsiyet rollerini terk etmeyle ve partnerlerin hem birbirinin hem de ilişkinin iyi oluşu yönünde işbirliği yapmalarıyla bağlantılıdır.

Schwartz'ın görüşleriyle benzer doğrultuda Rabin (1996), farklılıkların kabulünü, özgeciliği, serbest seçimleri ve iki tarafın da iyi oluşunu destekleyen derin bir bağı içermesinden hareketle, arkadaşlık ilişkisinin ancak eşitlik temelli bir ortamda gelişebileceğini vurgulamaktadır. Çünkü yakın arkadaşlık; onun ifadeleriyle "tarafaların birbiri üzerinde hâkimiyet kurmadıkları, karşılıklı ilgiye ve saygıya dayanan" bir ilişkiyi yansıtmaktadır (s. 59). Bu bağlamda ona göre, eşitliğe dayanan bir ilişkinin temel amaç olduğu uygulama sürecinde, odaklanması gereken öncelikli konu da arkadaşlık olacaktır.

Rabin (1994, 1996) önerdiği modelde terapi sürecinin amaçlarını, üç farklı ülkeden çiftlerle yaptığı görüşmelerin içerik analiziyle ulaştığı temalara göre şekillendirmiştir. Bu doğrultuda belirlediği dört amacı şöyle sıralamıştır: 1) çiftlerin arkadaş olmalarına yardım etme, 2) güçlendirme, 3) iletişimde toplumsal cinsiyetle

bağlantılı ikilemlerin üstesinden gelme, 4) ortak bir yaşam anlayışı (*shared ideology*) oluşturma. Çiftlerin söz konusu dört temayı nasıl ele aldıklarına göre ilişkilerinde eşitliği gerçekleştirme derecelerinin de değişeceğini belirten Rabin, genel amacın, çiftlerin bütünüyle ilişkilerini eşitlik çerçevesinde gözden geçirebilmelerini kolaylaştırmak olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda, her amaç birbiriyle ilişkili olmakla birlikte, birindeki gelişmenin diğerindeki değişimi de başlatabileceği düşünülebilir.

Rabin'e (1996) göre ilk tema olan arkadaşlığın gelişmesi yollarından biri; ortaklığa dayalı bir yaşam oluşturmayı sağlayacak yönde ortak yaşantılar edinmedir. Geleneksel cinsiyet rollerinin çok küçük yaşlardan itibaren kadını ve erkeği birbirinden farklı dünyalara ayırmasının tersi yönde eşit partnerler, cinsiyet rollerinin ötesinde ortak bir dünyayı paylaşırlar. Rabin'in örnekleriyle, partnerlerin her ikisi de, sözgelimi, maddi endişelerle geceleri uyuyamamanın, çocuk hastalandığında onunla evde kalmayı istemenin ya da cinselliği başlatmanın ve dolayısıyla reddedilebilmenin nasıl yaşantılar olduğunu kendisi de yaşadığı için bilir. Böylesi ilişkilerde partnerlerin, ilişki içerisinde almak yerine daha çok vermeye odaklı oldukları düşünülebilir. Rabin, bu doğrultuda arkadaşlığın gelişmesinin yollarından birinin de kişisel özerklikten geçtiğini belirtmektedir. Çünkü ona göre, eşit ilişkilerde partnerlerin her ikisi de, kişisel ilgileri desteklendiğinden kendini güvende hissederek vermeye odaklanır. Arkadaşlığın gelişmesi yollarından sonuncusu ise, eşitlik ideallerine rağmen eşit bir toplumda yaşamamanın bir getirisi olarak partnerlerin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili ikircikli duygularının üstesinden gelmeleridir. Rabin'e göre söz konusu ikircikli duygular; geleneksel rollerden eşitlikçi rollere geçiş sürecinin bir uzantısı olarak değişmeye karşı dirençle ya da değişimin bir çatışma kaynağı olması korkusuyla ilgili olabilir. İkircikli duygulara; kadınların çocuk bakımından tek başlarına sorumlu olmayı bıraktıklarında suçluluk duymaları ya da eşlerinden ne kadar yardım isteyecekleri konusunda karmaşa yaşamaları; erkeklerin ise eşleriyle kendilerini karşılaştırdıklarında yeterince para kazanamama endişesi ya da çocuk bakımında yeterli olamama korkusu örnek olarak verilebilir. Bu duyguların yönetilmesinin partnerler arasındaki samimiyetin artmasına katkı sağlayacağı da düşünülebilir.

İkinci tema olan güçlendirme ise, partnerler arasında gücün paylaşılmasıyla bağlantılıdır. Rabin (1996) de güçlendirmeyi, İlişkisel Güçlendirme yaklaşımına

benzer şekilde, güç kullanımına alternatif bir kavram olarak önermekte ve partnerlerin birbirinin kişisel seçimlerini ve özerkliğini desteklemeleri çerçevesinde ele almaktadır. Bu kavramsallaştırmanın da ilişkisel bir özerkliğe olanak tanıdığı ve bir bakıma partnerleri ilişkilerinin iyi oluşu yönünde işbirliği geliştirmeye davet ettiği söylenebilir. Rabin'in şu sözleri bunun bir göstergesi olarak değerlendirilebilir: "...güçlendirme, kişisel kazanımların bütünüyle ilişkinin iyiliği çerçevesinde müzakere edildiği kişilerarası bir süreçtir." (s. 53)

Rabin (1996, 1998) üçüncü amacı oluşturan iletişimde toplumsal cinsiyetle bağlantılı ikilemlerin üstesinden gelme temasında; güç konularının meta-iletişim düzeyinde (SERT yaklaşımında vurgulanan meta-kurallara benzer şekilde) açığa çıktığını; bu doğrultuda da daha güçlü olan partnerin tartışma konusunu seçme, daha çok söz söyleme ya da istediği zaman konuyu değiştirme gibi belirleyici davranışlarda bulunacağını belirtmektedir. Ona göre eşit ilişkilerde partnerler, pek çok konuda denk düzeyde iletişime açık bir duruş göstermekle birlikte, "meta-iletişimleri üzerine bile konuşabilir" (*'metacommunicate' about the communication*), iletişimlerini rahatlıkla çözümleyebilirler. Öte yandan geleneksel roller, özellikle çatışma sırasındaki iletişimde partnerlerin konuyu açıklıkla ele almaları önünde önemli bir engeli oluşturabilir. Rabin (1994, 1998) bu bağlamda, hem literatürdeki araştırmaların (örneğin, Gottman ve Krokoff, 1989) sonuçlarında hem de kendi çalışmalarında çatışma yaşayan çiftlerde karşılaştığı yaygın bir ilişki örüntüsü olan erkeğin duvar örme ya da duygularını ifade etmeme gibi çatışmadan kaçınmaya yönelik davranışlarını, kadının ise bu davranışlar karşısında talepkar olmasını toplumsal cinsiyete dayalı ikilemler çerçevesinde ele almaktadır. Ona göre çatışmadan kaçınma, konu hakkında konuşmama hakkını içeren bir güç kullanımı olabileceği gibi, talepkar davranış da değişim ihtiyacıyla ya da söz konusu güç kullanımına yönelik geliştirilen karşı bir duruşla bağlantılı olabilir. Nitekim Gottman ve Notarius (2000) da kaçınma-talepkar olma (*withdraw-demand*) örüntüsünü sonraki çalışmalarında, güç ve etki konularıyla ilişkilendirerek her partnerin davranışının diğerinin davranışını tetiklediği "iki yönlü/karşılıklı bir etki örüntüsü" olarak kavramsallaştırmışlardır. Çift ilişkilerinde etki süreçlerinin incelenmesinde sistemik bir bakış açısını önemli kılan bu sonucun, iletişim ve çatışma çözme konularının toplumsal cinsiyet bağlamında ele alınması ihtiyacını da beraberinde getirdiği düşünülebilir. Bu doğrultuda, bir bakıma söz konusu ihtiyaca yönelik bir

şekilde Rabin'in (1996) bir amaç olarak vurguladığı üçüncü tema (aynı zamanda SERT ve İlişkisel Güçlendirme yaklaşımlarının da eğildiği konu olarak) FYDİGP'nin içeriğindeki odaklardan birini oluşturmuştur.

Son tema olan ortak bir yaşam anlayışı oluşturmada Rabin (1996), çalışmalarında yer alan eşitlikçi partnerlerin ortak bir dünyayı paylaşmalarıyla da ilişkili bir şekilde ortak değerlere sahip olmalarından hareketle, eşitliğin partnerlerin hem birbiriyle hem de toplumla bağlantı geliştirmelerine de ortam hazırladığını ifade etmektedir. Ona göre, böylesi çiftlerde paylaşmanın kendisi de bir değerdir ve partnerler, birbiri üzerinde baskı oluşturmama yönünde özenli hareket etmekle birlikte aynı duyarlılığı çevrelerindeki ilişkilerinde de gösterirler. Topluma dâhil olmayı beraberinde getiren bu yaklaşımı Rabin şu ifadelerle özetlemektedir: “Eşitlik hissi, genel olarak insanlara daha geniş bir dünya toplumunun bir parçası olma hissiyle bağlanma ile ilişkili görünmektedir.” (s. 115)

Rabin'in modelinde kullandığı kavramlardan bir kısmı (özellikle arkadaşlık ve ortak bir yaşam anlayışı oluşturma), feminist bir kavramsallaştırma ile olmasa da, Gottman'ın (1999, 2011) “Güçlü İlişki Evi” (*The Sound Relationship House*) olarak adlandırdığı modelde yer alan kavramlardan bazılarıyla benzerlik göstermektedir. Gottman'ın davranışçı bir yaklaşımla geliştirdiği model, “Aşk Laboratuvarı” olarak da bilinen Seattle'daki (ABD) araştırma enstitüsünde uzun yıllar boyunca çiftlerle yürüttüğü çalışmalardan elde ettiği deneysel ve gözlemsel sonuçlara dayanmaktadır. Gottman (1999, s. 105), bu modelde mutlu ilişkiler inşa etmeleri yönünde çiftlerde geliştirilmesi amaçlanan, evin temelinden çatısına doğru “sevgi haritaları oluşturmak, ilgi ve beğeniyi paylaşmak, birbirine yönelmek, olumlu bakış açısı, çatışmayı yönetmek, hayallerini gerçekleştirmek, ortak anlam yaratmak” olmak üzere yedi aşamadan söz etmektedir. Modelin ilk basamağında yer alan “sevgi haritaları” kavramı ise, arkadaşlığı yansıtan bir ifade olarak Gottman ve Silver'ın (2002, s. 48) tanımıyla “zihinde partnerinin yaşantılarıyla ilgili bilgilerin saklandığı yere” işaret etmektedir. Arkadaşlığın bir bakıma evin temelini oluşturduğu bu kavramsallaştırmaya göre, partnerler birbirini ne kadar yakından tanır ve birbiriyle ilgili olurlarsa sevgi haritaları da o kadar genişleyecektir. “Evliliği Sürdürmenin Yedi İlkesi” (*The Seven Principles for Making Marriage Work*) başlığıyla yayınladıkları kitapta Gottman ve Silver, ilk ilkenin sevgi haritalarının genişletilmesi olduğunu belirterek çiftlere bu yönde öneriler ve kendi aralarında

uygulayabilecekleri örnek etkinlikler sunmuşlardır. Sevgi haritaları kavramından ve söz konusu etkinliklerden birinden arkadaşlığın geliştirilmesi çerçevesinde FYDİGP’de de yararlanılmıştır.

Gottman ve Silver (2002) ayrıca ilkelerden birinde “etki” kavramına değinmiş; erkekleri erkliği, başka deyişle gücü paylaşmaya davet etmişlerdir. Erkeklerin duygusal açıdan partnerleriyle bağlantı geliştirebilmelerinin ve değişime açık bir duruş göstermelerinin öneminin ele alındığı bu ilkenin, her ne kadar sosyal bağlama yeterince vurgu olmasa da, SERT yaklaşımında “karşılıklı etki” olarak ifade edilen boyut için somut dayanaklar sunduğu düşünülmektedir.

Güçlü İlişki Evi modelinin yedinci aşamasında, bir diğer deyişle çatısında yer alan “ortak anlam yaratma” ise benzer doğrultuda kitapta yedinci ve son ilke olarak vurgulanmıştır. Çiftlerin biz bilinciyle ortak bir yaşam felsefesi geliştirmelerinin öneminin somut önerilerle ele alındığı bu ilkenin, Rabin’in (1996) modelinde ilişkide eşitliğin temel değer olduğu bir anlayışla işlendiği görülmektedir. FYDİGP’nin temel amacıyla da bağlantılı olarak ortak yaşam anlayışı oluşturma, bu çalışmada; eşlerin eşitliğe ve güçlerini paylaşmaya dayalı olarak geliştirmeye odaklandıkları ilişkilerinde (dolayısıyla eşitlik temelinde) ortak değerlerini belirleyerek tanımlamaları çerçevesinde kavramsallaştırılmıştır.

Yaklaşımında çatışmaların nasıl yönetildiğine özel olarak eğilen Gottman (1999, 2011), yürüttüğü araştırmalarda sıklıkla karşılaştığı etkileşim örüntülerine dayalı olarak ilişkileri sonlanmaya kadar götürebilen dört iletişim engeli tanımlamıştır. “Mahşerin Dört Atlısı” adıyla çift ve aile terapisi alanında yaygın bir şekilde kullanılan bu iletişim engellerini Gottman (1999, s. 42), “eleştirme, savunma, aşağılama/küçümseme, araya duvar örme” olarak sıralamıştır. FYDİGP’de dört atlıdan, eşlerin çatışma sırasında birbirine verdikleri tepkilerde iletişim engellerini fark etmeleri yönünde eğitsel bir materyal olarak yararlanılmıştır. Eşlerin kullandıkları iletişim engelleri toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde irdelenmiş, böylece çatışma sırasında iletişim konusu Rabin’in (1996) de önerdiği şekilde feminist bir perspektiften ele alınmıştır.

1.7.2. Denge Modeli ve Benlik Yönelimleri

Yalnızca insanların kendilerini bağımsız bir kendilikle tanımlamayı nasıl öğrendiklerini değil, aynı zamanda başkalarıyla bağlantıda olarak kendimizi nasıl tanımlamayı öğrendiğimizi incelemek önemlidir. İnsan gelişimine ilişkin geleneksel kuramlar, olgunluğun; özerkliğin ve akılcı, kendine dönük davranışların artmasıyla eşleştirildiği bir 'bağımsızlık' modeline dayanmaktadır. Bu modele göre karar verildiğinde; kadınlar genellikle kendilik hissi geliştirmemiş kişiler olarak görünür ve akılcı yönü yüksek derecede gelişmiş kişiler, duyguları yüksek derecede gelişmiş kişilerden daha olgun sayılırlar.

Carmen Knudson-Martin (1994)

Çift ve aile terapisi alanında ilk olarak Bowen'ın (1966) kavramsallaştırdığı "benliğin farklılaşması", bir bireyin gelişim süreci içerisinde kendisini duygusal ve düşünsel açıdan ailesinden ve başkalarından ayrı tutarak bağımsızlaşmasına işaret etmektedir. Bu süreci bir doğruyla ifade eden Bowen, doğrunun bir ucuna özerkliği, diğer ucuna ise duygusal olarak bağımlılığı (dolayısıyla farklılaşmamayı) yerleştirmekte; özerkliği ve ilişkiselliği iki zıt yönelim olarak ele almaktadır. Knudson-Martin (1994), Bowen'ın yaklaşımının ailenin duygusal bir bütünlük oluşturduğu, bireyin kişisel gelişiminin temellerinin de bu bütünlük içerisinde yer aldığı anlayışı ile aile terapisi alanına büyük katkılar sunmakla birlikte, -yukarıda alıntılanan cümlelerinden de anlaşılacağı üzere- bireyselliğin ve birlikteliğin karşılıklılık içeren yönüne tam anlamıyla değinmemesi nedeniyle, farklılaşma kavramının ilişkiselliği de içerecek şekilde genişletilmesini önermiştir. Eleştirel bir perspektiften yazdığı makalede Knudson-Martin, bir bakıma olgunluğun geleneksel olarak erkeğe atfedilen bağımsızlık, bireysellik vb. kavramlarla açıklanmasına yönelik getirilen feminist eleştirilere (örneğin, Chodorow, 1978; Gilligan, 1982) aile terapisi alanında ses olmuştur. Bu doğrultuda Knudson-Martin (1996), FYDİGP'nin geliştirilmesinde yararlanılan modellerin hepsinde de ele alındığı üzere, kişisel gelişimin yalnızca başkalarından psikolojik olarak ayrılma ve özerklik gereksinimini değil, aynı zamanda başkalarıyla ilişkide ya da bağlantılılık içerisinde kendine ilişkin farkındalığı içerdiğini vurgulamıştır.

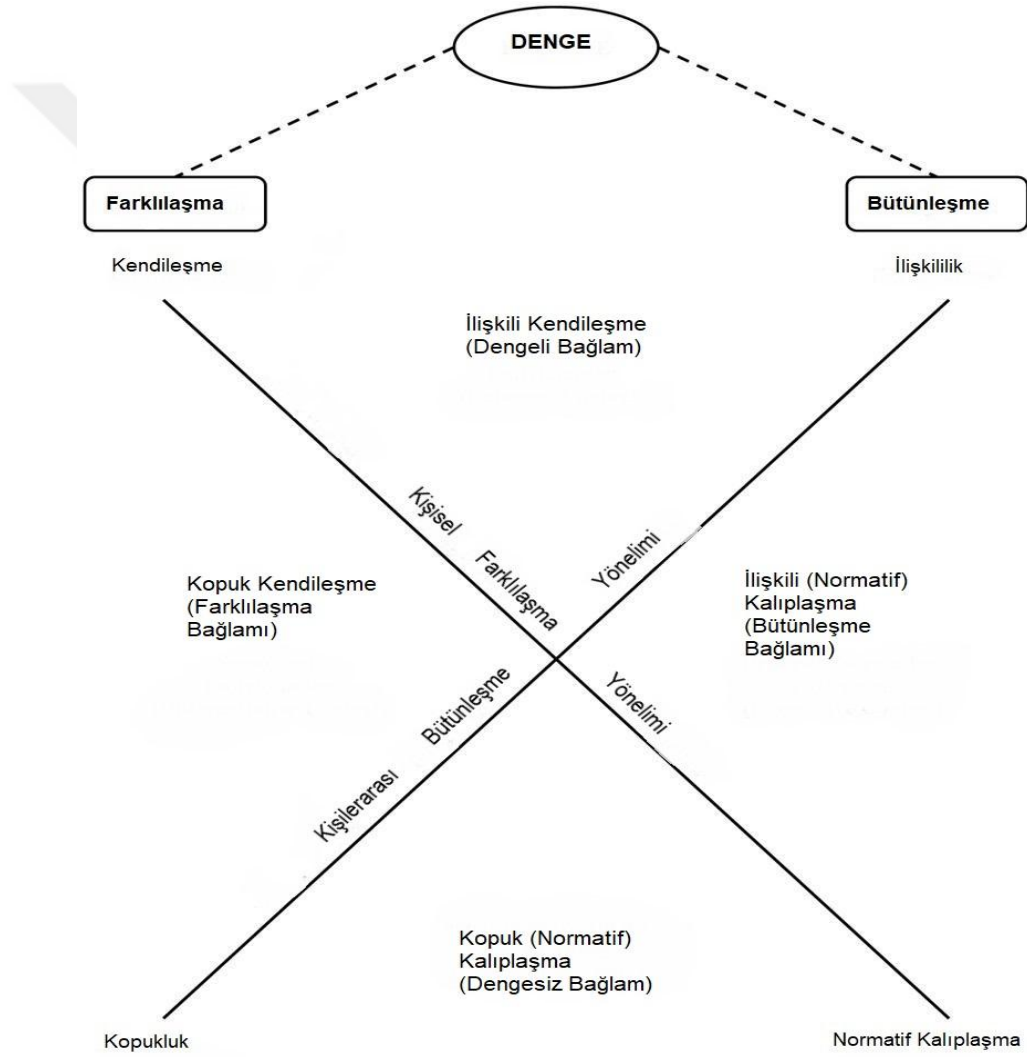
Feminist yaklaşımlarla ilişkili bir şekilde benlik yönelimlerinin ele alınabilmesi amacıyla bu çalışmada kullanılan Denge Modeli, her ne kadar sosyal psikoloji alanından doğmuş olsa da, Knudson-Martin'in görüşlerini yansıtırçasına "farklılaşmanın ve bütünleşmenin birbirinden ayrı, ancak birbirini tamamlayan iki gereksinim olduğu" (İmamoğlu, 1998, 2003) anlayışına dayanmaktadır. Bu doğrultuda Batı toplumlarının bağımsızlığı ön plana çıkaran ideal benlik yaklaşımının ve bağımsızlığın ya da kendileşmenin başkalarından ayrışmayı

gerektirdiğini içeren zıtlık ön kabulünün (İmamoğlu, 2003; İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007; İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011) keskin sınırları karşısında, daha bağlamsal bir yaklaşım olarak da düşünülebilecek model; benliğin bireyselci-toplulukçu kültür kategorilerine göre tanımlanmasının ötesinde, sosyal etkileşim içerisinde düşünülmesine ve içinde bulunulan kültürel değerlere göre yorumlanmasına olanak sağlamaktadır (Gezici ve Güvenç, 2003). Söz konusu bağlamsallık, İmamoğlu'nun (1998) Denge Modelinin temellerine değinirken Gestalt psikolojisiyle de ilişkili bir şekilde belirttiği “doğal düzenin farklılaşmış öğelerinin karşılıklı bağlılık içeren dengeli bir sistemi olduğu” kabulünün bir sonucu olarak da görülebilir. Buna göre, doğadaki dengeyle de ilişkili bir şekilde, insanların da farklılaşma ve bütünleşme yönelimlerinin birlikte bir denge yaratacağı varsayımının modelin özünde yer aldığı düşünülebilir.

İmamoğlu (2003) modelde iki ayrı, ancak birbirini tamamlayıcı gereksinim olarak ele alınan farklılaşma/ayrışma ve bütünleşme yönelimleri temelinde dört farklı benlik tipinin ortaya çıkabileceğini belirtmiştir. Benlik tiplerini, modelin özünü oluşturan benliğin iki yöneliminin (ilişki yönelimi *-interrelational orientation-* ve gelişme yönelimi *-self developmental orientation-*) alt ölçeklerini oluşturduğu ölçme aracı (Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği) yoluyla belirlediği çalışmalarında İmamoğlu (1998, 2003); iki alt ölçekten alınan puanların ortalamasını kesme noktası olarak almıştır. Buna göre; kişilerarası bütünleşme yöneliminin (başka deyişle ilişki yöneliminin) üst ve alt uçları sırayla “ilişkililik” ve “kopukluk”; kişisel farklılaşma yöneliminin (başka deyişle gelişme yöneliminin) üst ve alt uçları ise sırayla “kendileşme” ve “kalıplaşma” olarak kavramsallaştırılmıştır. Modelin ve söz konusu benlik tiplerinin görsel bir özeti Şekil 1.2'de sunulmuştur.

Modelde bir kişinin aile ve çevresiyle ne kadar ilişkide olduğu ilişki yönelimi; gelişim sürecinde ne derece normatif olanı ya da kendi özünü (potansiyellerini, ilgilerini, düşüncelerini vb.) dayanak aldığı ise gelişme yönelimi ile açıklanmaktadır (İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007). Şekil 1.2'den de anlaşılacağı üzere, her iki yönelimin yüksek ya da düşük olmasına göre benliğin farklılaşmaya ve bütünleşmeye ilişkin denge durumu da değişmektedir. Bu doğrultuda da dengede olan benlik tipinin, hem farklılaşma hem de bütünleşme düzeyinin yüksek olduğu “ilişkili kendileşme”, en dengesiz olanın ise hem farklılaşma hem de bütünleşme düzeyinin düşük olduğu “kopuk kalıplaşma” olarak ele alındığı görülmektedir

(İmamoğlu, 2003). Yüksek ya da düşük düzeyin arasında yer alan “kopuk kendileşme” ve “ilişkili kalıplaşma” ise sırayla yalnızca farklılaşma ve yalnızca bütünleşme gereksinimlerinin karşılandığı benlik tiplerini oluşturmaktadır (İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007). Bununla birlikte İmamoğlu ve diğerleri (2011), modelde vurgulanan “denge” durumunun yüksek puanlar kadar düşük puanlar arasında da bir denge olabileceği algısı yaratması karşısında, dengeyi “öğelerin birbirine denliği (veya muvazene) anlamında” kullanımını değil; “ahenkli, uyumlu veya tatminkâr şekilde” bir arada olmalarını yansıttığını belirtmektedirler.



Şekil 1.2. Denge (Dengeli Bütünleşme-Ayrışma) Modeli (İmamoğlu, 2003)

Modelde dengenin hem farklılaşma (gelişme yönelimi) hem de bütünleşme (ilişki yönelimi) gereksiniminin ahenkli bir şekilde karşılanmasına yönelik kavramsallaştırılması, FYDİGP’de “farklılaşma” konusunun ele alınmasında “denge” ifadesinin kullanımına da kuramsal bir temel oluşturmuştur. Farklılaşmanın ve bütünleşmenin birbirinden ayrı, ancak birbiriyle ilişkili olduğu savı, modele dayalı olarak gerçekleştirilen pek çok araştırmada da (örneğin, Gezici ve Güvenç, 2003; İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2007) desteklenmiştir.

1.7.3. İlişki Geliştirme Programları

Çift ve aile terapisi literatüründe önleyici çalışmalar kapsamında değerlendirilen ve temelde romantik ilişki içerisindeki bireylerin ilişkilerindeki niteliği artırma amacıyla geliştirilen programlar, uygulandığı çiftlerin ya da bireylerin özelliklerine göre “evlilik ilişkisini geliştirme”, “evliliğe hazırlık”, “evlilik öncesi eğitim”, “çiftlerin iletişimi”, “evlilikte stresi ve boşanmayı önleme” gibi başlıklarla ele alınmaktadır (Markman ve Rhoades, 2012). “İlişki geliştirme” kavramının tercih edildiği bu çalışmada, “geliştirme/güçlendirme” ve “eğitim” ifadeleri arasındaki ince fark göz önünde bulundurulmuştur. Her iki ifadeyi birbirinden ayırmak kolay olmasa da ve çoğu zaman kavramlar birbirinin yerine kullanılsa da, eğitimlerde daha çok bilişsel, geliştirme/güçlendirmede ise daha çok yaşantısal bir yapının ön plana çıktığı (Gladding, 2011) ayrımı, araştırmacının tercihinin dayanağını oluşturmuştur. Öte yandan FYDİGP, yaşantısal bir temelde geliştirilmekle birlikte, içeriğinde yer alan konuların kavramsallaştırılması ve belirli becerilerin öğrenilmesi doğrultusunda eğitsel materyaller yoluyla uygulanmıştır.

Bowling, Hill ve Jencius (2005) tarihsel olarak evli çiftlere yönelik programların hazırlanmaya ve uygulanmaya başlamasının; ilişki içerisindeki bireylerin kendileri ve partnerleri hakkında farkındalık kazanmalarına, partnerlerinin duygu ve düşüncelerini anlamalarına, ilişkilerinde empati ve yakınlığın artması doğrultusunda etkili iletişim ve problem çözme becerilerini öğrenmelerine yardım etme amacına dayandığını belirtmektedirler. Önleyici bir temelde çiftlerin ilişkilerinde stresin azaltılması ve gelecekte ortaya çıkabilecek zorluklara karşı ilişkisel olarak güçlendirilmeleri odağı ise, bu programları çift ve aile terapisi alanında güncel ve önemli hale getirmiştir (Markman ve Halford, 2005).

İlişki geliştirme programları ilk olarak 1960'lı yıllarda dini kurumlarca uygulanmış olup eğitimlerin etkililiği üzerine araştırmaların yürütülmesine 1970'li yıllarda başlanmıştır (Halford, 2004). Zaman içerisinde ise, boşanma oranlarının artmasına yönelik geliştirilen bir önlem olarak programlar, devlet politikalarında da yerini bulmuştur. Örneğin, ABD'de Florida gibi bazı eyaletlerde çiftlerin, daha evlenmeden bu eğitimlere katılmaları teşvik edilmekte (Murray, 2005); ABD'nin yanı sıra Avustralya, Norveç gibi gelişmiş ülkelerde ilişki eğitimlerine önemli yatırımlar yapılmaktadır (Yalçın, 2012).

Dünyadaki gelişmelerle benzer doğrultuda Türkiye'de de son yıllarda, özellikle de ASAGEM tarafından gerçekleştirilen V. Aile Şurası'nda (2008) konunun öneminin vurgulanmasıyla birlikte, ilişki geliştirme üzerine yürütülen çalışmalar artmaya başlamıştır. Hatta bir sonraki yıl ASAGEM (2009) bünyesinde bir program geliştirme komisyonu oluşturularak ülke geneline yaygınlaştırılması planlanan bir proje niteliğinde (eğitim-iletişim, hukuk, iktisat, medya ve sağlık alanlarında çiftler için kazanımlar içeren) "Aile Eğitim Programı" hazırlanmıştır. Bununla birlikte, Türkiye'de ilişki geliştirmeye dönük hizmetlerin, uygulama alanının da yeni gelişmekte olması nedeniyle tam anlamıyla yapılandırılmadığı, yürütülen çalışmaların ise ağırlıklı olarak üniversitelerde gerçekleştirilen deneysel araştırmalar olduğu görülmektedir.

Genel olarak çiftlerin duygularını paylaşabilecekleri, partnerleri ve diğerleri tarafından kabul edildiklerini hissedecekleri olumlu ve gelişme yönelimli bir ortamın oluşturulması temelinde ilişki geliştirme programları, grup düzeninde yürütülmekte ve uygulamalarda çiftlerin birbirinin deneyimlerini gözlemlemeleri aracılığıyla da beceri geliştirmeleri beklenmektedir (Bowling ve diğerleri, 2005). Markman ve Rhoades (2012) inceledikleri 30 çalışmadan hareketle, bu programların kuramsal temelinde, davranışçı ve sosyal öğrenme yaklaşımlarıyla bağlantılı bir şekilde, bir ilişkide geliştirilen iletişim ve çatışma yönetimi becerilerinin zaman içerisinde artan ilişki kalitesiyle ilişkili olduğu anlayışının yattığını belirtmişlerdir. Konu üzerinde yürütülen meta-analiz çalışmaları da (örneğin, Blanchard, Hawkins, Baldwin ve Fawcett, 2009; Fawcett, 2006) programların çiftlerin dayanıklı ve doyum veren bir ilişki inşa etmelerinde, ilişki kalitelerinin artmasında etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Türkiye’de evli çiftlere yönelik geliştirilen ve etkililiği incelenen sınırlı sayıda programda da benzer sonuçlarla karşılaşılmıştır. Sevim (1996) transaksiyonel analize dayalı olarak geliştirdiği programın evlilik doyumu ve yetişkin ego durumu; Kalkan (2002) evlilik ilişkisini geliştirme programının evlilik uyumu; Karahan (2007) geliştirdiği iletişim programının eşlerde pasif çatışma eğiliminin azaltılması; Canel (2007) problem çözme odaklı programının evlilik doyumu; Kalkan ve Ersanlı (2008) bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı olarak geliştirdikleri programın evlilik uyumu; Mert (2014) geliştirdiği sistemik yönelimli aile eğitim programının çift uyumu; Baygöl ve Avcı (2016) çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı olarak geliştirdikleri programın çift uyumu üzerindeki etkilerini ortaya koymuşlardır.

Bu çalışmada, yürütülen araştırmalardan farklı olarak ilişki geliştirme anlayışı, FYDİGP’nin kuramsal temellerini oluşturan yaklaşımlarda da vurgulandığı üzere, sosyal bağlama duyarlı bir bakış açısıyla genişletilmiştir. Program kapsamında çiftlerde geliştirilmesi amaçlanan beceriler (iletişim, kendini düzenleme, çatışma çözme vb.), eşlerin aralarındaki toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıklarını irdelemeleri, birbirine güç vererek ve birlikte güçlenerek ilişkilerinde eşitliğe dayalı etkileşim örüntüleri geliştirmeleri yönünde ele alınmıştır.

1.7.4. Çift Uyumu

Literatürde evlilik ilişkileri üzerinde en çok araştırma yapılan konulardan biri olan çift uyumu, ilişkilerin niteliğini değerlendirmeye olanak sağlayan bir kavramdır. İlişkilerin niteliği ise, eşlerin evlilik ve aile yaşamının değişen koşullarına uyum sağlayabilmeleri, birbirinin ihtiyaçlarını ve beklentilerini dengeleyebilmeleri gibi ilişkiyel süreçlerle bağlantılıdır (Fışıloğlu, 2001). Çift uyumunun bu bağlamda, eşlerin ilişkilerini nasıl algıladıklarını ve ilişkileri hakkında neler hissettiklerini de içerecek şekilde, en temelde ilişkinin kalitesini yansıttığı düşünülebilir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005).

Literatürde evlilik uyumu ile eş anlamda kullanılan çift uyumu, her ne kadar çift ve aile terapisi alanındaki araştırmalarda temel alınan değişkenlerden biri olsa da, tanımlanmasında kavramsal bir netlik sağlanamadığı görülmektedir (Erbek ve diğerleri, 2005; Fışıloğlu ve Demir, 2000; Spanier, 1979; Yılmaz, 2001). Nitekim ilişkili kavramlar olmaları itibarıyla evlilik uyumunun; evlilik/ilişki doyumu, evlilikte/ilişkide mutluluk, ilişkiden memnuniyet gibi ifadelerle birbirinin yerine

gececek şekilde kullanıldığı dikkat çekmektedir. Kavramların bir bakıma araştırmalarda yararlanılan ölçme araçlarının boyutlarını yansıttığı düşünülürse, bu çalışmada kullanılan ölçme aracıyla (Çiftler Uyum Ölçeği) ilişkili bir şekilde, Spanier'in (1976) çift uyumunu nasıl ele aldığına değinmek anlamlı olacaktır.

Spanier (1976) çift uyumunu dinamik ve değişebilen bir süreç olarak kavramsallaştırmaktadır. Eşlerin, söz konusu sürecin içeriğini oluşturan yaşam olaylarında ve aralarındaki etkileşimde gösterdikleri değişimin derecesi ise uyum düzeyine işaret etmektedir. Buna göre, çift uyumunun kendisi bir süreç olduğunda; sürecin belirleyicileri de, eşler arasındaki farklılıkların ve gerilimin, her birinin kaygısının, çift doyumunun, eşlerin birbirine bağlılığının ve ilişkinin işlevselliğinde önemli olan konularda gösterdikleri fikir birliğinin derecesi olacaktır (Spanier, 1979). Sürecin davranışsal çıktıları olarak tanımlanan bu özellikler; geliştirilen ölçme aracının çift doyumunu (*dyadic satisfaction*), eşler arası bağlılık (*dyadic cohesion*), eşler arası fikir birliği (*dyadic consensus*) boyutlarına da yansımış, analizler sonucunda üç boyutun yanı sıra dördüncü bir boyut olarak duygusal ifade (*affectional expression*) ortaya çıkmıştır (Spanier, 1976). Bütünüyle değerlendirildiğinde, çift uyumu kavramının bireylerin ilişkilerine yönelik öznel algısını içeren ilişki/evlilik doyumunu (Erbek ve diğerleri, 2005) ifadesini de içerdiği düşünülebilir.

Proulx, Helms ve Buehler (2007) 93 araştırmaya dayalı olarak yürüttükleri meta-analiz çalışmasında, evlilik kalitesinin eşlerin kişisel olarak iyi oluşlarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Literatürde yer alan araştırmaların birçoğunda ayrıca çift uyumunun; iletişim ve çatışma çözme (örneğin, Addis ve Bernard, 2002; Hacı, 2011; Malkoç, 2001; Stanley, Markman ve Whitton, 2002), eşin duygusunu dışavurması (Kara, 2013), problem çözme ve güvenli bağlanma (örneğin, Demir, 2016; Kobak ve Hazan, 1991) gibi ilişki becerileri yansıtan değişkenlerle ilişkilerinin ele alındığı görülmektedir. Benzer doğrultuda, eşlerin FYDİGP çerçevesinde geliştirdikleri yaşantıların ve etkileşimlerin ilişkilerindeki niteliğin artmasına katkı sağlaması umulmakla birlikte, süreçteki yaşantıların ve etkileşimlerin sosyal-bağlamsal bir bakış açısıyla irdelenmesi odağı, bu çalışmanın en özgün yanını oluşturmaktadır.

2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmanın temel konuları hakkında literatürde heteroseksüel çiftlerle yürütülen çalışmalar özetlenmiştir. Güç paylaşımı ve ilişkide eşitliğe ilişkin araştırmalar aynı başlık altında sunulmuş, ardından benlik yönelimleri ile ilgili çalışmalara değinilmiştir. Her iki başlık kapsamında ilgili değişkenlerin çift uyumuyla birlikte ele alındığı çalışmalara da yer verilmiştir.

2.1. Güç Paylaşımı ve İlişkide Eşitlik ile İlgili Çalışmalar

Güç paylaşımı ve ilişkide eşitlik ile ilgili ağırlıklı olarak yurtdışında yapılan çalışmalar, aşağıda kronolojik bir sıralamayla sunulmuş olmakla birlikte, SERT yaklaşımına dayalı çalışmalar birbiriyle bağlantılı olduğundan, aralarındaki ilişkiler de belirtilerek arka arkaya ele alınmıştır. Türkiye’de konuyla ilgili ulaşılabilen yalnızca bir araştırmanın sonuçları ise yurtdışındaki çalışmaların ardından özetlenmiştir.

Gray-Little ve Burks (1983), içinde buldukları zamana değin literatürde evlilikte güç dağılımı ve evlilikten duyulan memnuniyet arasındaki ilişkileri incelemeye odaklanmış olan çalışmaları eleştirel bir şekilde değerlendirerek söz konusu araştırmalarda öne çıkan sonuçları özetlemişlerdir. İncelenen araştırmalarda, hem güç dağılımı hem de evlilik kalitesi/evlilik doyumu kavramlarının tanımlanmasının ve ölçülmesinin zorluğu, en belirgin sınırlılık olarak dikkat çekmiştir. Güç konusunun nasıl kavramsallaştırıldığına göre üç bölüme ayrılarak incelenen çalışmalarda, evlilikte gücün; ilk iki bölümde “erkeğin belirleyici olduğu”, “kadının belirleyici olduğu” ya da “eşitlikçi” olmak üzere yapılan sınıflandırma, üçüncü bölümde ise birinin diğerini kontrol etmesine kaynaklık eden temeller (*power bases*) (bilgi, ödül, ceza vb.), başka deyişle kontrol etmede kullandığı stratejiler çerçevesinde ele alındığı görülmüştür. Kendini anlatmaya ya da araştırmacının gözlemlerine dayalı olmasına göre ayrılan ilk iki bölümdeki araştırmaların çoğunda (örneğin, Centers, Raven ve Rodrigues, 1971; Sprenkle ve Olson, 1978; Szinovacz, 1978) tutarlı bulunan sonuç; en düşük evlilik doyumunun kadının belirleyici olduğu ilişkilerde, en yüksek evlilik doyumunun da eşitlikçi eşler arasında belirtilmesi olmuştur. Öte yandan bu çalışmalarda gücün -aynı zamanda bir sınırlılık olarak- yalnızca “karar verme” bağlamında ele alındığı görülmüştür. Güç kullanma stratejilerine göre değerlendirilen çalışmalarda (örneğin, Birchler, Weiss

ve Vincent, 1975; Wills, Weiss ve Patterson, 1974) ise eşler arasında güç dağılımı konusu açık bir şekilde incelenmemekle birlikte, eşlerin birbirini kontrol etme davranışlarına odaklanıldığı; bu davranışlardan da en çok zorlayıcı (*coercive*) kontrol stratejilerinin evlilikten doyum almama ile ilişkili olabildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Rabin (1994), Amerika'da (Seattle) eşitlik ideali olan çiftlerin evliliklerinde eşitliği nasıl tanımladıklarını ve ideallerinin nasıl geliştiğini incelemek amacıyla, "cinsiyetçi olmayan, eşitlikçi ve geleneksel olmayan bir ilişkisi olma" ölçütünü karşıladığını belirten 31 çiftle görüşmeler yapmıştır. Gömülü kuram yaklaşımının kullanıldığı çalışmada, genel olarak kadınların evlilikte psikolojik sıkıntı (*distress*) yaşayıp yaşamamalarına göre ilişki dinamiklerinin de farklılık gösterdiği görülerek analiz sonuçları, çiftler yüksek düzeyde ve düşük düzeyde çatışma yaşayanlar olmak üzere iki gruba ayrılarak sunulmuştur. Çiftlerin ifadelerine dayalı olarak sonuçlar; eşitlik kavramı çerçevesinde "eşitliğe yönelmiş olmanın sonuçları" (kadının gücünün artmış olması, iki tarafın da kişisel gelişiminin desteklenmesi vb.) ve "tam anlamıyla eşitliğin sağlanabilmesi için koşullar" (cinsiyet rolleri ile bireysel farklılıkların birbirinden ayrıştırılması, ideolojik olarak benimsenen görüşlerin günlük yaşamın her alanına yansıtılması, erkeklerin ailenin duygusal ihtiyaçlarına daha çok odaklanması, açık iletişim vb.) olmak üzere iki temayı ortaya çıkarmıştır. Genel olarak cinsiyet rollerinin en çok çatışma sırasında eşler arasındaki iletişime ikilem olarak yansımaya (erkeklerin kadınların yaşadığı öfkeye nasıl karşılık vereceklerini bilmemeleri, çatışmadan kaçınmaları vb.) dayalı olarak terapi sürecinde çatışmanın toplumsal cinsiyet bağlamında ele alınmasına yönelik de öneriler sunulmuştur.

Evlilik ilişkisinde algıladıkları eşitlik (karar verme ve sorumluluk paylaşımı boyutlarında) bağlamında, ilişkide eşitliğin görece yüksek düzeyde olması beklenen, her iki eşin de ücretli bir işe sahip olduğu 815 çiftin (genç, eğitim düzeyi yüksek ve iki gelirli bir çiftin ortalama kazancına göre daha çok kazanan) iyi oluşunda cinsiyet farklılıklarını açıklamak amacıyla yürütülen bir çalışmada (Steil, 1997; Steil ve Turetsky, 1987); eşlerin sorumlulukları eşit paylaştıklarını ifade etmelerine rağmen, kadınların daha çok ev işlerinde ve çocuk bakımında, erkeklerin ise daha çok karar vermede sorumluluk üstlendikleri görülmüştür. Eşlerin her birinin iyi oluşunun disforik (değersiz hissetme, yalnız hissetme,

rasyonel olmayan korkular, sürekli kaygı vb.) ya da somatik (baş ağrısı, sindirim problemleri, nefes alma güçlüğü vb.) semptomlara göre değerlendirildiği çalışmada, eşlerin somatik semptom düzeylerinin farklılaşmadığı, ancak kadınların erkeklere göre daha çok disforik semptom belirttikleri bulunmuştur. Hem kadınlar hem de erkekler kariyerlerinden oldukça memnun olduklarını ifade etmekle birlikte, eşler çocuklu ve çocuksuz olarak gruplandırıldığında; karar verme sürecine çok az dâhil olan, çocuk bakımında ise çok fazla sorumluluk üstlenen çocuk sahibi kadınların, evlilikte gücü en az (en az eşit) olan grubu oluşturdukları ve yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı yaşadıkları görülmüştür. Bununla birlikte, annelerin karar verme sürecine daha çok dâhil olduğu, babaların çocukla ilgili daha çok sorumluluk üstlendiği evliliklerde, kadınların daha az disforik semptom belirttikleri; çocuksuz çiftlerde ise erkeklerin, ev içinde daha çok sorumluluk üstlendiklerinde daha az disforik semptom ifade ettikleri dikkat çekmiştir.

Rabin ve Shapira-Berman (1997), 150 İsraili evli çifte uyguladıkları kadın-erkek eşitliğine ilişkin tutumları, rol paylaşımı ve karar vermeye dâhil olma derecesini, bütünüyle ilişkinin ne kadar adil algılandığını ve evlilikte mutluluk (memnuniyet ve gerilim olmak üzere iki boyut) düzeylerini belirleyen ölçme araçları üzerinden kadınların ve erkeklerin yanıtlarını karşılaştırmışlardır. Çalışmada elde edilen önemli bulgunun; eşit düzeyde rol paylaşımı ve karar vermenin, evlilikte mutluluk açısından kadınlarda memnuniyet, erkeklerde ise gerilim boyutunu yordaması olduğu belirtilmiştir. Hem kadınlar hem de erkekler için cinsiyetler arasında eşitlikçi tutumun genel olarak mutluluğu yordadığı görülmekle birlikte, rol paylaşımı ve karar verme çerçevesinde ulaşılan tutarsız sonuç, yalnızca eşitlik idealinin ilişkide eşitlik için yeterli olmadığını göstermiştir.

Knudson-Martin ve Mahoney (1998), eşitlik ideali olan ve ilişkilerini tanımlarken eşitlik yönünde bir dil kullanan (verme-alma, serbest seçim, fikir birliği, ortaklık), evliliklerinin ilk yılındaki -orta sınıftan, Beyaz ve eğitim düzeyi yüksek- 12 çiftle gerçekleştirdikleri görüşmelerde, çiftlerin ilişkilerinde toplumsal cinsiyet eşitliği ile ilgili konulara nasıl değindiklerini irdemişlerdir. Sosyal-bağlamsal ve feminist bir bakış açısıyla gömülü kuram yaklaşımının kullanıldığı araştırmada, eşitlik ideallerine rağmen çiftlerin eşitsizliği ve güç farklılıklarını devam ettiren davranışlar bildirdikleri ve bir "eşitlik miti" ("*myth of equality*", Knudson-Martin ve Mahoney, 1996) geliştirdikleri açığa çıkarılmıştır. Çalışmada eşitlik; eşlerin denk konumda

olmaları (*relative status*), kendilerini karşılıklı olarak birbirlerine göre düzenlemeleri (*accommodation patterns*), karşılıklı olarak birbirlerinin duygularına ve ihtiyaçlarına ilgi göstermeleri (*attention to the other*) ve ilişkide her ikisinin iyi oluşunun da desteklenmesi (*well-being*) boyutlarına (Knudson-Martin ve Mahoney, 2009) göre ele alınmıştır. Sonuç olarak, çiftlerden hiçbirinin tam anlamıyla eşit olamadığı; bir çiftin “eşitliğe bilinçli bir şekilde geçiş”, ilişkilerinde eşitliğe ilişkin konularda sorunlar yaşayan (örneğin, duygusal yakınlığın eksik olduğu) iki çiftin “kabul edilemez bir şekilde eşitsizlik”, diğer çiftlerin ise “eşitlik miti” kategorilerinde yer aldıkları görülmüştür. Çiftlerin ilişkilerinde toplumsal cinsiyete ilişkin ikilemlerle başa çıkma yollarının da incelendiği çalışmada, eşitlik miti kategorisindeki çiftlerin ikilemden kaçınma stratejilerini (iyicil çerçeveleme/mantığa bürüme, konuları gizleme, seçimlerinin sonuçlarını sorgulamama, kabullenme, sorumluluğu kadın partnere yükleme), diğer çiftlerin ise yüzleşme stratejilerini (güç mücadeleleri, kavga etme, müzakere başlatma) kullandıkları; yüzleşme stratejilerinin evlilikteki eşitsizliklerle yüz yüze gelerek değişmeye yönelmeyi yansıtmakla birlikte, eşitliğe bilinçli şekilde geçiş kategorisinde yer alan çiftin, ikilem durumunda bu stratejilerden -güç mücadelelerinin ötesinde- müzakere başlatmaya başvurduğu ve söz konusu stratejinin yoğun duygular yaşansa bile sorun çözülene kadar birlikte çalışma istekliliğini içerdiği vurgulanmıştır.

Aynı araştırma yöntemiyle ve eşitlik tanımıyla, toplumsal cinsiyete ilişkin ikilemlerle başa çıkma yollarının evliliklerin ilerleyen yıllarında farklı olup olmadığını incelemek amacıyla, yine Knudson-Martin ve Mahoney (2005) tarafından yapılan bir başka çalışmada, iki farklı zamanda (1982 ve 2001) yürütülen görüşmelerin içerik analiziyle çiftlerin eşitliğe ilişkin deneyimlerine odaklanılmıştır. İlk grupta (1982) 27, ikinci grupta (2001) ise 28 çiftin yer aldığı çalışmada; bütün çiftler çocuklu olmakla birlikte, birinci gruptaki katılımcılar daha çok Beyaz ve orta sınıftan iken ikinci grubun daha çeşitli olmasına (Afrika kökenli Amerikalı, Hispanik, Asyalı vb.) özen gösterilmiştir. Analiz sonuçları, çiftlerin ilişkilerini “toplumsal cinsiyet ötesi” (*postgender*), “toplumsal cinsiyet mirası” (*gender legacy*) ve “geleneksel” olmak üzere üç kategoriye göre düzenlediklerini ortaya çıkarmıştır. Toplam 55 çiftten 11’i, aile yaşamının bütün yönleriyle sorumluluklarının paylaşılmasını ve geleneksel rollerin reddedilerek ortaklığa dayalı ilişki örüntüleri oluşturma yönünde aktif bir şekilde çalışılmasını içeren toplumsal cinsiyet ötesi

kategorisinde; 37'si, günlük yaşamlarını tanımlarken eşitlikçi bir dil kullanmalarına rağmen pratikte geleneksel rollerin ve güç farklılıklarının gizli bir şekilde devam ettirilmesini yansıtan toplumsal cinsiyet mirası kategorisinde; yedisi de, aile yaşamını bilinçli bir şekilde cinsiyete göre düzenlemeyi ifade eden geleneksel kategorisinde yer almıştır. İlişkide eşitliği ortaya çıkaran süreçlerin ise, değişme isteğiyle (toplumsal cinsiyet konularına ilişkin farkındalık, her iki tarafın da aileye ve işe bağlı olması, durumsal baskılar) ve değişimi kolaylaştıran örüntülerle (aile yaşamı hakkında aktif müzakere, toplumsal cinsiyete ilişkin hiyerarşiyle mücadele etme, yeni yeterlikler geliştirme, ilişkiye ve aile görevlerine karşılıklı olarak ilgi gösterme) bağlantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Knudson-Martin ve Mahoney'in her iki araştırmada kullandıkları yaklaşım ve eşitliğe ilişkin kavramsallaştırma, daha sonra çok kültürlü bir bakış açısıyla, farklı kültürlerdeki çiftlerin toplumsal cinsiyet bağlamında ilişki örüntülerini anlamak amacıyla yürütülen başka çalışmalara da yansıtılmıştır. Eşler arasındaki güç dağılımının terapi sürecinde ele alınabilmesini kolaylaştıran ve bir grup araştırmacı tarafından sosyal bağlama duyarlı bir şekilde gerçekleştirilen bu çalışmalar, SERT yaklaşımının gelişmesinde etkili olmuştur. Aşağıda sırasıyla Singapurlu, Afrika kökenli Amerikalı, göçmen ve İranlı çiftlerle yapılan görüşmelerin analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Söz konusu dört çalışma, özellikle kolektivist bir bağlamın bireyselci değerlerle bulunduğu aşamada çiftlerin deneyimlerinin anlaşılmasına katkı sağlamıştır. Dört çalışmanın ardından sonuçları özetlenen iki çalışma ise yine SERT'e dayalı olmakla birlikte, çalışmalardan birinde karşılıklı ahenk kavramına, diğesinde ise sosyokültürel söylemin terapötik sürece yansımalarına odaklanılmıştır.

Her iki eşin de profesyonel bir meslek sahibi olduğu yeni evli (ortalama evlilik süresi altı ay olan) 20 Singapurlu çiftle yapılan görüşmelerin (Quek ve Knudson-Martin, 2006) içerik analizi sonuçları; geleneksel cinsiyet rollerini norm olarak benimseyen kolektivist bir toplumda çiftlerin, eşitliğe doğru yol alırken (*equality-producing processes*) içselleştirdikleri ideolojik yapı ile günlük yaşamlarındaki deneyimler arasında yaşadıkları çatışmayı ortaya koymuştur. Çiftlerin deneyimlerinde, söz konusu çatışmayla başa çıkmada ve eşitliğe yönelmede doğrudan (kariyer beklentilerinin ilişkinin merkezinde olması, ev işlerinin esnek paylaşımı, karar vermede eşit söz hakkı, çatışma konularında açık iletişim, eşlerin

içsel olarak konuyu sorgulamaları) ve dolaylı (dengiyle evlenme, aile ilişkilerine değer verme, biz bilinci) süreçlerin açığa çıktığı görülmekle birlikte, bu süreçlerden dolaylı olanlarının kolektivist değerler içerdiği dikkat çekmiştir.

Toplumsal cinsiyete dayalı eşitsizlikler ırk ayrımcılığıyla kesiştiğinde, güce ilişkin konularda artan karmaşayı anlamak amacıyla gerçekleştirilen diğer çalışmada (Cowdery ve diğerleri, 2009), 15 -orta sınıftan ve beş yaşının altında çocuğu olan- Afrika kökenli Amerikalı çiftle görüşmeler yapılmıştır. Analiz sonuçları çiftlerin, toplumsal düzeydeki güç dengesizliklerinin bir getirisi olarak, aile üyelerini ayrımcılığın etkilerinden korumak için birlik içerisinde çalıştıklarını ve bu yönde “aile dayanışması” oluşturduklarını ortaya çıkarmıştır. Diğer çalışmalardan farklı olarak bu sonuç, Afrika kökenli Amerikalı çiftlerin eşitlik ideallerini bireysel ihtiyaçlardan ziyade, daha pragmatik ve kolektivist bir şekilde ailenin iyiliği çerçevesinde geliştirdiklerini göstermiştir. Çalışmada; bir yandan eşler arasındaki söz konusu dayanışma duygusunun çocuk bakımında, ev işlerinde ya da maddi sorumluluklarda paylaşımı beraberinde getirirken, diğer yandan toplumdaki ırk ayrımcılığının cinsiyete dayalı güç farklılıklarını tetikleyebildiği (örneğin; kadınların, erkekleri toplumsal düzeyde yaşadıkları küçük düşürücü olayların etkilerinden korumak için ev içerisinde -özellikle de duygusal alanda- eşlerinin daha fazla güç sahibi olmalarına izin vermeleri) de dikkat çekmiştir.

Daha geniş sosyal bağlamın mikro düzeyde çift ilişkilerine yansımalarının irdelendiği çalışmalardan diğerinde (Maciel, Putten ve Knudson-Martin, 2009), Amerika’da Güney Kaliforniya’da (bir kilise aracılığıyla katılımcıları belirlenen) yaşayan 12 göçmen çiftin ilişki dinamiklerine odaklanılmıştır. Çalışmanın katılımcılarını eğitim durumu en az lise düzeyinde olan, Amerika’da bulunma süreleri yedi ve 35 yıl arasında değişen (menşei ülkeler: Arjantin, Küba, Meksika, Kosta Rika, Venezüella, Barbados, Portoriko, Guyana, İrlanda, Trinidad) çiftler oluşturmuştur. Çiftlerle yürütülen görüşmelerin analizi, yine gömülü kuram yaklaşımına göre yapılmış; sonuçlar, “kültürel uyum” (zorunlu uyum, bilinçli bir şekilde kültürün belirli yönlerine uyum, farkında olmadan uyum kodları çerçevesinde üç yolla gerçekleşen) ve “gelişmekte olan yeni bir toplumsal cinsiyet yapısı” olmak üzere süreç içeren iki tema kapsamında yorumlanmıştır. Çiftlerde gelişmekte olan toplumsal cinsiyete ilişkin yapının, bir yandan çift sisteminde gerilim yarattığı bir yandan da eşitlik yönünde değişim için fırsatları (özellikle yeni

kültürü tanıyarak kültürel farklılıkları anlamlandırmakla ve kadın hakları konusunda farkındalık kazanmakla birlikte gelen) ortaya çıkardığı görülmüştür. Araştırmacılar ayrıca kadın ve erkek partner arasında güç dağılımına ilişkin sınırı temsil eden toplumsal cinsiyet çizgisi (*gender line*) kavramını ileri sürmüştür; söz konusu kavram yoluyla kadınların, eşlerine kendi görüşlerini ifade edebilmeleri, istediklerini isteyebilmeleri ve karar verme sürecinde eşlerini etkileyebilmeleri yönünde bu çizgiyi zorladıkları; erkeklerin, sınırın belirleyicisi olmakla birlikte, eşlerini memnun etmek için kadınların etkisine kendilerini açmaya başladıkları sonucunu ele almışlardır. Eşler arasında yaşanan bu dansın ise açık bir şekilde göze çarpmadığı; kadınların, erkeklerin engellenmiş hissedebilecekleri ya da çatışma çıkabileceği korkuyla dikkatli bir şekilde bu çizgiyi zorladıkları belirtilmiştir.

Benzer süreçlere göre yürütülen diğer çalışma (Moghadam, Knudson-Martin ve Mahoney, 2009) kapsamında da, İran'da 14 çiftle (orta sınıftan olduklarını belirten ve yarısı çift terapisi almakta olan) görüşmeler yapılmıştır. Analizler; çiftlerin "huzuru korumak", "ortaklık beklentileri" ve "kadınlara saygı" gibi eşitlik yönünde kültürel değerler çerçevesinde ilişkilerini tanımlamakla birlikte, sosyal düzenin ataerkil yapılanmasından ötürü kadınların kaynaklara ulaşmakta güçlük çektiği, dolayısıyla da çiftlerin eşitlik ideallerinin kısıtlandığı sonucunu ortaya çıkarmıştır. Çiftlerin, sosyal dokuya işlenmiş olan erkeğin egemenliği yönündeki dengesiz güç dağılımının üstesinden gelmelerinde; 1) eşlerin geleneksel cinsiyet rollerini ne derece kabul ettiklerinin, 2) kadınların ev dışındaki işlerinin ne derece değerli bulunduğu, 3) erkeklerin eşlerinin duygularına ve ihtiyaçlarına ne derece ilgi gösterdiklerinin, 4) erkeklerin sosyal düzenin kendilerine sunduğu otoriteyi nasıl kullandıklarının belirleyici faktörler olduğu görülmüştür.

Jonathan ve Knudson-Martin (2012) tarafından, yukarıdaki çalışmalarda kullanılan yaklaşımla ve görüşme formundaki sorulara benzer sorularla gerçekleştirilen başka bir çalışmada da eşler arasındaki ahenk konusuna odaklanılmıştır. En az iki yıldır evli ve onlarla birlikte aynı evde yaşayan beş yaşının altında en az bir çocuğu olan 35 çiftle yürütülen çalışmada ahenk kavramı, eşlerin ilişkisel olarak birbirinin yaşantılarına açık ve duyarlı olmaları olarak ele alınmıştır. Yapılan görüşmelerin analizleri sonucunda çiftler; karşılıklı ahenk (*mutual attunement*) (n=11), engellenmiş ahenk (*thwarted attunement*) (n=22) ve ahenkli olmama (*unattunement*) (n=2) olmak üzere üç kategori altında sınıflandırılmıştır. Karşılıklı

ahenk kategorisindeki çiftlerin deneyimlerinde, eşitlikle de ilişkili bir şekilde, birbirine yönelme (*intentionality*), devamlılık gösteren iletişim (*continual communication*), biz bilinci (*partnership*), karşılıklı anlayış ve ortak karar verme gibi eşlerin birbiriyle bağlantıda olmasını sağlayan stratejiler görülmüştür. Engellenmiş ahenk ve ahenkli olmama kategorilerindeki çiftlerde ise, toplumsal cinsiyetle ilişkili güç farklılıklarını yansıtan paylaşımlar dikkat çekmiş; bu bağlamda, eşler arasında eşit ilişkinin kurulmasında eşlerin karşılıklı olarak birbiri ile bağlantıda ve ahenk içerisinde olmalarının önemi vurgulanmıştır.

ChenFeng ve Galick (2015), toplumdaki cinsiyet rollerine ilişkin hâkim söylemin çift ilişkilerine nasıl yansıdığını irdelemek amacıyla 17 terapisti ve 19 çifti içeren 23 terapi oturumunun gömülü kurama dayalı analizini yapmışlardır. Analiz sonuçları hemen hemen her oturumda terapötik süreci etkilediği belirlenen, “Erkekler yetki sahibi olmalıdır”, “İlişkiden kadınlar sorumlu olmalıdır” ve “Kadınlar erkekleri utanç duygusundan korumalıdır” olmak üzere üç söylemi açığa çıkarmıştır. Terapötik süreçte birlikte ve birbirine bağlı bir şekilde de görülebilen bu üç söylem, terapistlerin davranışlarına da söylemlerle mücadele etme ya da onları onaylama şeklinde yansımıştır. Terapistlerin, onaylama davranışlarını ise çoğu zaman farkında olmadan; daha çok sordukları sorular ve eşlerden hangisinin soruları yanıtladığı, hangi eşin anlattıklarını takip ettikleri ve görüşlerini destekledikleri, sorunu nasıl tanımladıkları gibi yaklaşımları üzerinden gösterdikleri dikkat çekmiştir.

Zimmerman (2000); birinde erkeğin ücretli bir işte çalıştığı-kadının evde çocuk bakımını üstlendiği (1998), diğerinde kadının ücretli bir işte çalıştığı-erkeğin evde çocuk bakımını üstlendiği (1999) çiftlerle yürütülen iki çalışmanın sonuçlarını karşılaştırdığı makalesinde, her iki gruptaki kadınların da erkeklere göre stres ve yorgunluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Makalede; en az yorgunluk yaşayanların çalışan erkekler olduğu bulgusu temelinde, sosyalleşme süreçlerinin etkisiyle kadınların zamanlarının çoğunu kendi ihtiyaçlarının ötesinde çocuklarının ya da eşlerinin ihtiyacını karşılamaya ayırıyor olabildikleri -dolayısıyla duygusal sorumlulukları üstlendikleri- görüşü tartışılmıştır.

Duygusal iş (*emotion work*) dengesi ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada (Holm ve diğerleri, 2001); Amerika'nın batısındaki bir üniversitenin evlilik ve aile terapisi kliniğine yardım almak üzere başvuran -15 çiftin evli olduğu,

24 çiftin ise birlikte yaşadığı- 63 çifte, ön görüşmeler sırasında duygusal iş olarak tanımlanan ifadeleri (tartışma sonrasında özür dileme, bir soruna aktif bir şekilde çözüm önerisi sunma vb.) ne kadar yaptıklarını belirleyen bir ölçme aracı ve -bu tezde de kullanılan- Çiftler Uyum Ölçeği uygulanmıştır. Duygusal iş kavramının, “ilişkide birbirine duygusal açıdan destek verme ve ilişkinin iyi oluşu yönünde gösterilen çabalar” olarak ele alındığı çalışmada; karşılaştırma yapabilmek için çiftler, işleri dengeli bir şekilde yapma ya da kadının/erkeğin daha çok iş yapması olmak üzere kategorilere ayrılmıştır. Analiz sonuçları; hem kadınlar hem de erkekler için ilişki doyumu en yüksek olanların, çift düzeyinde de ilişkilerinde duygusal iş yapma düzeyleri denk olanlar olduğunu göstermiştir.

Haddock, Zimmerman, Ziembra ve Current (2001), hem kadının hem de erkeğin çalıştığı çift gelirli ailelerde sıklıkla iş ve aile sorumluluklarını dengelemede yaşanan güçlükten hareketle, söz konusu dengeyi başarılı bir şekilde oluşturduğunu bildiren çiftlerin deneyimlerini incelemişlerdir. Araştırmaya katılan çiftler; telefon görüşmeleri yoluyla, gönüllülük, evli olma, her eşin ücretli bir işte haftada en az 35 saat çalışması, 12 yaşında ya da daha küçük -haftanın en az yarısında onlarla birlikte aynı evde yaşayan- en az bir çocuk sahibi olma ve kendilerine yöneltilen birkaç soruya iş-aile yaşamındaki dengeyi sağladıklarını yansıtan yanıtlar vermeleri ölçütlerine göre belirlenmiştir. Ölçütleri karşılayan orta sınıftan 47 çift ile yarı yapılandırılmış görüşmelerin yapıldığı araştırmada, gömülü kuram yaklaşımı kullanılarak ev ve iş yaşamında denge sağlamayı kolaylaştıran 10 temel strateji ortaya çıkarılmıştır. Bu stratejilerden beşinin (aileye değer vermek, aile eğlencesine öncelik vermek, basit yaşamak, kararları temkinli bir şekilde almak, zamanın değerini bilmek) eşlerin her ikisinin de günlük yaşamını düzenlemede aile yaşamını ön planda tutmasını, üçünün (işinden anlam bulmak, işte geçirdikleri zamanda işe odaklı ve üretken olmak, işleri üzerinde kontrol sahibi olmak) iş yaşamını verimli kılmalarını, birinin (çift gelirli olmakla gurur duymak) her iki eşin çalışmasına yönelik toplumdaki olumsuz mesajları kabul etmemelerini içerdiği görülmüştür. Stratejilerden bir diğerinde ise, eşlerin ortaklık için çaba gösterdikleri ve bu bağlamda ilişkilerinde eşitlik (sorumlulukları paylaşma, kararları birlikte verme, ilişkisel olarak birbirini destekleme boyutlarında) arayışında oldukları vurgulanmıştır.

Ades (2008), ilişkilerinde eşleriyle güçlerini paylaşan erkeklerin geleneksel olmayan bir yolu seçmelerinde nelerin motive edici olduğunu incelemek için beş yıldır evli ve çocuk sahibi olan 13 erkekle yarı yapılandırılmış görüşmeler yapmıştır. Araştırmacı katılımcıları belirlerken; güç paylaşımını, eşlerin denk konumlarda olmaları, rollerin aktif bir şekilde müzakere edilmesi, kararların ortak bir şekilde verilmesi, ev ve aileyle ilgili sorumluluklara karşılıklı olarak ilgi gösterilmesi çerçevesinde ele alarak altı ölçüt hazırlamış; ölçütleri karşıladığını belirten aday katılımcılarla telefon görüşmeleri yapmış ve kendisinin de ölçütleri karşıladığını onayladığı katılımcılarla çalışmasını yürütmüştür. Gömülü kuram yaklaşımına göre yapılan analiz sonucunda; evlilik öncesi etkiler (içinde yetiştikleri aile, eğitim, sosyal çevre), değerler (kişisel ve sosyal), güç paylaşımını başlatma ve güçlükler-fırsatlar olmak üzere dört tema açığa çıkmıştır. Bu temalar; sosyal çevre, içinde yetiştikleri aile, akademik çevre gibi bağlamsal sebeplerin; eşitlik, adalet gibi sosyal değerlerin ve karşılıklılık, aile önceliği, karşılıklı saygı gibi kişisel değerlerin gelişmesinde etkili olduğu; böylece katılımcıların geliştirdikleri değerler yoluyla güç paylaşımına yöneldikleri şeklinde bir aşamalılık içerisinde ele alınmıştır. Katılımcıların yalnızca güçlerini paylaşmaya yönelmedikleri; aile-iş dengesini sağlama zorluğu, rollerin müzakere edilmesinde yaşanabilen anlaşmazlıklar gibi güçlüklerle de mücadele ettikleri ve kaynaklarını (esnek çalışma saatleri gibi) güç dengesini sürdürme yönünde kullandıkları görülmüştür.

İlişkilerinde eşleriyle güçlerini paylaşan erkeklerin inanç, tutum ve davranışlarının irdelendiği başka bir çalışma da Emmanuel (2011) tarafından yapılmıştır. Araştırmacı katılımcıları belirlerken Locke-Wallace Evlilik Uyum Testi'nden ve Gottman Etkiyi Kabul Etme Anketinden yararlanmış; ölçme araçlarını başlangıçta eşlerin her ikisine de uygulamış; eşlerin ikisinin de evliliğinden doyum aldığını ve erkeğin eşinin etkisini kabul ettiğini belirten 18 çiftten yalnızca erkeklerle görüşmeler yapmıştır. Analiz sonuçları; erkeklerin eşlerinin etkisini kabul etme becerilerinin üç temel faktöre dayandığını ortaya çıkarmıştır. Bu faktörler; 1) derinden sevdikleri, saygı duydukları ve hayran oldukları bir kadınla evlenmiş olmaları, 2) eşlerine ve evliliklerine bağlı olmaları, 3) evliliklerinde çatışmanın rolünü göz ardı etmemeleri ve eşlerinin şikâyetlerini savunmaya geçmeden dinlemeyi öğrenmeleri olarak sıralanmıştır.

Güç paylaşımı ve ilişkide eşitlik ile ilgili yurtdışında yapılan çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde; çalışmaların çoğunun nitel ve gömülü kuram yaklaşımına dayalı bir şekilde yürütüldüğü dikkat çekmektedir. Türkiye’de ise araştırmacının ulaşabildiği kadarıyla; yalnızca, aile terapilerinin feminist kuram açısından değerlendirildiği bir derleme makale (Polat Uluocak ve Bulut, 2011) ve ilişki eşitliği konu edinen bir doktora tezi (Akçabozan Kayabol, 2017) olduğu görülmüştür. İlişkide eşitlik açısından Türkiye’deki ilk araştırma niteliğinde olması bakımından aşağıda söz konusu doktora tezinin sonuçlarına da değinilmiştir. Öte yandan araştırmada, ilişkide eşitliğin feminist bir perspektiften ele alınmadığı, literatürde “eşit sonuçlar” (Steil, 1997, s. 62) olarak da bilinen alış-veriş yaklaşımının (*exchange theory*) temel alındığı görülmüştür. Bu tezde ise, sonuç yerine “süreç” odaklı modellerden yararlanılmış ve ilişkide eşitlik, güç paylaşımıyla bağlantılı olarak feminist bir bakış açısıyla ele alınmıştır. İki çalışma arasındaki ince iki farklı kavramsallaştırma göz önünde bulundurulduğunda; bu çalışmanın Türkiye’de süreç odaklı yaklaşımlar açısından ilk olma niteliği taşıdığı düşünülebilir.

Akçabozan Kayabol (2017), 602 evli bireyden veri elde ettiği araştırmasında, iki yapısal model içerisinde ilişki eşitliği aracı değişken olarak belirleyerek ilişki sürdürme davranışları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Modellerin test edilmesi sonucunda elde edilen bulgular arasında, ilişki eşitlik ile evlilik doyumu arasında doğrudan ve olumlu yönde bir ilişki ortaya çıktığı belirtilmiştir. Araştırmada ayrıca bireylerin ilişkilerini eşit algılama düzeylerinin, eşlerinden algıladıkları ve eşlerine ifade ettikleri takdire bağlı olarak arttığı görülmüştür.

2.2. Benlik Yönelimleri ile İlgili Çalışmalar

Denge Modelini konu edinen ve romantik ilişkisi olan bireylerle yürütülen iki çalışma olarak bir yüksek lisans (Gündoğdu, 2007), bir de doktora (Dinçer, 2017) tezine ulaşılmıştır. Gündoğdu (2007), en az bir yıldır evli olan 292 evli çiftten veri elde ettiği araştırmasında, benlik kurguları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkileri incelemiştir. Analiz sonuçları arasında, ilişkililiği yansıtan benlik tiplerindeki (ilişkili kendileşme ve ilişkili kalıplaşma) bireylerin, ayrılaşmaya işaret eden benlik tiplerindeki (kopuk kendileşme ve kopuk kalıplaşma) bireylere göre çift uyumu düzeylerinin de yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmada ayrıca bu bulguyla benzer doğrultuda, ilişkililik benlik tiplerindeki katılımcıların ayrılaşmış benlik

tiplerindekilere göre algıladıkları karar verme kalitesi ve evlilik doyumu düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dinçer (2017) ise, Türkiye kültüründe test ettiği “İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli” çerçevesinde Türkçeye kazandırdığı yeni kavramlarla (ben tasavvuruna ötekini katma, benlik değişimi vb.) oluşturduğu yapısal modellerden birinde benlik yönelimlerini de yaşam doyumunu yordaması beklenen değişkenlerden biri olarak ele almıştır. Çalışma, romantik ilişki içerisinde olan 485 üniversite öğrencisiyle yürütülmüştür. Modelin test edilmesi sonucunda elde edilen bulgular arasında; gelişme yöneliminin benlik genişlemesinin olumlu yönde, hem gelişme hem de ilişki yöneliminin ise benlik daralmasının olumsuz yönde yordayıcısı olduğu belirtilmiştir. Araştırmada benlik genişlemesi, “yakın ilişkiler sırasında benliğe pozitif değer yüklü içerikler katılması” (s. 26) olarak tanımlanmakla birlikte, benlik daralması “benliğin pozitif değer yüklü içeriğinde düşüş yaşanması” (s. 26) olarak kavramsallaştırılmıştır. Elde edilen bulgular arasında ayrıca ilişki yöneliminin yaşam doyumunu olumlu yönde yordadığı görülmüştür.

İlgili araştırmalar kapsamında özetlenen bütün çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde; özellikle güç paylaşımı ve ilişkide eşitlik konularının somut araçlarla tanımlanmasında güçlük yaşandığı, kullanılan araçlarla bağlantılı olarak da en çok karar verme ve sorumlulukları paylaşma boyutlarına odaklanıldığı dikkat çekmektedir. Bu konular üzerindeki nitel çalışmaların ise ağırlıklı olarak eşitlik ideali olan çiftlerin ilişki dinamiklerinin anlaşılması yoluyla, eşitliğin ve güç paylaşımının kavramsallaştırılması yönünde gerçekleştirildiği görülmektedir. Eşitlik idealiyle ilişkili bir şekilde, araştırmaların genelde eğitim düzeyi yüksek ve orta sınıftan çiftlerle yürütüldüğü gözlenmekle birlikte, eşlerin eşitlik idealinin tek başına eşitliği yansıtmadığı anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda eşitliğin tam anlamıyla ulaşılan durağan bir aşama olmadığı, güç dağılımında denge oluşturmaya yönelik yaşantılarla eşitliğe doğru yol alınabileceği, dolayısıyla da her iki kavramın süreç odaklı bir bakış açısıyla ele alındığı çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülebilir. Araştırmalardan ayrıca çift uyumunun, hem güç paylaşımı hem de ilişki yönelimi ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır.

3. YÖNTEM

Yöntem, gerçekte, bilincin kendini edimlerde dışavuran dışsal biçimidir ve bilincin temel özelliğini -amaçlılığını- benimser. Bilincin özü, dünyayla birlikte olmaktır ve bu davranış sürekli ve kaçınılmazdır. Dolayısıyla bilinç, özü gereği kendisinden başka, kendisi dışında, kendisini kuşatan ve onun fikirsel yeteneği aracılığıyla kavradığı 'bir şeye giden yol'dur. Bilinç böylelikle tanımı gereği kelimenin en genel anlamıyla bir yöntemdir.

Alvaro Vieira Pinto (akt. Freire, 2006, s. 47)

Bu bölümde araştırmamanın yöntemi ve deseni, araştırma süreci, çalışma grubu, veri toplama araçları ve araçların uygulanışı, Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının (FYDİGP) geliştirilmesi ve uygulanması süreci, verilerin işlenmesi ve çözümlenmesi hakkında bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, evli çiftlere yönelik geliştirilen bir programın etkililiğinin değerlendirilmesi temel amacı doğrultusunda nicel ve nitel yöntemlerin birlikte kullanıldığı karma yöntem yaklaşımına göre yürütülmüştür. Karma yöntem araştırmaları, yaygın olarak kabul edilen tanımıyla, araştırma problemini kapsamlı bir şekilde ele almak amacıyla hem nicel hem de nitel araştırma yaklaşımlarının birlikte kullanıldığı çalışmalar olarak ifade edilmektedir (Creswell, 2012; Creswell ve Plano Clark, 2015; Tashakkori ve Teddlie, 1998; Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Genel olarak karma yöntem, araştırma sorularını yanıtlamakta tek paradigmanın yeterli olmadığı durumlarda kullanılmaktadır (Firat, Kabakçı Yurdakul ve Ersoy, 2014). Bu çerçevede Greene, Caracelli ve Graham (1989) inceledikleri 57 çalışmaya dayalı olarak karma yöntem araştırmalarının amaçlarını; çeşitleme (*triangulation*), tamamlama (*complementarity*), geliştirme (*development*), başlatma (*initiation*) ve genişletme (*expansion*) olmak üzere beş başlık altında özetlemişlerdir. Araştırma deseninin belirlenmesine katkı sağlayan bu amaçlardan çeşitleme ve tamamlama, sırasıyla, bir yöntemle elde edilen sonuçların diğer yöntemle elde edilen sonuçları doğrulamasını ve ayrıntılı olarak açıklamasını; geliştirme, birbirini izleyen yöntemlerin kendinden sonrakini geliştirmesini içermektedir. Başlatma, yeni bakış açılarının keşfedilerek bir yöntemin soru ya da sonuçlarını diğer yöntemle yeniden biçimlendirmeyi; genişletme ise farklı araştırma bileşenleri için farklı yöntemler kullanarak araştırmamanın kapsamını genişletmeyi kapsamaktadır. Beş amaç birlikte ele alındığında, özellikle karmaşık yapıların çok

boyutlu olarak incelenmesinde karma yöntem başvurusunun en uygun yol olduğu düşünülebilir. Benzer doğrultuda Plano Clark, Huddleston-Casas, Churchill, O'Neil Green ve Garrett (2008) de karma yöntemin kullanıldığı aileyle ilgili 19 araştırmayı inceledikleri çalışmalarında, ailenin özellikle dinamik ve bağlamsal olan karmaşık yapısını anlamaya karma yöntemin önemli oranda katkı sağlayacağını belirterek, aile araştırmalarında bu yaklaşımın kullanıldığı çalışmalara ihtiyaç olduğunu vurgulamışlardır. Çift ilişkilerinin vurgulanan karmaşık dinamiği göz önünde bulundurularak, özellikle güç paylaşımı ve eşitlik gibi soyut kavramlara dayalı bir programın değerlendirilmesinde nicel yaklaşımın yanı sıra nitel bakış açısına duyulan ihtiyaç, bu araştırmada karma yöntem başvurusunun nedenini oluşturmaktadır.

3.1.1. Araştırmanın Deseni

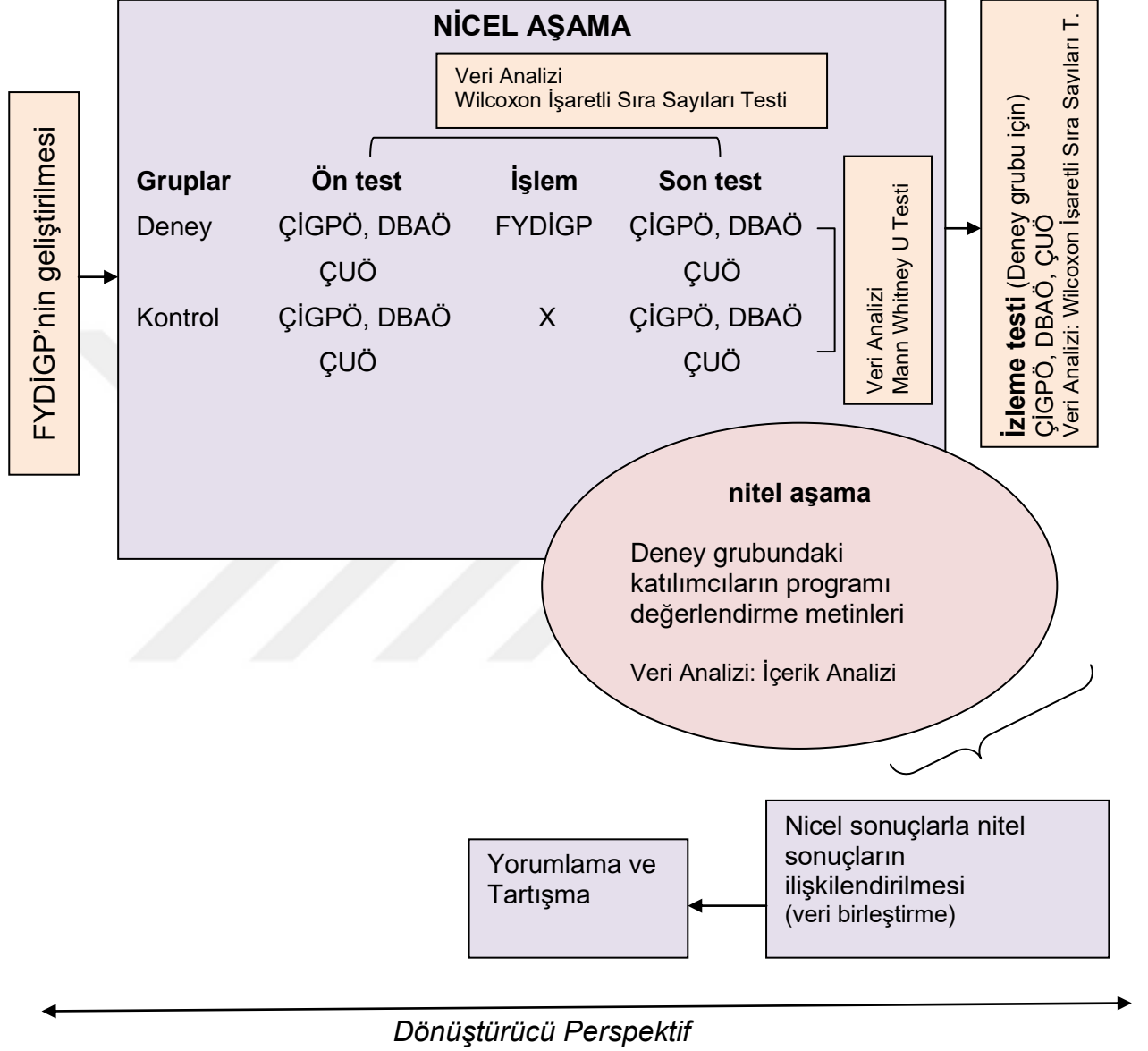
Araştırmada, karma yöntem desenlerinden iç içe desen (*embedded design*) kullanılmıştır. İç içe desen, bir araştırma içerisinde nitel ya da nicel yöntemlerden birinin diğerine göre daha ön planda olduğu, diğer yöntemin ise öncelikli olan deseni tamamlamak, desteklemek ya da geliştirmek üzere kullanıldığı durumlarda ortaya çıkmaktadır (Plano Clark ve diğerleri, 2013). Bu bağlamda iç içe desende bir araştırmacı, deneysel bir çalışma içerisinde deney öncesinde, sürecinde ya da sonrasında elde ettiği nitel veriden, araştırma soruları çerçevesinde deneysel çalışmayı desteklemek üzere yararlanabilir (Creswell, 2014). Temelde yarı deneysel desen koşullarına göre oluşturulan deney grubunda FYDİGP'nin uygulandığı bu araştırma da; hem deneysel süreç öncesinde hem de sonrasında, deney ve kontrol gruplarında yer alan evli bireylerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu bağımlı değişkenleri açısından değerlendirildiği, nicel önceliği olan bir çalışmadır. Araştırmada nicel aşamada elde edilen sonuçların açıklanması ve geliştirilmesi amacıyla, deney grubunda yer alan bireylerin programa ilişkin değerlendirme metinlerinin içerik analizi de yapılmıştır. Nitel aşamada deney grubundaki çiftlerin programa ilişkin görüşlerinin incelenmesi yoluyla, nicel aşamada ulaşılan sonuçların anlaşılabilirliğini arttırmak ve çiftlerden programı revize edecek geribildirimler elde etmek amaçlanmıştır. İki çalışmanın sonuçları, araştırma sürecinin sonunda birbiriyle ilişkilendirilerek birleştirilmiş ve kuramsal yaklaşım çerçevesinde tartışılmıştır.

3.2. Araştırma Süreci

Tez sürecinin başlangıcında araştırma, genç yetişkinlik döneminde ve romantik ilişki içerisinde olan heteroseksüel çiftlerle yürütülmek üzere planlanmıştı. Bu doğrultuda alınan Etik Komisyonu onayının (Ek 1) ardından araştırma sürecine, hem araştırmanın temel değişkenlerinden birini oluşturan güç paylaşımı konusunda geliştirilecek olan ölçeğin maddelerinin hazırlanmasında literatüre destek bilgi sağlaması hem de bir ilişki geliştirme programında çiftlerin ihtiyaç duyabilecekleri konuların belirlenmesi amacıyla yapılan nitel bir çalışmayla başlanmıştır. Nitel çalışmada, sürecin gidişatını değiştirecek bir durumla karşılaşmış; özellikle literatürde partnerler arasında güç dağılımının önemli bir boyutu olarak vurgulanan “sorumlulukları nasıl paylaştıklarının”, ilişki süreleri ne kadar uzun olursa olsun, partnerlerin aynı evde birlikte yaşamadıkları çiftlerde net olarak ifade edilemediği görülmüştür. Buradan hareketle, Tez İzleme Komitesi'nin de görüşlerine başvurulmuş ve ilk komite toplantısında, araştırma kapsamında geliştirilerek uygulanması planlanan ilişki geliştirme programının katılımcılarının evli çiftlerden belirlenmesi kararı alınmıştır. Benzer bir sınırlama geliştirilen Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeğinin hedef kitlesine de getirilmiş; ölçek, romantik ilişki yaşayan bütün heteroseksüel bireyler yerine yalnızca evli olan ya da partneriyle birlikte yaşayan heteroseksüel bireylere yönelik olarak geliştirilmiştir. Nitel çalışmanın, araştırmanın temel probleminin incelenebilmesi için önemli bulunan sonuçları, deneysel çalışma sürecinin ayrıntılarına değinmeden önce sonraki başlıkta özetlenmiştir.

Program geliştirme sürecinin ardından, araştırma sorularının ele alınmasında birinci aşama olan deneysel çalışmaya geçilmiştir. Bu aşamada, geliştirilen programın güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu değişkenleri açısından etkililiğini değerlendirmek üzere deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Sekiz oturumdan oluşan program deney grubuna uygulanmış; kontrol grubuna ise herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Program sürecinin sonunda deney grubuna katılan bireylerin programı değerlendirmelerine yönelik nitel veri de elde edilmiştir. Araştırma sürecinin ikinci aşamasını oluşturan nitel çalışmaya, nicel çalışmanın sonuçlarını geliştirmek ve çiftlerin görüşlerinin incelenmesi yoluyla programı yeniden gözden geçirecek ve sonraki uygulamalar için revize edecek dönütler sağlamak amacıyla başvurulmuştur. Bu bağlamda nitel aşama, nicel

öncelikli olan araştırma sürecinin içerisine gömülmüştür. İç içe karma desenin kullanımını gerektiren bu süreç, Şekil 3.1’de özetlenmiştir. Deneysel sürecin tamamlanmasının ardından üç ay sonra ise, izleme çalışması olarak deney grubundaki katılımcılara nicel veri toplama araçları tekrar uygulanmıştır.



Şekil 3.1. İç İçe Desenin Araştırma Sürecinde Kullanımı

Nicel ve nitel paradigmalara göre elde edilen veriler ayrı ayrı analiz edilmiş; araştırma sürecinin sonunda analiz sonuçları birbiriyle ilişkilendirilerek feminist yaklaşım çerçevesinde yorumlanmıştır. Bu yönüyle araştırma süreci aynı zamanda dönüştürücü (*transformative*) bir perspektifle yürütülmüştür. Dönüştürücü paradigma, karma yöntem yaklaşımına göre yürütülen bir araştırma süreci boyunca, değişim odaklı bir bakış açısıyla, güç dengesizlikleri ve toplumdaki

eşitsizlikler gibi konuları temel alarak sosyal adalet çerçevesinde irdelemeyi gerektirmektedir (Mertens, 2007). Geliştirilen ve uygulanan ilişki geliştirme programının, evli çiftlerin eşleriyle aralarındaki cinsiyete dayalı güç farklılıklarını açığa çıkarmayı, ilişkilerini güç paylaşımına ve eşitliğe dayalı olarak güçlendirmeyi amaçlaması ve bu bağlamda feminist yaklaşımda temellenmesi gibi sebepler, dönüştürücü bir perspektifi de beraberinde getirmiştir.

3.3. Ön Çalışmanın Sonuçları

Araştırma süreci başlığı altında belirtildiği üzere, tez kapsamında yürütülen asıl çalışmaya başlamadan önce, araştırmanın temel kavramları çerçevesinde ön anlayış geliştirmek için nitel bir çalışma yapılmıştır. Bu doğrultuda çalışmada, genç yetişkinlik döneminde olan ve romantik ilişki yaşayan heteroseksüel çiftlerin, ilişkilerinde güç dağılımını belirleyen konuları nasıl deneyimlediklerine, ilişkide eşitliğe ve feminizme ilişkin ne düşündüklerine ve bir ilişki geliştirme programında hangi konulara ihtiyaç duyduklarına açıklık getirmek amaçlanmıştır.

Çalışmada katılımcıların belirlenmesinde, amaçlı örnekleme yöntemlerinden (Patton, 2002) ölçüt örnekleme ve kolay ulaşılabilir durum örnekleme kullanılmıştır. Katılımcıların en az altı ay boyunca romantik ilişki içerisinde olmaları, örnekleme yöntemindeki ölçütü oluşturmuş; partneriyle birlikte çift olarak çalışmaya katılmaya gönüllü olan 15 evli olmayan çift (K=15, E=15) ile görüşmeler yapılmıştır. Bu çiftlerden dördü partneriyle birlikte aynı evde yaşamakta, 11'i ise aynı evi paylaşmamaktadır. Çiftlerin ilişki süreleri altı ay ve yedi yıl arasında (ortalama iki buçuk yıl) değişmekle birlikte, kadınların yaşları 20 ve 28, erkeklerin yaşları ise 21 ve 32 aralığındadır. Eğitim durumu açısından katılımcıların çoğu en az lisans düzeyinde (dokuz lisans mezunu, 12 lisansüstü öğrenci) olmakla birlikte, sekizi lisans öğrencisi, biri ise açık lise öğrencisidir.

Görüşmeler, yarı yapılandırılmış bir görüşme formu (Ek 2) kullanılarak araştırmacı tarafından yüz yüze yapılmıştır. Görüşme öncesinde her katılımcı için bir gönüllü katılım (bilgilendirilmiş onay) formu imzalatılmış (Ek 3) ve veri kaybı olmaması için katılımcıların izni alınarak görüşmelerde ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Her çift ile tek oturumda görüşme yapılmış; oturumların süresi 20 ve 60 dakika arasında değişmiştir.

Ses kayıtlarının bilgisayar ortamında yazıya geçirilmesinin ardından, bütün veriler üzerinden içerik analizi yapılmıştır. Bu çerçevede, önce yazıya aktarılan görüşmelerin tamamı birkaç kez okunmuş, ardından önemli ifadelerin altı çizilmiştir. Altı çizilen ifadeler temel alınarak bir kod listesi oluşturulmuş; kodlar arasında kurulan bağlantılara dayalı olarak da temalar ve alt temalar belirlenmiştir. Veriler, her aşamada kod, tema ve alt temalarla ilişkilendirilerek açıklanacak şekilde sürekli olarak gözden geçirilmiştir.

Nitel araştırmalarda güvenilirliği arttırmanın bir yolu, verilerin analizi sürecine bir başka araştırmacının da dâhil olması ve elde edilen sonuçların teyit edilmesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Bu bağlamda çalışmada, araştırmacı dışında Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında nitel analiz deneyimi olan iki öğretim elemanı daha verilerin analizi sürecine katılmıştır. Çalışmanın bulguları, araştırmacıyla birlikte üç kişinin verileri ayrı ayrı analiz etmelerinin ardından, sonuçların karşılıklı olarak tartışılarak kod ve temaların adlandırılmasında uzlaşma sağlanması üzerine şekillenmiştir.

Sonuç olarak; çiftlerin partnerleriyle aralarındaki güç dağılımına ilişkin deneyimlerini açığa çıkaran konuların, “günlük yaşam etkinliklerini belirleme”, “çatışma çözme biçimleri”, “karar verme”, “ilişki yönetimi”, “ben-biz olma” ve “sorumluluk paylaşımı” temalarıyla bağlantılı olduğu görülmüştür. Çiftlerin ilişkide eşitliğe ilişkin düşünceleri, “denge temelli” (kişisel yaşam alanlarına/tercihlerine saygı, adil olma vb.), “baskınlık temelli” (güç savaşı, cinsiyet rollerinde geleneksellik/ataerkillik vb.) ve “eşitliğe inanmama” temaları; feminizme ilişkin düşünceleri ise, “kadın temelli” (kadın hareketi, kadın üstünlüğü vb.), “eşitlik temelli” (kadın-erkek eşitliği), “aykırılık” (erkek düşmanlığı, aşırılık vb.) ve “bilgi eksikliği” temaları kapsamında ele alınmıştır. Ayrıca, bir ilişki geliştirme programında ihtiyaç duyulan konular çerçevesinde “duygu kontrolü”, “iletişim”, “cinsiyet rolleri/kadın-erkek eşitliği”, “çatışma çözme” ve “özerklik ve bağlılık” temaları ortaya çıkmıştır. Aşağıda çalışmanın bütün sonuçları yerine, araştırmanın temel sorularının ele alınabilmesi için sürecin gidişatını etkileyen sonuçlar özetlenmiştir.

Çalışmada ortaya çıkan en önemli sonuçlardan biri, partnerler arasında güç dengesizliklerin ele alınmasında önemli boyutlardan biri olan “sorumlulukları paylaşma” teması çerçevesinde paylaşılan deneyimlerdir. Bu deneyimler,

“geleneksel cinsiyet rolleri”, “ortak paylaşım” ve “net değil” alt temaları altında incelenmekle birlikte, kültürel bir durum olarak, istisnalar olsa da, çiftlerin büyük çoğunluğunun evlendikten sonra aynı evi paylaşmalarından ötürü, özellikle birlikte yaşamayan çiftlerin sorumluluklarını ya yüzeysel bir şekilde ifade ettikleri ya da doğrudan net olmadıklarını belirttikleri görülmüştür. Net olmadığını doğrudan belirten dört çiftten birinin (Ç9, K) sözleri şu şekildedir: “Aynı çatı altında yaşamadığımız için sorumluluk altına girmedik.” Başka bir çift (Ç5, E) benzer şekilde, “Evlili olsaydık, bunu daha rahat cevaplardık herhalde.” sözleriyle belirsizliklerini dile getirmişlerdir. Sorumluluklarını nasıl paylaştıklarını geleneksel cinsiyet rolleriyle açıklayan ve partneriyle aynı evde yaşamayan çiftler ise ev içi sorumluluklar konusunda ifadelerini, gerçek deneyimleri yerine gelecekte evli olduklarını hayal ederek kurguladıkları rol paylaşımlarına dayandırmışlardır. İlişki süresi diğer çiftlere göre uzun sayılabilecek (beş yıl) bir çift (Ç7) bu durumu şu sözlerle örnelemektedir:

E: Mesela benim korumacı bir yapım vardır. Korumak için bayağı uğraşırım kendisini. ... Gece saat on ikide, birde mesela bir bayanın bulunmaması gereken yerler nerelerdir? Oralarda bulunmasına izin vermem. Başına bir şey gelmesinden korktuğumdan izin vermem.

K: Ben de genelde hatırlatan tarafım herhalde. ‘Bugün şunu yapacaktın, unutma.’, ‘Yarın şunu araman gerekiyor.’ Genelde arkasını toplayan gibi... Aynı evi paylaşacak olsak... Bana yardımcı olacağını düşünüyorum ev işlerinde...

Yanıtları “ortak paylaşım” alt teması kapsamında ele alınabilecek birlikte yaşamayan çiftlerde de benzer bir durumla karşılaşılmıştır. Örneğin, bir çift (Ç10) bu durumu şu ifadelerle yansıtmıştır: “K: Yani ev işlerini de birlikte yapabiliyoruz, dışarıda mekanik şeyler olursa onları da...”, “E: İlerisi için de öyle ‘sen ütüyü yaparsın, ben şunu yaparım’ gibi paylaşımlar da düşünmüyoruz, kim hoşuna ne gidiyorsa onu yapsın.” Aynı evi paylaşmamaktan ötürü, ilişkisel sorumlulukların net ve ayrıntılı bir şekilde ifade edilememesi, daha çok gerçek deneyimler yerine gelecekte evli olma hayaline dayalı açıklamalarla karşılanması gibi sebepler, birlikte yaşamayan çiftlerle uygulama sürecinde sorumluluk paylaşımı temasını yaşantısal olarak ele almada güçlük yaşanabileceğini düşündürmüştür.

Araştırma sürecini benzer yönde etkileyen önemli sonuçlardan bir diğeri de “karar verme” teması kapsamında paylaşılan deneyimlerde ortaya çıkmıştır. Çalışmaya katılan çiftlerden altısı, karar verme konusunda herhangi bir deneyimi olmadığını belirtmiş ya da kendilerini zorlayan bir karar verme durumuna örnek verememiştir. Diğer dokuz çiftin deneyimleri ise, çalışacakları ya da birlikte yaşayacakları yere

karar verme, bir partnerin diğzerinin eğitim nedeniyle yurtdışına gitme düşüncesini desteklemesi ya da desteklememesi, bir partnerin diğzerinin ailesiyle tanışma zamanı gibi her birinin birey olarak içinde bulunduğu gelişim dönemiyle bağlantılı karar verme süreçlerini ön plana getirmiştir. Geleceğe ilişkin verecekleri kararlarda yaşadıkları belirsizliği belirten dört çiftten biri (Ç4), deneyimini şu sözlerle aktarmıştır:

K: Ben atanacağım, nereye atanacağım belirsiz. O ne yapacak ya da işleri nasıl olacak derken, şu an bir kaos içerisindeyiz.

E: Şu anda bir bilinmezlik içerisindeyiz.

K: ... İlerisi için evlilik var, benim yüksek lisansım var, atanmam var. Annem ve babam var, onlar emekli olduklarından ilk etapta atandığım yerde onlarla birlikte yaşamayı planlıyorum, benimle gelebilirler, ama sonrası belirsizlik...

Kariyer ya da gelecek planlarının yanı sıra, zorlayıcı bir karar verme durumu olarak bir çiftin (Ç12) dile getirdiği "ailelerle tanışma zamanını belirleme", ilişkinin aile tarafından kabulünü vurgulaması açısından dikkate değer bulunmuştur. Çift, deneyimini şu sözlerle paylaşmıştır:

E: Aileyle tanışma faslı onu da beni de çok zorlamıştı. Kız babasıyla tanışmanın, özellikle bunun verdiği gerginlikle birlikte, geçmişte yaptığım hatalardan ötürü kabullenemeyeceklerine ya da zor kabulleneneceklerine dair ya da soracakları sorulara cevap veremeyeceğime dair büyük bir korkum vardı. O nedenle bir türlü yaşamadım tanışmaya. Sürekli mazeretler buldum. ...Ailesi beni tanıyınca güvenmeye başladı. Bizde öyle değildi, tanımadan da kabullenmişlerdi...

K: Evet, ben onun ailesiyle uzun zaman önce tanışmıştım...

Karar verme durumuna örnek vermekte zorlanan bir çiftin (Ç3) ifadelerinde ise, evliliğin ya da birlikte yaşamının kendisinin başlı başına önemli bir karar olduğu vurgusuyla karşılaşılmıştır. Erkek partner, bunu şu ifadelerle yansıtmıştır:

O kadar önemli bir karar almamızı sağlayacak bir durum olmadı daha... Sadece bir tatil planı yaptık, zorlanmadık da aslında. Toplamda 'nereye gidelim, ne yapalım' gibi planladık tatilimizi ve yarım saatimizi aldı yani. Sanki sorudan önemli bir şey olması gerekiyormuş gibi bir şey çıkardım. Öyle bir karar almadık, mesela evlilik veya beraber yaşama gibi...

Partnerlerin ifadeleri hem sorumluluk paylaşımı hem de karar verme açısından irdelendiğinde, evliliğin, evlilik öncesinde çiftlerin, ilişkilerini hazırlamak istedikleri ciddi ve önemli bir aşama olduğu; evliliğin ve birlikte yaşamının kendisinin belirli sorumlulukları ve karar verme süreçlerini de beraberinde taşıdığı görülmüştür. Bu sonuç, literatürde çiftlere evlilik öncesi psikolojik danışma ya da evlilik öncesi ilişki eğitimi gibi isimlerle sunulan yardım hizmetlerinin dayanaklarıyla da benzerlik göstermektedir. Evlilik öncesinde çiftlere sunulan bu hizmetler, partnerleri memnun edici ve sürdürülebilirliği olan bir evlilik sürecine hazırlayarak boşanma riskini

azaltma amacıyla geliştirilmişlerdir (Halford, Markman ve Stanley, 2008; Stahmann, 2000; Stanley, 2001; Williams, 2007). Evliliğe hazırlıkla bağlantılı olarak da evlilik öncesinde çiftlere yönelik geliştirilen programlar, daha çok eğitsel ve önleyici özellikler taşımaktadırlar (Yalçın, 2012). Bu bağlamda programların içeriğinde en çok iletişim, çatışma çözme, kişilik uyumu, evlilikten beklentiler, aile olma ve çocuklar, cinsellik, kök ailelerle ilişkiler, serbest zaman etkinlikleri ve arkadaşlarla ilişkiler gibi konulara yer verilmektedir (Kalkan, 2012; Williams, 2007). Kuşkusuz, konuların belirlenmesinde partnerlerin içinde buldukları gelişim dönemi özellikleri önemlidir (Morris ve Carter, 1999). Türkiye’de evlilik öncesi eğitim konuları açısından ihtiyaçların araştırıldığı, üniversite öğrencilerinin görüşlerine dayanan iki çalışmadan birinde (Hamamcı, Buğa ve Duran, 2011) bağlılık, iletişim, anne-baba olma ve boşanmayı önleme; diğesinde (Haskan Avcı, 2014) ise iletişim, çatışma çözme, farklılıkları kabul, romantizm-cinsellik ve sosyal destek konuları vurgulanmıştır. Bu çalışmada da çiftler, eğitime ihtiyaç duydukları konular arasında iletişim (yedi çift) ve çatışma çözmeyi (iki çift) belirtmekle birlikte, dört çift duygu kontrolü, üç çift cinsiyet rolleri (kadın-erkek eşitliği çerçevesinde), bir çift de hem özerk hem de bağlı olma (dengeli farklılaşma) konularına yönelik eğitim talebinde bulunmuştur. İhtiyaç olarak yansıtılan konular, güç paylaşımı çerçevesinde dikkate değer görülmele birlikte, yine evliliğin önemini yansıtan bir sonuç olarak, eğitimlerin daha çok evlilik ve sonrası bağlamında sunulması beklenmiştir. Bir çiftte (Ç12) kadın partnerin şu sözleri, bunun örneklerindedir: *“Eşitlik olabilir (eğitim ihtiyacı). Bunun dışında şey derler, ‘ilişki farklıdır, evlendikten sonra her şey değişir.’ Belki programınız bunun için de bir şeyler hazırlayabilir. Kendi ailenden çıkıp yeni bir aile kurmanın gereksinimlerini öğretecek bir şeyler...”*

Araştırmanın temel perspektifini yansıtan dil açısından, her ne kadar evliliğe hazırlanma ya da evlilik ilişkisini geliştirme gibi temelde “evlilik” kurumunu ön plana getiren amaç ifadeleri kullanılmaya özen gösterilse de, çiftlerin ilişkiisel deneyimlerini ağırlıklı olarak geleceğe dönük bir şekilde ve evlilik bağlamında paylaşımlarından hareketle, bu aşamada deneysel çalışmanın katılımcılarının en az bir yıldır evli olan çiftlerle sınırlandırılmasına karar verilmiştir. Bu kararda, geliştirilen programın, çift terapisinde feminist yaklaşımlar çerçevesinde uygulamaya dayalı ilk program olmasının; çiftlerin süreçte geliştirmeleri beklenen

belirli davranışların ilişkilerindeki yansımalarına ve geribildirimlerine dayalı olarak revize edilmesinin planlanmasının; dolayısıyla da yalnızca farkındalık düzeyinde eğitsel bir süreç olarak değil, hem sorumluluk paylaşımını hem de karar vermeyi içeren temalar doğrultusunda yaşantısal teknikler yoluyla belirli davranışların değiştirilmesi ve geliştirilmesi odağında şekillendirilmesi etkili olmuştur.

Çalışmanın diğer sonuçları arasında çiftlerin ilişkide eşitliğe ve feminizme ilişkin düşünceleri, özellikle feminist bakış açısıyla hazırlanacak olan bir ilişki geliştirme programına yönelik tutumların nasıl olabileceği konusunda fikir vermiştir. Eşitlik bağlamında (toplam 18 ifade); bir cinsiyetin diğeri üzerindeki belirleyiciliğini içeren yedi ifadede “sözünü geçirmek”, “ilişkinin yükünü çekmek”, “güç savaşı” kavramlarıyla ve “cinsiyet rollerinde gelenekselliği/ataerkilliği” yansıtan açıklamalarla karşılaşmıştır. Bir çiftte (Ç4) kadın partnerin şu sözleri ilişkinin duygusal sorumluluğunun üstlenilmesinde ortaya çıkan dengesizlik durumunu yansıtmaktadır:

İlişkinin yükünü çeken bence kadındır. (İlişkimizde) devamlılığı sağlayan sanki benmişim gibi geliyor. Bir problem olsa örneğin, canım sıkılsa, o bir anlık öfke ile kapıdan çıkıp gidebilir. Orada ben giriyorum, onu sakinleştirmeye çalışıyorum. ...Bir kadın olarak herhalde anlaşılacak zor, bir erkeğin bunu başarabileceğini pek sanmıyorum. Kendimi ve kadınları üstün ve mükemmel varlıklar olarak görüyorum ben. Bizim eriştiğimiz olgunluğa erişebilecek düzeyde değiller.

İlişkide denge arayışının ön plana geldiği 10 ifadede ise, “karar vermede eşit söz hakkı”, “kişisel yaşam alanlarına/tercihlerine saygı”, “empati/anlayış”, “adil olma” ve “cinsiyet rollerinden bağımsızlık” vurgulanmıştır. Öte yandan, denge temelli ifadelerin birçoğuna geleneksel cinsiyet rollerinin de eşlik ettiği ya da ilişkilerinde eşitliği önemseydiğini belirten çiftlerin bir kısmının belirli geleneksel cinsiyet rollerini (farkında olarak ya da olmadan) sürdürmek istediği görülmüştür. Bir çiftin (Ç14) şu sözleri bunu örneklemektedir:

E: Biz ilişkiye zaten kadın-erkek gözüyle bakmıyoruz. Ama şu konuda bir şey diyebilirim, ben maaşımın daha fazla olmasını isterim tabii ki de. Bunu hala aşmış değilim. Bir erkek gururu var hala.

K: Bana göre ‘sen ilişkide erkek rolündesin, şu şekilde davranmalısın, sen kadın rolündesin, şu şekilde davranmalısın’ yerine, birbirini anlayabilmek, empati kurabilmek ve iki tarafın görüşünden de görebilmek, iki tarafı da görebilmek olmalı. Bence eşitlik böyle...

E: Verilen kararlarda bir baskınlık olmaması durumu... Ortak verilen kararlar insanları eşit kılar.

Feminist olduğunu dile getiren, ancak eşitliğe inanmadığını vurgulayan bir erkek partnerin (Ç1) ifadeleri, geleneksel ve eşitlikçi bakış açılarının birbirine eşlik etmesi

durumunun bir başka örneğini oluşturmaktadır. Kadın partner, eşitliği “toplumsal cinsiyet problemini bana dayatmayan biri ile birlikte olmaktır” cümlesiyle açıklarken ve ilişkilerini eşit bulduğunu, bundan da memnun olduğunu belirtirken, erkek, şu sözlerle görüşlerini paylaşmıştır:

Ben eşit olduğunu düşünmüyorum kadın ve erkeğin. Niye böyle bir şeye takılıyoruz ki, takılmayalım. Eşitlik diye bir şey yok bence. Farklıyız. Farklı durumlar, farklı şeyler, farklı kültürlere göre değişiyor. Bir kere erkekler çok basit varlıklar. Bizim isteklerimiz çok basittir. Yemek ye, seks yap, televizyon izle, bitti gitti. Ama kadınlar her şeyi detayına kadar düşünen özel varlıklar. Çok karmaşıklar. Ben geçen gün ona da dedim, ‘sen ölene kadar seni çözemeyeceğim’. Bu da bana zevk veriyor, yoksa sıkılırım...

Feminizm bağlamında yapılan açıklamalarda (toplam 19 ifade) da, ilişkide eşitliğe ilişkin düşüncelerde olduğu gibi, geleneksel ve eşitlikçi bakış açılarının aynı ifadede birlikte yer alabildiği dikkat çekmiştir. İfadelerin altısında feminizmin kadın hakları, kadın hareketi gibi yalnızca kadınları içeren; beşinde kadının yanı sıra erkeğin toplumsal konumunu da önemseyerek her iki cinsiyetin iyi oluşunu vurgulayan bir anlayış olduğu yönünde algılarla karşılaşmıştır. Üç kişi feminizmin aykırı bir anlayış olduğunu, beş kişi ise bu konuda düşüncelerini söylemek için yeterince bilgiye sahip olmadığını belirtmiştir. Hem yalnızca kadınları ön plana çıkaran “kadın temelli” hem de “aykırılık” alt temaları kapsamındaki görüşlerde, özellikle toplumda kadının statüsünün yükselmesinin kadının üst, erkeğin ise alt konumda olduğu yeni bir dengesizlik durumunu yaratabileceği korkusu görülmüştür. Her iki alt temaya ait düşünceler içermesi bakımından bir çiftin (Ç14) şu sözleri, bunu yansıtan ifadelerden biri olarak ele alınabilir:

K: (Feminizm deyince) Kadınların daha baskın olduğu durum geliyor aklıma. Ben kadının daha baskın olmasını istemem.

E: Benim feminizm anlayışım şöyle: Feminizm, bizim ilişkimize yansıtmak istediğimiz kavramların en uç noktası. Aşırı; bizim yapamayacağımız bir nokta... Belki de içinde bulunduğumuz toplumdaki dolaylı pek alışamayacağımız bir görüş... Ne kadar eşit olmaya çalışırsak çalışalım, içselleştirdiğimiz kadın ve erkek rollerimiz var çünkü. Hazır değiliz feminizme.

Bütünüyle gözden geçirildiğinde, ilişkide eşitliğe ve feminizme ilişkin dile getirilen ikircikli ya da endişe içeren düşünceler, Türkiye’nin gelişmekte olan bir toplum olarak kültüründe hem geleneksel hem de eşitlikçi değerleri bir arada taşımasının yansımaları olarak değerlendirilebilir. Doğu ve Batı kültürlerinin kesişim noktası niteliğindeki coğrafi konumunun ve kırsallıktan kentleşmeye geçişi hızlandıran bir modernleşme sürecinin etkisiyle Türkiye, aile yapılarında ve yaşam biçimlerinde kolektivist ve geleneksel olandan bireyselleşmenin ve eşitliğin daha fazla önem

kazandığı bir geçiş sürecine girmiştir (Eraslan ve diğerleri, 2012; Sunar ve Fişek, 2005). Bu süreç, artan eğitim olanaklarını ve kadının iş gücüne daha çok katılımını getirmekle birlikte, daha geleneksel ilişki örüntüleri içeren değerlerin kuşaktan kuşağa geçişi sürecinde, toplumsal alanda yaşanan hızlı değişimlere bağlı olarak genellikle aile ve çocuklar arasında kuşaklararası çatışmaya da yol açmaktadır (Akyıl, Prouty, Blanchard ve Lyness, 2016). Cinsiyet rolleri, bu bağlamda, kuşaklararası değer aktarımı sürecinde en belirgin farkların gözlenebildiği; bununla birlikte kültüre geleneksel olarak yerleşmiş inanç ve mesajlardan beslenmesi itibarıyla, hızlı sosyokültürel değişimlerin yaşandığı bir toplumda geleneksel ve eşitlikçi olan arasına kesin bir sınır çizilemeyeceği alanlardan biri olarak düşünülebilir. Nitekim çalışmada da, ilişkide denge arayışına, pratikte bütünüyle ayrışma gösterilemeyen geleneksel cinsiyet rollerinin eşlik ettiği göze çarpmıştır. Bununla birlikte, çalışmanın bir sınırlılığı, eğitim durumu yüksek olan genç yetişkinlerle yürütülmesidir. Sonuçların yorumlanmasında, katılımcıların, kolektivist ve geleneksel değerlerin kuşaklar öncesinden yerleşik olduğu bir düzen içerisinde, yaşam biçimlerinde görece bireyselci ve eşitlikçi değerleri ön planda tutmaya yönelmiş bir grubun özelliklerini yansıtmaya olabileceği de göz ardı edilmemelidir.

3.4. Çalışma Grubu

Hem nicel hem de nitel veri elde edilen araştırmada, deneysel süreci içeren nicel aşamanın katılımcılarını, deney ve kontrol gruplarında yer alan evli çiftler oluşturmaktadır. Nitel aşamanın verileri ise, nicel aşamada FYDİGP'nin uygulandığı deney grubunda yer alan bütün katılımcılardan elde edilmiştir. Bu bağlamda, araştırmanın çalışma grubu olarak bu başlık altında, nitel aşamanın katılımcılarını da içermesi bakımından, deney ve kontrol gruplarında yer alan evli bireyler tanıtılmıştır.

3.4.1. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması

FYDİGP'nin uygulanacağı deney grubunun oluşturulabilmesi için öncelikle "Eşitliğe Dayalı İlişki Geliştirme Programı" başlıklı bir duyuru metni hazırlanmıştır (Ek 4). Bu metin, Hacettepe Üniversitesi'nin akademik ve idari personelinin yer aldığı iletişim ağında, sosyal medyada ve çiftlere ulaşmayı kolaylaştıracak çeşitli e-posta gruplarında paylaşılarak katılmaya isteklilik gösterecek çiftler için program, genel özellikleriyle tanıtılmıştır. Ayrıca, Ankara'da ruh sağlığı alanında çalışan bazı uygulamacılarla (psikiyatrist, psikolog ve psikolojik danışman) iletişime geçilerek

programın özellikleri ve katılım koşulları anlatılmış; onların sözel duyuruları ve yönlendirmeleri aracılığıyla da çiftlere ulaşılmaya çalışılmıştır. Ankara'da özel bir psikolojik danışma merkezinde yürütülmesi planlanan programa katılım koşullarında; katılımın gönüllüğe dayalı ve ücretsiz olduğu, en az bir yıldır evli olup eşyle birlikte yaşama ve eşlerin sürece birlikte katılmaları gerekliliğine ek olarak, bir oturumluk ön görüşme yapıldıktan sonra çiftlerin programa katılım durumlarının netleştirileceği vurgulanmıştır. Ön görüşmelerin yapılmasının temel amacı ise, deneysel süreçte yer alacak çiftlerin belirlenmesinde; çiftlerin ilişkilerini geliştirme amaçlı programa katılmak istemeleri, boşanma düşüncelerinin olmaması ve eşlerin her birinin de psikolojik açıdan herhangi bir tanı almamış olmaları koşullarının gözetilmesidir. Bu bağlamda yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler için bir soru listesi hazırlanmış (Ek 5) ve her katılımcıya araştırmada gönüllü olarak yer aldığını belirttiği bir bilgilendirilmiş onay formu (Ek 6) imzalatılmıştır.

Başvurular üzerine toplam 22 çiftle yapılan ön görüşmeler sonrasında; boşanma düşünceleri olan iki çift ve sekiz oturumun tamamına katılmakta güçlük yaşayabileceklerini belirten beş çift, aday katılımcılar listesinden çıkarılmıştır. Diğer çiftler arasında ise, deney ve kontrol gruplarının özellikle eğitim durumu ve evlilik süresi bakımından benzer özellikleri olan çiftlerden oluşmasına özen gösterilmiştir. Bu doğrultuda altı çift (n=12) deney grubunda, altı çift (n=12) de kontrol grubunda yer almıştır. Araştırmanın deneysel aşaması, çiftlerin gruplara seçkisiz olarak atanmaması açısından, yarı deneysel desen özellikleri taşımaktadır.

3.4.2. Çalışma Grubunun Özellikleri

Araştırmaya katılan 12 evli çiftten ikisi, biri deney diğeri kontrol grubunda yer almak üzere, 20 ve 22 yıllık evli iken; diğerleri evliliklerinin ilk altı yılında olan çiftlerdir. Kontrol grubunda dört çiftin birer çocukları var iken, deney grubunda bir çiftin iki çocuğu vardır ve başka bir çift bebek beklemektedir (kadın, iki aylık hamiledir). Çiftlerin hepsinin eğitim durumu ise, en az lisans düzeyindedir. Deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin yaş ve eğitim durumu açısından dağılımı Tablo 3.1'de sunulmuştur.

Tablo 3.1: Deney ve Kontrol Grubunda Yer Alan Bireylerin Yaş ve Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Demografik Bilgi	Deney Grubu		Kontrol Grubu		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	
Yaş	20-25	0	0	1	8.3	1	4.2
	26-30	4	33.3	1	8.3	5	20.8
	31-35	5	41.7	7	58.3	12	50
	36-40	1	8.3	1	8.3	2	8.3
	41-50	2	16.7	2	16.7	4	16.7
Eğitim Durumu	Lisans	3	25	6	50	9	37.5
	Lisansüstü	9	75	6	50	15	62.5

Tablo 3.1 incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin yarısının (%50) 31-35 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Yaşları 40'ın üzerinde olan dört kişi (iki çift) ve 36-40 aralığında olan iki kişi, katılımcıların dörtte birini (%25); 20-30 aralığında olan altı kişi ise kalan dörtte birlik kısmını (%25) oluşturmaktadır. Eğitim durumu açısından, deney grubundaki bireylerin dörtte üçü (%75) lisansüstü öğrencisi ya da mezunu, dörtte biri (%25) lisans mezunu iken; kontrol grubunda bu oran yarı yarıyadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, yaş ve eğitim durumu açısından katılımcıların deney ve kontrol gruplarında birbirine benzer şekilde dağıldığı söylenebilir.

Deneyel süreç öncesinde, araştırmada incelenen değişkenler açısından deney ve kontrol grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığı ise Mann Whitney U testi ile incelenmiştir. Bu doğrultuda, program öncesinde deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin, kendilerine ön test olarak uygulanan veri toplama araçlarından [Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği (ÇİGPÖ), İlişki Yönelimi (İY) ve Gelişme Yönelimi (GY) Alt Ölçekleri ve Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ)] aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı değerlendirilmiştir. Mann Whitney U testi sonuçları, Tablo 3.2'de verilmiştir.

Tablo 3.2: Program Öncesinde Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY ve GY Alt Ölçekleri, ÇUÖ Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ölçüm	Gruplar	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
ÇİGPÖ	Deney	12	11.08	133.00	55.00	.33
	Kontrol	12	13.92	167.00		
İY	Deney	12	11.29	135.50	57.50	.40
	Kontrol	12	13.71	164.50		
GY	Deney	12	9.88	118.50	40.50	.07
	Kontrol	12	15.13	181.50		
ÇUÖ	Deney	12	12.88	154.50	67.50	.80
	Kontrol	12	12.13	145.50		

Tablo 3.2’de görüldüğü üzere, FYDİGP’nin uygulanması öncesinde deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin ÇİGPÖ, İY ve GY alt ölçekleri ve ÇUÖ ön testlerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Bu sonuçlara dayanarak, programın uygulanması öncesinde deney ve kontrol gruplarının istatistiksel açıdan denk olduğu söylenebilir ($U_{\text{ÇİGPÖ}} = 55.00, p > .05$; $U_{\text{İY}} = 57.50, p > .05$; $U_{\text{GY}} = 40.50, p > .05$; $U_{\text{ÇUÖ}} = 67.50, p > .05$).

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın ön test, son test ve izleme ölçümlerinde kullanılan nicel veri toplama araçları; Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği (ÇİGPÖ), Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği (DBAÖ) ve Çiftler Uyum Ölçeği’dir (ÇUÖ). Bu araçlar ön test olarak deney ve kontrol gruplarındaki bireylere, program öncesinde çiftlerle yapılan ön görüşmeler sırasında uygulanmıştır. Araçların son test olarak uygulanması; deney grubundaki bireyler için sekizinci oturumun sonunda, kontrol grubundaki bireyler için programın uygulanması sürecinin tamamlandığı hafta çiftlerle görüşmeler yapılarak yürütülmüştür. İzleme ölçümü yalnızca deney grubundaki katılımcılar için yapılmış olup son test ölçümlerinden üç ay sonra yine çiftlerle görüşmeler planlanarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın nitel veri toplama aracı ise, FYDİGP’nin uygulanmasının ardından deney grubundaki katılımcıların programa ve deneysel sürece ilişkin yazdıkları değerlendirme metinleridir. Aşağıdaki alt başlıklarda bu araçlar ayrıntılı olarak tanıtılmıştır.

3.5.1. Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği (ÇİGPÖ)

ÇİGPÖ, araştırma kapsamında araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Aşağıda ölçeğin geliştirildiği çalışma gruplarına, geliştirilme sürecine ve psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler sunulmuştur.

3.5.1.1. Çalışma Grupları

Öncelikle ÇİGPÖ’nün maddelerinin anlaşılabilirliğinin test edilebilmesi amacıyla hazırlanan deneme formu, evli üç doktora öğrencisi ve Ankara’da bir ilkokulda görev yapan evli ya da partneriyle birlikte yaşayan 24 öğretmen olmak üzere toplam 27 kişiye uygulanmıştır. Anlaşılmayan maddelerin gözden geçirilerek yeniden düzenlenmesinin ardından, ölçeğin hedef gruba uygulanan taslak formu hazırlanmıştır. Söz konu form, açılımlayıcı faktör analizinin yapıldığı grubu oluşturan 382 evli ve partneriyle birlikte yaşayan 18 kişi olmak üzere toplam 400

kişiyeye uygulanmıştır. Uygulama, 2016 yılı Şubat-Haziran ayları arasında gerçekleştirilmiş olup katılımcıların seçiminde uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların 200'ü kadın, 200'ü erkek olmakla birlikte, yaş aralığı 22-67'dir ($\bar{x} = 35$). Evli bireylerin evlilik süreleri üç ay ve 44 yıl arasında, evli olmayan bireylerin partneriyle birlikte yaşama süreleri ise altı ay ve beş yıl arasında değişmektedir. Katılımcıların 147'si (%37) lisansüstü eğitim düzeyinde iken 221'i (%55) lisans mezunu ve 32'si (%8) lise mezunudur.

Ölçeğin psikometrik özelliklerinin belirlenmesinin ardından, elde edilen yapının doğrulanıp doğrulanmadığını değerlendirmek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinin katılımcılarını ise, 236 evli ve partneriyle birlikte yaşayan altı kişi olmak üzere toplam 242 kişi oluşturmaktadır. Bu grubun 139'u kadın, 103'ü erkek olmakla birlikte, yaş aralığı 23-67'dir ($\bar{x} = 35$). Evli bireylerin evlilik süreleri dört ay ve 40 yıl arasında, evli olmayan bireylerin partneriyle birlikte yaşama süreleri beş ay ve yedi yıl arasında değişmektedir. Katılımcıların 92'si (%38) lisansüstü eğitim düzeyinde iken 138'i (%57) lisans mezunu ve 12'si (%5) lise mezunudur.

3.5.1.2. ÇİGPÖ'nün Geliştirilmesi

Ölçek geliştirme sürecinin ilk aşaması olarak "güç paylaşımı" kavramını açık bir şekilde tanımlayabilmek ve kavramın davranışsal göstergelerini belirleyebilmek için araştırma sürecinin başlangıcında yapılan nitel çalışmanın sonuçları göz önünde bulundurulmakla birlikte, ölçeğin kuramsal temellerinin dayandığı yaklaşımlar çerçevesinde literatür, kapsamlı bir şekilde taranmıştır. Bu doğrultuda, partnerler arasında güç dağılımında denge yaratan süreçlerin yansıması olarak ilişkide eşitlikle bağlantılı olduğuna karar verilen beş boyuta göre ölçekte yer alabilecek ifadeler geliştirilmiştir. Söz konusu beş boyut; partnerler arasındaki arkadaşlık ilişkisi; çatışma sırasında verilen tepkilerle ve toplumsal cinsiyete ilişkin ikircikli duygularla bağlantılı olarak kendi yaşamını bilinçli olarak şekillendirme becerileri; partnerlerin biz bilinci oranında aralarında geliştirdikleri işbirliği; etkiye açıklık ve birlikte yaşamının getirdiği sorumlulukları paylaşma şeklinde belirlenmiştir. Bununla birlikte, konunun kültüre duyarlı oluşu ve her boyutun kendi içinde bir dizi başka kavram ya da beceriyi barındırması göz önünde bulundurularak faktör analizi sonrasında bu boyutlar çerçevesinde yeni anlamların ortaya çıkabileceği de akılda tutulmuştur.

Maddeler, beşli Likert derecelendirmesine (“Tamamen Uygun”, “Uygun”, “Kısmen Uygun”, “Uygun Değil”, “Hiç Uygun Değil”) uygun olarak yazılmış ve toplam 62 ifadeden oluşan bir madde havuzu hazırlanmıştır. Madde havuzunda yer alan ifadeler, uzmanlar tarafından ölçeğin genel amacı, ölçme-değerlendirme ve kullanılan dil açısından gözden geçirilmesi amacıyla Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından yedi, Ölçme ve Değerlendirme alanından bir uzmanın görüşlerine sunulmuştur. Uzman görüşü alma sürecinde üçlü derecelendirmeden oluşan (“Uygun”, “Düzeltilmeli”, “Uygun Değil”) ve düzeltilmesi gerektiği ya da uygun olmadığı düşünülen ifadeler için önerilerin eklendiği bir form kullanılmıştır. Alınan tüm görüşler tek bir formda birleştirilmiş ve görüşler, araştırmacının da içinde yer aldığı üç uzman tarafından tartışılarak yeniden gözden geçirilmiştir. Değerlendirme sonucunda bazı ifadelerde değişiklik yapılmış ve ölçeğe iki madde daha eklenerek 64 maddelik bir form oluşturulmuştur. Bu form, maddelerin anlaşılabilirliğini ve yanıtlamanın kolaylığını değerlendirmek amacıyla deneme uygulaması olarak 27 kişilik çalışma grubuna uygulanmıştır. Uygulama sonucunda anlaşılmayan maddeler yeniden düzenlenmiş, bir madde ölçekten çıkarılmış ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin belirlendiği örnekleme uygulanan 63 maddelik form hazırlanmıştır.

Oluşturulan formun 400 kişilik çalışma grubuna uygulanmasıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen yapının doğrulanıp doğrulanmadığı ise 242 kişilik çalışma grubu üzerinde doğrulayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları için Cronbach Alfa katsayısı ve madde-toplam test istatistikleri incelenmiştir. Verilerin analizinde SPSS 23 ve LISREL 8.80 programlarından yararlanılmıştır.

3.5.1.3. ÇİGPÖ'nün Yapı Geçerliği

ÇİGPÖ'nün yapı geçerliği, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılarak incelenmiştir. Bu başlık kapsamında, analiz sürecinde aşama aşama yapılan işlemlere ve ulaşılan sonuçlara yer verilmiştir.

3.5.1.3.1. Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Açımlayıcı faktör analizine başlamadan önce, verilerin analize hazırlanması amacıyla faktör analizinin gerektirdiği örneklem büyüklüğü, kayıp değerler, normallik, doğrusallık, çoklu bağlantı ve uç değerler varsayımları incelenmiştir (Alpar, 2011; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010; Field, 2009; Kline, 2011;

Tabachnick ve Fidell, 2007). Örneklem büyüklüğünün faktörleştirmeye uygunluğunun değerlendirilmesinde Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi kullanılmış ve bu değer .93 olarak yeterli bulunmuştur. Bartlett küresellik testi sonucunda elde edilen ki-kare değerinin anlamlı olmasından yola çıkarak ($\chi^2(1953) = 11572.348$, $p = .00$) verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği varsayımı kabul edilmiştir. Veri setinde kayıp değer bulunmamış, doğrusallık varsayımı ise rastgele maddeler seçilerek bu maddeler arasında çizilen saçılım grafikleriyle gözden geçirilmiştir. Çoklu bağlantı ve tekillik varsayımı için maddeler arasındaki ikili korelasyon katsayıları, varyans artış faktörleri (VIF) ve tolerans değerleri incelenmiş; maddelerin birbirinin yerine geçebilecek kadar benzer olmadığı test edilmiştir. Son olarak uç değerlerin incelenmesinde, tek yönlü değerler için z puanları, çok yönlü uç değerler için Mahalanobis uzaklıkları hesaplanmıştır. İnceleme sonucunda çok yönlü uç değer olduğu belirlenen 50 değer veri setinden çıkarılarak açımlayıcı faktör analizine başlanmıştır.

Ölçeğin faktör yapısını ortaya çıkarmak amacıyla, faktörleştirme yöntemi olarak temel bileşenler analizi; faktör döndürme yöntemi olarak ise eğik döndürme yöntemlerinden promax kullanılmıştır. Döndürme yöntemlerinin seçiminde belirgin bir öneri olmamakla birlikte Alpar (2011), faktör yüklerinin .30 ve üzerinde olması durumunda eğik döndürme yöntemlerinin kullanılmasının bazı yazarlarca önerildiğini belirtmektedir. Buradan hareketle, analizde elde edilen ilk faktör çözümünde faktör yüklerinin .30'dan yüksek olduğu görülmüş; eğik döndürmede hızlı ve ekonomik bir yöntem olması itibarıyla de promax kullanılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2007). Analizde ölçüm dışı bırakılan maddelerin belirlenmesinde; her maddenin ilişkili olduğu faktördeki yük değerinin yüksek olması, maddelerin binişik olmamaları ve faktörlerin herhangi bir maddede açıkladıkları ortak faktör varyansının yüksek olması ölçütleri göz önünde bulundurulmuştur (Büyüköztürk, 2011). Bu doğrultuda faktör yük değerleri için kabul düzeyi .40 olarak belirlenmiş; farklı faktörlerde yük değeri veren maddelerde ise yük değerleri arasındaki farkın en az .10 olmasına dikkat edilmiştir.

İlk aşamada, her maddenin ölçeğin bütününe olan katkısını ve ölçme gücünü belirlemek amacıyla madde-toplam test istatistikleri gözden geçirilmiştir. Bu istatistiklerde ölçeğin toplanabilirlik özelliğinin bozulmaması için madde-toplam test korelasyon katsayılarının negatif olmaması ve .25'ten büyük olması; bu koşula

uygun olmayan maddelerin ise ölçekten çıkarılması önerilmektedir (Alpar, 2011; Field, 2009; Kayış, 2009). Elde edilen korelasyon katsayılarına göre, .25'ten küçük olan ve ölçeğe katkısının düşük olduğu belirlenen iki madde, ölçekten çıkarılmıştır.

Ardından yapılan açımlayıcı faktör analizinde, ölçeğin öz değeri birden büyük olan 12 bileşen altında toplandığı ve bu bileşenlerin toplam varyansa yaptıkları katkının %60.23 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz değeri birden büyük olan bileşenlerin sayısı, Kaiser kuralına göre faktör sayısına karar vermede önemli bir ölçüttür (Field, 2009; Stevens, 2009). Öz değerlere dayanarak faktör sayısına karar vermede yaygın bir şekilde kullanılan ölçütlerden bir diğeri olan yamaç-birikinti grafiği incelendiğinde ise, varyansa ağırlıklı katkıyı birinci bileşenin yaptığı, beşinci bileşenden sonra katkının hem az hem de yaklaşık olarak aynı olduğu görülmüştür (Çokluk ve diğerleri, 2010; DeVellis, 2014; Tabachnick ve Fidell, 2007). Buradan hareketle, beklenen faktör sayısı ile bağlantılı olarak ölçeğin beş faktörlü bir yapı göstereceği ön görülmüş; ancak konunun kültüre duyarlı olması nedeniyle, faktör sayısının değişebileceği ihtimaline karşılık bu aşamada kesin bir şekilde faktör sınırlaması yapılmadan analize devam edilmiştir.

Belirtilen ölçütler temelinde ölçekten çıkarılmasına karar verilen maddeler, birer birer analiz dışı bırakılmış, çıkarılan her maddeyle birlikte açımlayıcı faktör analizi tekrarlanmıştır. Ölçekten çıkarılacak olan maddelerin sıralamasında kesin bir kural olmamakla birlikte, araştırmacının kullanışlılık, faktörlerin varyansa yaptıkları katkılar, binişiklik vb. durumlar çerçevesinde kararını vermesi önem taşımaktadır (Çokluk ve diğerleri, 2010). Bu doğrultuda, öncelikle faktör yükü kabul düzeyinin altında kalan maddeler, ardından binişik olduğu belirlenen maddeler analiz dışı bırakılmıştır. Binişik maddelerin aynı anda görüldüğü durumlarda, yük değerleri arasındaki farkın az, bir diğer deyişle binişikliğin fazla olduğu maddelerin önce çıkarılmasına dikkat edilmiştir. İzlenen bu yola dayalı olarak ölçekten toplam 31 madde çıkarılmıştır.

Söz konusu maddelerin çıkarılması sonucunda, ölçeğin 30 maddeden ve beş faktörden oluşan yapısı ortaya çıkmıştır. Yapılan son analizde KMO değerinin .95 ve Bartlett küresellik testi sonucunda elde edilen ki-kare değerinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\chi^2(435) = 5246.405$, $p = .00$). Ortaya çıkan faktör deseni ve maddelerin faktör yük değerleri Tablo 3.3'te sunulmuştur.

Tablo 3.3: ÇİGPÖ Madde-Faktör Yükleri

<i>Madde No</i>	<i>Faktör 1</i>	<i>Faktör 2</i>	<i>Faktör 3</i>	<i>Faktör 4</i>	<i>Faktör 5</i>
1	.942				
3	.935				
2	.900				
26	.668				
29	.555				
39	.554				
17	.540				
28	.537				
21	.458				
57		.748			
48		.731			
62		.724			
56		.695			
54		.676			
47		.636			
59		.611			
46		.574			
44			.834		
12			.756		
33			.746		
45			.737		
43			.569		
15				.805	
60				.733	
23				.671	
36				.630	
51				.550	
11					.895
9					.704
13					.690
Açıklanan Varyans	%38.299	%7.124	%5.232	%4.279	%4.014
Açıklanan Toplam Varyans	%58.949				

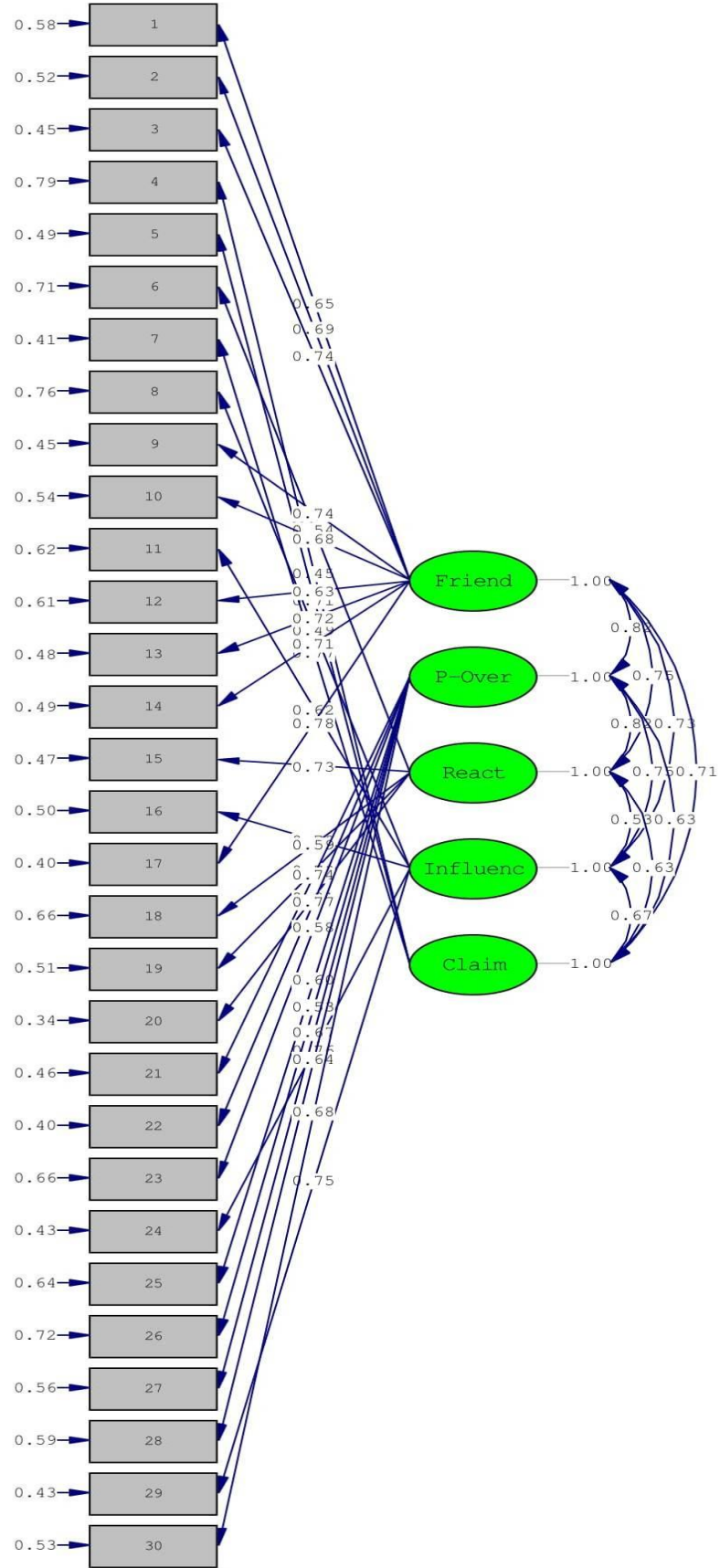
Ölçeğin her boyuta ilişkin madde-faktör yükleri incelendiğinde, faktör yükü değerlerinin birinci boyut için .46 ile .94, ikinci boyut için .57 ile .75, üçüncü boyut için .57 ile .83, dördüncü boyut için .55 ile .81, beşinci boyut için .69 ile .90 arasında değiştiği görülmektedir. Toplam varyansa %38.30 ile en fazla katkısı yapan birinci faktörün partnerler arasındaki arkadaşlık ilişkisini yansıtan ifadelerden oluşmasına dayanarak bu faktör “arkadaşlık” olarak adlandırılmıştır. İkinci faktörün toplam varyansın %7.12’sini açıkladığı ve bir partnerin diğer partner üzerindeki baskın davranışlarını içeren ifadelerden oluştuğu görülmüştür. Buradan hareketle ikinci faktör de “bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği” (*power over*) olarak adlandırılmıştır. Toplam varyansın %5.23’ünü açıklayan üçüncü faktörde, çiftlerin ilişkisel olarak yaşadıkları stres karşısında birbirlerini güçlendirmelerine engel olan ve toplumsal cinsiyet bağlamında ele alınabilecek tepkisel davranışları içeren ifadelerin yer aldığı görülmüştür. Bu içeriğe dayanarak üçüncü faktöre “ilişkisel stres karşısında tepkisellik” (*reactivity to relational stress*) adı verilmiştir.

Toplam varyansın %4.28'ini açıklayan dördüncü faktör, bir partnerin değerinin kendisini etkilemesine izin vermesini ifade eden maddeleri içerdiğinden “etkiye açıklık” (*openness to influence*) olarak adlandırılmıştır. Son olarak beşinci faktörün toplam varyansın %4.01'ini açıkladığı, bir partnerin değerinin kendisini duyabileceği şekilde ihtiyaçlarını ve duygularını ifade edebilmesini içeren maddelerden oluştuğu görülmüştür. Buradan hareketle beşinci faktöre de “ilişkisel bir talepte bulunma” (*making a relational claim*) adı verilmiştir. Beş faktör birlikte ele alındığında, faktörlerin varyansa yaptıkları toplam katkının %58.95 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kesin bir görüş olmamakla birlikte, birikimli varyans oranının sosyal bilimlerde %60 civarında olması ideal görülmektedir. Öte yandan, uygulamada, özellikle de bilginin daha göreceli olmasından ötürü sosyal bilimlerde sözü edilen oranı karşılamanın güç olduğu da belirtilmektedir (Alpar, 2011; Hair, Black, Babin ve Anderson, 2009). Bu bilgilerden hareketle elde edilen %59 oranındaki açıklanan ortak varyans değeri, yaygın kabul edilen değere çok yakın olması ve faktör deseninin beklenen yapıya benzer sonuçlar vermesi itibariyle yeterli kabul edilmiştir.

3.5.1.3.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Açımlayıcı faktör analizi ile elde edilen beş faktörlü modelin yapı geçerliği, 242 kişilik çalışma grubu üzerinde doğrulayıcı faktör analizi yapılarak değerlendirilmiştir. Analize başlamadan önce veriler analiz varsayımları açısından gözden geçirilmiş; beş tek yönlü ve 15 çok yönlü uç değer veri setinden çıkarılmasının ardından analiz yapılmıştır. Modelin tanımlanmasında maddelerin beş faktör ile temsil edileceği denencesi sınanmıştır. En yüksek olabilirlik kestirim yönteminin (*maximum likelihood*) kullanıldığı analiz sonucunda elde edilen maddeler ve faktörlere ilişkin yol şeması Şekil 3.2'de verilmiştir.

Bir ölçme modelinin kabul edilebilir bir yapı göstermesinin koşullarından biri olarak öncelikle tüm parametre değerlerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çokluk ve diğerleri, 2010; Şimşek, 2007). Şekil 3.2'de ortaya çıkan maddeler ve faktörler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, standartlaştırılmış regresyon katsayılarının arkadaşlık için .63-.74; bir partnerin değeri üzerindeki belirleyiciliği için .53-.77; ilişkisel stres karşısında tepkisellik için .54-.81; etkiye açıklık için .49-.75; ilişkisel olarak hak talep etme için .45-.77 arasında değiştiği görülmüştür.



Şekil 3.2. ÇİGPÖ Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Faktör yüklerine karşılık gelen bu değerlerden yalnızca ikisi .50'nin altında bulunmuştur. Hair ve diğerleri (2009), benzeme geçerliği (*convergent validity*) açısından madde faktör yüklerinin ve faktörlerin açıkladığı ortalama varyans değerlerinin (AVE) .50'nin üzerinde; birleşik (*composite*) güvenilirliklerin .60'ın üzerinde; ayrıca her faktörün birleşik güvenilirliğinin ortalama varyans değerinden yüksek olmasını önermektedir. Bu doğrultuda incelenen ortalama varyans değerlerinin .39 ile .50 arasında değiştiği, ancak değerlerden bir kısmının koşulu karşıladığı; birleşik güvenilirlik değerlerinin ise .69 ile .90 arasında değiştiği ve tüm değerlerin koşulu karşıladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca her faktöre ait birleşik güvenilirliklerin kendi AVE değerlerinden yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara dayanarak, ÇİGPÖ'nün benzeme geçerliğinin kısmen sağlandığı düşünülebilir.

Ölçeğin ayırma geçerliği (*discriminant validity*) açısından faktörler arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiş ve bu değerlerin .53 ile .82 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Kline (2011), faktörler arasındaki korelasyon kestirimlerinin .90'dan yüksek olmamasının ayırma geçerliğinin bir kanıtı olduğunu belirtmektedir. Buradan hareketle, elde edilen değerlerin ÇİGPÖ'nün çok boyutlu bir yapı olarak ayırma geçerliğini desteklediği görülmektedir.

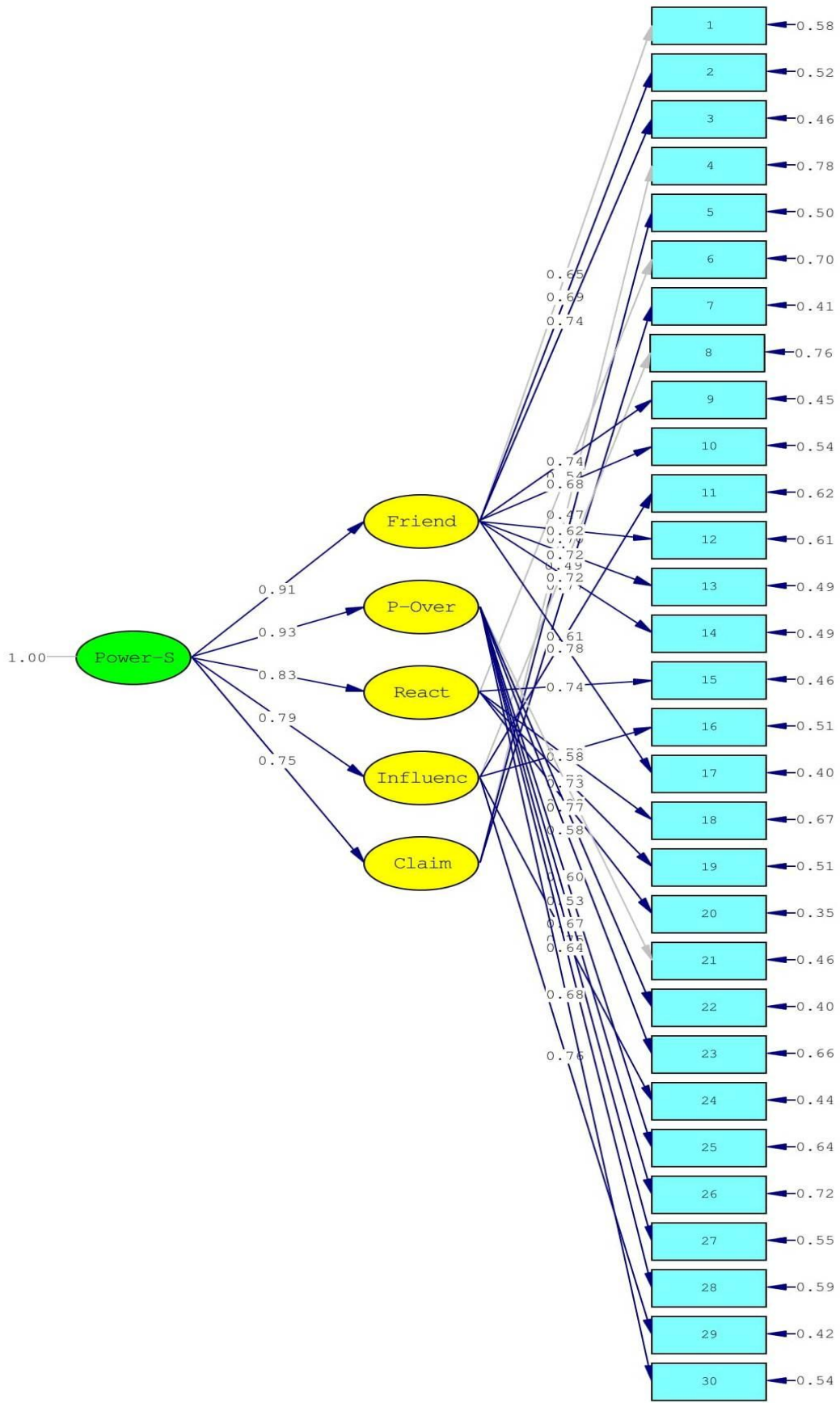
Bir modelin bütün olarak kabul edilebilir olup olmadığını gösteren uyum istatistikleri incelendiğinde ise, en yaygın kullanılan istatistikler çerçevesinde elde edilen sonuçlar Tablo 3.4'te özetlenmiştir. Bu değerlerden χ^2 değerinin anlamlı çıkmaması model-veri uyumu için beklenen bir durum iken, örneklem büyüklüğüne çok duyarlı olması nedeniyle genellikle anlamlı çıktığı bilinmektedir. O nedenle uyum iyiliğinin değerlendirilmesinde χ^2 sonucunun serbestlik derecesine bölünmesiyle ulaşılan değer kullanılmaktadır (Çokluk ve diğerleri, 2010; Şimşek, 2007).

Tablo 3.4: ÇİGPÖ Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi için Uyum İstatistiklerine İlişkin Değerler

χ^2	χ^2 / sd	RMSEA	CFI	NFI	NNFI	GFI	AGFI	RMR	SRMR
756.11	1.9	.06	.97	.94	.97	.81	.78	.05	.06

Analiz sonucunda ÇİGPÖ için elde edilen x^2 değerinin de anlamlı olduğu görülmüş ($p=.00$); bu değer in serbestlik derecesine oranı ise 1.9 bulunmuştur. Söz konusu değer in beşten küçük olması kabul edilebilir bir uyumu karşılamakla birlikte ikiden küçük olması mükemmel bir uyum göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Diğer uyum istatistiklerinde modelin kabul edilebilirliği açısından beklenen ölçütlerde çeşitli görüşler bulunmakla birlikte RMSEA, RMR ve SRMR'nin .08'den küçük; CFI, NFI, NNFI, GFI ve AGFI'nin ise .90'dan büyük olduğu durumlar yaygın bir şekilde kabul edilebilir uyum değerleri olarak kullanılmaktadır (Hair ve diğerleri, 2009; Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Hu ve Bentler, 1999; McDonald ve Ho, 2002; Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003). Analiz sonucunda elde edilen söz konusu değerler incelendiğinde GFI ve AGFI dışında tüm değerlerin kabul edilen değerlendirme ölçütleri içerisinde yer aldığı görülmektedir. Uyum istatistiklerinden hangilerinin bir modelin kabul edilebilirliğinde öncelikli etkisinin olduğu konusunda literatürde tam bir uzlaşma bulunmamakla birlikte çeşitli yazarlar (Hu ve Bentler, 1998, 1999; MacCallum ve Hong, 1997; Schermelleh-Engel ve diğerleri, 2003; Shevlin ve Miles, 1997) GFI ve AGFI'nin örneklem büyüklüğüne çok duyarlı olmasından ve karmaşık modellerde düşük değerler verme eğilimi göstermesinden dolayı bu istatistiklerin model-veri uyumuna karar vermede kullanılmasını önermemektedirler. Bu yazarlardan Hu ve Bentler, en yüksek olabilirlik kestirim yönteminde SRMR'yi NNFI, CFI ya da RMSEA ile destekleyerek kullanmayı önerirken; MacCallum ve Hong, RMSEA'nın model değerlendirmede en duyarlı sonuçları verdiğini belirtmektedirler. Tabachnick ve Fidell (2007) ise CFI ve RMSEA'nın raporlarda en sık kullanılan değerler olduğunu vurgulamaktadırlar. Tüm bu görüşler temelinde, söz konusu istatistiklerin iyi uyum değerleri göstermesine dayanarak kurulan modelin kabul edilebilir olduğu ve ölçeğin yapısal geçerliğe sahip olduğu sonucu desteklenmektedir.

Birinci düzey analizin ardından doğrulanan beş faktörlü yapının, güç paylaşımı olarak tanımlanan üst yapının bileşenleri olup olmadığını değerlendirmek amacıyla ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Kurulan üst düzeydeki modele ilişkin analiz sonucunda ortaya çıkan standartlaştırılmış değerleri gösteren yol şeması Şekil 3.3'te sunulmuş; uyum istatistikleri ise Tablo 3.5'te özetlenmiştir.



Şekil 3.3. ÇİGPÖ İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Tablo 3.5: ÇİGPÖ İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi için Uyum İstatistiklerine İlişkin Değerler

χ^2	χ^2 /sd	RMSEA	CFI	NFI	NNFI	GFI	AGFI	RMR	SRMR
793.65	1.98	.07	.97	.94	.97	.81	.78	.06	.06

Şekil 3.3 incelendiğinde, tüm parametre değerlerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tablo 3.5'te verilen uyum istatistiklerine ilişkin değerlerin ise birinci düzey analiz sonucunda elde edilen değerlere benzer sonuçlar gösterdiği ($\chi^2/sd=1.98$, $RMSEA=.07$, $CFI=.97$, $NNFI=.97$, $SRMR=.06$) ve bu sonuçlar doğrultusunda kurulan modelin kabul edilebilir düzeyde uyuma sahip olduğu görülmüştür. Sonuç olarak; arkadaşlık, bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği, ilişkisel stres karşısında tepkisellik, etkiye açıklık, ilişkisel bir talepte bulunma boyutlarının birlikte güç paylaşımı olarak tanımlanan bir üst yapıyı oluşturduğu, bir diğeri deyişle söz konusu boyutların güç paylaşımı kavramının bileşenleri olduğu doğrulanmıştır.

3.5.1.4. ÇİGPÖ'nün Güvenirliği

ÇİGPÖ'nün güvenilirlik çalışmaları çerçevesinde bir bütün olarak ölçek ve ayrı ayrı beş boyut için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları incelenmiştir. İç tutarlık katsayıları; ölçeğin bütünü için .94 ve arkadaşlık, bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği, ilişkisel stres karşısında tepkisellik, etkiye açıklık ve ilişkisel bir talepte bulunma boyutları için sırayla .91, .87, .84, .78, .66 olarak belirlenmiştir. Elde edilen değerlere dayanarak, tüm boyutlarıyla ölçeğin çift ilişkilerinde güç paylaşımı düzeyini belirleme konusunda oldukça güvenilir ($\alpha>.60$) bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Büyüköztürk, 2011; Kayış, 2009).

3.5.1.5. ÇİGPÖ'nün Puanlanması ve Yorumlanması

ÇİGPÖ, çift ilişkilerinde partnerler arasındaki güç dağılımındaki farklılıkları belirlemeyi sağlayan beş boyuttan ve toplam 30 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçeğin arkadaşlık boyutunda dokuz, bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği boyutunda sekiz, ilişkisel stres karşısında tepkisellik boyutunda beş, etkiye açıklık boyutunda beş ve ilişkisel bir talepte bulunma boyutunda üç madde bulunmaktadır. Likert tipi beşli derecelendirmeli olan ölçeği (5= Tamamen Uygun, 1=Hiç Uygun Değil) bireyler, partneriyle ilişkilerinin son zamanlardaki halini göz

önünde bulundurup kendilerine en uygun seçeneği işaretleyerek yanıtlamaktadırlar. Ölçekte 16 madde ters puanlanmakla birlikte, etkiye açıklık boyutunun tamamı düz maddelerden, bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği ve ilişkisel stres karşısında tepkisellik boyutlarının tamamı da tersine puanlanan maddelerden oluşmaktadır. Her madde için puanlama bir-beş arasında yapılmaktadır ve ölçekten alınan yüksek puanlar, partnerler arasında güç dağılımındaki dengenin (eşitliğin) düzeyini yansıtmaktadır. Ek 7'de ÇİGPÖ'ye ilişkin örnek maddelere yer verilmiştir.

3.5.2. Dengeli Bütünleşme-Ayrışma Ölçeği (DBAÖ)

İmamoğlu (1998) tarafından geliştirilen DBAÖ, İlişki Yönelimi ve Gelişme Yönelimi olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Toplam 29 maddenin yer aldığı ölçekte, 13 madde gelişme yönelimini, 16 madde ise ilişki yönelimini ölçmektedir. Gelişme Yönelimi alt ölçeği, bir kişinin gelişim sürecinde ne derece normatif olanı ya da kendi özünü (potansiyelini, ilgilerini vb.) dayanak aldığı; İlişki Yönelimi alt ölçeği ise kişinin aile ve çevresiyle ilişkililik düzeyini belirlemektedir. Bu bağlamda alt ölçeklerden alınan yüksek ve düşük puanlar sırayla; Gelişme Yönelimi için kendileşmeyi ve kalıplaşmayı, İlişki Yönelimi için ilişkili ve kopuk olmayı yansıtmaktadır.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında İmamoğlu (1998), 117 üniversite öğrencisinden elde ettiği veriler üzerinde yaptığı faktör analizi sonucunda başlangıçta altı boyuttan oluşan bir yapıya ulaşmıştır. Bu boyutlar, toplam varyansın %66'sını açıklamıştır. Üst düzey boyutları belirlemek amacıyla yaptığı ikinci düzey analiz ise ölçeğin iki alt ölçekli yapısını ortaya çıkarmıştır. Bu ölçeklerden İlişki Yönelimi toplam varyansın %31.8'ini, Gelişme Yönelimi ise %23.5'ini açıklar iken, iki alt ölçeğin birlikte açıkladığı varyans oranının %55.3 olduğu görülmüştür.

Aynı çalışmada İmamoğlu, iki alt ölçekten alınan puanların ortalamasını kesme noktası olarak almış; boyutlardaki üst ve alt gruplara göre Denge Modeli'nde belirttiği dört benlik tipini ortaya koymuştur. Modelde bu tiplerden en dengeli olanının, hem ayrışma hem de bütünleşme ihtiyaçlarının karşılanabildiği gruba yansıtan "ilişkili-kendileşme" olduğu vurgulanmaktadır (İmamoğlu, 2003).

Ölçeğin geliştirildiği çalışmada (İmamoğlu, 1998), alt ölçeklere ilişkin Cronbach Alfa katsayıları, İlişki Yönelimi ve Gelişme Yönelimi için sırayla .91 ve .74 olarak belirlenmiştir. Yetişkinlerle yürütülen çalışmalar (Gezici ve Güvenç, 2003; Gündoğdu, 2007; İmamoğlu ve Beydoğan, 2011; Yeniçeri, 2013) gözden geçirildiğinde, bu katsayıların İlişki Yönelimi için .80 ile .85, Gelişme Yönelimi için .69 ile .81 arasında değiştiği görülmektedir.

Ölçekte yer alan maddelerin 17'si ters puanlanmaktadır. Beşli (1=Hiç, 5=Çok) ya da yedili (1=Hiç, 7=Tamamen) Likert tipinde kullanılabilen ölçeği bireyler, ölçekteki ifadelerle ne derece katılıp katılmadıklarına göre yanıtlamaktadırlar. Bu araştırmada DBAÖ, beşli Likert derecelendirmesine uygun olarak kullanılmıştır. Ölçeğin araştırmada kullanılabilmesi için İmamoğlu'ndan alınan izin Ek 8'de, ölçekte yer alan örnek maddeler ise Ek 9'da sunulmuştur.

3.5.3. Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ)

Spanier (1976) tarafından geliştirilen ÇUÖ, Fıfıloğlu ve Demir (2000) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, evli ya da birlikte yaşayan çiftlerin ilişki kalitelerine yönelik algılarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmekle birlikte, ölçeğin psikometrik özellikleri hem orijinal çalışmada hem de uyarlama çalışmasında evli bireylerden elde edilen veriler üzerinde belirlenmiştir. Orijinal çalışmada birlikte yaşayan bir grup çiftte de ölçek uygulanmış ve maddelerin kendilerine uygunluğu konusunda görüş alınmıştır.

Çift doyumu, eşler arası bağlılık, eşler arası fikir birliği ve duygusal ifade olmak üzere dört alt ölçekten oluşan ÇUÖ'de, toplam 32 madde yer almaktadır. Alt ölçeklerde sırasıyla 10, 5, 13 ve 4 madde bulunmaktadır. Maddelerin Likert tipinde beşli, altılı ya da yedili olarak derecelendirildiği ölçekte, iki madde "evet" ya da "hayır" şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçekten alınabilen toplam puan 0-151 arasında değişmekte; yüksek puanlar, algılanan ilişki kalitesinin ve uyumun yüksek olduğunu göstermektedir.

Geçerlik çalışmaları kapsamında Spanier (1976), yaş ortalamaları 35.1 ve ortalama evlilik süreleri 13.2 olan 218 evli birey üzerinde ölçeğin yapı geçerliğini incelemekle birlikte, ölçüt bağıntılı geçerlik için 94 boşanmış bireyden de veri elde etmiştir. İki grubun puan ortalamaları (evli bireyler için 114.8, boşanmış bireyler için 70.7), birbirinden anlamlı olarak farklılık göstermiştir ($p < .001$). Spanier ayrıca

ölçek ile Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen Locke-Wallace Evlilik Uyum Testi arasındaki ilişkiyi değerlendirmiş; korelasyon katsayısını evli bireylerden oluşan örnekleme .86 bulmuştur. Aynı çalışmada, bütün olarak ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .96 olarak belirlenmiştir.

Ölçeği Türkçeye uyarlama çalışması ise, yaş ortalamaları 36.8 ve ortalama evlilik süreleri 13.1 olan 264 evli bireyden elde edilen veriler üzerinde yapılmıştır (Fışıloğlu ve Demir, 2000). Orijinal formdaki faktör yapısının açığa çıktığı çalışmada, dört alt ölçeğin birlikte açıkladıkları varyans oranının %45.5 olduğu görülmüştür. Uyarlama çalışmasında da Locke-Wallace Evlilik Uyum Testinin Türkçe formu (Tutarel Kışlak, 1999) ölçüt geçerliği için kullanılmış olup iki ölçek arasındaki korelasyon katsayısının .82 olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin bütün olarak iç tutarlık katsayısı ise .92 bulunmuştur. Ölçeği araştırmada kullanabilmek için Fışıloğlu'ndan ve Demir'den alınan izne Ek 10'da, ölçekte yer alan örnek maddelere Ek 11'de yer verilmiştir.

3.5.4. Programı Değerlendirme Metinleri

Araştırmanın, deney grubuna katılan evli bireylerin uygulama sürecine ilişkin görüşlerini incelemek ve programa ilişkin geribildirim almak amacıyla yürütülen nitel aşamasında, veri toplama aracı olarak programı değerlendirme metinlerinden yararlanılmıştır. Bu metinler, deney grubuna katılan tüm bireylerden (n=12), programın son oturumundan sonraki bir hafta içerisinde e-posta aracılığıyla elde edilmiştir. Deneysel sürecin son oturumunda nicel ölçüm olarak son testlerin uygulanmasının ardından, her katılımcıya programı değerlendirmeyi kolaylaştıracak sorular dağıtılmış (Ek 12) ve kendilerinden bir hafta içerisinde araştırmacının e-posta adresine göndermeleri beklenen değerlendirme metinlerinin bu soruların yanıtlarını içerebileceği belirtilmiştir. Bununla birlikte, değerlendirmelerin yalnızca sorulara doğrudan verilen yanıtlar olarak değil de, içerisinde sorulara yanıt da bulunabilecek kapsamlı bir serbest yazı şeklinde hazırlanması istenmiştir. Metinlerin son oturum yerine ondan sonraki bir hafta içerisinde ve serbest yazı şeklinde beklenmesinin nedeni, katılımcıların sonraki hafta içerisinde kendilerine en uygun zamanda, bireysel olarak, sürece ve programa ilişkin deneyimlerini ve düşüncelerini kapsamlı bir şekilde yansıtabilecekleri bir yol olmasıdır.

3.6. FYDİGP'nin Geliştirilmesi ve Uygulanması

Araştırmacı tarafından geliştirilerek araştırma sürecinde deney grubuna uygulanan FYDİGP'nin genel amacı; evli çiftlerin, ilişkilerini etkileyen sosyal ve kültürel faktörleri eleştirel bir yaklaşımla irdeleyerek eşleriyle aralarındaki güç dağılımının dengeli olması ve eşitlik temelli bir ilişki için gerekli olan becerileri geliştirmelerine, bunun bir getirisi olarak da eşleriyle ortak bir yaşam anlayışı oluşturmalarına katkı sağlamaktır. Özellikle toplumsal cinsiyete duyarlı olması ve eşler arasındaki güç dinamiklerine odaklanması yönüyle, programın kuramsal ve felsefi temelleri feminist yaklaşıma dayanmaktadır. Bununla birlikte feminist perspektif, özellikle güç akışında denge sağlamaya yönelik davranışların geliştirilmesine odaklı uygulamalarda, çift ve aile terapisi alanında ileri sürülen çeşitli yaklaşımlarda kullanılan bazı tekniklerle bütünleştirilmiştir. Örneğin; tepkisellik yerine daha diyalojik bir pozisyona geçme ve çatışma çözme konuları, toplumsal cinsiyete duyarlı olacak şekilde sosyokültürel/bağlamsal bir çerçevede ele alınmakla birlikte, konuların gerektirdiği duygularını-ihtiyaçlarını tanıma ve ifade etme, kendini teskin etme, iletişim, biz bilinciyle hareket etme-işbirliği vb. becerilerin hem bireysel hem de ilişki düzeyinde geliştirilmesine odaklı uygulamalarda Gottman'ın (1999, 2011) ve Fishbane'in (2011, 2013) modellerinden yararlanılmıştır. Benzer şekilde, postmodern yaklaşımların (White ve Epston, 1990) yapı söküm (*deconstruction*) ve yeniden yazma (*re-authoring*) kavramlarından esinlenilerek eşler arasında eşitliğin temel değer olduğu ortak yaşam anlayışının geliştirilmesine zemin hazırlayan bir ortam oluşturulmuştur. Oturumlarda ayrıca yaşantısal, yaratıcı ve dışavurumcu bir şekilde simgeleştirme üzerinden kendini ifadeye olanak sağlayan sanatla terapi teknikleri (Eracar, 2013) ve eşitliği kavramsallaştırmayı kolaylaştıracak metaforlar kullanılmıştır.

Programın geliştirilmesi sürecinde araştırmacı, TÜBİTAK desteğiyle "2214/A Yurtdışı Doktora Sırası Araştırma Burs Programı" kapsamında 18 Eylül 2015-31 Ocak 2016 tarihleri arasında ABD'nin Oregon eyaletinde (Portland) bulunan Lewis & Clark College'da Evlilik, Çift ve Aile Terapisi Programı'nda ziyaretçi araştırmacı olarak çalışmalarını yürütmüştür. Programda temel alınan yaklaşımlardan biri olan "Sosyo-Duygusal İlişki Terapisi"nin (SERT) öncü ismi Dr. Knudson-Martin'in danışmanlığında araştırmacı, oturumları şekillendirirken doğrudan kendisiyle fikir alışverişinde bulunma ve uygulamada donanımını artırma olanağı edinmiştir. Bu

dönemde araştırmacı, Dr. Knudson-Martin'in klinikte yürüttüğü süpervizyon dersini takip etmiş, verdiği "Aile Terapisinde Eşitlik" (*Equity in Family Therapy*) dersini asiste etmiş ve iki haftalık aralıklarla bir araya gelerek SERT'e dayalı çalışmalar yapan araştırma grubuna katılmıştır. Ayrıca araştırmacı, Dr. McDowell'ın yürüttüğü "Aile Terapisinde Kuram ve Uygulamalar" (*Family Therapy: Theory and Practice*) dersini asiste ederek kuramsal açıdan da bilgilerini güncellemiştir. Bunların dışında araştırmacı, daha önceden grupla çalışma açısından hem bir grup üyesi hem de psikolojik danışman olarak deneyim kazanmış olmakla birlikte, Dr. Eracar'ın yürüttüğü "Sanatla Terapi ve Yaratıcılık" eğitiminin (300 saat) son aşamasında (tez yazma sürecinde) bir sanat terapisti adayı olarak programda yararlanılan sanat temelli tekniklerin uygulanmasında da deneyime sahiptir. Ek olarak araştırmacı, 23-24 Nisan 2016 tarihlerinde Ankara'da Dr. Kopytin tarafından verilen "Sanatla Aile Terapisi Teknikleri" eğitimine katılmış ve sanatla terapiye ilişkin genel bilgilerini aile terapisinde kullanılan özel tekniklerle bütünleştirmiştir.

Programın uygulanması boyunca araştırmacı, feminist yaklaşımda temel bir ilke olarak vurgulanan "terapist-danışan ilişkisindeki eşitlik" bağlamında, yönlendirici bir eğitmen ya da lider pozisyonunda olmamaya özen göstermiş; çiftlerin ilişkisel deneyimlerini ifade ederek bu deneyimlere yansıyan sosyal konuları, bir diğer deyişle ilişkilerindeki güç farklılıklarını irdelemeleri sürecini kolaylaştıran bir rol üstlenmiştir. Oturumlarda araştırmacıya, grupla çalışmada deneyimi olan yardımcı bir psikolojik danışman eşlik etmiştir. İki uygulayıcının bir takım olarak grup sürecine yansıttıkları ilişkiye bağlı olmakla birlikte (Okech ve Kline, 2005), grup çalışmalarında yardımcı psikolojik danışmanın, özellikle rol paylaşımı ve ikili bakış açısı sağlaması açısından bütünleyici ve destekleyici bir işlevi bulunmaktadır (Yalom, 2002). FYDİGP'nin uygulanmasının yardımcı bir psikolojik danışmanla yürütülmesi kararı, sürecin katılımcıların birbirleriyle geliştirdikleri etkileşimden de öte, çiftlerin eşleriyle kendi aralarındaki dinamiklerin de önemli olduğu çok yönlü ilişkiler ağını içermesi ve bu ağda bir yardımcının yer almasının sağlayacağı avantajlar nedeniyle verilmiştir. Bu çerçeve de yardımcı psikolojik danışmanın süreç içerisinde üstlendiği roller; etkinliklerin uygulanmasında araştırmacıya yardımcı olmak, katılımcıları gözlemleyerek oturumlar sonrasında geribildirim vermek ve araştırmacı bir çiftin ilişkisine odaklandığında diğer katılımcılar arasındaki dinamikleri daha fazla izleyerek anlamlı bulduğu anlarda uygulamaları

kolaylaştırıcı tepkilerde bulunmak olmuştur. Öte yandan, uygulamaların aynı zamanda doktora tezinin bir parçasını oluşturması ve araştırmacının psikolojik danışman rolünün de önemsendiği bir süreci içermesi bakımından, güç ilişkileri bağlamında özenli olmakla birlikte, yardımcı psikolojik danışmanın daha çok araştırmacıya yardımcı bir rolle oturumlarda yer almasına da dikkat edilmiştir. Her oturum sonrasında gerçekleştirilen yaklaşık 40 dakika süren toplantılarda yardımcı psikolojik danışman, gözlemleriyle ve aldığı notlarla o günkü oturum sürecinin değerlendirilmesine katkı sağlamıştır. Araştırmacı ayrıca süreç boyunca tez danışmanından süpervizyon almış; her hafta oturum öncesinde ve sonrasında olmak üzere iki kez yapılan, her biri yaklaşık birer saat süren toplantılara katılmış ve uygulamaların en etkili şekilde yürütülmesi için kendisiyle fikir alışverişinde bulunmuştur.

Sekiz oturumu içeren FYDİGP'nin uygulanması, Ankara'da 7 Ocak-4 Mart 2017 tarihleri arasında özel bir psikolojik danışma merkezinde yürütülmüştür. Süreç, her hafta bir oturumun gerçekleştirilmesi şeklinde planlanmış olmakla birlikte, üçüncü oturum sonrasında yarıyıl tatiline denk gelmesi nedeniyle, katılımcıların talebi üzerine iki hafta ara verdikten sonra dördüncü oturumla haftalık görüşmelere devam edilmiştir. Oturumların içerikleri, her oturum iki buçuk saat sürecek şekilde yapılandırılmış; ancak uygulamanın ilk kez yürütülecek olması ve grupta ortaya çıkabilecek ihtiyaçlar gibi nedenlerle süre konusunda (fazlasıyla uzatma ya da daha kısa sürmesine ortam oluşturmamaya özen de göstererek) esnek hareket edilmiştir. Nitekim uygulamada oturum süreleri ortalama üç saati bulmuş, son oturum ise dört saat sürmüştür. Bu durum, FYDİGP'nin sonraki uygulamalar için oturum süreleri konusunda alınması gereken önlemler açısından önemli bir deneyimi oluşturmuştur.

Hem oturumlarda ele alınan konuları hafta boyunca da irdelenebilir ya da uygulanabilir kılmak hem de oturumlar arasında geçiş sağlaması amacıyla her iki oturum arasında çiftlere ev ödevi verilmiştir. Ayrıca her oturumdan sonra katılımcılardan, o hafta oturumda hangi durum ya da uygulama karşısında neler yaşadıklarını bireysel olarak gözden geçirebilecekleri serbest bir değerlendirme yazısı yazmaları beklenmiştir. Katılımcılar yazılarını oturumlardan sonraki üç gün içerisinde araştırmacının e-posta adresine göndermişlerdir. Bu yazıların beklenmesindeki temel amaç, her katılımcının oturumlarda ele alınan konulara,

ortaya çıkan olay ya da durumlara göre bireysel olarak deneyimlerini anlamlandırması olmakla birlikte, yazılar oturumların değerlendirilmesinde ve sonraki oturuma hazırlanmada araştırmacıya katkı da sağlamıştır. Ek olarak psikoeğitsel öğelerin, uygulamanın terapötik bir zeminde yürütülmesini beraberinde getiren sanat unsurlarıyla bütünleştirildiği süreç boyunca katılımcıların onayıyla, etkileşimi engellemeden ve gizlilik kuralını ihlal etmeden, yalnızca araştırmacının oturumları değerlendirmesi amacıyla kullanması ve araştırma sürecinin ardından silmesi koşuluyla ses kaydı alınmıştır.

Sekiz oturuma göre belirlenen konular sıralanırken, konu içeriklerinin birbiriyle bağlantıları ve sonraki oturumlara yerleştirilen konuların önceki oturumlarda ele alınan becerileri de içermesi göz önünde bulundurulmuştur. Aşağıda, bu bağlamda yapılandırılan FYDİGP'nin sekiz oturumluk kapsamına ve her oturumun uygulama sürecinin özetine yer verilmiştir.

1. Tanışma, ısınma ve programın tanıtılması
2. Arkadaşlık ilişkisi geliştirebilme
3. Çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma
4. Hassasiyet Döngüsü ve biz bilinci
5. Etkiye açık olma
6. Sorumlulukları paylaşma
7. Bakım verme ve duygusal ahenk
8. Ortak bir yaşam anlayışı geliştirme ve sonlandırma

Birinci oturuma; tanışma, programın dayandığı yaklaşımın ve temel kavramlarının tanıtılması, katılımcıların amaçlarını paylaşmaları, genel ve özel grup kurallarının ele alınması gibi grup çalışmalarında ilk oturumlara özgü amaçlar doğrultusunda, süreci yürüten kişilerin (araştırmacı ve yardımcı psikolojik danışman) kendilerini tanıtımlarıyla başlanmıştır. Tanışma etkinliği çerçevesinde, öncelikle her çift eşiyile kendi aralarında fikir alışverişinde bulunmuş ve birkaç sözcükle ifade edebilecekleri şekilde ilişkilerinin en güçlü yönünü belirlemiştir. Daha sonra her çift, eşiyile birlikte grupta söz alarak ilişkilerindeki en güçlü özelliği, bir bakıma kendilerini diğer çiftlere tanıttıkları bir ifade olarak dile getirmiştir. Paylaştıkları güçlü yönün ardından her çift, eşiyile birlikte kısaca ilişki öykülerinden

ve programa hangi amaçlarla katılmak istediklerinden söz etmiştir. Katılımcıların birbirleriyle tanışmaları üzerine her çiftten, eşleriyle kendilerine rahat iletişim kurabilecekleri uygun bir alan seçmeleri ve evlenmeye karar verdikleri anı düşünerek bu kararı nasıl verdiklerini birbiriyle paylaşmaları beklenmiştir. Bir bakıma her katılımcı, bu uygulamada, evliliğin kendisi için anlamını eşine aktarmıştır. Etkinliğin ardından, evlenmeye nasıl karar verdiklerini grup içerisinde paylaşan çiftlerin ifadelerine yansıyan evliliğin kültürel anlamları, kısa ifadelerle tahtaya yazılmıştır. Bu aşamada, araştırmacının oturum öncesinde evlilik ve romantik ilişkiler üzerine bazı filmlerden kesitler alarak hazırladığı video katılımcılara izletilmiş; katılımcıların film kesitlerindeki ilişkilere ve karakterlere ilişkin görüşleri üzerinden kültürün evliliğe ve romantik ilişkilere etkisi üzerine grupta tartışma başlatılmıştır. Tartışma sırasında ortaya çıkan görüşler özetlenmiş; görüşler ayrıca “toplumsal cinsiyet”, “güç paylaşımı” ve “ilişkide eşitlik” kavramlarıyla ilişkilendirilmiş; bu bağlamda programın dayanakları ve sürecin amacı ayrıntılı bir şekilde katılımcılarla paylaşılmıştır. Dayandığı temel paradigmayla birlikte programın ve sürecin tanıtılmasının ardından, grubun genel kuralları olarak hazırlanan sözleşme metinleri her katılımcıya dağıtılmış, kuralların her biri okunarak açıklanmış ve katılımcıların eklemek istedikleri özel kurallar sözleşme metinlerine eklenmiştir. Sözleşmelerin imzalanmasıyla, katılımcıların süreçten beklentilerini, beklentilerine ulaşmada kendilerine engel olabilecek durumları ve bu engeller karşısında kişisel olarak neler yapabileceklerini paylaştıkları; bir anlamda kontrat yaparak süreç için sorumluluk üstlenmelerini sağlayan bir etkinlik uygulanmıştır. Oturum, ellerinin fotoğraflarını çekerek bir aile portresi hazırlama ödeviyle sonlandırılmıştır. Bir ihtiyaç olarak ortaya çıkması nedeniyle süreç içerisinde on beş dakika ara verilmiş; gruba özgü özel kurallar belirlenirken de dile getirilmesi üzerine, sonraki oturumlar da ara verilerek yürütülecek şekilde yeniden yapılandırılmıştır. Birinci oturum, FYDİGP'nin oturumlarına örnek olarak, özetlenmiş haliyle Ek 13'te sunulmuştur.

İkinci oturum, katılımcıların ev ödevi olarak çektikleri fotoğrafları eşleriyle birlikte grup ortamında sunmalarıyla başlamıştır. Kapsadığı bireylerle birlikte bir sistemin (eş ya da aile) portresi niteliğindeki bu uygulamada, fotoğraflara yansıtılan ellerin kimlere ait olduğu, ellerin nasıl ve nerede konumlandıkları vb. sorular yoluyla katılımcıların içinde buldukları ilişkiler ağını, bu ağdaki kişisel konumlarını ve

açığa çıkması durumunda sistemdeki gücün dağılımını sorgulayarak betimlemelerine yardım edilmiştir. Daha sonra, “arkadaşlık ilişkisi” ve “ilişkide eşitlik” arasında bağlantı kurmaya ortam hazırlamak için katılımcıların her birinden gözlerini kapatarak eşleri dışında yakın hissettikleri ve ilişkilerini uzun süre devam ettirdikleri bir arkadaşlarıyla yaşantılarını hatırlamaları beklenmiştir. Verilen yeterince sürenin ardından katılımcılar gözlerini açarak hatırladıkları ilişkilerde ön planda olan özellikleri paylaşmışlardır. Paylaşımlarda ortaya çıkan arkadaşlığa ilişkin değerler (güven, koşulsuz kabul, ortaklık, içtenlik, doğallık vb.) kısa ifadelerle tahtaya yazılmıştır. Katılımcılar, ortaya çıkan bu değerler listesi çerçevesinde çift ilişkilerinin nasıl olduğunu ve değerleri eşleriyle ilişkilerine aktarmada yaşadıkları güçlükleri tartışmaya davet edilmiş; tartışma sırasında dile getirilen kültürel engellere (çok küçük yaşlardan itibaren kadın ve erkek olarak farklı dünyalarda yaşandığı mesajının alınması ve buna uygun davranış kalıpları geliştirilmesi gibi) dikkat çekilmiştir. Ortak bir dünyayı paylaşmanın eşit bir ilişki biçimi olarak arkadaşlığın geliştirilmesiyle mümkün olmasından, yakın arkadaş olabilen eşlerin de birbirinin dünyası ile yakından ilgili olmalarından hareketle bu aşamada; Gottman’ın modelinde (1999, 2011) kullandığı “Sevgi Haritaları” kavramı ele alınmış ve kavram çerçevesinde çiftlere sorduğu sorulardan esinlenerek eşlerin birbirinin dünyasıyla ne kadar ilgili olduklarını değerlendirmelerine katkı sağlayan bir etkinlik uygulanmıştır. Arkadaşlık ilişkisinin aynı zamanda birbirinin dünyasına dâhil olabilmeyi içermesi açısından oturum sonunda çiftlere, eşlerin her ikisinin de zevk alabileceği bir etkinlik planlayarak bu etkinliği gerçekleştirme, ikisinin birden ilgi duyduğu bir etkinlik bulmakta güçlük yaşarlarsa da karşılıklılık gözeterek her birinin ilgilerine göre iki ayrı etkinliğe katılma ödevi verilmiştir. Her çifte ayrıca dilerlerse süreç boyunca okumaları için Gottman ve Silver’in (2014) “Evliliği Sürdürmenin Yedi İlkesi” ve Johnson’ın (2015) “Bana Sıkıca Sarıl” kitapları dağıtılmıştır. Bu kitapların seçiminde, çift ve aile terapisi alanında Türkçeye çevrilmiş olan sınırlı sayıdaki kitap arasında bilimsel araştırmalara dayalı ve beceri geliştirme odaklı olmaları göz önünde bulundurulmuştur. Çiftlerle kitap paylaşma kararı ise, hem üçüncü oturumdan sonra iki haftalık bir ara verilmesi durumunun açığa çıkması nedeniyle hem de okunmaları durumunda seçilen kitaplarda yer alan çift ilişkisini güçlendirmeye yönelik belirli becerilerin (iletişim, bağlantı kurma, çatışma-sorun çözme vb.) sonraki oturumlardaki uygulamaları kolaylaştırabileceği düşüncesiyle verilmiştir.

Üçüncü oturum, ev ödevi olarak çiftlerin eşleriyle planladıkları etkinliklerde neler yaşadıklarını paylaşmalarıyla başlamıştır. Ardından oturumun teması çerçevesinde katılımcılardan, eşleriyle aralarında geçen son tartışmayı ya da sıklıkla aralarında sorun olan/gerginlik yaratan ve içinden çıkamadıkları bir durumu hatırlamaları beklenmiştir. Eşler, bireysel olarak hatırladıkları olay ya da durumu kendi aralarında paylaştıktan sonra, üzerinde ayrıntılı bir şekilde konuşmadan grup ortamında ele almak üzere tek bir olaya/duruma karar vermişlerdir. Bu aşamada, ortamda bulunan masanın üzerine marakas ya da ses çıkaran çeşitli nesnelere bırakılmış; her katılımcıdan, kimseyle konuşmadan ve kendisiyle baş başa kalarak eşleriyle karar verdikleri olayda/durumda kendisini en iyi ifade edeceğine inandığı ilkel müzik aletini seçmesi istenmiştir. Her katılımcının bir nesne seçmesiyle birlikte, grubun ortasına herkesin görebileceği iki sandalye yerleştirilmiş; çiftlerden, eşleriyle birlikte bu sandalyelere geçmeleri ve aralarında hiç konuşmadan, sözsüz bir şekilde, yalnızca seçtikleri müzik aletini kullanarak çatışma anını canlandırmaları beklenmiştir. Eşlerin çatışma durumlarında, tepkisel davranışların döngüselligi çerçevesinde, birbirine karşı geliştirdikleri davranış örüntülerinin açığa çıkması amacıyla gerçekleştirilen bu uygulamada; katılımcılar, tepkilerini ve çatışmanın altında yatan ihtiyaçlarını anlamlandırarak ifade etmeye davet edilmişlerdir. Güç savaşının genellikle iki tarafın da karşı tarafa kendisini duyurmak isteyip duyuramadığında, aralarında döngüsel bir dansın gelişmesiyle ortaya çıktığı vurgusuyla; bu dansı etkileyen sosyal bağlamın ele alınmasından önce bu oturumda, her katılımcının “ilişkisi içerisinde bireysel olarak en iyi şekilde yer alabilmesinin” -“*being one’s best self*”- (Fishbane, 2013, s. 165) bir yolu olarak yaşanan duyguların adlandırılarak ifade edilmesine odaklanılmıştır. Bu bağlamda, duyguların ele alınmasında ve çatışma durumlarına otomatik olarak gösterilen tepkilerde toplumsal cinsiyet rollerinin etkilerine karşı hassas olunmuş; yaşadığı duyguyu adlandırmakta güçlük yaşayan katılımcıların (özellikle birkaç erkek katılımcının) yaşadıklarını anlamlandırmalarını kolaylaştıracak yansıtıcı yapılmış ve otomatik olarak devreye giren tepkilerin Fishbane’in “nöroeğitim” olarak belirttiği şekilde yönetilebilirliğine dikkat çekilmiştir. Oturum sonunda çiftlere bir sonraki oturuma kadar eşleriyle aralarında anlaşmazlık yaşamaları durumunda, tartışmayı dondurmaları, her birinin de farklı bir ortama geçerek kendisini teskin etmesinin ardından birbirine ihtiyaç ve duygularını iletmeleri ödevi verilmiştir. Ayrıca, her katılımcıdan bir kutu içerisinde bulunan birbirine geçmiş metallere

birini seçmesi ve sonraki oturuma kadar seçtiği metalleri birbirinden ayırmaya çalışması beklenmiştir. Düşündürücü oyun niteliğindeki bu uygulamadan, sonraki oturumda eşlerin birbirine eşit konumdan yaklaşmalarını somutlaştırmaya yönelik bir metafor olarak yararlanılmıştır.

Sosyal bağlamın romantik ilişkilere yansımalarının yoğun bir şekilde irdelendiği **dördüncü oturuma**; ev ödevleri çerçevesinde paylaşılan yaşantıların, her eşin bireysel olarak kendisinin farkında olan bir “ben” ile ilişkisine dâhil olmasının, eşlerin karşılıklı olarak birbirine güç vermesine ve birlikte güçlenmesine (biz bilinci) yapacağı katkıyla bağlantılı bir şekilde ele alınmasıyla başlanmıştır. Birbirine geçmiş metaller bu aşamada, ilişkisel bir güçlüğe gösterilen tepkileri yansıtan bir metafor olarak kullanılmış; iki parça ancak eşit konumdayken parçaların birbirinden nasıl kolaylıkla ayrıldığı, çözülmemiş bir metal üzerinde gösterilmiş ve bu doğrultuda esneklik, baskı kurmama, hassas noktaların fark edilmesiyle özellikle bu noktalarda geliştirilen dengeli duruş, işbirliği vb. kavramlar ilişkide eşitlik çerçevesinde somutlaştırılmıştır. Ardından katılımcılara, çift ve aile terapisinde kullanılan, bir ailenin kuşaklararası ilişki örüntülerinin ve kültürel öyküsünün çeşitli semboller yoluyla ifade edilmesine olanak sağlayan bir teknik olarak genogramdan (McGoldrick, 2016) söz edilmiş; projeksiyon yoluyla tipik bir genogram örneği gösterilmiştir. Genogramdan bu oturumda bir değerlendirme ya da müdahale tekniği olarak değil de, daha çok her katılımcının kendi tarihsel ve kültürel öyküsünden eşiyile ilişkisine neler aktardığını, öyküsündeki güç ilişkilerinin ve sosyal konumunun eşiyile ilişkisindeki güç dinamiklerine nasıl yansıdığını fark ederek ifade etmesini kolaylaştıran bir dışavurum aracı olarak yararlanılmıştır. Söz konusu kullanımda; feminist temelli-eleştirel-çok kültürlü bir bakış açısıyla (*feminist-informed critical multicultural lens*) geliştirilen, ilişkiler ağındaki bireylerin sosyal konumları üzerinden güç analizine olanak sağlayan Eleştirel Genogram’dan (“*The Critical Genogram*”, Kosutic ve diğerleri, 2009) ve yaratıcı bir gösterim-süreç-ifade yolu olarak Yaratıcı Genogram’dan (“*Creative Genograms*”, Huss ve Cwikel, 2008) esinlenilmiştir. Bu çerçevede çiftlerden eşleriyle birlikte rahat çalışabilecekleri bir alana yerleşerek ortak bir resim kâğıdı üzerinde çalışmalarını ve kâğıdın ortasına temel bir çizimle kendilerini yerleştirmeleri beklenmiştir. Daha sonra her katılımcı, eşiyile birlikte çalışarak ancak çalışma süresince kendisine odaklanarak, içinde yetiştiği ailedeki bireyleri, bu bireylerin birbirleriyle ilişkilerini ve bu ilişkiler

içerisindeki kendi yerini hayal etmeye, dilerse çeşitli renklerde boyalar kullanarak çizim yoluyla dilerse dergilerden kesme-yapıştırma yoluyla ve istediği sembolleri kullanarak yaratıcı bir genogram hazırlamaya davet edilmiştir. Genogramda göz önünde bulundurulabilecek temel öğeler olarak belirli soru, durum ya da özelliklerin listesi (ailelerinin sosyo-ekonomik durumu, inançları-dini anlayışları, etnik kökenleri, içinde yetiştikleri bölgenin özellikleri, büyürken aldıkları toplumsal cinsiyet mesajları vb.) süreç boyunca projeksiyon üzerinden herkesin görebileceği şekilde perdeye yansıtılmıştır. Çalışmaların tamamlanmasının ardından, hem paylaşımlar için güvenli bir ortam oluşturmak hem öykülerin sosyal bağlam gözetilerek ele alınması yönünde bir örnek göstermek hem de oturumun devamında kullanılacak olan Hassasiyet Döngüsü Diyagramı (Scheinkman ve Fishbane, 2004) tekniğini kavramsallaştırmak için öncelikle araştırmacı kendi yaşam öyküsü üzerinden oturumun teması çerçevesinde kendisini açmıştır. Araştırmacı kendi yaşamından örnekleri, daha önceden ABD’de Dr. Knudson-Martin’in yürüttüğü derste (Aile Terapisinde Eşitlik) eleştirel bir bakış açısıyla hazırladığı yaşam haritası (“lifemap”, Hodge, 2005) üzerinde vermiştir. Eleştirel bakış, sosyal ve kültürel bağlamın kişilerin bireyselleşme süreçlerine yansıyan etkilerini açığa çıkarma yönünde, verilen örneklere yansıtılmış; bu aşamada, bir bakıma “benliğin farklılaşması”na (“*differentiation of self*”, Bowen, 1966) benzer şekilde, ancak bir doğrunun iki zıt yönelimi olarak değil de, Denge Modeli’nde de önerildiği gibi iki gereksinim olarak “kendileşme” ve “ilişkililik” kavramları ele alınmıştır. Ayrıca genel bir şekilde, her bireyin geçmiş yaşamından ya da şimdiki sosyal bağlamından romantik ilişkisine yansiyarak onu incinebilir kılan yaşantılarını ifade eden “hassasiyetler” ve bireyin bu yaşantıları yönetmek ya da kendini korumak amacıyla geliştirdiği temel inanç veya davranış sistemi olarak “başa çıkma stratejileri” kavramlarına değinilmiştir. Hassasiyet Döngüsü Diyagramı için gerekli olan temel kavramların örneklerle ele alınmasının ardından her çift, oluşturduğu yaratıcı genogramı, eşlerin her birinin kendi sosyal konumlanışından ve yaşam öyküsünden ilişkisine neler getirdiği bağlamında grup ortamında sunmuştur. Bu aşamada, eşler arasında ya da grup ortamında açığa çıkabilecek güç akışına karşı duyarlı hareket edilerek öykülerdeki kültürel öğeler, hassasiyetler olarak yansıtılmıştır. Sunumların ardından isteyen katılımcılar, diğerlerinin öykülerinde kendilerine dokunan yaşantılarını paylaşmışlardır. Daha sonra, çift ilişkisinde eşlerin içinden çıkamadıkları durumlar/anlar karşısında hassasiyetlerin

ve başa çıkma stratejilerinin otomatik olarak devreye girdiği yoğun duygulanım içeren tepkiselliğin döngüsellliğini görselleştiren, bu döngünün yeniden anlamlandırılması (*deconstructing*) yoluyla “bir bireyin davranışa ya da iletişime geçmeden önce durması, dikkatli ve planlı olması yeteneğini” (*reflectivity*) geliştirmeye ortam hazırlayan bir teknik olarak Hassasiyet Döngüsü Diyagramı’ndan (Scheinkman ve Fishbane, 2004) söz edilmiştir. Tekniğin kavranabilmesi için araştırmacı, diyagram üzerinde yine kendi yaşamından bir örneği paylaşmıştır. Oturum çiftlere, ilişkilerinde güçlük olarak tanımladıkları bir durum karşısında, eşlerin her birinin öyküsü çerçevesinde hassasiyetlerini ve başa çıkma stratejilerini tanımlayarak aralarında geliştirdikleri döngüyü Hassasiyet Döngüsü Diyagramı üzerinde görselleştirmeleri ödevi verilerek sonlandırılmıştır.

Beşinci oturuma, katılımcıların eşleriyle birlikte, hazırladıkları diyagramları sunmalarıyla ve diyagramı çizerken neler yaşadıklarını, güç savaşı yerine birbirine ve ilişkilerine güç verecek yeni bir örüntü oluşturma yönünde nasıl bir işbirliği geliştirdiklerini ya da birlikte hareket etmekte zorlandılarsa işbirliği içerisinde olmayı engelleyen yaşantılarını paylaşımlarıyla başlanmıştır. Daha sonra, oturumun temasıyla bağlantılı bir şekilde “bahçe metaforu”ndan (Williams, 2005) yararlanılarak “sınır” ve “etkilenme” kavramları ele alınmıştır. Bu bağlamda tahtaya, birbirine temas eden, yan yana ve eşit boyutta üç bahçe çizilmiş; iki bahçenin bireysel olarak eşlere, ortadaki bahçenin ise çifte ait olduğu düşünülürse, her partnerin kendi bahçesinin yanı sıra romantik ilişkisini temsil eden ve partnerlerin ancak ortaklık içerisinde birlikte büyütebilecekleri “çiftin bahçesi” görsel olarak betimlenmiştir. Sınırların önemini ortaya koyan bahçe metaforu, eşlerin bireysel ve ilişki konuları özellikle birinin diğerini kontrol etmesinin önüne geçecek şekilde ayırabilmelerini ve ilişkilerini göz ardı etmeden birbirinin özerkliğine saygı duymalarını kavramsallaştırmaya katkı sağlamakla birlikte, bu aşamada, sosyalleşme süreçlerinin özerklik ve ilişkisellik çerçevesinde geleneksel olarak kadını ve erkeği farklı şekillerde davranmaya (sıklıkla da geleneksel olarak erkeği daha özerk, kadını ise daha ilişki olmaya) yöneltmiş olabileceği vurgusu üzerinden birbirinin etkisine açık ya da kapalı olmalarında belirleyici olan cinsiyet rollerine dikkat çekilmiştir. Ardından etkilenme kavramının ilişkilerindeki yansımalarını değerlendirebilmeleri ve sınırlarını ilişkinin iyi oluşu için gerektiğinde değişmeyi göze alacak şekilde esnetme ile gücü paylaşma arasında bağlantı

yaratma amacıyla, oturma öncesinde sayfalar haline getirilerek katlanmış, eşleriyle ortak çalışmaları için her çiftte bir adet düşecek şekilde hazırlanmış resim kâğıtları üzerinden karşılanmamış ihtiyaçların öykülerini açığa çıkaran bir etkinlik uygulanmıştır. Etkinlik kapsamında, tüm grup üyelerinden gözlerini kapatmaları ve eşinden uzun süre yapmasını istediği ancak eşinin yapmamakta direndiği, hayal kırıklığına uğradığı ya da incindiği bir anı/durumu hatırlamaları beklenmiştir. Gözlerini açtıktan sonra eşler, sözel olarak birbiriyle konuşmadan, birbirinden farklı renklerde seçtikleri boya kalemleriyle, akıllarına ilk geleni aktarabilecekleri kadar verilen süre içerisinde dönüşümlü bir şekilde, her sayfaya çizdikleri resimler ve resme dayalı olarak yazdıkları cümleler yoluyla bir öykü ortaya çıkarmışlardır. Öyküler tamamlandığında çiftlerden, çizdiklerini ve yazdıklarını bütün olarak gözden geçirerek ona bir de başlık koymaları istenmiştir. Çiftler oluşturdukları öyküleri ve uygulama sırasında neler yaşadıklarını paylaşırlarken; eşlerin istekleri, bu isteklerin sayfalara nasıl yansıtıldığı, çizimlerde ya da öykünün gidişatında kimin belirleyici ya da başlatıcı olduğu, karar verirken kimin daha ön plana çıktığı, kimin daha çok uyum gösterdiği, her birinin kendini ne kadar ifade etmiş hissettiği ve eşinin buna ne kadar izin verdiği vb. sorular yoluyla birbirinden etkilenme süreçlerini irdelemeye davet edilmişlerdir. Bu aşamada, özellikle de eşler arasında açığa çıkabilecek güç akışına karşı hassas olunmuş; gücü elde tutmak yerine eşlerinin etkilerine kendilerini nasıl açabilecekleri konusunda grupta görüşlerin paylaşıldığı bir tartışma ortamı oluşturulmuş; her katılımcının kendi davranışlarına odaklanarak yapabileceklerini dile getirmesi yoluyla hesap verebilirlik desteklenmiştir. Oturma, eşlerin “Sizce Leyla ile Mecnun evlenmiş olsaydı ve şu an on yıllık evli olsalardı, yaşamları nasıl olurdu?” sorusu üzerinde düşünmeleri ve birbiriyle fikir alışverişinde bulunarak ortak bir yanıt hazırlamaları ödeviyle sonlandırılmıştır.

Altıncı oturma, çiftlerin kültürel unsurlar taşıyan bir aşk hikâyesinin devamını oluşturabilmek için kendi ilişkilerinden aktarımlarda buldukları ev ödevi yoluyla eşlerin birbirinden etkilenme yaşantılarını paylaşmalarıyla başlamıştır. Daha sonra her katılımcıdan, kendisine odaklanarak oda içerisinde serbest bir şekilde yürümesi; yürüyüş sırasında verilen bir yönergeyle de eşiyile birlikte bir yolculukta olduğunu hayal ederek yolda nasıl ilerlediklerini, ilişkilerini sürdürmek için bireysel olarak neler yaptığını, yaşamı birlikte paylaşmanın hangi sorumlulukları

beraberinde getirdiğini ve bunların ne kadarını yapıp yapamadığını içsel olarak değerlendirmesi beklenmiştir. Serbest yürüyüş sonrasında, ortamda bulunan masanın üzerine farklı boyutlarda ve şekillerde taşlar bırakılmış; katılımcılardan bu taşlardan hislerine en uygun olanını seçmeleri istenmiştir. Seçimler üzerine her katılımcının, hislerini yansıtan taş ile karşılaşması ve onu betimlemesi, bir diğer deyişle, eşiyile ilişkisini sürdürme yönünde kendi yaptığı katkıyı simgeleyen taş ile kendini ifade etmesi yoluyla ilişkisel sorumlulukların somutlaştırılarak tanımlanmasına ortam oluşturulmuştur. Bu çerçevede eşler, açığa çıkan duygularına, kendilerinin ve eşlerinin seçtikleri taşların biçimlerine dayanarak sorumlulukların paylaşılması konusunda ilişkilerindeki denge ya da dengesizlik durumunu değerlendirmeye davet edilmişlerdir. Ayrıca hem yaşananlar hem de değerlendirmeler söze dökülürken, güç dengesi yaratmada geleneksel cinsiyet rollerinin kısıtlayıcı etkilerini ortaya çıkaracak şekilde yansıtımlar yapılmış; paylaşımlar, özellikle ev işleri gibi görünür işlere ek olarak ilişkisel ve duygusal sorumlulukların/ihtiyaçların gözden kaçırılmasına fırsat vermeyecek şekilde ifade edilerek hesaba katılması yönünde desteklenmiştir. Böylece, eşlerin eylemlerinin birbiri üzerindeki etkisine karşı gösterecekleri duyarlılıkta, geleneksel cinsiyet rollerinin ötesinde bir anlayışın önemi açığa vurulmuştur. Oturum sonunda eşlere, ilişkilerindeki hem fiziksel hem de duygusal sorumlulukları/işleri sıraladıkları bir liste hazırlamaları; bu işlerde kimin daha çok sorumluluk hissettiği, kimin başlattığı ya da devam ettirdiği vb. sorularla aralarında denge gözetecek şekilde rol paylaşımını yeniden düzenlemeleri; bu listeyi ikisinin de hafta boyunca sıklıkla görebileceği bir duvara/panoya asmaları ve sonraki oturum öncesinde aldıkları kararlara ne kadar uygun hareket edip edemediklerini değerlendirmeleri ödevi verilmiştir.

Bahçe metaforunun, kişiye ait olan bireysel ve çifte ait olan ortak bahçelerin büyütülmesinin de ötesinde, eşlerin içtenlikle birbirinin bireysel bahçelerinin gelişimine sunabilecekleri katkıları da kapsayacak yönde genişletildiği **yedinci oturumda**; Fishbane'in (2001), benliğin ilişkiselliğini "birbirinin özerkliğine yer açacak şekilde" kavramsallaştırmasından hareketle birbirini korumayı, birbirine sahip çıkmayı ve şefkat göstermeyi içerecek şekilde ele aldığı bakım verme konusuna odaklanılmıştır. Ayrıca, bakım vermenin birbirine yönelmeyi ve bağlantılılığı da beraberinde taşımasına dayanarak Jonathan ve Knudson-Martin'in

(2012) “ilişkisel olarak partneri için orada olma ve onun yaşantılarına duyarlı olma” şeklinde ele aldıkları duygusal ahenk kavramı işlenmiştir. Bu çerçevede, ev ödevlerine ilişkin yaşantıların paylaşılmasının ardından, tüm katılımcılar ayağa kalkarak bir çember halinde sıralanmış ve harekete dayalı uygulama öncesinde hep birlikte birkaç ısınma hareketi yapılmıştır. Daha sonra eşler, birlikte rahat edebilecekleri şekilde konumlanmaya ve birbirine diğerinin kendisine yapılmasından hoşlandığı -bir bakıma eşinin değerli hissetmesini sağlayan fiziksel teması içeren- hareketler yapmaya davet edilmişlerdir. Söz konusu hareketlerin mümkün olduğunca basit olacağı ve zorlandıklarında eşlerinden yardım alabilecekleri belirtilmiştir. Her katılımcının yeterince fiziksel temas alıp verdiği sürenin sonunda her çiftten, eşiyile birbirine yaptıkları hareketlerden seçimlerde bulunarak grup ortamında (performans beklentisi olmayacağı bilgisiyle) dans edebilecekleri şekilde bir kareografi oluşturmaları istenmiştir. Hazırlık için verilen yeterince sürenin ardından her çift, oturma öncesinde çalmaya hazır hale getirilmiş olan müziklerden birini seçmiş ve ortamda oluşturulan sahnede eşlerin birbirine bakım verme hareketlerini yansıtan dans gösterilerini gerçekleştirmişlerdir. Gösterilerin üzerine, katılımcıların eşlerinin hoşlandığı hareketleri belirlerken, eşlerinin kendileri için seçtiği hareketler karşısında, dansa hazırlanırken ve dans sırasında neler yaşadıklarını söze dökmelerine ortam hazırlanmış; paylaşımlar üzerinden bakım ve duygusal ahenk konusu ele alınmıştır. Bu aşamada, cinselliğin de konunun bir boyutu olarak düşünülebileceği belirtilmiş; cinsellikte toplumsal cinsiyet açısından yaygın yanlış anlayışlardan söz edilmiştir. Gücün paylaşıldığı bir ilişkide, yalnızca tek tarafın haz almasını ön plana çıkaran geleneksel rollerin yerine, her iki tarafın da kendini güvende hissettiği ve karşılıklı olarak birbirini memnun etmeye yöneldikleri -birbirinin yaşantılarına duyarlı oldukları- bir yaklaşımın önemi ortaya çıkarılmıştır. Grup üyeleri arasında enerji alışverişine olanak sağlayan bir etkinlikle sonlandırılan oturumda; sekizinci oturuma hazırlık olması bakımından, çiftlere eşleriyle yaşam anlayışları üzerine sohbet edebilecekleri bir akşam belirlemeleri, programın başlangıcından sonuna kadar ele alınan temalar doğrultusunda eşitlik temelinde geliştirmeye odaklandıkları ilişkilerinin anlayışlarını çevrelerine anlatabilecekleri bir “Eşitlik Manifestosu” yazmaları ödevi verilmiştir.

Rabin'in (1996) güçlerini paylaşmaya yönelik çiftlerin -özellikle feminist olmayı gerektirmeksizin- eşitliğin ilişkilerinin iyi oluşunu desteklemesine dayalı sebeplerle, yaşamlarını ortaklık içerisinde hareket etmeleri yönünde düzenleyen değerlere ve ilkelere de sahip olduklarına ilişkin vurgusundan yola çıkılarak **sekizinci ve son oturumda**; çiftlerin hazırladıkları eşitlik manifestoları üzerinden program sürecinde geliştirdikleri anlayışları paylaşmalarına ortam oluşturulmuştur. Oturum boyunca grubun, çiftlerin birbirlerine güç verecek şekilde geribildirimlerini ilettikleri toplumu temsil eden bir yapı göstermesine özen gösterilmiştir. Bu bağlamda, sandalyeler ortama U düzeninde (iki sandalye grubun karşısında olmak üzere) yerleştirilmiş; eşitlik manifestosunu okuyacak olan çift, grubun karşısındaki sandalyede konumlanarak yaşam anlayışlarını çevrelerine/topluma duyururcasına sunumunu gerçekleştirmiştir. Manifestoyu dinleyen diğer grup üyelerinden ise karşılarında ilişkisel olarak kendisini açan çifte, yorum yapmadan, güçlendirici bir bakış açısıyla ve çiftin paylaşımlarında kendilerine dokunan yaşantılar olduysa bunları da dile getirebilecekleri şekilde geribildirim (*reflection*) vermeleri beklenmiştir. Araştırmacı ve yardımcı psikolojik danışman da toplumu temsil eden grubun birer üyeleri olarak geribildirim verme/yansıtma sürecine dâhil olmuşlardır. Daha sonra manifestosunu okuyan eşler, kendilerine verilen geribildirimler karşısında neler yaşadıklarını paylaşmaya; ardından da manifestolarındaki maddeleri program süreciyle ilişkilendirmeye, bir diğer deyişle süreci ve ilişkilerinin geleceğini değerlendirmeye davet edilmişlerdir. Söz konusu değerlendirmeye, ilk oturumun sonunda etkinlik yoluyla belirledikleri -beklentilerini, engellerini, kişisel olarak yapabileceklerini içeren ve o sırada duvarda asılı olan- kontrat ifadeleri üzerinden bireysel ve ilişkisel amaçlarına ne derece ulaştıkları da eklenmiştir. Gruptaki tüm çiftler için aynı sürecin tekrarlanmasıyla birlikte, vedalaşma etkinliğine geçilmiştir. Etkinlik kapsamında katılımcılardan, oda içerisinde kendilerine odaklanarak serbest bir şekilde yürümeleri beklenmiş; yürüyüş sırasında da zihinlerinde o anda yaşadıkları duygunun heykelinin oluşmasını sağlayan bir yönerge verilmiştir. Heykellerin sahnelenmesinden önce, yürüyüş sırasında katılımcıların göz iletişimi kurarak birbirlerine içlerinden "hoşça kal" demeleri ve karşılıklı olarak birbirlerine sundukları katkılar için teşekkür etmeleri de istenmiştir. Daha sonra, ortamda bir sahne belirlenmiş; eşler çift olarak sırayla sahneye gelmiş; her eşin kendi duygularını ancak çift olarak da bir sistemi yansıtan, çiftlerin sırayla dâhil olması yoluyla da grubu temsil eden heykeller oluşturulmuştur. Bu aşamada grubun ortak

heykelinin bir fotoğrafı çekilmiştir. Katılımcıların çember halinde oturup duygularını paylaşımları üzerine, son testlerin uygulanmasına geçilmiş; ölçüklerin yanıtlanmasının ardından da programı değerlendirme metinlerini hazırlamaları yönünde gerekli açıklamalar yapılarak süreç, sonlandırılmıştır.

3.7. Verilerin İşlenmesi ve Çözümlemesi

Karma yöntem yaklaşımı çerçevesinde nicel ve nitel aşamaları bulunan araştırmanın deneysel süreci içeren nicel kısmında; öncelikle, verilerin normal dağılıma uygunluğunun değerlendirilmesi için deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin ön ve son testlerden aldıkları puanların çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Ayrıca küçük gruplarda ($n < 50$) kullanılması önerilen Shapiro-Wilks testinden yararlanılmıştır (Büyüköztürk, 2011). Verilerde çarpıklık açısından ± 1 sınırının dışında değerler görülmekle birlikte, özellikle Shapiro-Wilks testi sonuçları verilerin normal dağılıma uygun olmadığını ortaya koymuştur (Deney grubu ÇUÖ ön testi p değeri .012, kontrol grubu İY ön testi p değeri .041, kontrol grubu hem İY hem de ÇUÖ son testi p değerleri .002 olarak .05'ten küçük bulunmuştur). Bu nedenle nicel verilerin analizinde, -genellikle örneklemdaki bireylerin sayısı az iken- parametrik testlerin koşulları sağlanamadığı durumlarda kullanılan parametrik olmayan yöntemlere başvurulmuştur (Baştürk, 2011; Gamgam ve Altunkaynak, 2013). Deney grubu katılımcılarının ön test ve son test ölçümleri (birinci alt problem), kontrol grubu katılımcılarının ön test ve son test ölçümleri (üçüncü alt problem) ve benzer şekilde deney grubu katılımcılarının son test ve izleme ölçümleri (dördüncü alt problem) arasındaki farkın anlamlılığını incelemek için söz konusu yöntemlerden Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların son test puanları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı (ikinci alt problem) ise, Mann Whitney U Testi yoluyla değerlendirilmiştir. Buna ek olarak, deney ve kontrol gruplarındaki ön test farklılıklarının araştırmanın iç geçerliğine bir tehdit oluşturmaması için Mann Whitney U Testi kullanılarak gruplardaki bireylerin ön ve son testlerden aldıkları puanlar arasındaki farkın (erişi puanlarının) anlamlılığı incelenmiştir. Analizlerde SPSS 23 programından yararlanılmış; hata payı ise .05 olarak alınmıştır.

Patton (2002), program değerlendirmeye yönelik gerçekleştirilen sonuç ölçümlerinde her zaman istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmasa bile, farklılıkların yalnızca nitel de olabileceğini belirtmektedir. Bu doğrultuda programa

ilişkin katılımcı görüşlerinin incelendiği nitel aşamada; deney grubundaki bireylerin FYDİGP'yi değerlendirmeye yönelik yazdıkları metinlerin içerik analizi yapılmıştır. Metinler e-posta aracılığıyla elde edildiğinden, verilerin yazılı bir formata dönüştürülmesine gerek kalmamıştır. Toplam 30 sayfadan oluşan dokümanın içerik analizi; 1) verinin kodlanması, 2) temaların belirlenmesi, 3) verinin, kodların ve temaların karşılaştırılarak birbirleriyle ilişkili bir şekilde düzenlenmesi, 4) elde edilen sonuçların tanımlanarak yorumlanması aşamalarına göre yürütülmüştür (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Araştırmanın güvenilirliği açısından veri analizi, araştırmacıyla birlikte Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında nitel analiz deneyimi olan başka bir öğretim elemanı daha olmak üzere iki kişi tarafından yapılmıştır. Nitel analiz sonuçları, söz konusu iki kişinin üzerinde uzlaştığı kodlara ve temalara göre şekillenmiştir.

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırmada hem nicel hem de nitel veri elde edildiğinden, bulgular bu bölümde iki aşamada ele alınmıştır. FYDİGP'nin evli bireylerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu düzeylerine etkisinin incelenmesi yönündeki nicel bulgulara birinci aşamada; deney grubundaki bireylerin programa ilişkin değerlendirmelerinin irdelenmesine yönelik nitel bulgulara ise ikinci aşamada yer verilmiştir. Nicel ve nitel bulgular, iki aşamanın sonunda birbiriyle ilişkilendirilerek bütünleştirilmiş ve ilgili literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

4.1. Nicel Bulgular

Bu başlık altında güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu değişkenleri açısından deney ve kontrol gruplarında, incelenen alt probleme göre, katılımcıların (ÇİGPÖ, DBAÖ, ÇUÖ'den aldıkları) puanları arasındaki farkların değerlendirildiği bulgular sunulmuştur. Nicel verilerin analiziyle ulaşılan bulgular, araştırmanın alt problemleri kısmında izlenen sıralamaya uygun olarak verilmiştir.

4.1.1. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının ÇİGPÖ, DBAÖ -İY ve GY alt ölçekleri- ve ÇUÖ ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Araştırmanın birinci alt problemi ele alınmadan önce, deney ve kontrol gruplarında yer alan bireylerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu değişkenlerine ilişkin ön ve son test puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri incelenmiştir. ÇİGPÖ'den, DBAÖ - İY ve GY alt ölçeklerinden ve ÇUÖ'den alınan puanlara göre elde edilen değerler Tablo 4.1'de sunulmuştur.

Söz konusu betimsel istatistikler gözden geçirildiğinde; deney grubunun güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu açısından son test puan ortalamalarının ön test puan ortalamalarından yüksek olduğu; öte yandan, kontrol grubunda ilişki yönelimine ilişkin ön ve son test puan ortalamalarının birbirine yakın iken, güç paylaşımı ve çift uyumu açısından son test puan ortalamalarının ön test puan ortalamalarından düşük olduğu dikkat çekmektedir. Gelişme Yönelimi alt ölçeğinin ön ve son uygulamalarından alınan puanların ortalamalarının ise hem deney hem de kontrol grubunda büyük oranda değişmediği görülmektedir.

Tablo 4.1: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ'den Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Ölçek	Gruplar	Ön test			Son test		
		n	\bar{X}	Ss	n	\bar{X}	Ss
ÇİGPÖ	Deney	12	119.58	9.30	12	132.25	8.74
	Kontrol	12	124.00	9.70	12	117.58	14.79
İY	Deney	12	65.42	8.16	12	70.17	5.46
	Kontrol	12	65.25	14.92	12	66.50	13.46
GY	Deney	12	48.67	6.31	12	49.67	4.62
	Kontrol	12	53.08	5.21	12	52.25	4.49
ÇUÖ	Deney	12	113.92	15.92	12	124.75	9.80
	Kontrol	12	114.25	12.76	12	109.00	21.93

Araştırmanın birinci alt problemi çerçevesinde deney grubunda ön ve son testler arasında gözlenen puan ortalamaları farklarının istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığı Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi ile değerlendirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 4.2'de sunulmuştur.

Tablo 4.2: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Ölçüm	Son test- Ön test	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
ÇİGPÖ	Negatif sıra	1	3.00	3.00	-2.67	.008*
	Pozitif sıra	10	6.30	63.00		
	Eşit	1				
İY	Negatif sıra	4	2.63	10.50	-2.00	.045*
	Pozitif sıra	7	7.93	55.50		
	Eşit	1				
GY	Negatif sıra	3	7.83	23.50	-.85	.40
	Pozitif sıra	8	5.31	42.50		
	Eşit	1				
ÇUÖ	Negatif sıra	3	4.00	12.00	-2.12	.034*
	Pozitif sıra	9	7.33	66.00		
	Eşit	0				

*p<.05

Tablo 4.2 incelendiğinde, deney grubundaki bireylerin ÇİGPÖ, İY alt ölçeği ve ÇUÖ ön ve son uygulamalarından aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($z_{\text{ÇİGPÖ}} = -2.67$, $p < .05$; $z_{\text{İY}} = -2.00$, $p < .05$; $z_{\text{ÇUÖ}} = -2.12$, $p < .05$). Bununla birlikte, GY alt ölçeği ön test ve son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($z_{\text{GY}} = .40$, $p > .05$). Güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu açısından fark puanlarının sıra toplamları ve ortalamaları göz önünde bulundurulduğunda, gözlenen farkın pozitif sıralar, bir diğer deyişle son testler lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre, FGDİGP'nin programa

katılan bireylerin güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu düzeylerini arttırmada etkili olduğu; gelişme yönelimi bağlamında ise istatistiksel açıdan yeterli farkı oluşturamadığı söylenebilir.

4.1.2. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Kontrol grubu ile FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının ÇİGPÖ, DBAÖ -İY ve GY alt ölçekleri- ve ÇUÖ son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

İkinci alt problem çerçevesinde deney grubu ile kontrol grubunun son testlerinden elde edilen puanlar arasındaki farkların istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığını incelemek için Mann Whitney U Testinden yararlanılmıştır. Ulaşılan sonuçlar Tablo 4.3'te sunulmuştur.

Tablo 4.3: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ölçüm	Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
ÇİGPÖ	Deney	12	16.33	196.00	26.00	.008*
	Kontrol	12	8.67	104.00		
İY	Deney	12	12.75	153.00	69.00	.862
	Kontrol	12	12.25	147.00		
GY	Deney	12	10.54	126.50	48.50	.173
	Kontrol	12	14.46	173.50		
ÇUÖ	Deney	12	15.58	187.00	35.00	.032*
	Kontrol	12	9.42	113.00		

*p<.05

Analiz sonuçlarına göre, sekiz oturumluk deneysel sürecin sonunda, FYDİGP'ye katılan bireyler ile katılmayan bireylerin güç paylaşımı ve çift uyumu düzeyleri arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark bulunmuştur ($U_{\text{ÇİGPÖ}} = 26.00$, $p < .05$; $U_{\text{ÇUÖ}} = 35.00$, $p < .05$). FYDİGP'ye katılan evli bireylerin güç paylaşımı ve çift uyumu düzeylerinin, programa katılmayan evli bireylerinkine göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu yansıtan bu bulgudan hareketle, FYDİGP'nin evli bireylerde güç paylaşımının ve çift uyumunun artmasına katkı sağladığı anlaşılmaktadır. Benlik yönelimleri açısından ise, FYDİGP'nin deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin puanları arasında önemli bir fark oluşturmadığı görülmektedir ($U_{\text{İY}} = 69.00$, $p > .05$; $U_{\text{GY}} = 48.50$, $p > .05$).

Bu aşamada, deney ve kontrol gruplarındaki ön testlerdeki puan farklılıklarının sonuçları etkilemiş olma ihtimaline karşılık, gruplardaki bireylerin ön ve son test puanlarının farklarının (son test – ön test) anlamlılığı (farklar arasındaki fark/erişi testi) da değerlendirilmiştir. Mann Whitney U Testi kullanılarak elde edilen değerler Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4.4: Deney ve Kontrol Gruplarının ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test ve Ön Test Puanları Farkına (Erişi Puanları) İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ölçüm	Gruplar	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
ÇİGPÖ	Deney	12	17.79	213.50	8.50	.000*
	Kontrol	12	7.21	86.50		
İY	Deney	12	14.92	179.00	43.00	.092
	Kontrol	12	10.08	121.00		
GY	Deney	12	14.17	170.00	52.00	.246
	Kontrol	12	10.83	130.00		
ÇUÖ	Deney	12	15.79	189.50	32.50	.022*
	Kontrol	12	9.21	110.50		

*p<.05

Tablo 4.4 incelendiğinde, -Tablo 4.3'teki sonuçlara benzer şekilde- gruplardaki bireylerin son ve ön test puanları arasındaki farkların; güç paylaşımı ve çift uyumu değişkenlerinde deney grubu lehine anlamlı olduğu ($U_{\text{ÇİGPÖ}} = 8.50$, $p < .05$; $U_{\text{ÇUÖ}} = 32.50$, $p < .05$), öte yandan, benlik yönelimlerinde anlamlı bir değişme göstermediği anlaşılmaktadır ($U_{\text{İY}} = 43.00$, $p > .05$; $U_{\text{GY}} = 52.00$, $p > .05$). Söz konusu iki tablo birlikte ele alındığında, FYDİGP'nin, deney grubundaki bireylerin kontrol grubundaki bireylere göre, benlik yönelimlerinde önemli bir değişimi sağlayamaz iken, güç paylaşımı ve çift uyumu düzeylerini arttırmada etkili olduğu ortaya çıkmaktadır.

4.1.3. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Kontrol grubundaki katılımcıların ÇİGPÖ, DBAÖ -İY ve GY alt ölçekleri- ve ÇUÖ ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Kontrol grubundaki bireylerin ön ve son testlerden aldıkları puanlar arasındaki farkların istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığını belirlemek için Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 4.5'te özetlenmiştir.

Tablo 4.5: Kontrol Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Ölçüm	Son test- Ön test	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
ÇİGPÖ	Negatif sıra	11	6.55	72.00	-2.60	.009*
	Pozitif sıra	1	6.00	6.00		
	Eşit	0				
İY	Negatif sıra	8	4.69	37.50	-.40	.687
	Pozitif sıra	3	9.50	28.50		
	Eşit	1				
GY	Negatif sıra	7	5.86	41.00	-.71	.475
	Pozitif sıra	4	6.25	25.00		
	Eşit	1				
ÇUÖ	Negatif sıra	7	8.07	56.50	-1.37	.169
	Pozitif sıra	5	4.30	21.50		
	Eşit	0				

*p<.05

Analiz sonuçları incelendiğinde, kontrol grubu katılımcılarının İY ve GY alt ölçekleri ile ÇUÖ ön ve son uygulamalarından aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($z_{İY} = -.40$, $p > .05$; $z_{GY} = -.71$, $p > .05$; $z_{ÇUÖ} = -1.37$, $p > .05$). Öte yandan, ÇİGPÖ ön ve son test puan ortalamaları arasında negatif sıralar, bir diğer deyişle ön testler lehine anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır ($z_{ÇİGPÖ} = -2.60$, $p < .05$). Bu sonuç, kontrol grubundaki bireylerin benlik yönelimleri ve çift uyumu puanlarında önemli bir değişiklik gözlenmez iken, güç paylaşımı açısından son test puanlarının ön test puanlarına göre anlamlı düzeyde düşük olduğunu göstermektedir.

4.1.4. Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

FYDİGP'nin yürütüldüğü deney grubu katılımcılarının ÇİGPÖ, DBAÖ -İY ve GY alt ölçekleri- ve ÇUÖ son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Araştırmanın dördüncü alt problemi çerçevesinde öncelikle, deney grubundaki bireylerin güç paylaşımı, benlik yönelimleri ve çift uyumu açısından son test ve izleme testi puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri gözden geçirilmiştir. Söz konusu betimsel istatistikler, Tablo 4.6'da özetlenmiştir.

Tablo 4.6: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son ve İzleme Testlerinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Ölçek	Son test			İzleme testi		
	n	\bar{X}	Ss	n	\bar{X}	Ss
ÇİGPÖ	12	132.25	8.74	12	129.75	11.08
İY	12	70.17	5.46	12	64.67	6.33
GY	12	49.67	4.62	12	49.83	5.78
ÇUÖ	12	124.75	9.80	12	120.67	14.50

Tablo 4.6'da görüldüğü üzere, deney grubundaki bireylerin, FYDİGP'nin uygulanmasının hemen ardından ve üç ay sonrasında gerçekleştirilen ölçümlerden aldıkları puanların ortalamaları karşılaştırıldığında, gelişme yönelimi dışındaki tüm değişkenlerde izleme testi puan ortalamaları daha düşüktür. Gelişme Yönelimi alt ölçeğinden alınan son test ve izleme testi puan ortalamalarında ise değişme gözlenmemektedir.

Süreç içerisinde gözlenen puan farklarının istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığı Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi ile incelenmiştir. Ulaşılan sonuçlar Tablo 4.7'de sunulmuştur.

Tablo 4.7: Deney Grubunun ÇİGPÖ, İY, GY ve ÇUÖ Son Test ve İzleme Testi Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıra Sayıları Testi Sonuçları

Ölçüm	İzleme testi- Son test	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
ÇİGPÖ	Negatif sıra	5	5.10	25.50	-1.05	.292
	Pozitif sıra	3	3.50	10.50		
	Eşit	4				
İY	Negatif sıra	10	6.50	65.00	-2.85	.004*
	Pozitif sıra	1	1.00	1.00		
	Eşit	1				
GY	Negatif sıra	3	5.50	16.50	-.21	.833
	Pozitif sıra	5	3.90	19.50		
	Eşit	4				
ÇUÖ	Negatif sıra	7	7.43	52.00	-1.02	.307
	Pozitif sıra	5	5.20	26.00		
	Eşit	0				

*p<.05

Analiz sonuçlarına göre, deney grubundaki bireylerin ÇİGPÖ, GY alt ölçeği ve ÇUÖ son ve izleme testlerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($z_{\text{ÇİGPÖ}} = -1.05$, $p > .05$; $z_{\text{GY}} = -.21$, $p > .05$; $z_{\text{ÇUÖ}} = -1.02$, $p > .05$). İY alt ölçeği son test ve izleme testi puan ortalamaları arasında ise son testler lehine anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($z_{\text{İY}} = -2.85$, $p < .05$). Bu sonuç, FYDİGP'nin,

deney grubuna katılan evli bireylerde, güç paylaşımı ve çift uyumu açısından etkisi devam eder iken, ilişki yönelimine ilişkin etkisinin kalıcı olmadığını yansıtmaktadır.

4.2. Nitel Bulgular

Araştırmanın beşinci alt problemi çerçevesinde deney grubundaki katılımcıların FYDİGP'ye ilişkin değerlendirmelerinin incelendiği nitel çalışmanın bulguları; “kazanımlar”, “programın güçlü yanları”, “programın zayıf yanları” ve “öneriler” olmak üzere dört tema kapsamında ele alınmıştır. Bu temalardan “kazanımlar”; gruptaki katılımcıların FYDİGP'nin bireysel açıdan ya da çift düzeyinde kendilerine sağladığı katkıları yansıtan ifadelerini içermekte olup, araştırmanın nicel sonuçlarının daha ayrıntılı açıklanması yönünde irdelenmiştir. Programın güçlü-zayıf yanlarına ilişkin görüşleri ve geliştirilmesi doğrultusunda sunulan önerileri içeren diğer üç tema altında bir araya getirilen ifadeler ise, FYDİGP'nin sonraki uygulamalar için revize edilmesinde gözden geçirilecek geribildirimler olarak ele alınmıştır. Bu doğrultuda nitel bulgular, aşağıda “katılımcıların programdan elde ettikleri kazanımlar” ve “katılımcıların programa ilişkin geribildirimleri” olmak üzere iki alt başlık kapsamında sunulmuştur.

Analiz sonuçları her katılımcının bir birim olduğu bir değerlendirme sürecini yansıtmakla birlikte, programın çift düzeyindeki etkilerini ortaya koyması bakımından alıntılarda, eşlerin ifadelerinde ilişki düzeyinde fark edilen ve tutarlı bulunan cümlelere de yer verilmiştir. Alıntılar, sonuçların okunmasını kolaylaştırması açısından katılımcılar için belirlenen rumuzlar kullanılarak sunulmuştur. Kullanılan rumuzlar, her çifte verilen kod (Ç) ve numara ile şu şekilde belirlenmiştir: Ç1) Nilay ve Murat, Ç2) Büşra ve Nuri, Ç3) Pelin ve Ferhat, Ç4) Güzin ve Ufuk, Ç5) Selma ve Şenol, Ç6) Semiha ve Mahmut.

4.2.1. Katılımcıların Programdan Elde Ettikleri Kazanımlar

“Kazanımlar” teması kapsamında bir araya getirilen cümlelerde toplam sekiz alt tema ortaya çıkmıştır. Bu alt temalardan üçünün (“çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma”, “hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırma”, “sorumlulukları paylaşma”) -çiftlerin programın kendilerine en fazla katkı sağladığını belirttikleri beceri ya da teknikler olarak- aynı zamanda FYDİGP'de üç oturuma ayrılan konularla doğrudan bağlantılı olduğu görülmüştür. “Sistemik bakış açısı” olarak adlandırılan alt tema altında, katılımcıların eşleriyle ilişkilerini bir

sistem olarak algılayarak bu sistem içerisinde kendilerinin ve eşlerinin davranışlarını anlamaya odaklandıkları, bir bakıma eşleriyle ilişkilerinin kendisini bütüncül bir şekilde değerlendirdikleri ifadeler yer almıştır.

Programın ilişkide eşitlik tanımına ve daha geniş sosyal bağlama ilişkin vurguları içeren cümleler, sırasıyla, “eşitliğin kavramsallaştırılması” ve “sosyal bağlama ilişkin farkındalık” alt temaları kapsamında ele alınmıştır. Katılımcıların eşleriyle ilişkilerinde doğrudan güç dağılımını, başka deyişle, birinin diğeri üzerindeki belirleyiciliğini değerlendirdikleri ifadeler ise “güç dağılımını irdeleme” alt teması kapsamında incelenmiştir. Son olarak “yakınlık” alt teması altında, programın eşler arasındaki yakınlığın artmasına katkı sağladığını yansıtan görüşler yer almıştır. Söz konusu alt temalar ve alt temaları oluşturan kodlar Tablo 4.8’de özetlenmiştir.

Tablo 4.8: Deney Grubundaki Katılımcıların FYDİGP’nin Kendilerine Sağladığı Katılara İlişkin Görüşleri

<i>Tema</i>	<i>Alt Temalar</i>	<i>Kodlar</i>
Kazanımlar	Çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma	Duygularını adlandırma (f:2) Duygu düzenleme (f:3) İletişim (f:10) İhtiyaçlarını fark etme (f:4) Çatışma anında verdiği tepkiyi fark etme (f:7)
	Hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırma (f:8)	
	Sorumlulukları paylaşma (f:8)	
	Sistemik bakış açısı	İlişki üzerine düşünmek/konuşmak (f:5) Benlik yönelimleri (güçlü gelişme yönelimi/ güçlü ilişki yönelimi) (f:6) İlişkinin güçlü ya da zayıf yanlarını fark etme (f:6) İlişki içerisinde kendini tanıma (f:1) Karşılıklılık (<i>reciprocity</i>) (f:1)
	Güç dağılımını irdeleme (f:6)	
	Eşitliğin kavramsallaştırılması (f:4)	
	Sosyal bağlama ilişkin farkındalık (f:2)	
	Yakınlık (f:5)	Romantizm Bakım ve fiziksel temas

Güç mücadelesine girmek yerine, kişinin kendisine yönelerek kendini düzenleme becerilerini (duygularını-ihtiyaçlarını tanıma ve ifade etme, kendini teskin etme vb.) geliştirmesini içeren “çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma” alt teması kapsamında değerlendirilen ifadelerde; özellikle çatışma anında gösterilen tepkinin, altında yatan duyguyla birlikte anlamlandırılmasının, eşlerin birbirine

kendilerini daha kolay ifade etmelerine de ortam hazırladığı görülmüştür. Örneğin Pelin ve Ferhat, çatışma anında birbirine karşı gösterdikleri davranışların döngüsel örüntüsüne ilişkin farkındalıklarını şu cümlelerle aktarmışlardır:

Benim çoğunlukla suçlayıcı sen dili kullanmam ve eşimin de karşılığında içe çekilmesi daha önce belirgin olarak görmeyi başaramadığımız bir örüntüyken bu eğitimden sonra daha açık ve anlaşılır hale geldi. (Pelin)

Eşimin benden daha çok konuşmamı, fikir beyan etmemi ve isteklerimi açık bir iletişimle kendisine sunmamı beklediğini net anladım. Benim de bunları davranışlarımdan yaklaşımımın anlaması yolunda davranışlarda bulunduğumu anladım. Bunu değiştirerek açık iletişime geçmem gerekli, ancak bunun koşulunun da Pelin'in her hatamda yıkıcı eleştirel ve yüksek tonda konuşmaması olduğunu düşünüyorum. (Ferhat)

Nilay ile aynı döngüsel dans içerisine girmeseler de, Ferhat'a benzer şekilde Murat da gerginlik yaratan bir durum karşısında sessiz kaldığını şu cümlelerle belirtmiştir: *"...herhangi bir tartışma esnasında suskunluk yaşadığımı biliyordum, fakat oturlardaki pek çok paylaşım bunu çok daha iyi fark etmemi sağladı."* Nilay'ın, Murat'ın duygularını adlandırmasından duyduğu memnuniyet ise şu cümlelerde yansımaları bulmuştur: *"Etkinlikler sayesinde; eşimin olumlu ve olumsuz durumlarda duygularına ve kendi duygularına daha çok odaklanmaya başlaması beni çok mutlu etti."* Murat'ın ayrıca şu sözleri, çatışma anına ilişkin paylaşımına da, geleneksel cinsiyet rollerinin ötesinde Nilay'ın ihtiyaçlarını fark etmesini yansıttığı bakımından dikkat çekici bulunmuştur: *"(Ev ödevini yaparken) koruyup kollama rolümü ne kadar da benimsediğimi gördüm; sanki Nilay benim koruyup kollamama çok muhtaçmış gibi düşünüyordum. Oysaki gerçekte var olan ihtiyacının o kadar da olmadığını gördüm."*

Gerginlik durumunda ya da çatışma anında erkekler, kendilerinde fark ettikleri iletişim engellerinin daha çok duvar örme ya da çatışmadan kaçınma yolu olarak sessiz kalma olduğunu belirtmişlerdir (Bir kişi, olumsuz eleştirdiğini fark etmiştir). Kadınların iletişim engelleri çerçevesinde kendilerini sorgulamalarında; erkeklerinki kadar belirgin ifadelerle rastlanmamakla birlikte, iki kadının eşlerinin duvar örme davranışları karşısında olumsuz eleştirmeye başvurduğunu, bir kadının ise çatışma anında iletişimi kestiğini fark ettiği görülmüştür.

Sosyal-bağlamsal bir çerçevede eşlerin birbirine karşı tepkisel davranışlarının dinamiğini anlamalarını kolaylaştıran bir tekniğe ilişkin olarak "hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırma" alt teması kapsamında paylaşılan ifadeler; eşlerin birbirinin hassasiyetlerini ve başa çıkma mekanizmalarını fark etmelerinin, onları

kendilerini çıkmaza sokan tepkisellik karşısında daha esnek davranışlar geliştirmeye yönelttiğini ortaya koymuştur. Nilay'ın bu bağlamda yazdığı cümleler, örnek olarak aşağıda sunulmuştur.

Hassasiyet döngüsü, öğrendiğimiz günden beri kendi adıma çok işe yarar bulduğum ve öğrendiğim diğer ilişkiyi güçlendirme becerileri arasında da en iyi uygulayabildiğim şey oldu. Bu döngünün farkında olmanın, beni ilişki içerisinde güçlendirdiğini hissediyorum. Üstelik eşimin hassasiyetlerini tanıyor ve artık biliyor olduğum için, ilişki içinde yaşadığımız sorunlarda bir denge gözetebilmem kolaylaştı. ... (Oturumda çalıştığımız çatışma örneği) yine hassasiyetlerimizden kaynaklı bazı örüntüleri ön plana çıkardı. Artık benzer bir şey yaşadığımda otomatik olarak hassasiyet döngümüze göre önce bir şematize ediyorum. Ardından, bu konuyu konuşmak için daha güçlü bir adım atıyorum ve en azından o andan sonra içimde tutacağım, ifade etmekte zorlandığım bir durum kalmıyor. (Nilay)

Güzin ve Ufuk çiftinin hassasiyet döngülerini kavramsallaştırmaları yönünde yazdıkları cümleler de, alt tema çerçevesinde dikkat çekici bulunmuştur. Özellikle Ufuk'un eşinin incinebildiği durumları, onun "güçlü ve bağımsız bir kadın olma isteği" çerçevesinde vurgulaması, toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin yaşantıların romantik ilişki içerisinde hassasiyetlere dönüşebildiğini de düşündürmüştür. Çiftin ifadeleri şöyledir:

Bu programda en çok etkilendiğim kısım hassasiyetlerimizi işlediğimiz ve onları kâğıda döktüğümüz kısımları onu anladım. O zamandan beri bir sorunumuz olduğunda, Ufuk'un hassasiyetlerine değmediğinden emin olmadan tepki göstermemeye çalışıyorum. Bunu bir rutin haline getirebildiğim için mutluyum. Ufuk'ta yetersizlik hissi yaratmamanın ne kadar önemli olduğunu daha iyi anlamaya başladım bence. (Güzin)

Güzin'in kendine tanımladığı hayat hedefleri nedeniyle, güçlü ve bağımsız bir kadın olma isteğinin onun hayattaki ve ilişkimizdeki kararlarının altında yatan motivasyon olduğunu düşündüm. Planlı yaşamak yerine spontane kararlar almasının altında, 'onun yerine planın çizilmesi' riski olduğunu düşünüyorum. (Ufuk)

Eşlerin; ilişkilerini sürdürmeye ya da geliştirmeye kimin hangi katkıyı yaptığını sorguladıkları "sorumlulukları paylaşma" alt teması altında, ev işlerinin yanı sıra ilişkilerindeki duygusal ihtiyaçlarını/sorumluluklarını adlandırarak paylaşmaya yöneldiklerini yansıtan ifadeler yer almıştır. İlişkilerinde ev işlerinin adil olmayan dağılımı somut bir şekilde göz önüne geldiğinde neler yaşadıklarını Selma ve Şenol şu cümlelerle aktarmışlardır:

Sorumlulukların paylaşılması oturumu ve sonrasında yaptığımız ödevde ev içinde sorumlulukları çoğunlukla benim aldığım onaylanmış oldu. Ben zaten bu durumun farkındaydım ve ara sıra eşime söyleniyordum. Bu oturum sonrasında eşim bu durumun benim gerçekten canımı sıktığını sonunda fark etti. Bu, sonrasında bizim için oldukça geliştirici bir süreç oldu. Eşim bu konuda daha fazla sorumluluk almak için gerçekten çaba göstermeye başladı... (Selma)

...Benim duygusal olarak görevlerimi yerine getirmeme rağmen ev işlerine yeteri kadar dâhil olmuyor olmam... Aslında bu konu farkında olduğum bir şey olmasına rağmen direkt olarak göz önüne alındığı için daha net bir şekilde anlayabildim, Selma'yı ne kadar yorduğunu anladım. Şu anda işlerimizi elimizden geldiğince eşit paylaşmaya çalışıyoruz. (Şenol)

Katılımcıların genel olarak birlikte yaşamının yalnızca ev içinde ya da dışında yerine getirilmesi beklenen fiziksel işleri değil; aynı zamanda eşinin ya da ilişkinin ihtiyaçlarına eğilmeyi içeren ilişki ve duygusal boyutları beraberinde getirdiği bakış açısından etkilendikleri görülmüştür. Büşra ve Nuri çiftinin şu cümleleri bunun örneklerindedir:

Bu eğitim biraz benim çalışma alanımla ilgili olduğu için eşimin bazı yükleri benim üstüme attığını gördüm. Mesela kendi anlamadığı yerleri danışmana sorması gerekirken ne de olsa Büşra anlamıştır diyerek sormadı çoğu zaman. Bu hayatımızda da öyle cereyan ediyor aslında. Benim daha iyi anladığımı bildiğimi düşündüğü konularda kendini zorlamaz ve benim yönlendirmemi kabul eder. Bu, suiistimal gibi değil, teslimiyet gibi bir şey... (Büşra)

İş paylaşımı konusunda eşimden biraz önde olduğumu düşünüyordum. Program süresince aslında bu durumun tam da öyle olmadığını gördüm. (Nuri)

“Sistemik bakış açısı” alt teması kapsamında; eşlerin, çift sistemi içerisinde kendilerini tanımlarına ve ne kadar ilişki ya da bireysel hareket ettiklerini (benlik yönelimlerini) irdelemelerine, karşılıklı etkileşimlerini anlamlandırmaya yönelerek birbiriyle ilişkileri hakkında konuşmaya başlamalarına, ilişkilerinin güçlü ya da zayıf yanlarını fark etmelerine ilişkin ifadeleri bir araya getirilmiştir. İfadelerde genel olarak gruptaki bireylerin gelişme yöneliminin yüksek olduğu, sistemik bir yaklaşımla kendilerini ve ilişkilerini değerlendirdiklerinde de eşleriyle ilişkilerinde ilişkiselliklerini (*relatedness*) geliştirmeye yöneldikleri dikkat çekmiştir. Çiftler, ilişkilerinin güçlü ve zayıf yanlarını da bu bağlamda değerlendirmişlerdir. Örneğin; programın, güçlü ve zayıf yanlarını fark etmelerine katkı sağladığını belirten iki çiftin cümlelerinde (birinde zayıf, diğerinde güçlü yan olmak üzere) ilişkilerinin arkadaşlık boyutunun vurgulandığı görülmüştür. Aşağıda, “sistemik bakış açısı” çerçevesinde ele alınan cümlelerden örnekler sunulmuştur.

Berberliğimizin başından beri çokça ilişkide kendimi, ilişkide eşimi düşünmüş; çeşitli değerlendirmeler, çıkarımlar yapmış, bazı konularda kafa yormuştum; ama ilk defa ikimizi bir bütün olarak, bir çift olarak değerlendirmeye başladığımı fark ettim eğitim sırasında. Yaptığımız ve yaşadığımız her şey çift yönlüydü, yani yalnızca birimizin bir davranışından etkileniyor değil; bizim karşılıklı etkileşimimizden etkileniyordu ve bu durumu aslında bu eğitimin bizi sıklıkla ikimiz hakkında düşünmeye sevk etmesi sonucunda fark ettim. (karşılıklılık; Pelin)

Programın genelinde kendimle ilgili fark ettiğim en önemli nokta, kendimle doğrudan ilgili konularda sebep-sonuç ve davranış analizlerimi yaparken, eşimle olan ilişkim başta olmak üzere ilişkilerim üzerinde böyle bir düşünme sürecine zaman ayırmıyor olduğum. Eşimle yaşadığımız sorunları onunla ve grupla paylaşmam gereken noktalarda, ilk defa o anda düşündüğüm için, aşırı stres ve panik hissettim. İlişkimizin (belki de tek) eksiği olan sorunların konuşulmuyor olmasının benim tarafımdaki sıkıntılarından biri bu. (ilişki üzerine düşünmek/konuşmak; Ufuk)

Açıkçası program öncesinde ilişki hakkında Nilay benden daha çok düşünür ve kafa yorardı. İlişkide bu açıdan benden kaynaklanan bir boşluk ya da eksiklik olduğunu gördüm. (ilişki üzerine düşünmek/konuşmak; Murat)

Murat ile ilişki halinde olan Nilay'ı, Nilay'dan farklılaşan yönleri ile tanımış oldum. (ilişki içerisinde kendini tanıma; Nilay)

Üç çiftin benlik yönelimleri bağlamında kodlanan cümleleri daha ayrıntılı bir şekilde ele alındığında; kadınların, gelişme süreçlerinde geleneksel cinsiyet rollerinin aksine kendi bireyselliklerini dayanak aldıklarında, ilişki içerisinde güç kazandıkları dikkat çekmiştir. Benzer bir durum, bir sonraki alt tema olan “güç dağılımını irdeleme” çerçevesinde paylaşılan ifadelerde de gözlenmiş; kadınlar, eşlerinin davranışları üzerinde belirleyici de olabildiklerine ilişkin farkındalık kazandıklarını belirtmişlerdir. Bununla birlikte Selma, kendisini, eşini fazla kontrol eden biri olarak algılamakta iken, etkiye kapalı olan tarafın eşinin olduğunu fark etmeleriyle haksızlığa uğramış hissettiğini paylaşmıştır. Aşağıda, Pelin-Ferhat ve Semiha-Mahmut çiftlerinin benlik yönelimleri bağlamında ilişki dinamiklerini ortaya koyan ifadelerine ve “güç dağılımını irdeleme” alt teması çerçevesinde değerlendirilen örnek cümlelere yer verilmiştir.

...kararlar ve kontrol konusunda ne kadar baskın olduğuma dair ciddi bir iç görüş geliştirdim. Bir kişiyle ya da eşimle ortak hareket etme konusunda ne kadar bireysel davranmaya eğilimli olduğumu fark ettim. Bu özellikleri eşimle birlikte grup sırasında yaptığımız çalışmalardaki davranışlarımdan çıkarsayabiliyorum. (güçlü gelişme yönelimi ve güç dağılımını irdeleme; Pelin)

...erkeğin daha baskın rolde olduğu çiftler gördüysem de bizde tam tersiydi. Bunda benim kişisel özelliklerim ve düşünce tarzımın etkili olduğunu ve kendi ilişkimizde anahtarın bu olduğunu düşünüyorum. Bireyleri dinledikçe özellikle evliliğimiz boyunca hobilerim ve kendi bireysel isteklerimi ötediğimi düşündüm. Bu durumun beni rahatsız ettiğini düşündüm. ... Eşim daha bireysel karar alırken, benim biraz daha aile ilişkileri ve çevreden etkilendiğimi düşünüyorum. Kendi ailelerimizle de bu durum geçerli... (güçlü ilişki yönelimi ve güç dağılımını irdeleme; Ferhat)

Bireysel bahçeme daha çok zaman ayırdığımı, hem ortak bahçemiz için gayretli olmam gerektiğini hem de eşimin bahçesini görebilmeyi öğrendim. (güçlü gelişme yönelimi; Semiha)

İlişkimizde çoğunlukla kendi bahçemle ilgilenmişim, eşimin (bahçesine) ve ortak bahçemize fazla yatırım yapmamışım; ama bunu fark eder etmez eşimin bahçesine ve ortak bahçemize yatırım yapmaya başladım, bunun da ilişkimizi daha da güçlendirdiğini hissettim. Eşimin istediğini değil, kendi kafamda tasarladığımı yapmak eşimi çok sinirlendiriyor, bunu fark ettim. (güçlü gelişme yönelimi; Mahmut)

Genel olarak programa dair bendeki farkındalık ne idi sorusunu sorduğumda, eşime karşı bazen baskın ve müdahaleci olabildiğimi hissettim. Ben normalde öyle biri değilim diye düşünüyordum, ama mesela kâğıtlara hikâye yazarken, verilen ödevi yaparken (şu an aklıma gelenler bunlar) daha çok ben baskın oldum. Bu anlamda müdahaleci tarafımın farkına vardım ve bu şekilde davranmamaya özen gösteriyorum artık. (güç dağılımını irdeleme; Büşra)

Beşinci oturum etkiye açıklıkla ve güç paylaşımıyla ilgiliydi. Bu oturum bizim ilişkimizde çok temel bir sorunu ortaya çıkardı. Normal hayatımızda ben daha fazla kontrolcü olduğum için eşim hep benim daha baskın olduğumu söylerdi. Hatta ben bu durumdan rahatsız olduğum için daha az baskın olmaya çabalıyordum. Ancak bu oturumda biz ilişkimizde aslında etkiye açık olan tarafın ben olduğumu ve gücü çoğunlukla eşimin elinde bulundurduğunu fark ettik. Bunu aslında eşimle konuşmadan ikimiz de ayrı ayrı fark ettik. Ben kendimi haksızlığa uğramış hissettim. Bunun üzerine çokça konuştuk ve çözüm bulmaya çalışıyoruz. (güç dağılımını irdeleme; Selma)

“Eşitliğin kavramsallaştırılması” olarak adlandırılan alt tema kapsamında; programın, katılımcıların “ilişkide eşitlik” kavramını somut bir şekilde tanımlamalarına katkı sağladığını yansıtan ifadeler yer almıştır. FYDİGP’nin dayandığı yaklaşıma ilişkin geribildirimler olarak da ele alınabilecek bu ifadelere benzer şekilde, iki katılımcının (Ufuk ve Pelin) da (“sosyal bağlama ilişkin farkındalık” alt teması çerçevesinde değerlendirilen cümlelerinden anlaşılacağı üzere) programın sosyal-bağlamsal bakış açısından etkilendikleri görülmüştür. Aşağıda iki alt temaya ilişkin alıntılar sunulmuştur.

Programın ana unsuru olan eşitlik konusunda çok belirgin sıkıntılarımızın olduğunu düşünmüyorduk eşimle, fakat eşitlik tanımımızın doğru olup olmadığını da bilmiyorduk aslında. Eşitlik deyince de aklımıza ilk olarak fiziksel olarak yapılan işler gibi şeyler gelirdi. Fakat bu programda eşitlik konusunun sadece yapılan fiziki işlerden ziyade manevi ve duygusal yönlerinin olduğu gerçeğini hatırlamış oldum. (eşitliğin kavramsallaştırılması; Nuri)

(Program) eşitliği adalet ve denge çerçevesinde düşünerek çıkarımlarda bulunmamı sağladı.” (eşitliğin kavramsallaştırılması; Nilay)

Eşitliğe dayalı bir ilişki geliştirmenin nasıl mümkün olabileceğini gördüm. (eşitliğin kavramsallaştırılması; Semiha)

Yetişirken ailemin değerleri ile çatışmak yerine onları korumaya gayret etmiş olmak, içsel sorgulamalarımın daha yüzeysel olmasına neden olmuş. Kültürü değiştirmek, din/tanrı kavramının sorgulanması, hatta sosyal sınıf değişimi gibi çok temel ve büyük değişimlerin benden üstteki kuşaklar tarafından yapılıp bana sunulmuş olması nedeniyle sıkıntısız (ya da suni sıkıntılar yaratılmış) bir büyüme süreci yaşamamı sağlamış/neden olmuş. Bu nedenlerle özellikle yakın çevrem dışındaki toplumla ilgili farkındalıklarım düşük kalmış. (sosyal bağlama ilişkin farkındalık; Ufuk)

...eğitimde kişileri ta doğdukları aile ortamı ve bireylerinin özelliklerinden başlayarak bağlamın ne kadar etkilediğine dair ciddi bir farkındalık kazandım. Bağlamın önemi yıllardır öğrendiğimiz ve farkında olduğumuz bir şeydi, ancak kendi ailemize uyarlayarak karşılıklarını görmek bence çok iyi bir bağdaştırma oldu. (sosyal bağlama ilişkin farkındalık; Pelin)

Katılımcıların FYDİGP'den kazanımlarına ilişkin değerlendirmeleri kapsamında ele alınan son alt tema olan “yakınlığı” yansıtan cümlelerinde, özellikle oturumlarda gerçekleştirilen etkinliklerin ya da uygulamaların eşleriyle aralarındaki duygusal bağın güçlenmesine katkı sağladığı vurgulanmıştır. Aşağıda bu bağlamda kategorize edilen cümlelere örnekler verilmiştir.

İlk oturumda nasıl evlenmeye karar verdiğimizden ve eşimizde en çok neyi sevdiğimizden bahsettik. Bu konuşma benim için biraz romantizmi canlandıran bir oturum oldu. Günlük hayatın telaşında insan bazen zaten rutinde yaşadığı durumlar için çok da müteşekkir olmuyor. İlk oturum bana eşimi aslında ne kadar sevdiğimi hatırlattı. (Selma)

Programda eşimizin en çok hoşlandığı şekilde ona dokunmamız yönergesi ile bir etkinlik yapmıştık, orada dokunsallıktan çok hoşlanmadığımızı hissettik, ikimiz de çok gerildik hatta. Oturumlar bittiğinden beri aklıma takılan konulardan biri de bu oldu. ...Bu konuda oturumlardan ya da Gottman'dan aldığım tavsiyelere uymaya başlıyorum yavaş yavaş (işe uğurlarken öpüşmek vb.). (Güzin)

Program çerçevesinde yapılan çalışmalarda ilişkiyi hareketlendirmeye ve canlı tutmaya yönelik bazı durumlar gördüm. (Bunlar) İlişkimizin başlangıç aşamasından başlayarak güncel durumuna kadar geçen süre içerisinde yaşanmış olan güzel şeyleri düşünmeye ve tatlı bir nostalji yapmaya (sevk etti). (Nuri)

...tamamlayıcı ve ayrışan rollerimi görmek, eşime sağladığım bakım, yakınlık, sıcaklık davranışlarını arttırmış oldu. (Nilay)

4.2.2. Katılımcıların Programa İlişkin Geribildirimleri

Nitel çalışmanın diğer sonuçlarını oluşturan “programın güçlü yanları”, “programın zayıf yanları” ve “öneriler” temaları altında bir araya getirilen cümleler, FYDİGP'nin sonraki uygulamalarında revize edilmesine katkı sağlayacak katılımcı geribildirimlerini ortaya çıkarmıştır. Bu geribildirimlerden öncelikle programın güçlü yanlarına ilişkin değerlendirmeler gözden geçirildiğinde, ifadelerin “programın içeriğine ilişkin”, “uygulama ortamına ilişkin” ve “psikolojik danışmana ilişkin” olmak üzere üç alt tema kapsamında sınıflandırılabilirdiği görülmüştür. Programın zayıf yanlarına ilişkin değerlendirmeler ve bu bağlamda verilen öneriler ise, alt temalara ayrılmadan sıralanmıştır. Söz konusu temalar, alt temalar ve alt temaları oluşturan kodlar Tablo 4.9'da sunulmuş olup, metnin devamında her temaya ilişkin açıklamalara ve örnek ifadelere yer verilmiştir.

Tablo 4.9: Deney Grubundaki Katılımcıların FYDİGP'nin Güçlü-Zayıf Yanlarına İlişkin Görüşleri ve Önerileri

Temalar	Alt Temalar	Kodlar
Programın Güçlü Yanları	Programın içeriğine ilişkin	İçeriğin yapılandırılması (f:4) Odaklandığı konular (f:2) Kültüre duyarlılık (f:4) Yaşantısal teknikler, materyaller ve beceri temelli uygulamalar (f:7) Ev ödevleri (f:3)
	Uygulama ortamına ilişkin	Grupla çalışma (Diğer çiftlerin deneyimlerinden öğrenme, güvenli ortam, grup etkileşimi, grubun hızlandırıcılığı) (f:7) Eşit söz hakkı (f:2) Katılımcı sayısı (f:2) Fiziksel mekân (f:2)
	Psikolojik danışmana ilişkin (f:6)	Geribildirimleri Konuları aktarımı Özellikleri
Programın Zayıf Yanları	Oturum sürelerinin uzaması (f:6) Sekiz oturumun içeriğe göre yetersiz olması (f:3) Yönergelerin yeterince açık olmaması (f:2) Homojen grup yapısı (f:1) Katılımcı sayısı (f:1)	
Öneriler	Toplam oturum sayısının artırılması (f:5) Gruptaki çift sayısının azaltılması (f:3) Yönergelerin daha net verilmesi (f:2) Oturum sürelerinin uzatılması (f:1) Katılımcı çeşitliliğinin artırılması (f:1) Günün daha erken saatlerinde bir araya gelinmesi (f:1) Cinsellik konusunun daha ayrıntılı ele alınması (f:1)	

FYDİGP'nin güçlü yanları kapsamında "programın içeriğine ilişkin" verilen geribildirimlerde, özellikle süreçte sanatla terapi tekniklerinden yararlanmanın içsel sorgulamaların-yaşantıların daha hızlı ve etkili bir şekilde anlamlandırılarak dışa vurulmasını sağlaması yönüyle ön plana çıktığı dikkat çekmiştir. Alt tema çerçevesinde paylaşılan ifadelerde ayrıca süreçte ele alınan konuların, konuların oturumlara yerleştirilme sırasının, kültüre duyarlı bir şekilde yapılandırılmasının ve ev ödevlerinin verimliliğinin güçlü yanlar olarak vurgulandığı görülmüştür. Aşağıda bu kodlamalara ilişkin örnek cümlelere yer verilmiştir.

Her şeyden önce ilişkilerdeki güç dağılımını ele alması, her bir eşin hem birey olarak ilişkideki yerini hem de karşılıklılık düzeyini belirli bir dengede buluşturmayı içermesi bence en güçlü yanıydı programın. (odaklandığı konular; Nilay)

...çok iyi yapılandırılmış, mantıksal ve etkili bir sıra izleyen bir program... Örneğin, önce ilişkide fiziksel ve duygusal anlamda çiftlerin birbirini tanıması, sonra genogram aracılığı ile kendi geçmiş ve bağlamı hakkında fikir sahibi olması, ardından ise bireysel olarak bu getirdiklerimizin birbirimizle ilişkisine etkisi ve hassasiyet döngüsü üzerinde durmamız bence aradaki ilişkiyi kurabilmek için çok doğru ve etkili bir sıralama oldu. (içeriğin yapılandırılması; Pelin)

Uygulamaların herhangi bir kültürel, sosyal, geleneksel ya da bireysel farklılıklara karşı gelecek şekilde olmaması... (kültüre duyarlılık; Büşra)

(Programın) her toplumsal kesim ve altyapıdan gelen insanlara, açık ve dürüst olmaya özen gösterdikleri sürece, faydalı olacağını düşünüyorum. (kültüre duyarlılık; Ufuk)

Oturumlarda müzik aleti ile kavga etme, taş seçme, aile ağacı çizme, yolculuk, dans gibi etkinliklerin çok etkili olduğunu düşünüyorum. Hiç ummadığım şekilde faydasını gördüm, ayrıca keyifli de. (yaşantısal teknikler; Selma)

Kendimizi sanatsal etkinliklerle ifade etmeye yönlendiriyor olması, içsel sorgulamanın daha derin olmasını sağlıyor. Bu sorgulama ne kadar derinse, paylaşımlar da o kadar içerikli ve içten oluyor. (yaşantısal teknikler; Ufuk)

Programda yer alan ödevleri hazırlamak; en az oturumda geçirdiğimiz süre kadar verimli ve etkileyiciydi. Bir araya gelip ortak bir karar almak, benim açımdan bazen sancılı olsa da ödevler ilişkimizde göz ardı ettiğimiz pek çok şeyi konuşma fırsatı verdi bize. Cinsellik, kişisel ve sosyal roller, üstlendiğimiz roller, hedefler, etkiye açıklık gibi konularda konuşmamızı kolaylaştırdı. (ev ödevleri; Nilay)

“Uygulama ortamına ilişkin” paylaşılan görüşlerin çoğunda, özellikle çiftlerin birbirlerinin deneyimleri üzerinden farkındalık geliştirmelerini olanaklı kılan çoklu bakış açılarının ortaya çıkması, hızlı değişimi sağlaması ve kendini ifade etmeye güvenli bir alan yaratması açısından grupta çalışmanın kendisinin güçlü bir program özelliği olarak değerlendirildiği görülmüştür. Alt tema kapsamında ele alınan diğer cümlelerde ise, grubun küçük olması ve bu sayede her katılımcının kendini ifade etme olanağı bulması, fiziksel mekânın çalışmaya uygun olması güçlü yanlar olarak belirtilmiştir. Bir sonraki alt temayı oluşturan “psikolojik danışmana ilişkin” değerlendirmelerde ise, geribildirimleri, konuları aktarımı ve kişisel özellikleri bağlamında psikolojik danışmanın da süreci güçlü kıldığını yansıtan görüşler yer almıştır. Katılımcıların iki alt temaya ilişkin görüşlerinden alıntılar aşağıda sunulmuştur.

Programın grupta danışma olması bence güçlü yönlerden biriydi. Çünkü farklı insanların ilişkilerine dair bir şeyler dinlerken yaşadığı sorunlara benzer sorunların herkesin olduğunu görüyor. Ayrıca başkalarının hikâyeleri, sorunlara yaklaşımları ve çözme süreçleri kendi bakış açımızdan farklı alternatif yollar da sunuyor. (grupta çalışma, diğer çiftlerin deneyimlerinden öğrenme; Selma)

...Grup içerisinde olduğumuz için mahşerin dört atısına düşme ihtimalimiz de çok azalıyor. Aslında fark etmeden iletişim yollarını açmış oluyoruz. (grupta çalışma, grubun hızlandırıcılığı; Şenol)

Çiftlerin birbirleriyle konuşamadıkları konuları grup ortamında konuşabilmeleri... (grupta çalışma, güvenli ortam; Semiha)

Herkese kendini ifade edebilme fırsatı tanınması... (eşit söz hakkı; Pelin)

Grubun küçük olması... (katılımcı sayısı; Büşra)

...fiziksel ortamın oldukça konforlu şekilde ayarlanması ve ulaşımın kolay olduğu bir yerde olması... (fiziksel mekân; Pelin)

Program süresince konuşurken de (psikolojik danışmanın) doğru yerde müdahale ettiğini düşünüyorum (müdahaleyi olumsuz anlamda kullanmıyorum). Konuşurken farkında olmadığım ve sorgulamam gereken noktalarda küçük bir soruyla, o noktanın vurgusunu yaparak, onu daha sonra tekrar düşünmemi sağladı. (psikolojik danışman geribildirimleri; Güzin)

“Programın zayıf yanları” teması çerçevesinde paylaşılan katılımcı görüşlerinde, özellikle oturum sürelerinin planlanan süre olan iki buçuk saati aşmasının ve konuların kapsamı nedeniyle toplam oturum sayısının içeriğe göre yetersiz kalmasının vurgulandığı dikkat çekmiştir. Bu doğrultuda verilen “önerilerin” de toplam oturum sayısının artırılması, herhangi bir çiftin ilişki dinamiklerini ele almaya daha fazla zaman ayrılmasını sağlaması bakımından çift sayısının azaltılması ya da bir oturum için belirlenen sürenin uzatılması yönünde olduğu görülmüştür. Sanatla çalışmada zorlandığını ifade eden iki erkek katılımcı, yönergelerin yeterince açık olmamasını programın başka bir zayıf yanı olarak değerlendirmişlerdir. Bir katılımcı ise, araştırmanın da en önemli sınırlılıklarından birini oluşturan homojen grup yapısına karşı katılımcı çeşitliliğinin artırılmasını önermiştir. Bunlara ek olarak bir erkek katılımcı da, grubun isteği nedeniyle daha çok eğitsel bir şekilde ele alınan cinsellik konusunun yaşantısal olarak daha ayrıntılı işlenmesini öneri olarak paylaşmıştır. İki tema kapsamında ele alınan cümlelerden alıntılar, aşağıda birbiriyle ilişkili bir şekilde sunulmuştur.

Programın en büyük kısıtlılığı bence süre konusuydu. Süre hem her bir oturuma ayrılan sürenin çok uzun olması ile ilgili hem de toplam oturum sayısının verilen içeriğe göre yetersiz olması ile ilgiliydi. Toplam çift sayısına ve üye sayısına bakıldığında her bir kişinin yeterince paylaşımlarda bulunabilmesi için bir oturumda çok süreye ihtiyaç vardı. Ancak bu hem yorucu hem de sabırsızlık verici olabiliyordu katılımcı sayısının çokluğu nedeniyle. Bu konuda herkesin henüz çok yorulmadığı günün daha erken saatlerinde oturumlara başlamak ve belki katılan çift sayısını bir azaltmak gibi önlemler düşünülebilir. [oturum sürelerinin uzaması ve sekiz oturumun içeriğe göre yetersiz olması (zayıf yanlar), çift sayısının azaltılması ve günün daha erken saatlerinde bir araya gelmek (öneriler)]

Programın, ilk defa uygulanıyor olması nedeniyle, süre ayarlamalarının gözden geçirilmesi gerekiyor. Etkinlikler ve paylaşımlar için düşünülen zamanın, bu tip konuları ilk kez değerlendiren, bu tip etkinliklerle ilk kez karşılaşanlar için zorlayıcı ve yetersiz olabileceğini düşünüyorum. Katılmaya ve değişim/gelişime gönüllü katılımcılar olacağı varsayımı ile programın seans sürelerinin uzatılabileceğini ve bunun kazanımları arttıracığını düşünüyorum. [oturum sürelerinin uzatılması (önerisi)]

Genel olarak bence homojen bir grup vardı, grubun tamamı üniversite mezunu ve yaş ortalaması birbirine yakın bireylerden oluşmaktaydı. ...Daha heterojen bir grupta deneyimlerimin farklı olacağını düşündüğüm için program uygulanacakken katılımcı çeşitliliği sağlanmasını önerebilirim. [homojen grup yapısı (zayıf yan), katılımcı çeşitliliğinin artırılması (önerisi)]

...soyuttan somuta işleyen çalışmalarda iyi olmadığım için bazı konuların ve çalışmaların daha net ve daha somut olması gerektiğini söyleyebilirim. ☺ [yönergelerin daha net verilmesi (önerisi)]

4.3. Nicel ve Nitel Bulguların İlişkilendirilmesi ve Tartışma

Aşağıda nicel bulgular, kendisini destekleyen ya da açıklayan nitel bulgularla, araştırmının alt problemleri çerçevesinde izlenen sıralamaya uygun olarak ilişkilendirilmiş; sonuçlar ilgili literatüre göre tartışılarak yorumlanmıştır. Ardından FYDİGP'nin sonraki uygulamalarında göz önünde bulundurulması gereken ayrıntılar olarak deney grubu katılımcılarının programa ilişkin geribildirimleri değerlendirilmiştir.

Araştırmanın birinci alt probleminde; deney grubu katılımcılarının ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına dayalı olarak programa katılan evli bireylerin güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu açısından puanlarında anlamlı düzeyde artış görülmüştür. Katılımcıların gelişme yönelimine ilişkin puanlarında ise istatistiksel açıdan fark bulunmamıştır. Nitel bulgular arasında “kazanımlar” teması kapsamında paylaşılan deneyimlerin de bu sonuçlarla tutarlı olduğu görülmektedir. Her birinin birbiriyle bağlantılı olduğu ve birindeki değişimin diğerindeki gelişmeyle ilişkili bir şekilde açığa çıktığı düşünülmekle birlikte, katılımcıların programdan elde ettikleri kazanımları oluşturan alt temalar sonuçların ele alınmasını kolaylaştırması açısından temel değişkenlerle ilişkilendirilecek olursa, eşlerin; çatışma çözümü için kendileri üzerinde güç sahibi olmaları, aralarındaki hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırmaları, sorumlulukları paylaşmaları, aralarındaki güç dağılımını irdelemeleri, eşitliği kavramsallaştırmaları ve sosyal bağlama ilişkin farkındalık kazanmaları doğrudan güçlerini paylaşmaya yönelmeleriyle açıklanabilir. Eşlerin ilişkilerinde güç dağılımında denge oluşturmaya odaklanmaları sistemik bakış açısı geliştirmelerini beraberinde getirmiş olabilir. Bu doğrultuda sistemik bakış açısı alt teması çerçevesinde paylaşılan deneyimlerin de doğrudan ilişki yönelimlerindeki puan artışıyla bağlantılı olduğu düşünülebilir. Eşlerin süreç boyunca hem kendilerinin hem de ilişkilerinin iyi oluşuna odaklanmalarıyla ilişkili bir şekilde aralarındaki yakınlığın artması ise doğrudan çift uyumlarındaki puan artışıyla birlikte ele alınabilir.

Eşler arasındaki güç paylaşımını kolaylaştıran örüntüler gözden geçirildiğinde; program yoluyla eşlerin, tepkisellik ve çatışma çözme konularında kişisel açıdan güçlenmeyi ve kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmeyi yansıtan kendisi üzerinde güç sahibi olma becerilerinden (Fishbane, 2001) yararlandıkları dikkat çekmektedir. Bu doğrultuda özellikle çatışma anında gösterilen tepkilerin

farkındalığıyla birlikte duyguların ve ihtiyaçların anlamlandırılmasının, döngüsel bir şekilde birbirini tetikleyen otomatik davranışların azaltılmasına olanak sağlamış olabileceği; eşlerin böylece eşitliğe dayalı yeni etkileşim örüntüleri geliştirme yönünde kendi payına düşeni yapmaya eğilmiş olabilecekleri düşünülebilir. Çatışma anında otomatik olarak verilen tepkilere ilişkin farkındalıklar değerlendirildiğinde, literatürde partnerler arasındaki etki süreçleriyle ilişkili bir şekilde vurgulanan (Gottman ve Notarius, 2000; Rabin, 1994, 1996) erkeklerin duvar örme davranışları karşısında kadınların talepkar olmaları örüntüsünün program sürecinde çiftlerin bir kısmında açığa çıktığı dikkat çekmekle birlikte hemen hemen erkeklerin hepsinin (bir kişinin olumsuz eleştirmesi dışında) çatışmadan kaçındıklarını belirttikleri görülmüştür. Bu farkındalığın özellikle erkeklerin kendilerini eşlerinin etkisine açmaya yönelmeleri (Gottman ve Silver, 2002) ve karşılıklı etki (Knudson-Martin, 2013) açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Emmanuel'in (2011) eşleriyle güçlerini paylaşan erkeklerle yürüttüğü çalışmada, etkiyi kabul etme becerisinin temelindeki faktörlerden birinde açığa çıkan "ilişkilerinde çatışmanın rolünü göz ardı etmemeleri ve eşlerinin şikayetlerini savunmaya geçmeden dinlemeyi öğrenmeleri" teması bu düşüncüyü desteklemektedir. Moghadam ve diğerleri (2009) tarafından yapılan çalışmada da benzer şekilde çiftlerin geleneksel olarak erkek egemenliği yönündeki dengesiz güç dağılımının üstesinden gelmelerinde, erkeklerin eşlerinin duygularına ve ihtiyaçlarına ilgi göstermelerinin etkili olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Ayrıca literatürdeki birçok çalışmada (Jonathan ve Knudson-Martin, 2012; Knudson-Martin ve Mahoney, 1998, 2005; Quek ve Knudson-Martin, 2006; Rabin, 1994) ilişkilerinde eşitliğe yönelen eşlerin çatışma durumlarında müzakere başlattıkları ve birbiriyle açık iletişim kurdukları bulgusu vurgulanmıştır. Bu bağlamda program aracılığıyla eşlerin geleneksel cinsiyet rollerinin çatışma sırasında aralarındaki dansa yansıyan etkilerine ilişkin edindikleri farkındalıkların, onları geleneksel kalıpların ötesinde daha işlevsel iletişim yollarını aramaya yönlendirmiş olabileceği çıkarılabilir.

Programda katılımcıların en çok yararlandıkları tekniklerden biri olduğu gözlenen Hassasiyet Döngüsü Diyagramının, bireylerin kendi kişisel ve sosyokültürel öykülerinden eşleriyle ilişkilerine aktardıkları, çoğu zaman da farkında olmadıkları hassas duygularını ve bu duygulara ilişkin otomatik olarak geliştirdikleri temel baş

etme tepkilerini anlamlandırmayı kolaylaştırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Güç mücadelelerinin genellikle tepkisellik dansı içerisinde açığa çıktığı (Fishbane, 2011) ve duyguların bağlamsal olduğu (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015) göz önünde bulundurulursa; bu farkındalığın eşleri, ilişkileri içerisinde kendilerini incinebilir/hassas kılan ve temellerini ataerkil düzenden alan yaşantılar karşısında işbirliği geliştirmeye motive etmiş olabileceği düşünülebilir. Nitekim Knudson-Martin ve diğerleri (2015) bu düşünceyle bağlantılı bir şekilde, ilişkisel ihtiyaçların ve hassasiyetlerin paylaşılmasının eşler arasında gücün dengesiz akışının kesilmesini sağlayarak ilişkisel açıdan güvenin gelişmesine, böylece eşlerin diğeri tarafından “hissedildiklerini hissetmeleri” yoluyla toplumsal cinsiyet kalıp yargılarına direnme yönünde işbirliği yapmalarına ortam hazırladığını belirtmektedirler.

Katılımcılar eşleriyle aralarındaki ilişkisel sorumlulukları fiziksel olana ek olarak duygusal açıdan da değerlendirmeye ve paylaşmaya yöneldiklerini ifade etmişlerdir. Holm ve diğerlerinin (2001) “ilişkinin iyi oluşu yönünde partnerlerin birbirini desteklemeleri”, Knudson-Martin ve Huenergardt’ın (2010) “partnerlerin her ikisinin de ilişkilerinin sürdürülmesi için neyin gerekli olduğuyula ilgilenmesi” olarak ele aldıkları ilişkisel sorumlulukların; program sürecinde somutlaştırılması yönündeki uygulamaların, genellikle kadınların üstlendikleri ve görünür olmayan duygusal işlerin (Zimmerman, 2000) tanımlanarak ifade edilmesini kolaylaştırdığı anlaşılmaktadır. Eşler arasında karşılıklı etkiye ilişkin hesap verebilirliğin (Knudson-Martin, 2013) de bu temelde gelişmiş olabileceği düşünülebilir.

Benzer şekilde aralarındaki güç dağılımını birbirini etkileme süreçleri açısından birbirine hesap verebilir şekilde irdelemelerinin, eşlerin ortaklık, uzlaşma ve ilişki uğruna değişme konusunda esneklik geliştirmelerine ortam hazırlamış olabileceği çıkarımı yapılabilir. Yine katılımcıların güç dağılımını irdeleme alt teması kapsamında paylaştıkları ifadelerde özellikle kadınların eşlerinin davranışları üzerinde belirleyici de olabildiklerini fark ettikleri dikkat çekmekle birlikte, çiftlerden birinin belirttiği erkeğin etkiye daha kapalı olan taraf olduğu konusundaki farkındalık karşısında kadının yaşadığı haksızlığa uğrama hissi; Knudson-Martin’in (2015) vurguladığı üzere güç mücadelesinden eşitliğe yönelmenin bir aracı olarak da değerlendirilebilir. Knudson-Martin’e göre, ikilem yaratmasına rağmen güç mücadeleleri, iki aktif sesi içerdiğinde geleneksel cinsiyet rollerini bozma yönünde

işbirliğini de beraberinde getirebilir. Bu çerçevede yalnızca erkeğin özerkliğinin onaylandığı cinsiyetçi sosyalleşme süreçlerinin tersi yönde kadınların ilişki içerisinde kendi bireyselliklerini dayanak almalarının ve ses çıkarmalarının, güç paylaşımında denge oluşturma yönünde değişimi tetiklemiş olabileceği düşünülebilir. Maciel ve diğerleri (2009) tarafından yürütülen araştırmanın; toplumsal cinsiyete ilişkin gelişmekte olan daha eşitlikçi bir yapı içerisinde kadınların eşlerini etkileyebilmeleri yönünde -çalışmada ileri sürülen- toplumsal cinsiyet çizgisini zorladıkları, çizginin belirleyicisi olmalarına rağmen erkeklerin kadınların etkisine kendilerini açmaya başladıkları, bu durumun ise gerilim yaratmakla birlikte eşitlik yönünde değişim için fırsatları ortaya çıkardığı yönündeki sonuçları da bu düşünceyi destekler niteliktedir. Öte yandan katılımcıların cümlelerinde dikkat çektiği üzere kadınların erkeklere göre ilişkileri üzerine daha çok düşündükleri ya da konuştukları göz önünde bulundurulursa, etki ve kontrol konuları açısından değerlendirme metinlerinde kadınların erkeklere göre daha çok öz değerlendirme yapmış olabilecekleri de olasıdır.

Katılımcıların ilişkide eşitliği kavramsallaştırmaları ve sosyal bağlama ilişkin farkındalık geliştirmeleri yönündeki ifadelerinden hareketle, programın feminist bakış açısında temellenmesinin güç konusunu ele almayı kolaylaştırmış olabileceği düşünülebilir. Buna göre program sürecinin özellikle SERT yaklaşımında vurgulandığı üzere gücün bireysel olmaktan öte ilişkisel olduğu ve yaşanan duyguların bağlamsallığı çerçevesinde ele alınarak ilişkilerde partnerlerin ikisinin de karşılıklı olarak desteklenmesi gerektiği (Knudson-Martin ve Huenergardt, 2015) anlayışına dayalı bir şekilde yürütülmesi, hem kadınların hem de erkeklerin toplumsal cinsiyetle bağlantılı yaşantılarını, hassasiyetlerini ve ihtiyaçlarını paylaşmaları yönünde güvenli ve korunaklı bir ortamın oluşmasını sağlamış olabilir.

İlişki ve gelişme yönelimleri açısından elde edilen sonuçlar için özellikle sistemik bakış açısı alt teması kapsamında bir araya getirilen katılımcı ifadelerinin açıklayıcı bilgiler sunduğu düşünülmektedir. Söz konusu ifadelerde eşlerin genel olarak ilişkileri içerisinde ne kadar bireysel ya da ilişkisel hareket ettiklerini değerlendirdikleri ve çift sisteminin kendisi üzerinde konuşmaya başladıkları dikkat çekmektedir. İlişki yönelimi puanlarındaki anlamlı düzeydeki artışla da bağlantılı bir şekilde katılımcıların ilişkileri içerisinde ilişkiselliklerini geliştirmeye yönelmelerinin,

ilişkisel güçlendirme yaklaşımının amaçları olarak vurgulanan “bireysel olandan sistemik ve ilişkisel bir perspektife; bağımsızlıktan bağlılığa; rekabetten işbirliğine; münakaşadan diyaloga doğru yön değiştirme” (Fishbane, 2013, s. 12) ile benzerlik gösterdiği düşünülebilir. Eşlerin güçlerini paylaşmaları yönünde ilişkilerine eğilmelerinin ve davranışlarında ilişkilerini dayanak almalarının, ilişkilerinin iyi oluşu üzerinde birlikte çalışmaya odaklanarak aralarında işbirliği geliştirmelerinin bir sonucu olarak da görülebilir. Aynı alt tema kapsamında katılımcıların ayrıca gelişim süreçleriyle bağlantılı bir şekilde ilişkileri içerisinde kendi özünü daha çok temel aldıklarını yansıtan ifadeler paylaştıkları gözlenmiştir. Uygulanan programın gelişme yönelimi açısından anlamlı bir değişim yaratmaması, gruptaki bireylerin bu niteliği çalışmanın başlangıcından beri zaten taşıyor olabilmeleriyle açıklanabilir. Grubun ayrıca eğitim düzeyi yüksek bireylerden oluştuğu göz önünde bulundurulursa, katılımcıların gelişme yönelimlerinin yüksek olması da beklenen bir sonuçtur. Literatürde Denge Modeli temelinde yürütülen çalışmalar (İmamoğlu, 2003; İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2007) eğitim düzeyi yüksek bireylerde kendileşme düzeyinin yüksek olabildiğini ortaya koymakla birlikte, söz konusu çalışmalarda özellikle kadınların hem kendileşme hem de ilişkililik açısından puanlarının erkeklerin puanlarına göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu da dikkat çekmektedir. İmamoğlu (2003) bu sonucun feminist hareketin yanı sıra görece bireyselleşmenin daha ön plana geldiği toplumun üst sosyoekonomik kesimlerinde kendileşme olanaklarının artması ve kadınların ilişkiselliği sosyalleşme süreçleri içerisinde zaten bir cinsiyet rolü olarak kazanmış olmaları ile bağlantılı olabileceğini belirtmektedir. İmamoğlu'nun yorumundan hareketle, program sürecinde eşler arasında güç paylaşımını kolaylaştıran yaşantıların -güç dağılımını irdeleme alt teması çerçevesinde de ele alındığı üzere- kadınların ilişki içerisinde ilişkiselliklerinin yanı sıra özerklik yoluyla zaten edinmiş oldukları gücün ve erkeklerin sosyalleşme süreçlerinde geliştirdikleri özerk cinsiyet rollerinin ötesinde program yoluyla ilişkilerinin kendisi üzerine odaklanmalarının birlikte oluşturduğu ahenk ve denkliğin bir sonucu olabileceği de düşünülebilir.

Programın eşleriyle aralarındaki duygusal bağın güçlenmesine katkı sağladığını yansıtan yakınlık alt teması kapsamındaki değerlendirmeler, katılımcıların özellikle çift uyumu puanlarındaki artışla ilişkilendirilebilir. Nitekim eşler arasındaki bağlılık

çift uyumunun boyutlarından birini oluşturmaktadır (Spanier, 1976). Katılımcıların ifadelerinde özellikle ilişki geliştirme anlayışıyla da ilişkili bir şekilde program sürecindeki uygulamaların ya da etkinliklerin eşleriyle aralarındaki yakınlığın artmasına olanak sağladığı görüşünün ön plana çıktığı görülmektedir. Literatürde çift uyumunun iletişim, çatışma çözme, duygularını dışa vurma gibi ilişki becerilerle bağlantılı olduğunu ortaya koyan çalışmalar da (Addis ve Bernard, 2002; Demir, 2016; Hacı, 2011; Kara, 2013; Malkoç, 2001; Stanley ve diğerleri, 2002) olduğu göz önünde bulundurulursa, FYDİGP'nin sadece gelişim odaklı bir anlayışla yürütülmesinin bile eşler arasındaki çift uyumunun artmasına katkı sağlamış olabileceği çıkarımı yapılabilir. Söz konusu çıkarımı, çeşitli yaklaşımlara dayalı olarak geliştirilen bazı ilişki geliştirme programlarının ilişkilerdeki niteliğin artması yönünde etkili olduğu sonucunu ortaya koyan araştırmalar da (Baygül ve Avcı, 2016; Blanchard ve diğerleri, 2009; Canel, 2007; Fawcett, 2006; Kalkan, 2002; Kalkan ve Ersanlı, 2008; Markman ve Rhoades, 2012; Mert, 2014; Sevim, 1996) destekler niteliktedir. Bununla birlikte literatürde ilişki doyumunun ya da kalitesinin ilişkide eşitlikle (Akçabozan Kayabol, 2017; Gray-Little ve Burks, 1983; Holm ve diğerleri, 2001; Steil, 1997) ve ilişki yönelimiyle (Gündoğdu, 2007) bağlantılı olabildiğini ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır. Söz konusu çalışmalara dayanarak FYDİGP yoluyla eşler arasındaki çift uyumunun artmasının, program sürecinde eşlerin ilişkilerine odaklanmalarıyla birlikte ilişkilerinde eşitliği gerçekleştirme amacıyla güçlerini paylaşmaya yönelmelerinin de bir sonucu olabileceği düşünülebilir.

Araştırmanın ikinci alt probleminde; deney ve kontrol gruplarının son testlerinin karşılaştırılmasına dayalı olarak programa katılan evli bireylerin güç paylaşımı ve çift uyumu puanlarında anlamlı düzeyde artış görülmüştür. Öte yandan programın deney grubundaki katılımcılarda kontrol grubundakilere göre, hem ilişki hem de gelişme yönelimleri açısından önemli bir değişim sağlayamadığı belirlenmiştir. Birinci alt problemin sonuçlarıyla tutarlı olarak deney grubunda program yoluyla güç paylaşımı ve çift uyumu puanlarındaki artışa ilişkin tartışma ve yorumlara yukarıda yer verildiğinden, bu kısımda farklı bir bulgu olarak iki grup arasında benlik yönelimlerine ilişkin anlamlı bir değişim bulunmaması ele alınmıştır.

Literatürde benlik yönelimlerinin çift ve aile terapisi alanında uygulama süreci içerisinde incelendiği bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu durum konu hakkında

tartışma ve yorumun sınırlılığını beraberinde getirmekle birlikte, araştırma çerçevesinde elde edilen sonucun birkaç nedene bağlı olabileceği düşünülmektedir. Öncelikle kontrol grubundaki katılımcıların da deney grubundaki bireyler gibi hem eğitim düzeylerinin hem de Gelişme Yönelimi alt ölçeğinden elde ettikleri puanların yüksek olması (iki grubun ön ve son testleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmemekle birlikte, kontrol grubundaki puan ortalamalarının deney grubundakilere oranla daha yüksek olması dayanağı ile) bakımından, gelişim süreçlerinin bağlamının daha çok bireyselleşme/farklılaşma çerçevesinde şekillenmiş olduğu düşünülebilir. Bu doğrultuda süreç içerisinde her iki grupta da gelişme yönelimi puanlarında önemli bir değişim görülmemesi, çalışmanın başlangıcından itibaren grupların zaten homojen bir şekilde kendileşme düzeyi yüksek bireylerden oluşmasına bağlı olarak ortaya çıkan bir bulgu olabilir.

FYDİGP deney grubunda uygulama süreci içerisinde ilişki yönelimi çerçevesinde anlamlı bir fark yaratırken, deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında bu değişimin istatistiksel açıdan önemli olmaması sonucu ise, diğeriyle ilişkide olma yeteneğini içeren ilişkiselliğin (Knudson-Martin ve Mahoney, 1999) kendisinin çift ve aile terapisi alanında uygulama süreciyle bağlantılı bir şekilde gelişebilen bir kavram olmasıyla birlikte düşünülebilir. Şöyle ki, sistemik bir bakış açısıyla ilişki içerisindeki her birey -birbiriyle eşit düzeyde olmamakla birlikte- aynı zamanda ilişkiseldir (Fishbane, 2001; Silverstein, Bass, Tuttle, Knudson-Martin ve Huenergardt, 2006). Benliğin ilişkiseli yönelimli olması ise romantik ilişki içerisinde bir kişinin kendisini partneriyle yaşadığı deneyimlere göre algılamasını ya da düzenlemesini yansıtacak düzeydeki ilişkiselliği de kapsayacak şekilde, ancak onun da ötesinde, içinde bulunulan kültürel bağlama, gelişim süreci içerisinde kişinin içinde yetiştiği aileyle ve başkalarıyla etkileşim yollarına, kuşaklararası ilişki örüntülerine bağlı olarak şekillenmekte; kişilerarası ilişkilerde söz ya da eylem yoluyla iletişim biçimlerinde açığa çıkmaktadır (Silverstein ve diğeri, 2006). Bu doğrultuda benlik yönelimlerinin bireylerin gelişme süreçlerindeki ve içinde yetiştikleri kültürdeki pek çok değişkene bağlı olan yapıları, bir diğer deyişle karakteristik özellikleri yansıttığı düşünülebilir. Bütün bu bilgiler ışığında; deney grubunda uygulama süreci içerisinde ilişki yönelimi çerçevesinde gözlenen anlamlı düzeydeki puan artışının, eşlerin sistemik bakış açısı geliştirmeleriyle ve

ilişkilerinin kendisine odaklanmalarıyla birlikte ortaya çıkmış olabileceği çıkarımı yapılabilir. Söz konusu anlamlı puan artışı ayrıca bireylerin kendilerini ilişkilerine göre düzenleyecek belirli becerileri geliştirmeye yönelmelerine karşın -nitel bulgulardaki sistemik bakış açısı alt teması çerçevesindeki katılımcı ifadelerinden de anlaşılabilen üzere- ilişkisel benlik yapısı açısından yalnızca farkındalık düzeyinde bir değişime işaret ediyor da olabilir. Bu bağlamda deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında ilişki yönelimi çerçevesinde gruplar arasında anlamlı bir farklılığın görülmemesi, sekiz oturumluk bir sürecin davranışsal açıdan önemli bir değişim için yetersiz kalmış olabileceğini de düşündürülebilir. Nitekim deney grubundaki katılımcıların FYDİGP'nin zayıf yanlarına ilişkin görüşlerinden biri, sekiz oturumun programın genel kapsamına göre yetersiz olmasıdır. Programın içeriği bu geribildirim çerçevesinde değerlendirildiğinde; süreç boyunca arkadaşlık, biz bilinci, bakım verme gibi pek çok ilişkisel becerinin geliştirilmesine odaklanılmakla birlikte benlik yönelimleri konusunun kendisine dengeli farklılaşma çerçevesinde sadece bir oturumda yer verilmiş olması da, konunun bireylerde yalnızca farkındalık oluşturacak şekilde ele alınabildiğini, davranışsal değişim için daha uzun süreli uygulamalara ihtiyaç olabileceğini düşündürmektedir. Silverstein ve diğerleri (2006), bireylerin gelişim süreçleri içerisinde köklenmiş bir yapıyı yansıtmasına karşın, kişilerarası ilişki dinamikleri içerisinde akışkan bir şekilde açığa çıkmasından ötürü ilişkisel yönelimin değişebileceğini, geliştirilebileceğini ve böylece terapötik müdahalelerde amaç olarak ele alınabileceğini belirtmektedirler. Söz konusu ifade benlik yönelimlerinin değiştirilemeyen süreçleri yansıtmadığına işaret etmekle birlikte, ilişki dinamikleri içerisinde kompleks bir şekilde yer almasından ve bu araştırmada elde edilen bulgudan hareketle, konuya ilişkin gerçekleşecek davranışsal değişimin terapötik süreç içerisinde daha uzun süreli uygulamalar gerektiriyor olabileceği çıkarımı yapılabilir.

Araştırmanın üçüncü alt probleminde; kontrol grubu katılımcılarının ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına dayalı olarak benlik yönelimleri ve çift uyumu puanlarında anlamlı bir değişim görülmemiştir. Ancak katılımcıların güç paylaşımı puanlarında önemli oranda bir düşüş olduğu belirlenmiştir. Bu durum, süreç içerisinde kontrol grubundaki çiftlerin güç dağılımına ilişkin konularda araştırmacı tarafından kontrol edilemeyen deneyimler yaşamalarına bağlı olabileceği gibi, güç paylaşımı ve ilişkide eşitliğin sosyal beğenirliğe duyarlı kavramlar olabilmesiyle de

birlikte düşünülebilir. Şöyle ki, uygulama öncesinde programın eşitlik temelli yürütüleceği duyurusu, ilişkilerinde eşitlik ideali olan çiftlerden oluştuğu düşünülürse gruptaki bireylerin yanıtlarında başlangıçta yanlılık etkisi yaratmış olabilir.

Araştırmanın dördüncü alt probleminde; deney grubu katılımcılarının son test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılmasına dayalı olarak programın katılımcılarda güç paylaşımı ve çift uyumu açısından etkisi devam eder iken, ilişki yönelimine ilişkin etkisinin kalıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgunun; ikinci alt problem çerçevesinde de tartışıldığı üzere, benliğin ilişki yöneliminin içinde bulunulan kültürel bağlam ve bireylerin gelişim süreçleri içerisindeki birçok değişken ile bağlantılı olmasından ötürü değişmesi ve geliştirilmesi zaman alabilecek nitelikleri içermesiyle ilişkili olabileceği yorumunu desteklediği düşünülmektedir. Nitekim Silverstein ve diğerleri (2006) pek çok kişi için ilişki yönelimi yönündeki değişimin terapide amaçlanan bir sonuç olmasına karşın, zorlayıcı yaşam olayları karşısında bireylerin gelişim süreçleri içerisinde öğrendikleri ve otomatik eylemlere dönüşen, farklılaşma öykülerine ilişkin yaşantılarını yansıtan davranışlarıyla sıklıkla mücadele etmek durumunda olduklarına da dikkat çekmektedirler. Söz konusu vurgu temelinde yazarlar, değişim için kişilerde benlik yönelimlerine ilişkin farkındalığın geliştirilmesinin önemli olduğunu belirtmekle birlikte, farkındalığın terapötik süreçte terapist-danışan etkileşimleri yoluyla işlenebilecek bir aşama olduğunu da ifade etmektedirler. Bu bağlamda ilişki güçlendirme yaklaşımında otomatik davranışlara ilişkin nörobiyoloji temelinde getirilen açıklamalar hatırlanacak olursa; Fishbane'in (2008) terapötik uygulamalarda, amigdalanın en temel duygusal yaşantıları anı olarak taşıması nedeniyle "unutmada yavaş" ancak "öğrenmede hızlı" olduğu bilgisinin akıldan çıkarılmaması yönündeki vurgusu, özellikle benlik yönelimleri çerçevesindeki değişimin uzun süreli ve tekrarlı uygulamalara bağlı olarak sağlanabileceği çıkarımına dayanak oluşturabilir. Dolayısıyla FYDİGP'nin ilişki yönelimi açısından etkisinin devam etmesi için eşlerin program kapsamında öğrendikleri becerileri ya da konuya ilişkin farkındalıkları tekrara dayalı uygulamalar yoluyla pekiştirmelerine ihtiyaç olabileceği düşünülebilir. Öte yandan ilişki yönelimi açısından FYDİGP'nin etkisinin kalıcı olmamasında, uygulama sürecinde programın sadece kendisinin eşlerin ilişkilerine eğilmeleri yönünde bir

uyarıcı etkisi oluşturmuş olması ihtimali de bulunmaktadır. Bu ihtimal, hem ilişki hem de gelişme yönelimi açısından kalıcı değişimin gerçekleştirilmesinde belki de bireysel terapinin daha etkili olabileceğini düşündürebilir.

Deney grubundaki *katılımcıların programa ilişkin geribildirimleri* çerçevesindeki nitel bulgular, sonraki uygulamalarda FYDİGP'nin geliştirilmesine ve düzenlenmesine ilişkin önemli ayrıntıları ortaya koymaktadır. Sonuçlar arasında eşlerin *programın güçlü yanlarına* ilişkin görüşlerinin; programın içeriği, uygulama ortamı ve psikolojik danışman olmak üzere üç alt tema çerçevesinde ele alınabildiği görülmektedir. Bu alt temalardan programın içeriğini güçlü kılan özelliklerin; süreç boyunca yaşantısal tekniklerden yararlanma, oturumlara yerleştirilen konular ve bu konuların süreç içerisinde ele alınma sırası, programın kültüre duyarlı öğeler taşıması ve ev ödevlerinin verimliliği ile ilişkili olabildiği dikkat çekmektedir. Katılımcıların programdan elde ettikleri kazanımlar arasında yer alan eşitliğin kavramsallaştırılması ve sosyal bağlama ilişkin farkındalık da bu sonuçlarla ilişkilendirilecek olursa ve grubun ilişkilerinde eşitlik ideali olan çiftlerden oluştuğu göz önünde bulundurulursa; FYDİGP'nin sadece "ilişkide eşitlik" ve "güç paylaşımı" kavramlarını etkileşim süreçleri içerisinde irdelemeye ya da somutlaştırmaya odaklı olmasının bile katılımcılar için önemli bir program özelliği olduğu çıkarımı yapılabilir. Geribildirimlerden ayrıca sanatla terapi tekniklerinin soyut ve karmaşık olan kavramların, kavramlar çerçevesinde de etkileşim süreçlerinin irdelenmesini kolaylaştırdığı anlaşılmaktadır. Liebmann (2004) grup çalışmalarında sanat öğelerinden yararlanmanın, materyallerde çeşitlilik sağlaması bakımından grup sürecini ve dinamiğini hızlandırdığını ifade etmektedir. Benzer şekilde Eracar (2013, s. 43) "içten dışa akımı simgeler yoluyla hızlandırın" bir uygulama yöntemi olarak sanatla terapinin, bireylerin söze dökmekte zorlanabildiği en derindeki yaşantılarının bile korunaklı ve yaratıcı bir şekilde açığa çıkmasına olanak sağladığını belirtmektedir. Bu bağlamda toplumdaki cinsiyete dayalı güç farklılıklarının ilişkiler içerisinde çiftlerin hassasiyetlerine dönüşebilen gizil dinamikleri oluşturduğu hatırlanacak olursa, FYDİGP'nin sonraki uygulamalarında da program kapsamındaki konuların ele alınmasında sanat öğeleri ile çalışmanın etkili bir yol/tercih olabileceği düşünülebilir.

Katılımcı görüşlerinde uygulama ortamı ile programı güçlü kılan özelliklerin; güvenli bir alanda çiftlerin birbirlerinin deneyimlerinden öğrenmelerini hızlandıran

etkileşimlere olanak sağlayan grubun kendisi, grubun küçük olmasına ek olarak gruba psikolojik danışma kurallarıyla ilişkili bir şekilde her katılımcının eşit söz hakkına sahip olması ve fiziksel mekân ile bağlantılı olabildiği görülmektedir. Literatürde ilişki geliştirme programlarının genellikle önleyici yaklaşımın da bir getirisi olarak grup düzeninde uygulanacak şekilde geliştirildikleri dikkat çekmektedir (Bowling ve diğerleri, 2005). Bu bağlamda ilişki geliştirme anlayışıyla da ilişkili bir şekilde programa katılan çiftlerin, süreçteki özel amaçlarına ulaşmada gruba çalışmanın sağladığı avantajlardan yararlanmış olabilecekleri düşünülebilir. Ayrıca programın ulaşım kolaylığı olan bir psikolojik danışma merkezinde yürütülmesi, her oturum öncesinde ortamın ve materyallerin çalışmaya hazır hale getirilmesi, ortamın düzenlenmesinde katılımcıların ihtiyaçlarının göz önünde bulundurulması katılımcı görüşlerinde fiziksel mekânın güçlü bir program özelliği olarak yansıtılmasında etkili olmuş olabilir.

Programın katılımcı görüşlerinde alt tema olarak ortaya çıkan bir diğer güçlü yönünün ise, geribildirimleri, konuları aktarımı ve özellikleri açısından psikolojik danışman olduğu görülmektedir. Bu sonuçta, feminist yaklaşımlarda temel bir ilke olması itibariyle uygulama süreci boyunca psikolojik danışmanın (araştırmacının) yönlendirici bir lider pozisyonunda olmadan katılımcılarla denk düzeyde ilişki kurmaya özen göstermesi, grup ortamında paylaşılması zor konularda kendini açarak grup üyelerinin de kendilerini açmalarına ortam oluşturması ve uygulama sürecinde eşler arasında açığa çıkan etkileşim örüntülerinin sosyal-bağlamsal bir bakış açısıyla ele alınması yönünde kolaylaştırıcı bir rol üstlenmesi etkili olmuş olabilir. Hem bu düşünceden hareketle hem de feminist perspektifin temel ilkelerini oluşturması itibariyle bu aşamada, FYDİGP'yi uygulayacak terapistlerden/psikolojik danışmanlardan danışanlarla kurdukları ilişkide güçlerini paylaşmaya duyarlılık göstermelerinin ve yaklaşımlarında sosyal-bağlamsal bakış açısı geliştirmelerinin beklendiğinin belirtilmesi de anlamlı olacaktır. Şöyle ki, uygulama sürecinde sosyal-bağlamsal bir perspektifin eksikliği, partnerler arasındaki toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıklarının da göz ardı edilmesini beraberinde getirebilmektedir. Bu durum ise, uygulayıcıların -genellikle farkında olmadan- söz konusu güç farklılıklarını onaylama yanılığısına düşmelerine neden olabilmektedir (Knudson-Martin ve Mahoney, 2009).

Katılımcıların *programın zayıf yanlarına ilişkin görüşlerini* ve bu doğrultuda verdikleri *önerileri* yansıtan nitel bulgular değerlendirildiğinde, programı zayıf kılan özelliklerin; oturum sürelerinin planlanan süre olan iki buçuk saati aşması, programın içeriğini oluşturan konuların kapsamına göre toplam oturum sayısının yetersiz olması, sanatla çalışmada zorlanabilecek kişiler için yönergelerin yeterince açık olmaması ve grubun yaş, eğitim düzeyi vb. açılardan birbirine benzeyen kişilerden oluşması ile ilişkili olabildiği görülmektedir. Önerilerin de bu özellikler doğrultusunda program sürecinin ya da oturum sürelerinin uzatılması, günün daha erken saatlerinde bir araya gelinmesi, gruptaki çift sayısının azaltılması, katılımcı çeşitliliğinin sağlanması yönünde verildiği; ek olarak bir erkek katılımcının cinsellik konusunun daha ayrıntılı ele alınabileceğini önerdiği dikkat çekmektedir.

Scuka (2005), ilişki geliştirme programlarında oturumların genellikle iki-iki buçuk saat sürecek şekilde yapılandırıldığını, ancak bu sürenin programın amaçlarına ve oturum konularının kapsamına göre değişebildiğini ifade etmektedir. Kalkan (2012) ise maraton grup çalışmaları olarak birkaç günlük toplantılar halinde uygulanabilen programların yanı sıra, toplam oturum sayısı dört haftadan fazla olan ve haftalık oturumların yarım gün sürdüğü programların da bulunduğu dikkat çekmektedir. Bu bağlamda FYDİGP'nin hem projektif bir şekilde içsel yaşantıların dışavurumunu sağlayan sanatla terapi teknikleriyle bütünleştirilmesi hem de süreç boyunca eşlerin belirli becerileri geliştirmelerinin temel amaç olan toplumsal cinsiyete dayalı güç farklılıklarını irdeleyerek daha eşitlikçi etkileşim örüntüleri oluşturmaları yönünde bir aşamayı oluşturması itibarıyla, araştırma kapsamındaki bu ilk uygulamanın her çiftte açığa çıkan terapötik malzemenin daha derin ve yaşantısal bir şekilde ele alınabilmesi için oturumlarda daha uzun zamana ihtiyaç duyulabileceğini ortaya koyduğu söylenebilir. Nitekim Eracar (2013) sanat yoluyla dışa vurulan yaşantıların işlenebilmesi için geçebilecek zamana izin vermenin önemli olduğunu belirtmektedir. Bu ihtiyaç sekiz oturumun programın kapsamına göre yetersiz kaldığı geribildirimleriyle ve gruptaki çift sayısının azaltılması önerisiyle birlikte düşünülürse; sonraki uygulamalarda FYDİGP'nin toplam oturum sayısının 10 ya da 12'ye artırılması, böylece çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma ve hassasiyet döngüsü gibi görece daha yoğun içerikli oturum konularının bir yerine birkaç oturumda ele alınması, oturumların üç saat sürecek

şekilde yapılandırılması ve gruptaki çift sayısının azaltılmasıyla bir çiftin etkileşiminin daha derin bir şekilde çalışılmasına daha uzun zaman ayrılması uygulama sürecinin daha etkili ve verimli yürütülmesini sağlayabilir.

Ayrıca araştırmada FYDİGP, eşlerin hafta içinde iş yaşamlarının yoğunluğu ve bir araya gelmek için tüm katılımcılara uygun zaman olması itibarıyla hafta sonunda ve akşam saatlerinde uygulanmıştır. Akşam saatlerinde yoğun bir içerikle karşılaşmalarının da katılımcıların süreç içerisinde yorulmalarına yol açmış olabileceği düşünülebilir. Bu çerçevede, bir katılımcının paylaştığı günün daha erken saatlerinde bir araya gelinmesi önerisi sonraki uygulamalarda göz önünde bulundurulabilir.

Son olarak bir katılımcının cinsellik konusunun daha ayrıntılı işlenmesi yönünde sunduğu öneri temelinde, bu çalışmada cinselliğin gruptaki çiftlerin de isteğiyle “bakım verme ve duygusal ahenk” konulu oturum çerçevesinde eğitsel bir şekilde ele alındığını belirtmek yerinde olacaktır. Bu bağlamda cinselliğin güce ilişkin konuların açığa çıktığı önemli alanlardan biri olduğu göz önünde bulundurulursa, katılımcıların konuya ilişkin hassasiyetlerine de özen göstermekle birlikte, sonraki uygulamalarda FYDİGP'nin içeriğine “cinsellikte güç” konulu bir oturumun daha eklenmesi düşünülebilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma kapsamında ulaşılan sonuçların özetine ve bu sonuçlardan yola çıkılarak geliştirilen önerilere yer verilmiştir. Öneriler; araştırmacılara, çift ve aile terapisi alanındaki uygulayıcılara, politika yapıcılara yönelik olmak üzere alt başlıklar halinde sunulmuştur.

5.1. Sonuçlar

Araştırmanın nicel ve nitel aşamalarına dayalı olarak elde edilen sonuçlar aşağıda maddeler halinde özetlenmiştir.

1. Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının (FYDİGP), programa katılan evli bireylerin güç paylaşımı, ilişki yönelimi ve çift uyumu açısından puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde arttırdığı; ancak gelişme yöneliminde anlamlı bir etki oluşturamadığı belirlenmiştir.
2. FYDİGP'ye katılan evli bireylerin ve kontrol grubundaki katılımcıların son test puanlarının karşılaştırılması sonucunda; programın, deney grubunda güç paylaşımı ve çift uyumu puanlarını arttırmada istatistiksel olarak etkili olduğu; ancak ilişki ve gelişme yönelimlerinde önemli bir değişim sağlayamadığı bulunmuştur.
3. Araştırma kapsamında herhangi bir müdahalede bulunulmayan kontrol grubunun belirlenen özelliklere ilişkin ön ve son test puanlarının karşılaştırılmasında; bireylerin çift uyumu, ilişki ve gelişme yönelimleri puanlarında önemli bir değişim olmadığı; ancak güç paylaşımı puanlarının anlamlı düzeyde düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.
4. FYDİGP'ye katılan evli bireylerin son test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılması sonucunda; programın güç paylaşımı ve çift uyumu üzerindeki etkisinin devam ettiği, ancak ilişki yönelimi açısından etkisinin kalıcı olmadığı belirlenmiştir.
5. Araştırmanın nitel sonuçlarına göre; deney grubundaki katılımcıların FYDİGP'ye ilişkin değerlendirmeleri çerçevesinde “kazanımlar”, “programın güçlü yanları”, “programın zayıf yanları” ve “öneriler” olmak üzere dört tema ortaya çıkmıştır.

6. Katılımcıların FYDİGP aracılığıyla elde ettikleri kazanımlar kapsamında sekiz alt tema açığa çıkmıştır. Buna göre, deney grubundaki evli bireylerin uygulama sürecinden; “çatışma çözümü için kendisi üzerinde güç sahibi olma”, “hassasiyet döngüsünü kavramsallaştırma”, “sorumlulukları paylaşma”, “sistemik bakış açısı”, “güç dağılımını irdeleme”, “eşitliğin kavramsallaştırılması”, “sosyal bağlama ilişkin farkındalık” ve “yakınlık” açısından kazanımları olduğu görülmüştür. Başka deyişle, katılımcılar programın bu boyutlarda kendilerine katkı sağladığı görüşündedirler.
7. Programın güçlü yanlarına ilişkin değerlendirmelerine göre katılımcılar; FYDİGP'nin, “içeriğine ilişkin”, “uygulama ortamına ilişkin” ve “psikolojik danışmana ilişkin” boyutlarda güçlü özellikler taşıdığı görüşündedirler.
8. Programın zayıf yanlarına ilişkin verdikleri geribildirimlere göre katılımcılar; FYDİGP'nin, “oturum sürelerinin uzaması”, “sekiz oturumun içeriğe göre yetersiz olması”, “yönergelerin yeterince açık olmaması”, “homojen grup yapısı” ve “katılımcı sayısı” açısından yeterince güçlü olmadığını düşünmektedirler.
9. Katılımcılar, FYDİGP'nin zayıf yanlarının giderilmesi ve geliştirilmesi yönünde öneriler de sunmuşlardır. Bu önerilerin; “toplam oturum sayısının artırılması”, “gruptaki çift sayısının azaltılması”, “yönergelerin daha net verilmesi”, “oturum sürelerinin uzatılması”, “katılımcı çeşitliliğin artırılması”, “günün daha erken saatlerinde bir araya gelinmesi” ve “cinsellik konusunun daha ayrıntılı ele alınması” yönünde olduğu belirlenmiştir.

5.2. Öneriler

Araştırma sürecine ve sonuçlarına dayalı olarak sunulabilecek öneriler, aşağıda ilgili başlıklar altında maddeler halinde sıralanmıştır.

5.2.1. Araştırmacılara Öneriler

1. Araştırma kapsamında geliştirilen ve psikometrik özellikleri belirlenen Çift İlişkilerinde Güç Paylaşımı Ölçeği, konu hakkında yürütülecek çalışmalarda bir araç olarak kullanılabilir. Böylece araştırmacılar, Türkiye’de güç paylaşımının çeşitli değişkenlerle birlikte açıklanmasına, daha ayrıntılı ele alınmasına ve kültüre duyarlı modellerin geliştirilmesine katkı sağlayabilirler. Ölçeğin ayrıca toplumun farklı bölgelerinde farklı eğitim seviyesine ve

- sosyo-ekonomik düzeye sahip bireylerle kullanılabilirliği test edilebilir.
2. FYDİGP'nin etkililiği başka psikolojik danışmanların, terapistlerin ya da araştırmacıların uygulamalarına dayalı olarak da değerlendirilebilir.
 3. FYDİGP, çeşitli kültürel gruplardan farklı sosyoekonomik düzeydeki çiftlere de uygulanarak etkililiği sınanabilir. Bununla birlikte literatürdeki çalışmalarda da belirtildiği üzere eşitlik idealinin aynı zamanda eğitim düzeyi yüksek çiftler arasında ortaya çıkması, programın en kolay bu kesimlerden gruplara uygulanabileceğini de düşündürmektedir.
 4. Benlik yönelimleri kapsamında ilişki ve gelişme yönelimlerinin kalıcı olarak nasıl geliştirilebileceği konusuna odaklanılarak uzun süreli ve psikoterapötik yönü daha ön planda olan farklı program geliştirme çalışmaları yürütülebilir.
 5. Bu çalışmada güç paylaşımı, ilişkide eşitlik gibi kavramların ilk defa bir ilişki geliştirme programında ele alınıyor olması ve kavramsallaştırılmalarının daha içsel yaşantılar yoluyla gerçekleştirilmesi amacıyla sanatla terapi tekniklerinden ve yaşantısallığı ön plana çıkaran materyallerden yararlanılmıştır. Katılımcıların çoğu, bunu programın güçlü özelliklerinden biri olarak değerlendirmekle birlikte, bazı katılımcılar da tekniklerde zorlandıklarını belirtmişlerdir. FYDİGP'nin, içeriğine uygun farklı somut teknikler geliştirilmesi ve uygulanması aracılığıyla da etkililiği incelenebilir.

5.2.2. Çift ve Aile Terapisi Alanındaki Uygulayıcılara Öneriler

1. Dayandığı temel yaklaşımlar açısından düşünüldüğünde FYDİGP, toplumdaki cinsiyete dayalı güç farklılıkları temelinde kültüre duyarlı bir anlayışla geliştirilmiştir. Gelişmekte olan bir toplum olarak Türkiye'de geleneksel rollerin eşler arasındaki çatışmalara temel oluşturduğu göz önünde bulundurulursa, sosyal bağlama duyarlı uygulamalara ve programlara ihtiyaç olduğu düşünülebilir. Uygulayıcılar çalışma ortamlarında FYDİGP'yi, çiftlerden oluşturdukları gruplara ilgili konularda farkındalık yaratma amacıyla uygulayabilirler. Buna ek olarak uygulayıcılar, FYDİGP'nin içeriğini oluşturan arkadaşlık, kendisi üzerinde güç sahibi olma becerileri, birlikte güçlenme becerileri, etkiye açıklık, hassasiyet döngüsü, sorumlulukları paylaşma gibi konuların programda işleme yollarından ve bu doğrultuda sunulan açıklamalardan çiftlerle bireysel çalışmalarında da

yararlanabilirler.

2. FYDİGP'nin içeriğinde yer alan konular, çiftlerde farkındalık oluşturmaya yönelik daha kısa süreli ve eğitsel çalışmalarda ele alınmak üzere bölümlere ayrılabilir; her bölüm birkaç gün süren atölye çalışmaları şeklinde uygulanabilir; böylece önleyici ve koruyucu hizmetler çerçevesinde programın yaygınlaştırılması sağlanabilir.
3. Çift terapisi sürecinde partnerlerin farklılaşma öyküleri, feminist yaklaşımların ve Denge Modelinin önerdiği şekilde sosyal-bağlamsal bir bakış açısıyla değerlendirilebilir; benlik yönelimlerini etkileyen sosyalleşme süreçlerinin ele alınmasına daha uzun zaman ayrılabilir. Konu çerçevesinde davranış değişikliği oluşturma yönünde terapötik amaçlar belirlenebilir ve bu amaçların gerçekleştirilmesi yönünde çiftlerle işbirliği yapılabilir.
4. Uygulayıcılar programı bütünüyle kullanmasalar dahi, özellikle çatışma çözme ve tepkisellik konularında çiftlere yaklaşımlarını sosyal-bağlamsal bir anlayışla genişletebilir; bu doğrultuda FYDİGP kapsamında uygulanan, katılımcıların da yararlı buldukları teknikleri (örneğin, Hassasiyet Döngüsü Diyagramı) uygulamalarında kullanabilirler.

5.2.3. Politika Yapıcılara Öneriler

1. Türkiye'de sınırlı sayıda etkililiği sınanmış ilişki geliştirme programı olduğu ve bu araştırma kapsamında geliştirilen programın temelini toplumsal cinsiyete duyarlı uygulamalara dayandığı göz önünde bulundurulursa, araştırma sonuçlarından ve FYDİGP'den özellikle Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı yararlanabilir; program, bakanlık bünyesindeki önleyici ve koruyucu hizmetler çerçevesinde yürütülecek çeşitli projelerde ve uygulamalarda kullanılacak şekilde revize edilebilir.
2. FYDİGP'nin bütününe ya da belirli öğelerinin çift ve ailelere hizmet sunulan kurumlarda kullanımının yaygınlaştırılması amacıyla öncelikle, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı bünyesinde çalışan ruh sağlığı uzmanlarına yönelik eğitici eğitimleri düzenlenebilir; bu eğitimlerde uygulama süreci için gerekli olan sosyal-bağlamsal perspektifin önemi ele alınabilir, çift terapisinde feminist yaklaşımlar tanıtılabilir ve içeriğiyle birlikte programın nasıl uygulanabileceği kapsamlı bir şekilde anlatılabilir. Ardından eğitici

eğitimlerinin bu uzmanlar aracılığıyla, çift ve ailelere ruh sağlığı hizmeti verilen kurumlarda çalışan psikolojik danışmanlara, psikologlara ya da psikiyatristlere sunulması yoluyla programın geniş çaplı bir şekilde uygulanılır hale getirilmesi sağlanabilir.

3. Ataerkil düzenin hem kadınlar hem de erkekler için olumsuz yaşantılara temel oluşturduğu anlayışıyla, ruh sağlığı alanındaki niversite lisans ve lisansüstü programlarda feminist yaklaşımlar üzerine ders içerikleri geliştirilebilir; terapistlerin/psikolojik danışmanların eğitiminde sosyal-bağlamsal bakış açısının kazandırılması yönünde yeterlikler hazırlanabilir.



KAYNAKÇA

- Addis, J., & Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3-13. doi: 10.1023/A:1015199803099
- Ades, A. J. (2008). *An examination of the narratives of men in power-sharing marital relationships: A feminist perspective* (Doctoral dissertation). University of Maryland, Department of Counseling and Personnel Services, USA.
- Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (2014). *Türkiye aile yapısı araştırması tespitler öneriler*. Ankara: Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü. [Çevrim-içi: <http://www.ailetoplum.gov.tr/uygulamalar/arastirmalar>]
- Akçabozan Kayabol, N. B. (2017). *Relationship maintenance behaviors and marital satisfaction: The mediator roles of relational equity and appreciation* (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Akyıl, Y., Prouty, A., Blanchard, A., & Lyness, K. (2016). Experiences of families transmitting values in a rapidly changing society: Implications for family therapists. *Family Process*, 55(2), 368-381. doi: 10.1111/famp.12163
- Allen, A. (1998). Rethinking power. *Hypatia*, 13(1), 21-40. doi: 10.1111/j.1527-2001.1998.tb01350.x
- Almeida, R. V., Dolan-Del Vecchio, & Parker, L. (2008). *Transformative family therapy: Just families in a just society*. Boston, MA: Pearson.
- Alpar, R. (2011). *Uygulamalı çok değişkenli istatistiksel yöntemler* (3. baskı). Ankara: Detay.
- Arduman, E. (2013). A perspective on evolving family therapy in Turkey. *Contemporary Family Therapy*, 35(2), 364-375. doi: 10.1007/s10591-013-9268-0
- ASAGEM (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü) (2008). *V. Aile Şurası "Aile Destek Hizmetleri" Komisyon Kararları, 5-7 Kasım 2008*. Ankara: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü. [Çevrim-içi: <http://ailetoplum.aile.gov.tr/aile-suralari>]
- ASAGEM (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü) (2009). *ASAGEM Aile Eğitim Programı (ASAGEM-AEP)*. İstanbul: Eğitim Danışmanlığı ve Araştırmaları Merkezi. [Çevrim-içi: <https://www.aep.gov.tr/>]
- Baştürk, R. (2011). *Bütün yönleriyle SPSS örnekli nonparametrik istatistiksel yöntemler* (2. baskı). Ankara: Anı.
- Baygöl, Ş. ve Avcı, R. (2016). Çözüm odaklı kısa süreli aile danışmanlığı kuramına dayalı olarak geliştirilen evlilik programının çiftlerin evlilik uyumlarını artırmadaki etkisi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(36), 114-129.
- Belenky, M. F., Clinchy, B. M., Goldberger, N. R., & Tarule, J. M. (1997). *Women's ways of knowing: The development of self, voice and mind* (10th anniversary ed.). New York, NY: Basic Books.

- Bergman, S. J., & Surrey, J. L. (2000). Couples therapy: A relational approach. *Journal of Feminist Family Therapy, 11*(2), 21-48. doi: 10.1300/J086v11n02_03
- Birchler, G. R., Weiss, R. L., & Vincent, J. P. (1975). Multimethod analysis of social reinforcement exchange between martially distressed and nondistressed spouse and stranger dyads. *Journal of Personality and Social Psychology, 31*(2), 349-360. doi: 10.1037/h0076280
- Black, L., & Piercy, F. P. (1991). A feminist family therapy scale. *Journal of Marital and Family Therapy, 17*(2), 111-120. doi: 10.1111/j.1752-0606.1991.tb00874.x
- Blanchard, V. L., Hawkins, A. J., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2009). Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 203-214. doi: 10.1037/a0015211
- Boszormenyi-Nagy, I., & Krasner, B. R. (1986). *Between give and take: A clinical guide to contextual therapy*. New York, NY: Brunner-Routledge.
- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry, 7*(5), 345-374. doi: 10.1016/S0010-440X(66)80065-2
- Bowling, T. K., Hill, C. M., & Jencius, M. (2005). An overview of marriage enrichment. *The Family Journal: Counseling and therapy for couples and families, 13*(1), 87-94. doi: 10.1177/1066480704270229
- Buber, M. (2004). *Between man and man*. New York, NY: Routledge.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (13. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması* (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Centers, R., Raven, B. H., & Rodrigues, A. (1971). Conjugal power structure: A re-examination. *American Sociological Review, 36*(2), 264-278.
- ChenFeng, J. L., & Galick, A. (2015). How gender discourses hijack couple therapy – and how to avoid it. In C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction* (pp. 41-52). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Chodorow, N. (1978). *The reproduction of mothering: Psychoanalysis and the sociology of gender*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Cowdery, R. S., Scarborough, N., Knudson-Martin, C., Seshadri, G., Lewis, M. E., & Mahoney, A. R. (2009). Gendered power in cultural contexts: Part II. Middle class African American heterosexual couples with young children. *Family Process, 48*(1), 25-39. doi: 10.1111/j.1545-5300.2009.01265.x
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2015). *Karma yöntem araştırmaları: Tasarımı ve yürütülmesi*. (Y. Dede ve S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Anı. (Orijinal çalışma basım tarihi 2011)
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Demir, D. (2016). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Deutsch, F. M. (2007). Undoing gender. *Gender & Society*, 21(1), 106-127. doi: 10.1177/0891243206293577.
- DeVellis, R. F. (2011). *Scale development: Theory and applications* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Diñçer, D. (2017). *Romantik ilişkilerde ilişki doyumunu ve yaşam doyumunu yordayan etmenler: İki Boyutlu İlişkisel Benlik Değişimi Modeli* (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Emmanuel, D. (2011). *What we can learn from husbands who share power with their wives* (Doctoral dissertation). Pacifica Graduate Institute, Depth Psychology, USA.
- Enns, C. Z. (1988). Dilemmas of power and equality in marital and family counseling: Proposals for a feminist perspective. *Journal of Counseling and Development*, 67(4), 242-248. doi: 10.1002/j.1556-6676.1988.tb02591.x
- Eracar, N. (2013). *Sözden öte: Sanatla terapi ve yaratıcılık*. İstanbul: 3P.
- Eraslan, D., Yakalı-Çamoğlu, D., Profeta Harunzade, Y., Ergun, B. M., & Dokur, M. (2012). Interpersonal communication in and through family: Structure and therapy in Turkey. *International Review of Psychiatry*, 24(2), 133-138. doi: 10.3109/09540261.2012.657162
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Estrella, J., Kuhn, V. R., Freitas, C. J., & Wells, M. A. (2015). Expanding the lens: How SERT therapists develop interventions that address the larger context. In C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction* (pp. 53-65). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Fawcett, E. B. (2006). *Is marriage education effective? A meta-analytic review of marriage education programs* (Doctoral dissertation). Brigham Young University, USA.
- Fırat, M., Kabakçı Yurdakul, I. ve Ersoy, A. (2014). Bir eğitim teknolojisi araştırmasına dayalı olarak karma yöntem araştırması deneyimi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – ENAD*, 2(1), 65-86. doi: 10.14689/issn.2148-2624.1.2s3m
- Fışıloğlu, H. (2001). Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 9(2), 215-222. doi: 0.1177/1066480701092021

- Fıfıloğlu, H. ve Demir, A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(3), 214-218. doi: 10.1027//1015- 5759.16.3. 214
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3rd ed.). London, England: Sage.
- Fishbane, M. D. (1998). I, thou, and we: A dialogical approach to couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24(1), 41-58. doi: 10.1111/j.1752-0606.1998.tb0106 2.x
- Fishbane, M. D. (2001). Relational narratives of the self. *Family Process*, 40(3), 273-291. doi: 10.1111/j.1545-5300.2001.4030100273.x
- Fishbane, M. D. (2007). Wired to connect: Neuroscience, relationships, and therapy. *Family Process*, 46(3), 395-412. doi: 10.1111/j.1545-5300.2007.00219.x
- Fishbane, M. D. (2008). "News from neuroscience": Applications to couple therapy. In T. Nelson & H. Winawer (Eds.), *Critical topics in family therapy: AFTA monograph series highlights* (pp. 83-92). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Fishbane, M. D. (2011). Facilitating relational empowerment in couple therapy. *Family Process*, 50(3), 337-352. doi: 10.1111/j.1545-5300.2011.01364.x
- Fishbane, M. D. (2013). *Loving with the brain in mind: Neurobiology & Couple therapy*. London & New York: W.W. Norton & Company.
- Fishbane, M. D., & Wells, M. A. (2015). Toward relational empowerment: Interpersonal neurobiology, couples, and the societal context. In C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction* (pp. 27-40). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Fitzgerald, A. K. (1994). *Feminist family therapy: A client-based description* (Doctoral dissertation). Iowa State University, Human Development and Family Studies, USA.
- Freire, P. (2006). *Ezilenlerin pedagojisi* (5. basım). (D. Hattatoğlu ve E. Özbek, Çev.). İstanbul: Ayrıntı. (Orijinal çalışma basım tarihi 1968)
- Gamgam, H. ve Altunkaynak, B. (2013). *SPSS uygulamalı parametrik olmayan yöntemler* (5. baskı). Ankara: Seçkin.
- Gezici, M. ve Güvenç, G. (2003). Çalışan kadınların ve ev kadınlarının benlik-algısı ve benlik-kurgusu açısından karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 1-14.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gladding, S. T. (2011). *Family therapy: History, theory and practice* (5th ed.). Boston, MA: Prentice Hall.
- Goldner, V. (1985). Feminism and family therapy. *Family Process*, 24, 31-47. doi: 10.111 1/j.1545-5300.1985.00031.x

- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic: A scientifically-based marital therapy*. London & New York: W.W. Norton & Company.
- Gottman, J. M. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. London & New York: W.W. Norton & Company.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(1), 47-52. doi: 10.1037/0022-006X.57.1.47
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family, 62*(4), 927-947. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x
- Gottman, J., & Silver, N. (2002). *The seven principles for making marriage work*. New York, NY: Crown.
- Gottman, J. ve Silver, N. (2014). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi*. (E. Deniz, Çev.). İstanbul: Varlık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1999)
- Gray-Little, B., & Burks, N. (1983). Power and satisfaction in marriage: A review and critique. *Psychological Bulletin, 93*(3), 513-538. doi: 10.1037/0033-2909.93.3.513
- Greene, J. C., Caracelli, V. J., & Graham, W. F. (1989). Toward a conceptual framework for mixed-method evaluation designs. *Educational Evaluation and Policy Analysis, 11*(3), 255-274. doi: 10.3102/01623737011003255
- Gündoğdu, A. (2007). *Relationship between self-construals and marital quality* (Master's thesis). Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Haddock, S. A., MacPhee, D., & Zimmerman, T. S. (2001). AAMFT master series tapes: An analysis of the inclusion of feminist principles into family therapy practice. *Journal of Marital and Family Therapy, 27*(4), 487-500. doi: 10.1111/j.1752-0606.2001.tb00342.x
- Haddock, S. A., & Zimmerman, T. S. (2001). The Power Equity Guide: An activity to assist couples in negotiating a fair and equitable relationship. *Journal of Clinical Activities, Assignments & Handouts in Psychotherapy Practice, 1*(2), 1-15. doi: 10.1300/J182v01n02_01
- Haddock, S. A., Zimmerman, T. S., & MacPhee, D. (2000). The Power Equity Guide: Attending to gender in family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 26*(2), 153-170. doi: 10.1111/j.1752-0606.2000.tb00286.x
- Haddock, S. A., Zimmerman, T. S., Ziemba, S. J., & Current, L. R. (2001). Ten adaptive strategies for family and work balance: Advice from successful families. *Journal of Marital and Family Therapy, 27*(4), 445-458. doi: 10.1111/j.1752-0606.2001.tb00339.x
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.). New Jersey, NJ: Pearson.

- Halford, W. K. (2004). The future of couple relationship education: Suggestions on how it can make a difference. *Family Relations*, 53(5), 559-566. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00065.x
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 497-505. doi: 10.1037/a0012789
- Hamamcı, Z., Buğa, A. ve Duran, Ş. (2011). Üniversite öğrencilerinin evlilik yaşantısı ile ilgili bilgi kaynaklarının ve evlilik öncesi eğitim ihtiyaçlarının incelenmesi. *Aile ve Toplum*, 7(26), 33-50.
- Hare-Mustin, R. T. (1978). A feminist approach to family therapy. *Family Process*, 17(2), 181-194. doi: 10.1111/j.1545-5300.1978.00181.x
- Hare-Mustin, R. T. (1980). Family therapy may be dangerous for your health. *Professional Psychology*, 11(6), 935-938. doi: 10.1037/0735-7028.11.6.935
- Hare-Mustin, R. T. (1987). The problem of gender in family therapy theory. *Family Process*, 26(1), 15-27. doi: 10.1111/j.1545-5300.1987.00015.x
- Haskan Avcı, Ö. (2014). Üniversite öğrencilerinin evlilik öncesi ilişkilerde problem yaşadıkları ve eğitim almak istedikleri konular. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(1), 279-299.
- Hernandez, P., Almeida, R., & Dolan-Del Vecchio, K. (2005). Critical consciousness, accountability, and empowerment: Key processes for helping families heal. *Family Process*, 44(1), 105-119. doi: 10.1111/j.1545-5300.2005.00045.x
- Hodge, D. R. (2005). Spiritual lifemaps: A client-centered pictorial instrument for spiritual assessment, planning, and intervention. *Social Work*, 50(1), 77-87. doi: 10.1093/sw/50.1.77
- Holm, K. E., Werner-Wilson, R. J., Cook, A. S., & Berger, P. S. (2001). The association between emotion work balance and relationship satisfaction of couples seeking therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 29(3), 193-205. doi: 10.1080/019261801750424316
- Hooks, B. (2012). *Feminizm herkes içindir: Tutkulu politika*. Ankara: Bgst.
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Horst, E. A., & Doherty, W. J. (1995). Gender, power, and intimacy. *Journal of Feminist Family Therapy*, 6(4), 63-85. doi: 10.1300/J086v06n04_05
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3(4), 424-453. doi: 10.1037/1082-989X.3.4.424
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. doi: 10.1080/10705519909540118

- Huss, E., & Cwikel, J. (2008). "It's hard to be the child of a fish and a butterfly" Creative genograms: Bridging objective and subjective experiences. *The Arts in Psychotherapy*, 35, 171-180. doi: 10.1016/j.aip.2007.10.002
- Irigaray, L. (2006). *Ben sen biz: Farklılık kültürüne doğru*. (S. Büyükdüvenci ve N. Tural, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1990)
- İmamoğlu, E. O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *The Journal of Psychology*, 132(1), 95-105. doi: 10.1080/00223989809599268
- İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129(4), 367-402.
- İmamoğlu, E. O., & Beydoğan, B. (2011). Impact of self-orientations and work-context-related variables on the well-being of public- and private-sector Turkish employees. *The Journal of Psychology*, 145(4), 267-297. doi: 10.1080/00223980.2011.563328
- İmamoğlu, E. O. ve Güler-Edwards, A. (2007). Geleceğe ilişkin yönelimlerde benlik tipine bağlı farklılıklar. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(60), 115-132.
- İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. ve Selçuk, E. (2011). Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 27-43.
- İmamoğlu, E. O., & İmamoğlu, S. (2007). Relationships between attachment security and self-construal orientations. *The Journal of Psychology*, 141(5), 539-558. doi: 10.3200/JRLP.141.5.539-560.
- İmamoğlu, E. O., & Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2007). Relatedness of identities and emotional closeness with parents across and within cultures. *Asian Journal of Social Psychology*, 10, 145-161. doi: 10.1111/j.1467-839X.2007.00221.x
- Johnson, S. (2015). *Bana sıkıca sarıl: Hayat boyu sürecek bir aşk için 7 görüşme*. (M. Cingi Yirun ve O. Yirun, Çev.). Ankara: CK. (Orijinal çalışma basım tarihi 2008)
- Jonathan, N., & Knudson-Martin, C. (2012). Building connection: Attunement and gender equality in heterosexual relationships. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 11(2), 95-111. doi: 10.1080/15332691.2012.666497
- Jordan, J. V. (2000). The role of mutual empathy in Relational/Cultural Therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 56(8), 1005-1016. doi: 10.1002/1097-4679(200008)56:8<1005::AID-JCLP2>3.0.CO;2-L
- Jordan, J. V., Walker, M., & Hartling, L. M. (Eds.). (2004). *The complexity of connection: Writings from the Stone Center's Jean Baker Miller Training Institute*. New York, NY: The Guilford.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi* (Doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kalkan, M. (2012). Evlilik öncesi psikolojik danışmada ele alınan konular. M. Kalkan ve Z. Hamamcı, (Eds.), *Evlilik öncesi psikolojik danışma* içinde (71-92). Ankara: Anı.

- Kalkan, M. (2012). Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları. M. Kalkan ve Z. Hamamcı, (Eds.), *Evlilik öncesi psikolojik danışma içinde* (187-208). Ankara: Anı.
- Kalkan, M. ve Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.
- Kara, N. (2013). *Çiftlerde yüklenme biçimleri, çatışma çözme stilleri ve eşin duygu dışavurum tarzları ile çift uyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karahan, T. F. (2007). Bir Eş İletişim Programı'nın evli çiftlerde pasif çatışma eğilimi üzerine etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(2), 827-858.
- Kayış, A. (2009). Güvenilirlik analizi. Ş. Kalaycı, (Ed.), *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri içinde* (403-419). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). New York, NY: The Guilford.
- Knudson-Martin, C. (1994). The female voice: Applications to Bowen's family systems theory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 20(1), 35-46. doi: 10.1111/j.1752-0606.1994.tb01009.x
- Knudson-Martin, C. (1995). Constructing gender in marriage: Implications for counseling. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 3(3), 188-199. doi: 10.1177/1066480795033002
- Knudson-Martin, C. (1996). Differentiation and self-development in the relationship context. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 4(3), 188-198. doi: 10.1177/1066480796043002
- Knudson-Martin, C. (1997). The politics of gender in family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23(4), 421-437. doi: 10.1111/j.1752-0606.1997.tb01054.x
- Knudson-Martin, C. (2008). Gender issues in the practice of couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy* (4th ed.) (pp. 641-661). New York, NY: The Guilford.
- Knudson-Martin, C. (2013). Why power matters: Creating a foundation of mutual support in couple relationships. *Family Process*, 52(1), 5-18. doi: 10.1111/famp.12011
- Knudson-Martin, C. (2015). When therapy challenges patriarchy: Undoing gendered power in heterosexual couple relationships. In C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction* (pp. 15-26). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Knudson-Martin, C., & Huenergardt, D. (2010). A socio-emotional approach to couple therapy: Linking social context and couple interaction. *Family Process*, 49(3), 369-384. doi: 10.1111/j.1545-5300.2010.01328.x
- Knudson-Martin, C., & Huenergardt, D. (2015). Bridging emotion, societal discourse, and couple interaction in clinical practice. In C. Knudson-Martin, M. A. Wells & S. K. Samman (Eds.), *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal*

context, and couple interaction (pp. 1-13). New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.

- Knudson-Martin, C., Huenergardt, D., Lafontant, K., Bishop, L., Schaepper, J., & Wells, M. (2015). Competencies for addressing gender and power in couple therapy: A socio emotional approach. *Journal of Marital and Family Therapy, 41*(2), 205-220. doi: 10.1111/jmft.12068
- Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (1996). Gender dilemmas and myth in the construction of marital bargains: Issues for marital therapy. *Family Process, 35*(2), 137-153. doi: 10.1111/j.1545-5300.1996.00137.x
- Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (1998). Language and processes in the construction of equality in new marriages. *Family Relations, 47*(1), 81-91. doi: 10.2307/584854
- Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (1999). Beyond different worlds: A "postgender" approach to relational development. *Family Process, 38*(3), 325-340. doi: 10.1111/j.1545-5300.1999.00325.x
- Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (2005). Moving beyond gender: Processes that create relationship equality. *Journal of Marital and Family Therapy, 31*(2), 235-246. doi: 10.1111/j.1752-0606.2005.tb01557.x
- Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (Eds.). (2009). *Couples, gender, and power: Creating change in intimate relationships*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Knudson-Martin, C., Wells, M. A., & Samman, S. K. (Eds.). (2015). *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction*. New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(6), 861-869. doi: 10.1037/0022-3514.60.6.861
- Kosutic, I., Garcia, M., Graves, T., Barnett, F., Hall, J., Haley, E., ... Kaiser, B. (2009). The critical genogram: A tool for promoting critical consciousness. *Journal of Feminist Family Therapy, 21*(3), 151-176. doi: 10.1080/08952830.903079037
- Liebmann, M. (2004). *Art therapy for groups: A handbook of themes and exercises* (2nd ed.). New York, NY: Brunner-Routledge.
- Locke, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living, 21*(3), 251-255. doi: 10.2307/348022
- MacCallum, R. C., & Hong, S. (1997). Power analysis in covariance structure modeling using GFI and AGFI. *Multivariate Behavioral Research, 32*(2), 193-210.
- Maciel, J. A., Putten, Z. V., & Knudson-Martin, C. (2009). Gendered power in cultural contexts: Part I. Immigrant couples. *Family Process, 48*(1), 9-23. doi: 10.1111/j.1545-5300.2009.01264.x
- Madigan, S. (2011). *Narrative therapy*. Washington, DC: American Psychological Association Theories of Psychotherapy Series.

- Mahoney, A. R., & Knudson-Martin, C. (2009). Gender equality in intimate relationships. In C. Knudson-Martin & A. R. Mahoney (Eds.), *Couples, gender and power: Creating change in intimate relationships* (pp. 3-16). New York, NY: Springer Publishing Company.
- Malkoç, B. (2001). *The relationship between communication patterns and marital adjustment* (Master's thesis). Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Markman, H. J., & Halford, W. K. (2005). International perspectives on couple relationship education. *Family Process*, 44(2), 139-146. doi: 10.1111/j.1545-5300.2005.00049.x
- Markman, H. J., & Rhoades, G. K. (2012). Relationship education research: Current status and future directions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 169-200. doi: 10.1111/j.1752-0606.2011.00247.x
- Mert, A. (2014). *Sistemik aile yönelimli psiko-eğitim programının değerler, algılanan sosyal destek ve çift uyumuna etkisi* (Doktora tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- McDonald, R. P., & Ho, M. R. (2002). Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological Methods*, 7(1), 64-82. doi: 10.1207/s15327906mbr3202_5
- McDowell, T. (2015). *Applying critical social theories to family therapy practice*. New York, NY: AFTA Springer Briefs in Family Therapy.
- McGeorge, C. R., Carlson, T. S., & Guttormson, H. (2009). The feminist couple therapy scale: A measure of therapists' ability to promote equality in couple relationships. *Journal of Feminist Family Therapy*, 21(3), 198-215. doi: 10.1080/08952830903079060
- McGoldrick, M. (2016). *The genogram casebook: A clinical companion to genograms: Assessment and intervention*. London & New York: W.W. Norton & Company.
- Mertens, D. M. (2007). Transformative paradigm: Mixed methods and social justice. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(3), 212-225. doi: 10.1177/1558689807302811
- Moghadam, S., Knudson-Martin, C., & Mahoney, A. R. (2009). Gendered power in cultural contexts: Part III. Couple relationships in Iran. *Family Process*, 48(1), 41-54. doi: 10.1111/j.1545-5300.2009.01266.x
- Morris, M. L., & Carter, S. A. (1999). Transition to marriage: A literature review. *Journal of Family and Consumer Sciences Education*, 17(1), 1-21.
- Murray, C. E. (2005). Prevention work: A professional responsibility for marriage and family counselors. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 13(1), 27-34. doi: 10.1177/1066480704269179
- Nichols, M. P. (2013). *Family therapy: Concepts and methods* (10th ed.). Boston, MA: Pearson.

- Okech, J. E. A., & Kline, W. B. (2005). A qualitative exploration of group co-leader relationships. *The Journal for Specialists in Group Work, 30*(2), 173-190. doi: 10.1080/01933920590926048
- Pandit, M. L., Chen-Feng, J., Kang, Y. J., Knudson-Martin, C., & Huenergardt, D. (2014). Practicing socio-cultural attunement: A study of couple therapists. *Contemporary Family Therapy, 36*(4), 518-528. doi: 10.1007/s10591-014-9318-2
- Parker, L. (1998). The unequal bargain. *Journal of Feminist Family Therapy, 10*(3), 17-38. doi: 10.1300/J086v10n03_02
- Parker, L., & Almeida, R. (2002). Balance as fairness for whom? *Journal of Feminist Family Therapy, 13*(2-3), 153-168. doi: 10.1300/J086v13n02_08
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Plano Clark, V. L., Huddleston-Casas, C. A., Churchill, S. L., O'Neil Green, D., & Garrett, A. L. (2008). Mixed methods approaches in family science research. *Journal of Family Issues, 29*(11), 1543-1566. doi: 10.1177/019 2513X083182 51
- Plano Clark, V. L., Schumacher, K., West, C., Edrington, J., Dunn, L. B., Harzstark, A., ... Miaskowski, C. (2013). Practices for embedding an interpretive qualitative approach within a randomized clinical trial. *Journal of Mixed Methods Research, 7*(3), 219-242. doi: 10.1177/1558689812474372
- Polat Uluocak, G. ve Bulut, I. (2011). Aile terapilerinin feminist teori açısından incelenmesi. *Aile ve Toplum, 7*(24), 9-24.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 69*(3), 576-593. doi: 10.1111/j.17 41-3737.2007.00393.x
- Prouty-Lyness, A. M., & Lyness, K. P. (2007). Feminist issues in couple therapy. *Journal of Couple & Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions, 6*(1-2), 181-195. doi: 10.1300/J398v06n01_15
- Quek, K. M., & Knudson-Martin, C. (2006). A push toward equality: Processes among dual-career newlywed couples in collectivist culture. *Journal of Marriage and Family, 68*(1), 56-69. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00233.x
- Rabin, C. (1994). Towards fairness in marriage. *Journal of Feminist Family Therapy, 6*(2), 41-71. doi: 10.1300/J086v06n02_03
- Rabin, C. (1996). *Equal partners-good friends: Empowering couples through therapy*. London, England: Routledge.
- Rabin, C. (1998). Gender and intimacy in the treatment of couples in the 1990s. *Sexual and Marital Therapy, 13*(2), 179-190. doi: 10.1080/02674659808406558
- Rabin, C., & Shapira-Berman (1997). Egalitarianism and marital happiness: Israeli wives and husbands on a collision course? *The American Journal of Family Therapy, 25*(4), 319-330. doi: 10.1080/01926189708251076
- Rampage, C. (2003). Gendered constraints to intimacy in heterosexual couples. In L. B. Silverstein & T. J. Goodrich (Eds.), *Feminist family therapy: Empowerment in*

- social context* (pp. 199-210). Washington, DC: American Psychological Association Psychology of Women Series.
- Scheinkman, M., & Fishbane, M. D. (2004). The vulnerability cycle: Working with impasses in couple therapy. *Family Process*, 43(3), 279-299. doi: 10.1111/j. 1545-5300.2004.00023.x
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schwartz, P. (1994). *Love between equals: How peer marriage really works*. New York, NY: The Free Press.
- Scuka, R. F. (2005). *Relationship enhancement therapy: Healing through deep empathy and intimate dialogue*. New York, NY: Routledge.
- Sevim, S. A. (1996). *Transaksiyonel analize dayalı bir eğitim programının evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin bazı değişkenlere etkisi* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Shevlin, M., & Miles, J. N. V. (1998). Effects of sample size, model specification and factor loadings on the GFI in confirmatory factor analysis. *Personality and Individual Differences*, 25, 85-90. doi: 10.1016/S0191-8869(98)00055-5
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York, NY: The Guilford.
- Silverstein, L. B. (2003). Classic texts and early critiques. In L. B. Silverstein & T. J. Goodrich (Eds.), *Feminist family therapy: Empowerment in social context* (pp. 17-35). Washington, DC: American Psychological Association Psychology of Women Series.
- Silverstein, L. B., & Brooks, G. R. (2010). Gender issues in family therapy and couples counseling. In J. C. Chrisler & D. R. McCreary (Eds.), *Handbook of gender research in psychology* (pp. 253-277). New York, NY: Springer.
- Silverstein, R., Bass, L. B., Tuttle, A., Knudson-Martin, C., & Huenergardt, D. (2006). What does it mean to be relational? A framework for assessment and practice. *Family Process*, 45(4), 391-405. doi: 10.1111/j.1545-5300.2006.00178.x
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28. doi: 10.2307/350547
- Spanier, G. B. (1979). The measurement of marital quality. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 5(3), 288-300. doi: 10.1080/00926237908403734
- Sprenkle, D. H., & Olson, D. H. L. (1978). Circumplex model of marital systems: An empirical study of clinic and non-clinic couples. *Journal of Marriage and Family Counseling*, 4(2), 59-74. doi: 10.1111/j.1752-0606.1978.tb00513.x
- Stahmann, R. F. (2000). Premarital counselling: A focus for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 22(1), 104-116. doi: 10.1111/1467-6427.00140

- Stanley, S. M. (2001). Making a case for premarital education. *Family Relations*, 50(3), 272-280. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00272.x
- Stanley, S. M., Markman, H. J., & Whitton, S. W. (2002). Communication, conflict, and commitment: Insights on the foundations of relationship success from a national survey. *Family Process*, 41(4), 659-675. doi: 10.1111/j.1545-5300.2002.00659.x
- Steil, J. M. (1997). *Marital equality: Its relationship to the well-being of husbands and wives*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Steil, J. M., & Turetsky, B. A. (1987). Is equal better? The relationship between marital equality and psychological symptomatology. *Applied Social Psychology Annual*, 7, 73-97.
- Stevens, J. P. (2009). *Applied multivariate statistics for the social sciences* (5th ed.). New York, NY: Routledge.
- Sunar, D., & Fişek, G. O. (2005). Contemporary Turkish families. In U. Gielen & J. Roopnarine (Eds.), *Families in global perspective* (pp. 169-183). Boston, MA: Allyn & Bacon/Pearson.
- Szinovacz, M. E. (1978). Another look at normative resource theory: Contributions from Austrian data – A research note. *Journal of Marriage and Family*, 40(2), 413-421. doi: 10.2307/350771
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tashakkori, A., & Teddlie, C. (1998). *Mixed methodology: Combining qualitative and quantitative approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tutarel Kışlak, Ş. (1999). Evlilik Uyum Ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P (Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji) Dergisi*, 7(1), 50-57.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York & London: W.W. Norton & Company.
- Williams, L. (2005). Negotiating couple boundaries: The metaphor of gardens. In K. M. Hertlein & D. Viers (Eds.), *The couple and family therapist's notebook: Homework, handouts, and activities for use in marital and family therapy* (pp. 43-46). New York, NY: Routledge.
- Williams, L. (2007). Premarital counseling. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 6(1-2), 207-217. doi: 10.1300/J398v06n01_17
- Wills, T. A., Weiss, R. L., & Patterson, G. R. (1974). A behavioral analysis of the determinants of marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 802-811. doi: 10.1037/h0037524
- Yalçın, İ. (2012). Evlilik öncesi psikolojik danışma. M. Kalkan ve Z. Hamamcı, (Eds.), *Evlilik öncesi psikolojik danışma içinde* (41-70). Ankara: Anı.

- Yalom, I. D. (2002). *Grup psikoterapisinin teori ve pratiği*. (A. Tangör ve Ö. Karaçam, Çev.). İstanbul: Kabalıcı. (Orijinal çalışma basım tarihi 1995)
- Yeniçeri, Z. (2013). *Impact of self orientations on well-being during adulthood: The mediating roles of meaning in life, attitudes towards death and religious outlook* (Doctoral dissertation). Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı). Ankara: Seçkin.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum*, 4(1), 49-58.
- Zimmerman, T. S. (2000). Marital equality and satisfaction in stay-at-home mother and stay-at-home father families. *Contemporary Family Therapy*, 22(3), 337-354. doi: 10.1023/A:1007816725358



EKLER DİZİNİ



EK 1. ETİK KOMİSYONU ONAY BİLDİRİMİ



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Genel Sekreterlik

17 Şubat 2015


Sayı : 76000869/ 433-421

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 19.01.2015 tarih ve 85 sayılı yazınız.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı Doktora Programı öğrencisi **Fatma ARICI ŞAHİN**'in, **Doç. Dr. İbrahim KEKLİK** danışmanlığında yürüttüğü "**Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının Eşitlik, Benlik Yönelimleri ve İlişki Doyumuna Etkisi**" başlıklı tez çalışması, Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 12 Şubat 2015 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.


Prof. Dr. Ömer UĞUR
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Ek: Tutanak

Hacettepe Üniversitesi Genel Sekreterlik 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon: 0 (312) 305 1003 - 1004 • Faks: 0 (312) 310 5532
E-posta: yazimd@hacettepe.edu.tr • www.hacettepe.edu.tr

Ayrıntılı Bilgi için:
Yazı İşleri Müdürlüğü
0 (312) 305 1008

EK 2. ÖN ÇALIŞMADA KULLANILAN GÖRÜŞME FORMU

- *1. İlişki öykünüzden kısaca söz edecek olsanız, neler söylersiniz?
- *2. Size göre “iyi bir ilişki” nasıldır?
 - a. Bu çerçevede kendi ilişkinizi nasıl bulursunuz?
- *3. Birlikte geçirdiğiniz klasik (sıradan/ortalama/herhangi) bir günde sıklıkla neler yaparsınız?
 - a. Buna nasıl karar verirsiniz?
- *4. İlişkinizde anlaşmazlığa düştüğünüz bir anınıza örnek verebilir misiniz?
 - a. Bu anlaşmazlığın nasıl üstesinden gelmişsiniz?
- *5. Sizi zorlayan herhangi bir karar verme durumunu hatırlıyor musunuz?
 - a. Neler yaşadınız?
 - b. Kararda kim daha belirleyici idi?
6. Sizleri bir parlamentoda ayrı birer parti olarak düşünecek olsak, her birinizin partisinin kaç kişiden oluştuğunu söyleyebilirsiniz?
 - a. Mecliste en çok kimin sözü geçer?
 - b. Kimin davranışları daha ön plandadır?
7. Bildiğiniz gibi ilişkilerde hem birer kişiyiz hem de bir çiftiz. Yani, hem “ben”iz, hem de “biz”iz. Her biriniz bu “ben” ve “biz”i nasıl dengeleyebiliyorsunuz?
 - a. Birlikte hareket etmekte zorlandığınız oluyor mu?
 - b. Birbirinizden ayrı olarak kendi tercihlerinizi yapabiliyor musunuz?
8. İlişkinizin birer üyesi olarak ne gibi sorumluluklarınız var?
 - a. Aranızda nasıl bir iş bölümü var?
9. “İlişkide eşitlik” konusunda ne düşünüyorsunuz?
 - a. İlişkinizi bu açıdan nasıl bulursunuz?
10. Size psikolojik danışmanlar tarafından ilişkinizi geliştirme amaçlı bir program sunulacak olsa, hangi konularda eğitim almak isterdiniz?
11. “Feminizm” kavramına ne kadar aşinasınız?
 - a. Sizin için ne anlama geliyor?
 - b. Feminist temelleri olan bir ilişki geliştirme programında yer almak ister miydiniz? Ne açılardan?

*Bu soruların hazırlanmasında, Knudson-Martin ve Mahoney’in (2009) “*Gendered Power in Cultural Contexts: Capturing the Lived Experience of Couples*” başlıklı çalışmalarındaki görüşme sorularından esinlenilmiştir.

EK 3. ÖN ÇALIŞMADA KULLANILAN GÖNÜLLÜ KATILIM (BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY) FORMU

Sizlerle yapılan bu görüşmede amaç, görüşmede yer alan araştırmacı olarak Fatma Arıcı'nın, doktora tezinde hazırlamayı ve bir grup çifte uygulamayı planladığı romantik ilişki geliştirme programında ele alacağı temel konuların belirlenmesidir. Söz konusu programın, feminist yaklaşıma dayalı olarak ve sizlerden görüşme sırasında bahsetmeniz beklenen romantik ilişki içerisindeki ihtiyaçlarınız çerçevesinde hazırlanması ve sunulması düşünülmektedir. Görüşme sırasında ilişkinize yönelik vereceğiniz bilgilerin bu programa ışık tutması umulmaktadır.

Süresinin yarım saat ve bir saat arasında değişebileceği düşünülen bu görüşmelerde çalışmanın amacı çerçevesinde vereceğiniz bilgiler, değerlendirilirken ve bilimsel bir yayın olarak kullanılırken isimleriniz gizli tutulacaktır. Bu bilgiler araştırma amacı dışında başka bir amaçla kesinlikle kullanılmayacaktır.

Görüşme sırasında, vereceğiniz bilgilerin daha sonra değerlendirilmesinde kolaylık sağlaması açısından etkileşimi engellemeyecek şekilde ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Bu kayıtlar yalnızca araştırmacıda bulunacak, başka kimseyle paylaşılmayacak ve çalışma sonuçlarının değerlendirilmesinin ardından da araştırmacı tarafından silinecektir.

Görüşme soruları, sizin özel yaşamınızı deşifre etmekten ziyade, ilişkinizden yola çıkarak genel olarak romantik ilişkileri anlamaya yönelik hazırlanmıştır. Buna rağmen katılımınız sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden dolayı kendinizi rahatsız hissederseniz görüşmeyi yarıda bırakıp çalışmadan ayrılabilirsiniz. Böyle bir durumda görüşmeden ayrılma isteğinizi araştırmacıya söylemeniz yeterli olacaktır. Görüşmenin sonunda araştırmacıya çalışmaya ilişkin dilediğiniz soruları sorabilir, daha sonra çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için ise 0312 2978550 numaralı telefonu ya da farici@hacettepe.edu.tr e-posta adresini kullanarak araştırmacı ile iletişime geçebilirsiniz.

Bu formu imzalamakla, yukarıdaki bilgileri okuduğunuzu beyan etmiş, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı ve görüşme sırasında verdiğiniz bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul etmiş olursunuz.

Adı-Soyadı:

İmza:

Tarih:

EK 4. PROGRAMIN DUYURU METNİ

EŞİTLİĞE DAYALI İLİŞKİ GELİŞTİRME PROGRAMI

Amaç ve İçerik:

Hem çağdaş hem de geleneksel yaşam biçimlerini içerisinde barındıran ve gelişmekte olan bir toplumda yaşamın getirilerinden biri olarak özel yaşamlarımızda çeşitli ikilemler yaşıyoruz. Özellikle kadın ya da erkek olmaya, romantik ilişkilere ya da evliliğe atfedilen ve genellikle de ilişkilere gizil olarak yansıyan kültürel anlamlar, toplumla uyum ya da çatışma içerisinde olmaya dayanak oluşturabiliyor. Eşit olmayan, durmaksızın güç mücadelelerinin yaşandığı toplumsal bir düzenin yansımaları, çift ilişkilerinde eşler arasındaki ilişki biçiminde karşılık bulabiliyor. Birlikte yaşamın getirdiği sorumlulukların paylaşımından karar verme ve çatışma çözme konularına kadar gündelik pek çok ayrıntıda eşler arasındaki güç dağılımı belirleyici etkiler yaratıyor. Bu noktada ilişkilerimizde eşitliğin ele alınması ve eşitlik temelli becerilerin geliştirilmesi önem taşıyor.

Programda “eşitlik”, **ilişkisel olarak güç dağılımında denge** oluşturmayı ifade ediyor.

“Güç dağılımında denge”, hem **bireysel olarak güçlenerek eşine güç vermeyi** hem de **eşiyle birlikte ortak güçlenmeyi** içeriyor.

Bu kavramlar temel alınarak hazırlanan ilişki geliştirme programının temel amacı ise, evli çiftlerin eşleriyle ortaklık geliştirmelerine, eşlerin birbirleriyle işbirliği içerisinde eşit ve ortak bir yaşam anlayışı oluşturmalarına katkı sunmaktır.

Süreç: Program **sekiz oturumdan** oluşmaktadır.

Haftada bir oturum yapılacak ve **her oturum iki buçuk saat** sürecektir.

Evli çiftler, **sekiz hafta boyunca her hafta Cumartesi günleri 19.00-21.30 saatleri arasında** bir araya geleceklerdir.

Katılım Koşulları: Program, **en az bir yıldır evli olan ve birlikte yaşayan çiftlere** yöneliktir.

Eşlerin sürece **birlikte** katılmaları gerekmektedir.

Programa katılım **ücretsizdir**.

Katılım gönüllülüğe dayalıdır ve süreç, grupla psikolojik danışma ilke ve kurallarına göre yapılandırılmıştır.

Başvurular üzerine çiftlerle **ön görüşmeler yapılacak** ve çiftlerin programa katılım durumları bu görüşmelerin ardından netleştirilecektir.

Yer: ... Psikolojik Danışma Merkezi

Programı Yürüten ve Uygulayan Kişi: Uzman Psikolojik Danışman
Fatma Arıcı-Şahin

NOT: Bu program, Fatma Arıcı-Şahin'in **doktora tezi kapsamında** geliştirilmiştir ve aynı zamanda bilimsel bir araştırma niteliği taşımaktadır. Süreçte vereceğiniz bilgiler araştırma amaçlı kullanılırken **gizlilik ilkesine** özen gösterilecektir. Süreç boyunca tez danışmanı Doç. Dr. İbrahim Keklik tarafından süpervizyon verilecektir.

Fatma Arıcı-Şahin Kimdir?

Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında araştırma görevlisidir. Lisansını ve yüksek lisansını yine aynı alanda aynı üniversitede tamamlamıştır. Evlilik, çift ve aile danışmasında kültüre ve toplumsal cinsiyete duyarlılık özel ilgi alanını oluşturmakla birlikte doktora tezi TÜBİTAK 2214 Yurtdışı Burs Programı tarafından desteklenmiştir. Aldığı burs ile Amerika Birleşik Devletleri'nde Lewis & Clark College'da (Oregon) Evlilik, Çift ve Aile Terapisi Programı'na bir dönem ziyaretçi araştırmacı olarak katılmıştır. Dr. Knudson-Martin'in danışmanlığında programın temellerini hazırladığı ve alanda deneyim kazandığı bu dönemde, Aile Terapisinde Eşitlik (*Equity in Family Therapy*) ve Aile Terapisinde Kuram ve Uygulamalar (*Family Therapy: Theory and Practice*) derslerini asiste etmiş, Dr. Knudson-Martin'in klinikte yürüttüğü süpervizyon dersini takip etmiş ve yine klinikte bir araya gelerek çalışmalar yapan araştırma grubuna katılmıştır.

Daha ayrıntılı bilgi edinmek ya da başvuru yapmak için aşağıdaki iletişim bilgilerinizi kullanabilirsiniz.

Fatma Arıcı-Şahin

E-posta: farici08@gmail.com

Tel: ...

EK 5. (PROGRAMI UYGULAMA ÖNCESİ) ÖN GÖRÜŞME SORULARI

Psikolojik danışmanı ve çalışmayı tanıtıcı bilgiler sunmanın ardından, eşleri ve ilişkilerini tanımaya yönelik sorulan sorular:

- Kaç yıldır evlisiniz?
- Yaşınız?
- Eğitim durumunuz ve işiniz?
- Çocuğunuz var mı (var ise çalışma sürecinde bırakabileceğiniz yer var mı)?
- Birlikte paylaştığınız evde kaç kişi/kimler yaşıyor?
- Çalışmayı nereden duydunuz?
(Programa sizi kim yönlendirdi?)
- Daha önce buna benzer bir programa katıldınız mı?
- Daha önce ilişkinizle ilgili birlikte ya da bireysel olarak psikolojik yardım aldınız mı? (Aldıysanız hangi konularda? Neler oldu?)
- Psikolojik açıdan aldığınız bir tanı var mı?
- Böyle bir programa ne açıdan katılmak istersiniz?
(Bu programdan beklentileriniz neler?)
- İlişkinizde şimdi ya da gelecekte hiçbir zaman içinden çıkamayacağınıza inandığınız, kendinizi çıkmazda hissettiğiniz durumlar var mı?
- Programa devam etmekle ya da süreçle ilgili size engel teşkil edecek herhangi bir durum var mı?
(Programın sizin için endişe verici bir yanı var mı? Belirtmek, eklemek istediğiniz özel durumlar var mı?)
- Tüm yönleriyle harika bir ilişki 100 puan olsa, siz ilişkinize 1'den 100'e kadar kaç puan verirsiniz? (Ne açılardan bu puan?)

EK 6. GÖNÜLLÜ KATILIM (BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY) FORMU

Değerli Katılımcı,

Araştırmacının doktora tezi kapsamında gerçekleştirilen bu çalışmada, kültüre duyarlı yaklaşımlar temel alınarak evli çiftler için hazırlanan bir ilişki geliştirme programının etkililiğinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu çalışmada, sizlerle gerçekleştirilen ön görüşmeler sonrasında “programın uygulanacağı grup” ve “kontrol grubu” olmak üzere iki grup oluşturulacaktır. Çift olarak katılımcıların hangi grupta yer alacağı, ön görüşmeler doğrultusunda belirlenecektir.

Programın uygulandığı gruba dâhil olmanız durumunda; Doç. Dr. İbrahim Keklik tarafından süpervize edilecek ve Uzman Psikolojik Danışman Fatma Arıcı-Şahin tarafından uygulanacak olan **sekiz oturumluk** ilişki geliştirme programına katılmış olacaksınız. Her hafta belirlenmiş olan saatlerde düzenli katılımınızın beklendiği bu sürecin öncesinde ve sonrasında sizlere çalışmanın teması doğrultusunda belirli ölçme araçları uygulanacaktır. Ayrıca izniniz doğrultusunda sürecin değerlendirilmesinde araştırmacıya kolaylık sağlaması amacıyla oturumlarda etkileşimi engellemeyecek şekilde ses kayıt cihazı kullanılacaktır. Bu kayıtlar yalnızca araştırmacıda bulunacak, başka kimseyle paylaşılmayacak ve çalışma sonuçlarının değerlendirilmesinin ardından araştırmacı tarafından silinecektir.

Çalışmada **kontrol grubunda yer almanız durumunda** ise, sizden yalnızca araştırma öncesinde ve sonrasında uygulanacak olan ölçme araçlarını doldurmanız rica edilecektir.

Çalışma boyunca sizlerden kendinizle ve ilişkinizle ilgili alınan bilgiler, değerlendirilirken ve doktora tezi dâhil bilimsel yayınlarda kullanılırken **isimleriniz gizli tutulacaktır**. Verdiğiniz bilgiler, **araştırma amacı dışında başka bir amaçla kesinlikle kullanılmayacaktır**.

Çalışmaya katılım, genel ve ruh sağlığınız açısından herhangi bir risk taşımamaktadır ve tamamen gönüllülüğe bağlıdır.

Çalışma sırasında herhangi bir nedenle kendinizi rahatsız hissederseniz araştırmacıya ayrılma isteğinizi söyleyerek çalışmadan çekilebilirsiniz. Bununla birlikte **araştırmanın devamlılık bekleyen bir sürece** yayılan yapısının farkında olarak katılma ya da katılmama kararı vermeniz ve çekilme isteğiniz olursa bunu ilk haftalarda belirtmeniz, ayrılmanızın süreci olumsuz etkilememesi açısından önem taşımaktadır.

Çalışmaya katılımınız için sizden **herhangi bir ücret talep edilmeyecektir.** Çalışmayla ilgili bir sorunla karşılaştığınızda ya da sormak istediğiniz sorular olduğunda araştırma sürecinin herhangi bir zamanında (0312) 297 85 50 numaralı telefonu (iş) ya da farici@hacettepe.edu.tr e-posta adresini kullanarak araştırmacıyla iletişime geçebilirsiniz.

Bu formu imzalamakla, yukarıdaki bilgileri okuduğunuzu beyan etmiş; çalışmaya gönüllü olarak katılmayı, araştırma sürecinde size düşen sorumlulukları yerine getirmeyi ve süreçte verdiğiniz bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul etmiş olursunuz.

Katılımcı

Adı-Soyadı:

Adresi:

Telefon numarası:

E-posta adresi:

Tarih:

İmza:

Araştırmacı

Fatma Arıcı-Şahin

Hacettepe Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Bölümü

Psikolojik Danışma ve Rehberlik B. D.

EK 7. ÇİFT İLİŞKİLERİNDE GÜÇ PAYLAŞIMI ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER)

Değerli Katılımcılar,

Bu ölçek, evli ya da birlikte yaşayan çiftlerin ilişkilerindeki davranışları değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte toplam 30 madde bulunmaktadır. Her maddeyi dikkatle okuyunuz ve partnerinizle ilişkinizin son zamanlardaki halini göz önüne alarak okuduğunuz maddenin karşısındaki size en uygun seçeneği çarpı (X) işaretiyle belirtiniz.

Örnek Maddeler	Tamamen Uygun	Uygun	Kısmen Uygun	Uygun Değil	Hiç Uygun Değil
5. Tartıştığımızda partnerime karşı görüşlerimi savunabilirim. (ilişkisel bir talepte bulunma)	()	()	()	()	()
13. Partnerimin yanında içimden geldiği gibi davranabiliyorum. (arkadaşlık)	()	()	()	()	()
15. Anlaşmazlık durumlarında genellikle kendimi partnerimden uzak hissediyorum. (ilişkisel stres karşısında tepkisellik)	()	()	()	()	()
17. İyi ve kötü günlerimde partnerimi yanımda hissederim. (arkadaşlık)	()	()	()	()	()
19. Tartıştığımızda birimizin verdiği yoğun duygusal tepkiler nedeniyle diyalogu sürdürüremeyiz. (ilişkisel stres karşısında tepkisellik)	()	()	()	()	()
24. İlişkimiz için önemli kararlarda kendi görüşlerim kadar partnerimin görüşlerini de önemserim. (etkiye açıklık)	()	()	()	()	()
26. Evimizin ihtiyaçları ile çoğunlukla birimiz ilgilenir. (bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği)	()	()	()	()	()
28. İlişkimizin duygusal yükü daha çok birimizin omuzlarındadır. (bir partnerin diğeri üzerindeki belirleyiciliği)	()	()	()	()	()
29. Sorunlarımız karşısında aynı görüşlerde olmasak da partnerimin çözüme yönelik önerilerini dikkate alırım. (etkiye açıklık)	()	()	()	()	()

EK 8. DENGELİ BÜTÜNLEŞME-AYRIŞMA ÖLÇEĞİ ARAŞTIRMADA KULLANMAK İÇİN ALINAN İZİN

Fatma Arıcı <farici08@gmail.com>

11.04.2014 ☆

Alıcı: Olcay, Ibrahim ▾

Merhaba Olcay Hocam.

Ben Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından Fatma Arıcı. Umarım hatırlıyorsunuzdur beni, sizden özel öğrenci olarak "Psychology of Women and Gender" dersini almıştım. Sizi, ders ortamını ve arkadaşları hiç aklımdan çıkarmadım ben; oldukça verimli ve güzel bir süreç geçirmiştinizle.

Geçen yılın sonunda bölümü arayarak size ulaşmaya çalıştım, ancak ulaşamadım ve emekli olduğunuz yönünde söylemler kaldı aklımda. Tez öğrenciniz Özge'ye sizi sorduğumda da o dönemde izinde olduğunuzu söylemişti. Ardından da ben bir dönemi yurt dışında Londra'da geçirdiğimden sizinle iletişim kurmakta biraz geciktim.

Şu anda doktora tez aşamasındayım ve bu günlerde tez önerimi hazırlamaya çalışıyorum. Tezimde henüz evlenmemiş çiftlerle çalışmayı, feminist yaklaşıma dayalı olarak romantik ilişkide eşitliği vurgulayacak bir ilişki geliştirme programı hazırlamayı ve bu programı uygulamayı umuyorum. Bunu gerçekleştirebilmek için de programın dayanakları doğrultusunda ön test ve son test olarak kullanılabileceğim bir ölçme aracı geliştirmeyi planlıyorum. Bu ölçme aracıyla birlikte ilişki doyumunu ölçen bir ölçeği ve sizin de izninizle "Dengeli Bütünleşme Ayrışma Ölçeği"ni kullanmayı düşünüyorum. Ölçeğinizi tezimde kullanabilirim değil mi?

Du izin mesajı bir yana, aslında benim geçen yaz sizinle iletişim kurmak istememdeki temel neden, benim için çok önemli olan görüşlerinizi alabilmek ve size tez izleme komitemde yer alıp alamayacağınızı sormaktır. İtem hazırlamayı umduğum programda dengeli bütünleşme ve ayrışmanın önemli bir yeri olacağından hem toplumsal cinsiyet, evlilik-aile psikolojisi ve sosyal psikoloji alanlarını bir arada bütünleştirerek çalışan nadir isimlerden olduğunuzdan hem de sizinle çalışmaktan büyük zevk alacağımızdan (sürekli olarak sizi tez danışmanım Doç. Dr. İbrahim Kcklik'e de anlatıyorum, sizinle tanışmayı ve fikir alışverişini içerisinde olmayı o da çok önemsiyor) sizin desteğinizi alabilmeyi çok önemsiyoruz. Emekli olduğunuz mu bilmiyorum, sanırım tez izleme komitelerinde resmi ve kadrolu olarak çalışmakta olan öğretim üyeleri yer alıyormuş, ancak siz uygun bulursanız biz resmi olmadan da desteğinizi alabilmeyi ve tez izleme komitesinde görüşlerinize başvurabilmeyi çok istiyoruz. Ya da öncelikle benimle ve tez danışmanımla birlikte konu hakkında yüz yüze görüşmek isterseniz, biz sizin programınıza göre ve önerebileceğiniz gün ve saate göre kendimizi planlamaya çalışabiliriz.

Her türlü yardımınız için şimdiden teşekkür ederim

Görüşebilmek ümidiyle...

Savunı savını ve özlem ile

Olçay imamoglu <eolcay@metu.edu.tr>

15.04.2014 ☆

Alıcı: bana, Ibrahim ▾

Merhaba Fatma,

Senden haber almak ne güzel... demek tez aşamasına geldin... eminim onun da ustesinden hakkıyla gelirsin.

Evet ben iki yıl önce emekli oldum ama birçok günler bolumdeyim: mezuniyet sonrası dersim, makaleler, tezler, görüşmeler vs işler için... yarım asırlık ODTU'lu olunca yuvadan ayrılmak kolay olmuyor... Ancak resmi jürilerde veya komitelerde görev almıyorum haliyle.

Dengeli Benlik ölçeğini tabii ki kullanabilirsin; çok memnun olurum. Ayrıca, seninle ve danışmanınla hepimize uygun bir vakitte yüzyüze görüşebilmeyi de isterim. Ancak benim bu haftam dolu; Pazartesi bir konuşmam olacak; ertesi gün de bir haftalığına İstanbul'da olmayı planladık. Donunce ODTU'de, belki birlikte bir öğle yemeginde konuşabiliriz umarım; böylece danışmanınla da tanışmış oluruz. Bu senin için geç olursa, bana mesaj atarak da ulaşabilirsin. Elimden geldiği kadar yardımcı olmaya çalışırım.

Olçek sende var mıydı? Bu mesajı evden yazıyorum; bolumden sana ölçeği ve ilgili bazı makaleler listesini yollayabilirim istersen.

İyi dilek ve sevgilerimle,
Olcay

EK 9. DENGELİ BÜTÜNLEŞME-AYRIŞMA ÖLÇEĞİ (ÖRNEK MADDELER)

Lütfen aşağıdaki ifadelere ne derece katıldığınızı veya katılmadığınızı verilen ölçek üzerinde işaretleyiniz.

Örnek Maddeler					
	Hiç	Biraz	Orta	Oldukça	Çok
2. Kendimi aileme hep yakın hissedeceğime inanıyorum. (<i>ilişki yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
3. İnsanlarla ilişki kurmakta güçlük çekiyorum. (<i>ilişki yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
16. Kendimi sosyal çevreme duygusal olarak yakın hissediyorum. (<i>ilişki yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
17. Kendimi ilginç buluyorum. (<i>gelişme yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
19. İnsan geliştikçe, ailesinden duygusal olarak uzaklaşır. (<i>ilişki yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
22. Kişinin kendine değil, topluma uygun hareket etmesi, uzun vadede kendi yararına olur. (<i>gelişme yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
24. Çevremdekilerin onayladığı bir insan olmak benim için önemlidir. (<i>gelişme yönelimi</i>)	()	()	()	()	()
27. Çevreme ters gelse bile, kendime özgü bir amaç için yaşayabilirim. (<i>gelişme yönelimi</i>)	()	()	()	()	()

EK 10. ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ ARAŞTIRMADA KULLANMAK İÇİN ALINAN İZİN

Fatma Arıcı <farici08@gmail.com>

8.04.2015 ☆

Alıcı: Hürol, Ayhan, İbrahim ▾

Merhaba Hürol Hocam ve Ayhan Hocam.

Umarım iyisinizdir ve yaşamınızda her şey yolundadır.

Ayhan Hocamın tez izleme komitelerinden, Hürol Hocamın da yazdığım e-postalardan bildiği üzere; doktora tezimde "feminist yaklaşım – ya da toplumsal cinsiyete duyarlı bir yaklaşım- çerçevesinde heteroseksüel çiftlere yönelik gücün eşit paylaşımını ele alan bir ilişki geliştirme programı" hazırlamaya çalışıyorum.

Daha önce evli olmayan çiftlerle yapmış olduğum görüşmelerde, çiftler henüz birlikte yaşamadıklarından aralarındaki sorumluluk paylaşımı vb. konuların henüz netleşmediği sonucuna ulaştım. Bunun üzerine tez danışmanım Doç. Dr. İbrahim Keklik ile birlikte, çalışma grubunu "evli çiftler" olarak değiştirme kararı aldık.

Bu kararı verince de, (daha önce çalışma grubu uygun olmadığından kullanmaktan vazgeçtiğimiz) "Çift Uyum Ölçeği"ni tezimde kullanmak üzere sizlerin onayınıza/izninize başvurmak istedim. Uygun bulmanız durumunda, ölçekle ilgili ayrıntıları benimle paylaşmanızdan çok memnun olacağım.

Ölçeği-İlgili materyalleri başkalarıyla paylaşmayacağım bilgisi için imzaladığım belgeyi ekte gönderiyorum ve ölçeğin kullanım izni ile ilgili koşulları kabul ediyorum.

Desteğiniz ve ilginiz için çok teşekkür ederim.
Saygılarımla...

Fatma

Hürol Fışiloğlu <fisil@metu.edu.tr>

8.04.2015 ☆

Alıcı: bana ▾

Fatma merhaba,
Çalışmada başarılar dilerim. Eklili dosyalarda gerekli dökümanlar var.
İyi günler dilerim.

...

...

--

Prof. Dr. Hürol Fısiloglu
ODTÜ/Middle East Technical University
Psikoloji Böl./Department of Psychology
06531 Ankara
Türkiye/Turkey

Tel./Phone: [+90 312 210 51 15](tel:+903122105115)

Fax: [+90 312 210 79 75](tel:+903122107975)

**EK 11. ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ
(ÖRNEK MADDELER)**

	Her zaman	Hemen hemen her zaman	Zaman zaman	Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
19. Eşinize güvenir misiniz?						
20. Evlendiğiniz için hiç pişmanlık duyar mısınız?						

Yazışma Adresi: Prof. Dr. Hürol Fışiloğlu
fisil@metu.edu.tr

EK 12. EŞİTLİĞE DAYALI İLİŞKİ GELİŞTİRME PROGRAMI DEĞERLENDİRME SORULARI

Sekiz oturumluk süreci bir bütün olarak değerlendirdiğinizde;

1. Programın bireysel olarak size ne gibi katkıları oldu?
2. Program kapsamında eşinizle ilişkinize dair neler öğrendiniz / fark ettiniz?

(Lütfen kendinize ve eşinizle ilişkinize yönelik edindiğiniz farkındalıkları konularla ve oturumlardaki yaşantılarınızla ilişkilendirerek ayrıntılı bir şekilde belirtiniz.)

3. Programda öğrendiğiniz hangi konu çerçevesinde geliőtirdiđiniz hangi davranışları eşinizle ilişkinizde gelecekte de devam ettireceğinize inanıyorsunuz?
4. Programın hangi yönlerini güçlü buldunuz?
5. Programın hangi yönlerini zayıf buldunuz?

Bu zayıflıklar karşısında programın geliştirilmesi konusunda sizin önerileriniz nelerdir?

6. Eklemek istedikleriniz...

EK 13. BİRİNCİ OTURUM

(Tanışma, Isınma ve Programın Tanıtılması)

Hedef Davranışlar: Katılımcılar;

- Diğer grup üyeleriyle tanışırlar.
- Programın amacı, işleyişi ve dayandığı yaklaşım hakkında bilgi sahibi olurlar.
- Kendilerinden süreç boyunca uymaları beklenen kuralları bilirler ve gruba özgü özel kuralların belirlenmesine katkıda bulunurlar.
- Süreçten beklentilerini, karşılıklarına çıkabilecek engelleri ve bunlar için yapabileceklerini içeren bir kontratı hazırlar ve paylaşırlar.
- “toplumsal cinsiyet”, “güç paylaşımı” ve “eşitlik” kavramları hakkında genel bilgi edinirler.

Materyaller: Projektör, hoparlör, flip chart ya da yazı tahtası, üç farklı renkte post-it, yapıştırıcı hamur (tack-it)

Süreç (Özet):

Süreci yürüten kişiler (psikolojik danışman ve yardımcı psikolojik danışman) kendilerini ve genel olarak programı tanıtırlar.

Tanışma Etkinliği: Her birey kısaca kendini tanıtır; çiftler, eşyle birlikte ilişki öykülerini anlatırlar, programa hangi amaçla katılmak istediklerini belirtirler ve ilişkilerinin en güçlü yönünü onları tanıtacak bir ifade olarak dile getirirler.

Kendilerine uygun bir ortamda, eşlerin kendi aralarında evlenmeye nasıl karar verdiklerini tartışmalarının ardından, grup ortamında paylaşılan evlilik anlayışlarına yansıyan kültürel anlamlar, kısa ifadelerle tahtaya yazılır. Daha önceden çeşitli filmlerden kesitler alınarak hazırlanan video gösterimiyle, kesitlerdeki ilişkiler ve karakterler üzerinden kültürün evliliğe ve romantik ilişkilere etkisi hakkında grupta tartışma başlatılır. Toplumsal cinsiyet, güç paylaşımı ve eşitlik kavramları ele alınır, programın dayanakları ayrıntılı bir şekilde açıklanır.

Sözleşme metnindeki maddeler tek tek okunur, açıklanır ve katılımcılarla birlikte belirlenen özel kurallar sözleşmeye eklenir.

Post-itlerle gerçekleştirilen etkinlik yoluyla katılımcılar; süreçten beklentilerini, beklentilerine ulaşmalarına engel olabilecek durumları ve bu engelleri aşma konusunda kişisel olarak neler yapabileceklerini paylaşarak süreç için sorumluluk üstlenirler.

Ev Ödevi (Özet): Katılımcılardan bir aile portresi oluşturacak şekilde ailelerindeki bireylerin ellerini fotoğraflamaları istenir.

Değerlendirme (Özet): Katılımcılara oturuma ilişkin sorularını ya da paylaşmak istediklerini dile getirmeleri için zaman tanıdıktan sonra, her oturum sonrasında yazacakları serbest değerlendirme yazıları ve yazıların amacı hakkında bilgi verilir.

EK 14. ORJİNALLİK RAPORU



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih: 08/01/2018

TEZ BAŞLIĞI : *Feminist Yaklaşım Dayalı İlişki Geliştirme Programının Güç Paylaşımı, Benlik Yönelimleri ve Çift Uyumuna Etkisi*

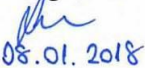
Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin** adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir.

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Endeksi	Gönderim Numarası
08/01 /2018	186	357761	18/12 /2017	%6	900923957

Uygulanan filtreler:

- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar dâhil
- 3- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.
Gereğini saygılarımla arz ederim.


08.01.2018
Tarih ve İmza

Adı Soyadı: **Fatma ARICI ŞAHİN**

Öğrenci No: N11142835

Anabilim Dalı: Eğitim Bilimleri

Programı: Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Statüsü: Y.Lisans Doktora Bütünleşik Dr.

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR.

(Unvan, Ad Soyad, İmza)
Doç. Dr. İbrahim KEKLİK





HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES
THESIS/DISSERTATION ORIGINALITY REPORT

HACETTEPE UNIVERSITY
GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES
TO THE DEPARTMENT OF EDUCATIONAL SCIENCES

Date: 08/012018

THESIS TITLE : *Effects of the Feminist-Informed Relationship Enhancement Program on Power Sharing, Self Orientations and Dyadic Adjustment of Married Couples*

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defence	Similarity Index	Submission ID
08/01 /2018	186	357761	18/12 /2017	6%	900923957

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Date and Signature


08.01.2018

Name Surname: Fatma ARICI ŞAHİN
Student No: N11142835
Department: Educational Sciences
Program: Psychological Counseling and Guidance
Status: Masters Ph.D. Integrated Ph.D.

ADVISOR APPROVAL

APPROVED

(Title, Name Surname, Signature)
Associate Prof. Dr. İbrahim KEKLİK



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı	Fatma Arıcı-Şahin
Doğum Yeri	Ankara
Doğum Tarihi	10.02.1986

Eğitim Durumu

Lise	Çubuk Anadolu Lisesi / Ankara	2004
Lisans	Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hacettepe Üniversitesi / Ankara	2008
Yüksek Lisans	Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hacettepe Üniversitesi / Ankara	2011
Yabancı Dil	İngilizce: Okuma (Çok iyi), Yazma (İyi), Konuşma (İyi)	

İş Deneyimi

Projeler	"Kısa Dönem Ulusal Kurumsal Danışmanlık Hizmeti: Okul öncesi, İlkokul Birinci Sınıf ve Ortaokul Beşinci Sınıf Öğrencileri için Okula Uyum Programlarının Geliştirilmesi", UNICEF Projesi	2015-2017
	"Hacettepe Üniversitesi Öğrencilerinin Başarısızlık Nedenleri", Bilimsel Araştırmalar Koordinasyon Birimi desteğiyle, Hacettepe Üniversitesi	2013-2015
	IMECE Women's Centre Gönüllülük Projesi (Erasmus Stajı), Londra-İngiltere	Ekim 2013- Mart 2014
	KOZA Ankara Şiddet Önleme ve İzleme Merkezi Eğitim Destek Birimi	2012-2013
	"Lise Öğrencilerinde Riskli Davranışların İncelenmesi", TÜBİTAK 1001 Projesi	2011-2013
	Kadın Yurttaşların Güçlendirilmesi Projesi Eğitici Eğitimi, Kadın Adayları Destekleme ve Eğitim Derneği (KA-DER)	2011
Çalıştığı Kurumlar	Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, PDR Bilim Dalı	2010-
	Adıyaman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı	2009-2010
	Özel Aksoy İlköğretim Okulu	2008-2009

Akademik Çalışmalar

Yayınlar (Ulusal, uluslararası makale, bildiri, poster vb gibi.)

Makaleler
Özer, A., Gençtanırım-Kurt, D., Kızıldağ, S., Demirtaş-Zorbaz, S., Arıcı-Şahin, F., Acar, T. ve Ergene, T. (2016). Ergenler için Yeterlik Algısı Ölçeğinin geliştirilmesi. <i>Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi</i> , 7(1), 237-250.

Erkan-Atik, Z., Arıcı, F. ve Ergene, T. (2014). Süpervizyon modelleri ve modellere ilişkin değerlendirmeler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 305-317.

Kızıldağ, S., Demirtaş-Zorbaz, S., Gençtanırım, D. ve Arıcı, F. (2012). Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin psikolojik danışma yardımı almaya ve bu yardımın sunulduğu birimlere ilişkin görüşleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 185-196.

Arıcı, F. ve Voltan-Acar, N. (2011). Grupla psikolojik danışmada terapötik bir güç olarak psikolojik danışman. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 173-179.

Kıtaplar

Korkut-Owen, F., Mutlu-Süral, T., Arıcı-Şahin, F. ve Demirtaş-Zorbaz, S. (2015). Kariyer Yelkenlisi Modeli: Kendilerine uygun limanı arayanlar için çalışma el kitabı. Ankara: Anı Yayıncılık.

Voltan-Acar, N., Acar, T., Arıcı, F., Haskan Avcı, Ö., Dinçel, E. F., Kepir, D. D., Kızıldağ, S., Ulaş, Ö. ve Demirtaş Zorbaz, S. (2012). Psikolojik danışma ve rehberlik terimleri sözlüğü İngilizce/Türkçe. Ankara: Nobel Yayınları.

Çeviri Kitap Bölümleri

Arıcı, F. ve Kepir, D. (2014). "Feminist terapi: Çok kültürlü yaklaşım". *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kavramlar ve Örnek Olaylar* içinde 431-474, Çeviri Editörü: Nilüfer Voltan-Acar, Ankara: Nobel Yayıncılık.

Arıcı, F. (2013). "Çeşitli gruplarla psikolojik danışma". *Psikolojik Danışma Kapsamlı Bir Meslek* içinde 103-124, Çeviri Editörü: Nilüfer Voltan-Acar, Ankara: Nobel Yayıncılık.

Arıcı, F. (2012). "Yapısal aile terapisi". *Aile Terapisi Tarihi, Kuram ve Uygulamaları* içinde 257-272, Çeviri Editörleri: İbrahim Keklik ve İbrahim Yıldırım, Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.

Uluslararası Bildiriler

Glebova, T., Tarjan, E., Arıcı-Şahin, F., McGoldrick, M., & Garcia Preto, N. (2017). The evolution of family therapy in Russia, Hungary and Turkey over the past 30 years. *25th International Family Therapy Association (IFTA) World Family Therapy Congress & 30th IFTA Anniversary*, March 15-18, Malaga, Spain.

Arıcı-Şahin, F. (2017). Addressing power-sharing between couples in couple therapy research: A scale development. *25th International Family Therapy Association (IFTA) World Family Therapy Congress & 30th IFTA Anniversary*, March 15-18, Malaga, Spain.

Knudson-Martin, C., Quek, K., Glebova, T., Arıcı-Şahin, F. & Moghadam, S. (2016). Relational justice across cultures and contexts. *38th American Family Therapy Academy Annual Meeting & Open Conference*, June 22-25, Denver-Colorado, USA.

Arıcı-Şahin, F. ve Keklik, İ. (2016). Çift terapisinde toplumsal cinsiyete duyarlılık. *I. Uluslararası Evlilik, Çift ve Aile Danışmanlığı Kongresi / Yeni Yaklaşımlar-Kökler (1st International Conference of Marriage, Couple and Family Counseling / New Approaches-Roots)*, 2-4 Haziran, İzmir.

Yıldırım, İ., Acar, T., Kepir-Savoly, D. D., ve Arıcı-Şahin, F. (2015). Akademik başarıyı etkileyen faktörlere ilişkin öğrenci ve öğretim elemanı görüşleri: Hacettepe Üniversitesi örneği. *II. International Eurasian Educational Research Congress / II. Uluslararası Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi*, 8-10 Haziran, Ankara.

Ergene, T., Özer, A., Gençtanırım, D., Demirtaş Zorbaz, S., Arıcı, F., Acar, T. ve Kızıldağ, S. (2013). Prevalence of risk behaviors among high school students. *İstanbul 2013 Dünya Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 8-11 Eylül, İstanbul.

Arıcı, F., & Kul, F. (2013). Psychological needs and suicide probability of university students. *5th World Conference on Educational Sciences*, February 5-8, Rome-Italy.

Korkut-Owen, F., Mutlu, T., Arıcı, F., & Demirtaş Zorbaz, S. (2012). Career sailing boat model. MSERA: 2012 Annual Meeting, November 7-9, Lexington-Kentucky, USA.

Arıcı, F., & Kepir, D. D. (2012). Submissive behaviors and gender roles perceptions of university students. *4th World Conference on Educational Sciences*, February 2-5, Barcelona-Spain.

Demirtaş, S., Gençtanırım, D., Kızıldağ, S. ve Arıcı, F. (2011). Madde bağımlılığının önlenmesinde psikolojik danışma. *3. Risk Altında ve Korunması Gereken Çocuklar Uluslararası Sempozyumu*, 20-22 Nisan, Ankara.

Ulusal Bildiriler

Mutlu-Süral, T., Demirtaş-Zorbaz, S., Arıcı-Şahin, F. ve Korkut-Owen, F. (2015). Kariyer yelkenlisi modeli: Okul psikolojik danışmanları için iki vaka örneği. *XIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 7-9 Ekim, Mersin.

Arıcı, F. ve Erdoğan, E. (2014). Feminist sivil toplumun 'gücü' adına. *Toplumsal Cinsiyet Çalışmaları Öğrenci Kongresi*, 24-25 Nisan, Ankara.

Arıcı, F. ve Bilge, F. (2012). Topluma Hizmet Uygulamaları dersinde toplumsal cinsiyet duyarlılığı. *IV. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulamaları Kongresi*, 14-16 Aralık, Ankara.

Arıcı, F. ve Bilge, F. (2011). Toplumsal Cinsiyet Oluşumu Ölçeği'nin (TCOÖ) Türk kültürüne uyarlanması. *XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5 Ekim, İzmir.

Arıcı, F., Ulaş, Ö. ve Demirtaş, S. (2011). Üniversite öğrencilerinin ruhsal sorunları olan bireylere ilişkin tutumlarının incelenmesi. *20. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 8-10 Eylül, Burdur.

Eracar, N., Doğramacı, İ., Arıcı, F., Yılmaz Bilgin, Ö. ve Bor, N. Y. (2010). Sanatla terapi ve yaratıcılık. *III. Uygulamalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*,

10-12 Aralık, Ankara.

Kızıldağ, S., Demirtaş, S., Gençtanırım, D. ve Arıcı, F. (2010). Hacettepe Üniversitesi öğrencilerinin psikolojik danışma yardımı almaya ve bu yardımın sunulduğu birimlere ilişkin algıları. *V. Üniversiteler Psikolojik Danışma ve Rehberlik Sempozyumu*, 21-22 Ekim, Mersin.

Korkut-Owen, F., Açikel, M., Arıcı, F., Çağ, P., Demirtaş, S., Emir, E., Erdoğan, Zorver, C., İpekçi, B., Küçükay, A., Mutlu, T., Saka, E. ve Ülker, G. (2010). Kariyer danışmanlığında kullanılabilir bir model önerisi: Kariyer yelkenlisi. *12. Ulusal Rehberlik Sempozyumu*, 27 Mart, Ar-El Eğitim Kurumları, İstanbul.

Sertifikalar

Talking about Race and Racism: A Developmental and Integrative Approach
Eğitimci: Cheryl Forster, Psy.D., 30 Ocak 2016, Lewis & Clark College Center for Community Engagement

Sanatla Aile Terapisi Teknikleri
Eğitimci: Dr. Alexander KOPYTIN, 23-24 Nisan 2016, Ankara.

Transaksiyonel Analiz 202
Eğitimci: MSC PTSTA CTA (P) Judy SHAW, (2014-2017), Ankara.

Transactional Analysis 101
Eğitimci: Dr. Ian STEWART, 1-2 Aralık 2013, The Berne Institute, Kegworth-İngiltere.

Women Alive: with Energy and Consciousness
Lifelong Learning Programme (Grundvig workshop), 23-27 Kasım 2011, Almanya

Aile ve Evlilik Terapisi Eğitimi
Eğitimci: Prof. Dr. Hürol FIŞILOĞLU, 6 Ekim 2009-9 Mart 2011, ODTÜ Sürekli Eğitim Merkezi (100 saat kuramsal+50 saat süpervizyon)

Sanatla Terapi ve Yaratıcılık Eğitimi
Eğitimci: Yrd. Doç. Dr. Nevin ERACAR, (27 Aralık 2008-devam etmekte) 270 saat kuramsal+30 saat proje, Ankara

İletişim

e-Posta Adresi	farici08@gmail.com
-----------------------	--------------------

Jüri Tarihi	18.12.2017
--------------------	------------