

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**EVLİLİK YAŞAM DOYUMUNUN ALGILANAN EBEVEYN
İLİŞKİSİ, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE
DİNSEL İNANÇ GÜCÜ AÇISINDAN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GÖNÜL ÖZİŞ

DANIŞMAN

YRD. DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

NİSAN 2016

SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI

EVLİLİK YAŞAM DOYUMUNUN ALGILANAN EBEVEYN
İLİŞKİSİ, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE
DİNSEL İNANÇ GÜCÜ AÇISINDAN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GÖNÜL ÖZİŞ

DANIŞMAN

YRD. DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

NİSAN 2016

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim.



Gönül ÖZİŞ

JÜRİ ÜYELERİ İMZA SAYFASI

Evlilik Yaşama Doyumunun Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Açısından İncelenmesi başlıklı bu yüksek lisans tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalında hazırlanmış ve jüri tarafında kabul edilmiştir.

Başkan: Doç. Dr. Halil İbrahim SAĞLAM

Üye : Yrd. Doç. Dr. Eyüp ÇELİK
(Danışman)

Üye : Yrd. Doç. Dr. Tuğba Seda ÇOLAK

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum

.../.../2016

Doç. Dr. Halil İbrahim SAĞLAM

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Evlilik yaşamı süresi içerisinde bireylerin doyuma ulaşmalarında ebeveyn ilişki tutumlarının önemli bir işlevi olabilir. Her bir çocuk ebeveynleri aracılığıyla tutumlarını, değerlerini, dini inançlarını ve hatta psikolojik gelişim süreçlerini oluşturmaktadır. Tüm bu değerler çocuğun evlilik yaşam doyumunu ve ilişki biçimini de etkileyebilir.

Evlilik yaşamını etkileyen önemli diğer bir faktörde psikolojik dayanıklılık olabilir. Bireyin zor süreçlerle karşılaştığında kenarında var olan yeteneği açığa çıkarıp sorunlarla baş etme sürecini içermektedir. Psikolojik dayanıklılık, aynı zamanda bireyin tüm yaşam kesitlerinde sağlıklı kararlar almasını da kolaylaştırabilir.

Son yıllarda evlilik yaşamını etkilediği düşünülen dinsel inanç (dindarlık) veya maneviyat gibi kavramlardan bahsedilmektedir. Bireyin psikolojik ihtiyaçları arasında görülen bu kavramlar psikoloji bilimi içerisinde önemsenmeye başlandığı görülmektedir. Bu önemiyle dindarlık hem eş seçiminde önemli bir kriter olarak görülürken, ruh sağlığı açısından koruyucu özelliğe sahiptir. Bu nedenle bu araştırmada evlilik yaşam doyumunu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkilerin incelenmesi oldukça önemlidir.

Araştırmam süresince benden yardımlarını esirgemeyen, öneri ve katkılarıyla yol gösteren çok değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Eyüp Çelik'e teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Ayrıca çalışmam süresince benden desteğini esirgemeyen sevgili eşim Çağdaş Öziş; kayınvalidem Nuriye Öziş, dostlarım ve arkadaşlarım olan Nesrin Ateştepe, Aysel Özdilim ve Abidin Nesimi Fatinoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğretmenlerine sonsuz teşekkürler.

Gönül ÖZİŞ

Nisan 2016

ÖZET

EVLİLİK YAŞAM DOYUMUNUN ALGILANAN EBEVEYN İLİŞKİSİ, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE DİNSEL İNANÇ GÜCÜ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Öziş, Gönül

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Programı

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Eyüp Çelik

Nisan, 2016. xiv+109 Sayfa.

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Ayrıca, araştırmada evli bireylerin evlilik yaşam doyumunun cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma grubu İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde oturan 314 evli bireylerden oluşmaktadır. Çalışma grubunda yer alan yaşları 17 ile 69 arasında değişen bireylerin 193'ü (%62) kadın, 120'si (%38) erkektir ve 1 birey ise cinsiyetini belirtmemiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (Çelik, 2015), Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği (Çelik ve Öziş, 2016), Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Akın, Sahranç, Turan, Akın, Kaya ve Ercengiz, 2014), Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği (Akın ve diğerleri, 2014) ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Araştırmanın hipotezleri, korelasyon, bağımsız örneklem t-testi tekniği ve regresyon analizi ile test edilmiştir. Araştırma sonucunda, evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi olan anneye yönelik demokratik tutum algısı ile babaya yönelik ilgisiz tutum algısı, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Anneye yönelik demokratik tutum algısına sahip olan evli bireylerin daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları, babaya yönelik ilgisiz tutum algısına sahip olan evli bireylerin ise daha düşük düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca, dinsel inanç gücü yüksek olan evli bireylerin algılanan ebeveyn ilişkisi tutumlarından bağımlı tutum algısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine evli bireylerin babaya

yönelik ilgisiz tutum algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür. Son olarak da dinsel inanç gücü düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bulgular alt problemler doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Yaşam Doyumu, Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık, Dinsel İnanç Gücü.



ABSTRACT

AN ANALYSIS OF MARITAL LIFE SATISFACTION IN TERMS OF PERCEIVED PARENTAL RELATIONSHIP, PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND STRENGTH OF RELIGIOUS FAITH

Öziş, Gönül

Master Thesis, Department of Educational Sciences, Psychological Services in
Education Program

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Eyüp Çelik

April, 2016. xiv+109 Pages.

The purpose of this study is to explore the relationship between marital life satisfaction of married couples and their perceived parental relationship, psychological resilience and level of faith. This study also investigated if there is a significant difference in marital life satisfaction of married individuals based on their gender.

The sample of the study involves married individuals who live in the district of Beylikdüzü, Istanbul. The sample involves 193 (62%) female participants; and 120 (38%) male participants while 1 participant preferred not to declare a gender. (Participants who are range between the ages 17 and 69). Marital Life Satisfaction Scale (Çelik, 2015), Perceived Parental Relationship Scale (Çelik and Öziş, 2016), Brief Psychological Resilience Scale (Akın, Sahranç, Turan, Akın, Kaya, and Ercengiz, 2014), the Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire (Akın and others, 2014) and a Personal Information Form were used as data collection tools of this study.

Hypotheses of this study were tested using correlations, independent samples t test and regression analysis. The results of the study revealed a significant relationship between marital life satisfaction, perceived democratic behavior towards mother and indifferent behavior towards father in a perceived parental relationship, psychological resilience and strength of religious faith. It was found that married individuals with perceived democratic behavior towards mother have a higher level of marital life satisfaction while married individuals with perceived indifferent behavior towards father have a lower level of marital life satisfaction. Nevertheless,

it was shown that married individuals with a higher strength of religious faith have a higher perceived dependent behavior when compared to perceived parental relationship behavior. Perceived indifferent behavior towards the father found to be in a negative correlation with the level of psychological resilience. Finally, a positive correlation was found between strength of religious faith and marital life satisfaction and between level of psychological resilience and marital life satisfaction. The findings of this study were then discussed with regards to the sub problems.

Keywords: Marital Life Satisfaction, Perceived Parental Relationship, Psychological Resilience, Strength of Religious Faith.



Yaşamıma anlam katan canım çocuklarım Arda ve Zuhâl'e



İÇİNDEKİLER

Bildirim	i
Jüri Üyelerinin İmza Sayfası	ii
Önsöz	iii
Türkçe Özet	iv
İngilizce Özet	vi
İthaf	viii
İçindekiler	ix
Tablolar Listesi	xii
1. Bölüm, Giriş	1
1.1. Problem Cümlesi	5
1.2. Alt Problemler	5
1.3. Önem	6
1.4. Varsayımlar	8
1.5. Sınırlılıklar	8
1.6. Tanımlar	9
1.7. Simgeler ve Kısaltmalar	9
2. Bölüm, Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar	11
2.1. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi	11
2.1.1. Evlilik Doyumu	11

2.1.1.1. Sosyal Mübadele Kuramı.....	11
2.1.1.2. Yatırım Modeli.....	12
2.1.1.3. Eşitlik Kuramı	13
2.1.1.4. Balans Kuramı.....	13
2.1.1.5. Bağlanma Kuramı	14
2.1.1.6. Sevgi Teorileri ve Evlilik Doyumu	15
2.1.1.7. Benzerlik- Çekicilik ve Evlilik Yaşam Doyumu	16
2.1.1.8. Aldatma ve Evlilik Yaşam Doyumu	17
2.1.1.9. Stresle Baş Etme ve Evlilik Yaşam Doyumu.....	18
2.1.1.10. Cinsel Doyum ve Evlilik Yaşam Doyumu.....	20
2.1.1.11. Çocuk Sahibi Olmak ve Evlilik Yaşam Doyumu	21
2.1.2. Algılanan Ebeveyn İlişkisi	23
2.1.2.1. Psikoanalitik Kuram.....	24
2.1.2.2. Sosyal-Bilişsel Öğrenme Kuramı.....	24
2.1.2.3. Bağlanma Kuramı	25
2.1.2.4. Evrim Kuramı.....	26
2.1.2.5. Ebeveynler ile Seçilen Eşler Arasındaki Benzerlikler	27
2.1.2.5.1. Fiziksel Benzerlik	27
2.1.2.5.2. Kişilik Özelliklerindeki Benzerlik	8
2.1.2.6. Ebeveyn-Çocuk Arasındaki İlişki Kalitesi.....	28
2.1.2.7. Kuşaklararası Aktarım (İntergenerationale Transmissionseffekt)	29

2.1.3. Psikolojik Dayanıklılık (Resilience)	30
2.1.3.1. Psikolojik Dayanıklılığı Destekleyen Faktörler	32
2.1.3.1.1. Stresle Başa Çıkma (Coping)	32
2.1.3.1.2. Biyolojik Faktörler	33
2.1.3.1.3. Kişilik Faktörleri	33
2.1.3.1.4. Sosyal Faktörler	34
2.1.3.2. Salutojenik Model	35
2.1.4. Dinsel İnanç Gücü	36
2.1.4.1. Dini İnançın Psikolojideki Yeri ve Bazı Kuramcılara Göre Anlamı	37
2.1.4.2. Dindarlık ve Maneviyat	40
2.1.4.3. Dindarlık	41
2.1.4.4. Maneviyat	42
2.1.4.5. Dindarlık ve Maneviyat Arasındaki Farklar	43
2.1.4.6. Dini İnançın Evlilik için Önemi	44
2.2. İlgili Araştırmalar	46
2.2.1. Evlilik Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar	46
2.2.1.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	47
2.2.1.2. Yurtdışında Yapılan Araştırmalar	48
2.2.2. Algılanan Ebeveyn İlişkisi ile İlgili Araştırmalar	51
2.2.2.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	52
2.2.2.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	53

2.2.3. Psikolojik Dayanıklılık İle İlgili Araştırmalar	56
2.2.3.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	56
2.2.3.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	57
2.2.4. Dinsel İnanç Gücü ile İlgili Araştırmalar	60
2.2.4.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	60
2.2.4.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	61
3. Bölüm, Yöntem	64
3.1. Araştırma Modeli	64
3.2. Çalışma Grubu	65
3.3. Veri Toplama Araçları	65
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	65
3.3.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği	66
3.3.3. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği	67
3.3.4. Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	68
3.3.5. Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği	68
3.4. Verilerin Analizi	69
4. Bölüm, Bulgular, Tartışma ve Yorum	70
4.1. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu, Ebeveyn İlişki Tutumu Algısı, Psikolojik Dayanıklılık Ve Dinsel İnanç Gücü Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular, Tartışma ve Yorum	70
4.2. Evlilik Yaşam Doyumunun Cinsiyet Açısından İncelenmesine İlişkin Bulgu, Tartışma ve Yorum	73

4.3. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu, Dinsel İnanç Gücü ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgu, Tartışma ve Yorum	75
4.4. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu İle Anne Demokratik ve Baba İlgisiz Tutum Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgu, Tartışma ve Yorum	78
5.Bölüm, Sonuç ve Öneriler	81
5.1. Sonuç	81
5.1.1. Özet	82
5.2. Öneriler	83
5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler.....	83
5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	84
Kaynakça.....	86
Ekler	104
Özgeçmiş Ve İletişim Bilgisi	109

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1: Araştırmanın Çalışma Grubunun Özellikleri.....	65
Tablo 2: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu, Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu	71
Tablo 3: Evlilik Yaşam Doyumu Açısından Kadın ve Erkek Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi Tablosu	74
Tablo 4: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu Düzeylerinin Dinsel İnanç Gücü ve Psikolojik Dayanıklılık ile Yordanmasına İlişkin Regresyon Tablosu	76
Tablo 5: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu Düzeylerinin Algılanan Ebeveyn İlişkisi ile Yordanmasına İlişkin Regresyon Tablosu	79

BÖLÜM I

GİRİŞ

Evlilik, bireylerin yaşamının önemli süreçlerinden biridir ve tarihten günümüze kadar üzerinde sıkça çalışmalar yapılmıştır. İşlevleri dikkate alındığında evlilik kavramının değişik tanımları olduğu görülmektedir. Örneğin Özügurlu (1990)'ya göre, evlilik iki insanın yaşamını paylaştığı, birlikte yaşama arzusu olan, farklı istek, ihtiyaç ve ilgilere sahip ve aynı zamanda çocuk sahibi olmak istediği bir ilişki sistemidir. Bu tanıma ek olarak evlilik aynı zamanda aileyi meşru temellere oturtan toplumsal bir olgu (Doğan, 2009) ve iki insanın kalıcı bir beraberlik için bir araya gelerek, kendi türünü devam ettirme amacı taşıdığı, birbirleriyle etkileşen evrensel bir kurumdur (Göncü, 2014).

Yapılan bu tanımlarda da karşımıza çıkan evlilik ilişkisi içerisinde eşler arasındaki ilişki doyumu kavramı evlilik ile ilgili yapılan araştırmalar (Hünler, 2002; Çınar, 2008; Çelik, 2012; Sarı, 2012; Yıldız, 2013; Çulha, 2015) incelendiğinde önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir. Schnyder'a (2012) göre, evlilik doyumu bir ilişkide elde edilen tatmin olma duygusunun eşler arasında subjektif değerlendirmesi olduğunu belirtmiştir ve aynı zamanda iki farklı insanın kendi kişilik özellikleriyle bir evliliği yürütmeye çalışması olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle evlilik doyumu bireylerin subjektif değerlendirmesi ve kişilik özelliklerinin yansımaları olarak açıklanmaktadır.

Bireylerin evlilik yaşam doyumu algısını evlilik ilişkisinin dinamiği de etkileyebilir. Bu yüzden bir ilişkinin dinamiği eşler arasındaki evliliğin sağlıklı yürümesi ve o ailedeki tüm bireylerin mutluluğunun sağlanmasıyla ölçülmektedir ve aynı zamanda evlilik ilişkisinin gereksinimlerden kaynaklandığı düşünülmektedir (Brüchner, 2011). Çünkü evlilik doyumu çiftlerin ilişkilerindeki ihtiyaçlarının karşılama derecesine dair algısı olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1996:1). Bireylerin evlilik hakkındaki

alguları onların evlilik doyumu üzerinde subjektif bir değerlendirme yapmalarından ileri gelmektedir. Evlilik doyumu hakkında yapılan bu subjektif değerlendirmenin ancak iletişim kalitesi, cinsellik ve karşılıklı etkileşimle mümkün olabildiği belirtilmiştir. Ayrıca evlilik doyumu, iletişim ve cinsellik gibi farklı bileşenlerin öznel birer yaşantısının sonucu olduğuna dair bulgular da elde edilmiştir (Bodenmann, 2000).

Evliliklerde alınan doyum özellikle beraberliklerin devamlılığı açısından önemli görülmektedir. Diğer taraftan birçok eşin mutsuz olmasına rağmen evliliklerini devam ettirdikleri de belirtilmektedir (Hirsch, 2010). Bu nedenle evliliklerin devam etmesi çiftlerin mutlak mutlu olduğu sonucunu göstermemektedir (Brauckhaus, Sassmann ve Hahlweg, 2000). Karney ve Bradbury (1995) evli çiftlerin ilişkileri neden devamlı ve mutlu, devamlı ve mutsuz ya da mutsuz sürdüğünü ve sonunda da ayrılıkla sonuçlandığını açıklamışlardır. Bunun için belli başlı bazı faktörlere işaret etmişlerdir. Birincisi bireysel özelliklerdir; bunlar eğitim seviyesi, nevrozizm ve bağlanma stilidir. Diğeri ise stres yaratan olaylar; örneğin işsizlik, işyerindeki sorunlar, hastalık, güvensizlik, çocuklarla ilgili problemler ve adepte süreci, yani zorluklarla baş etme olarak açıklamaktadırlar.

Bierhoff ve Grau (1999) bir evliliğin devam etmesi veya bitmesi yalnız duygularla ilişkilendirildiği zaman özellikle sevginin bir ilişkiyi ayakta tuttuğunu ve çok güçlü bir duygu olması nedeniyle onun zaman içerisinde içeriden ve dışarıdan etkilenebileceğini belirtmişlerdir ki bu yüzden sevgi bir evliliğin devamlılığına veya tükenişine neden olabilmektedir. Leopold (2000) ise aksine sevgiyi yaşama ve mükemmel bir eşe sahip olma arzusunun yalnızca ideal bir yaşamın ütopyası olduğunu iddia etmektedir, çünkü pratikte sadece sevgi ve evlilik memnuniyeti açısından belli ölçülerde bazı beraberliklerin devam ettiğini ama büyük bir çoğunluğunun başarısızlıklarla sonuçlandığını belirtmiştir.

Evlilik sürecinde doyum elde edilmediği halde beraberliklerin sonlanmaması veya boşanmaların hızla çoğalması ortada evlilik yaşamında ciddi sorunların varlığını gösterebilir. Yaşamdan doyumun elde edilmesi açısından evlilik doyumunun gerekliliği günümüz evliliklerinin bu kadar değişime uğraması açısından önemlidir. Bu çerçevede alanyazında evlilik doyumuyla ilişkilendirilen değişkenlerin daha çok kişilik özellikleri (Peirano, 2007), stres (Bodenmann ve Cina, 1999a), iletişim (Baran, 2013) ve güven (Hazan ve Shaver, 1987) olduğu görülmektedir.

Evlilik doyumu için önemli görülen bir diğer konu da evlilikte birçok ruhsal ihtiyacın doyurulmasıdır, örneğin kadın ve erkek sevilme, beğenilmek isterler, işte bu ihtiyaçlar eğer evlilik ilişkisi doyuma ulaşmış ise gerçekleşmektedir (Özgüven, 2009'den, akt. Kahraman, 2011). Özellikle psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve doyurulması açısından evlilik önemli yer tutmaktadır. Çünkü sorunlar doğru yöntemlerle çözülemeyince psikolojik ve fiziksel sağlığımız bozulmaktadır (Engl ve Thurmaier, 2002). Evlilik doyumunun düşmesinde olumsuz iletişimin önemli bir kriter olduğu ve strese neden olduğu belirtilmektedir. Olumsuz iletişim stresin çoğalmasına ve pozitif düşüncelerin azalmasına yol açmaktadır (Bodenmann, 2000). Bu bağlamda anne ve babaların evde yarattıkları stres ortamında çocukların gelişimi olumsuz etkilenebilir. Ayrıca bu tarz bir aile atmosferinde yetişen çocuklar olumsuz ilişki örneklerini model alabilirler ve bu ilişki modellerini kendi evlilik ilişkilerine aktarabilirler. Bireylerin kendi evlilik ilişkilerine ebeveynlerinden gözlemledikleri ilişki tutumlarını aktarmaları onların evlilik ilişkilerinde problem yaşamalarını arttırabilir ve evlilik doyumu düzeylerini düşürebilir.

Çiftler ailenin mimarıdır, başlangıçtan itibaren beraberliklerin kalitesinde büyük rol oynamaktadırlar, daha sonra ebeveynler çocuk sahibi olunca onların ilişkisi daha fazla önem arz etmektedir. Bireyler arasındaki yapıcı etkileşim yapıcı bir yetiştirme tarzına uyum sağlamalarına yol açmaktadır. Böylelikle tutarlı disiplin teknikleri ve olumlu duyguların gelişimine neden olmaktadır (Brüchner, 2011). Aynı zamanda olumlu duygulara sahip olan çiftlerin evlilik doyumu daha yüksek olmaktadır (Berg, Johnson, Meegan ve Strogh, 2003). Bu durumda karşılıklı anlayış ve iyi bir iletişimin doğru bir yöntem olduğu, karşılıklı anlayış derken eşinin eksik ve yanlışlarını kabullenmek olduğu, iyi bir iletişimin de ancak kibar ve sevecen tonlarda kurulan cümlelerle etkili olduğu belirtilmektedir (Leopold, 2000).

Ayrıca olumsuz yaşam koşulları evli bireyler üzerinde stresin yaşanmasına neden olabilir. Stresle baş edilemediğinde evlilik ilişkisi yıpranabilir. Bireyin bu durumda psikolojik dayanıklılık özelliğini etkili kullanması sorunlarla baş etmesinde yarar sağlayabilir. Bu anlamda psikolojik dayanıklılık evlilik doyumu açısından önemli görülmelidir.

Evlilik ilişkisi ve evlilik doyumunu etkileyen diğer bir değişken de dini inanç gücü olabilir. Çünkü dini inanç insan yaşamı ve toplumun devamlılığı için önemli bir koruyucu araç olarak görülmektedir. Din, aile yapısının oluşumunu veya devamlılığını etkilediği gibi eş seçimini de etkileyen bir olgu olduğu belirtilmektedir (Bener, 2011). Aynı zamanda dini inancın evlilik yaşam doyumunu etkileyen kültürel faktörler arasında sıralandığı görülmektedir. Ayrıca dindarlığın evlilik yaşamında sorun çözme, uygun bir iletişim biçimi ve cinsellik boyutuyla etkilediği belirtilmiştir (Hünler ve Gençöz, 2003). Kişiler dini inançları doğrultusunda hayatlarını biçimlendirmektedirler (Atçeken, 2014). Fakat ülkemizde ve dünyada psikoloji alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde dini inancın sınırlı sayıda araştırmada ele alındığı, önemsenmediği ve yeterli ilginin gösterilmediğini görmekteyiz.

Öte yandan bireylerin ailede geçirilen deneyim ve kazanmış olduğu davranış örüntülerinin de eş seçimlerimizi etkilediği ve evlilik ilişkisinin başarısına etki ettiği belirtilmektedir (Crow, 1967'dan, akt. Çelik, 2012). O halde hangi kriterlere göre eşlerin seçildiği ve hangi bileşenlerin ilişkileri ayakta tuttuğunu, algılanan evlilik doyumu ile ilişkilendiren Hassebrauck (1991) özellikle benzerlik ile eş seçimi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve benzerliğin önemli bir faktör olduğunu belirtmiştir. Eşler arasındaki bu benzerlikten dolayı bireyler arasında sağlam bir beraberlik yaratılmaktadır.

Eş seçimlerimize etki eden bir diğer faktör anne ve baba ilişki modelleridir ve bu durum eş seçiminin dışında evlilik ilişkimize de yön vermektedir. Ebeveynlerin özellikle eş seçiminin yapılmasında oldukça anlamlı etkisi olmakla beraber; aynı zamanda evliliğin kalitesine de etki etmektedir (Kaiser, 2000). Türk aile yapısı bu anlamda örnek olmaya aday bir yapıdadır. Baba ve anne gelecek nesil için örnek teşkil ettiğinden, ebeveynler arasındaki ilişki hem kadın-erkek ilişkilerinde model hem de evlilik ilişkileri için rollerin bilinmesine örnek teşkil etmektedir (Kağıtçıbaşı ve Sunar 1997). Bununla birlikte ebeveyn ilişki kalitesi, çocuğun yetiştirilmesinden tutunda ileride beraber olduğu kişiye, aile içerisinde görmüş olduğu veya öğrendiği davranış biçimlerini, duygu ve düşüncelerini yansıtmaktadır, çünkü ebeveyn ilişki tutumları bir ailenin iklimini oluşturmaktadır (Brüchner, 2011). Bu durumun onların çocuklarının evlilik yaşantılarına da etki etmemesi mümkün değildir.

Ebeveyn ilişkilerinin mutlu bir evlilik ilişkisi yaşayan ve birbirini destekleyen tarzda olması çocuğun ebeveynlerin davranışlarını olumlu yönde öğrenmesine neden olmaktadır. Ailenin birliğinin devamını ve aile hayatının kalitesini belirleyen ebeveyn ilişkileri olduğu belirtilmiştir. Bu anlamda onların temel görevi çocuklarının duygusal, fiziksel ve sosyal ihtiyaçlarını da karşılamak, kişilik ve cinsiyet modellerini, sosyal kuralları ve ahlaki değerleri öğretmek, karşılıklı etkileşim içinde büyümesini sağlamak olduğu ifade edilmektedir (Kaiser 2000).

Bireylerin hayatlarında böylesine etkili bir role sahip olan evlilik doyumu, insanların yaşamdan sağladıkları genel doyum düzeyine etki etmektedir (Tezer, 1996:1). Evlilik doyumunun kalitesi tüm yaşam doyumu ile birlikte ele alındığında vücut sağlığını da etkileyen önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir (Gottman, 1998).

Bu nedenle bu araştırmada evli bireylerin evlilik ilişkisinin kalitesi ve sağlıklı yürütülmesi için gerekli olan evlilik doyumu araştırılmaktadır. Toplumsal düzen, çiftlerin ruh sağlığı ve çocukların sağlıklı yetiştirilmesi açısından evli bireylerin evlilik yaşam doyumu önemlidir. Eşler arasındaki evlilik yaşam doyumu ne kadar yüksek olursa bireylerin genel yaşam doyumu da o kadar yüksek olacaktır. Bu nedenle evli bireylerin evlilik yaşam doyumlarını arttırmaya yönelik yapılan destek çalışmalarına katkı sağlayabilmek amacıyla çiftler arasındaki doyum ile ilişkili olabilecek bazı etkenler belirlenmeye çalışılmaktadır.

1.1. PROBLEM CÜMLESİ

Bu araştırmada, evli bireylerin evlilik yaşam doyumunun, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık, dinsel inanç gücü ve cinsiyet açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2. ALT PROBLEMLER

Yukarıda ifade edilen temel probleme dayalı olarak aşağıdaki problemlere yanıt aranmıştır.

1. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?
2. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
3. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık yordamakta mıdır?
4. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu algılanan ebeveyn ilişkisi yordamakta mıdır?

1.3. ÖNEM

Mutlu ve devam eden evlilikler her bir toplum ve kültür için önemli görülmüştür. Bireylerin hayatlarında evlilik doyumunun yaşam doyumuna ulaştıran bir özelliğinin olması, genel olarak evlilik doyumunun hem çiftlerin sağlığı hem de onların yetiştirdiği bireylerin sağlığı açısından önemli olmaktadır (Gottman, 2002). Çünkü evlilik insan yaşamında çok önemli bir süreçtir. Hemen hemen tüm evli çiftlerde yolunda giden bir evlilik arzusu vardır. Aşağı yukarı kişilerin %90'ı hayatlarında en az bir kez evlenmek istedikleri görülmektedir. Evli bireyler samimi, sevgi dolu, karşılıklı ortaklığa dayanan ve duygusal destek için çaba sarf eden ilişkiler kurmak istemelerine rağmen, gerçekte anlaşılan o ki evlilikte mutlu olma ve doyuma ulaşma arzusu büyük oranda farklılık göstermektedir. Örneğin avrupada her 2-3 çift arası boşanmakta ve birçoğu evlilikten doyum almadıkları halde o beraberliği devam ettirmektedir (Nussbeck, Hilpert ve Bodenmann, 2012). Bunun dışında kadın ve erkek arasındaki evlilik yaşamından elde edilen doyum neden aynı değildir? Bu sorunlar ve soruların araştırılması evlilik kurumunun geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Bilindiği üzere ebeveynler arasındaki çatışmalardan ötürü çocukların uyum sorunları, yaşadıkları duygusal ve davranışsal sorunlar yaşadıkları belirtilmektedir (Brandstadter ve Felser, 2003). Bu yüzden her ebeveyn ilişki türü bir çocuk için öğrenme modelinin bir şeklini oluşturmaktadır, çünkü çocuğun daha sonraki yaşamında ilişki sürecinin bir kısmı anne ve baba tarafından kazanılmaktadır. Nasılki

bir çocuğun bireysel gelişimi anne-baba ilişkisi içerisinde var olan sevgiden ve davranış biçimlerinden etkileniyorsa, ebeveynlerin ilişki tutumlarında kendi beraberliklerine yön vermesi olasılığı dikkate alınmalıdır.

Evli bireylerin birbirlerine bağlandığı ve aralarında yoğun bir duygusal bağın kurulduğu ve bu bağın daha fazla güçlenmesi için eşlerin daha fazla biyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerekebilir. Bu ihtiyaçların karşılanması durumunda evlilikte uyum yakalanmış olmakla beraber, çocuklarımızın kendi eş seçimleri ve evliliklerinde olumlu yönde gelişmesine etki edebilir. Bu anlamda araştırma kapsamında ele alınan değişkenler evlilik yaşam doyumunun temel değişkenleri olarak görülebilir.

Evlilik doyumunu ile ilgili Türkiyede yapılan araştırmalara bakıldığında çok az olduğu dikkat çekmektedir. Evlilik doyumunu ile ilgili alanyazın incelemesinde rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında özellikle evlilik doyumunu ile algılanan ebeveyn ilişkisi arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmaların olmadığı görülmüştür. Aynı şekilde ülkemizde araştırmanın diğer değişkeni olan psikolojik dayanıklılık ile evlilik yaşam doyumunun araştırıldığı çalışmalara rastlanmamıştır. Bununla birlikte özellikle yurt içinde evlilik doyumunu ile dindarlık arasında ilişkinin araştırıldığı çalışmalara az sayıda rastlanılmaktadır.

Evlilik sorunlarıyla baş etmede koruyucu ve destekleyici özellik taşıyan psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü, evli bireylerin hayatlarında karşılaştıkları sıkıntıların üstesinden en uygun bir şekilde gelmek için arabulucu özelliği olabilir. Çünkü evli bireyler, sorun yaşadıklarında çözüm yöntemi bulamamalarından dolayı evlilik yaşamlarını zor duruma sürüklemişlerdir. Ailede yaşanan sorunlara ebeveynlerin uygun tepki verememesi ya da yetersiz kalması hem çiftlerin ruh sağlığını hem de çocuklarını yetiştirme sürecini tehlikeye sokabilir.

Bu çalışmada ele alınan kavramlar, çalışma sonucunda elde edilecek sonuçların evlilik ile ilgili araştırma yapan kişilere yardımcı olabilecek, aile danışmanlığı uygulamalarında faydalanılabilecek, çift terapistleri için önemli kaynak oluşturabilecektir. Aynı zamanda bu çalışma, sadece Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında değil diğer farklı alanlarda; ortak disiplin alanlarında da kullanılabilecektir. Ayrıca bu çalışma, evlilik ilişkilerini geliştirmeye ve evlilikten

doym elde etmeye yönelik yapılacak tüm çalışmalara yön verecek bir öneme sahiptir.

1.4. VARSAYIMLAR

Evli bireylerin algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü düzeylerinin evlilik yaşam doyumunu açısından incelendiği bu çalışma şu temel varsayımlara dayanmaktadır:

1. Kendisine Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği uygulanan her bir evli birey kendi durumlarını yansıtacak şekilde objektif ve doğru cevap vermiştir.
2. Araştırmada kullanılan ölçeklerin ölçülmek istenen özellikleri ölçebilir nitelikte olduğu varsayılmıştır.

1.5. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmıştır:

1. Bu araştırmanın çalışma grubu, İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde oturan evli bireyler ile sınırlıdır.
2. Evlilik yaşam doyumunu, Evlilik Yaşam doyum Ölçeği'nin ölçtüğu, dinsel inanç gücünü, Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeğinin ölçtüğu, psikolojik dayanıklılığı, Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin ölçtüğu ve algılanan ebeveyn ilişkisini Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeğinin ölçtüğu özelliklerle sınırlıdır.

1.6. TANIMLAR

Evlilik Yaşam Doyumu: Evli bireylerin ilişkilerini değerlendirmesi ve kendi öznel bakış açısıdır (Dinkel, 2006). Kişinin kendi evliliğinden mutlu ve tatmin olmanın subjektif yaşantısıdır (Obermüller, 2012).

Algılanan Ebeveyn İlişkisi: Bireylerin ebeveynlerinin birbirlerine yönelik davranış örüntülerini belirleyen ilişki tutumlarına (otoriter, ilgisiz, koruyucu, demokratik ve bağımlı) yönelik algılarıdır (Çelik ve Öziş, 2016).

Psikolojik Dayanıklılık: Sıkıntılarla baş etme yeteneği olarak tanımlanan psikolojik dayanıklılık; birey ile çevre arasındaki etkileşim sürecidir ve aynı zamanda tampon-koruyucu fonksiyonu olan ama kişilik özelliği olarak tanımlanmayan bir anlam içermektedir. Psikolojik dayanıklılık her durum ve yaşamın her aşamasında değişebilmektedir. Kişisel ve sosyal kaynaklar aracılığı ile yaşam döngüsü içerisindeki krizleri en iyi şekilde aşabilmektir. Aynı zamanda travma sonrası olaylarda zihinsel dayanıklılığı elde etmek için arabulucu görevini üstlenir, yaşamın acılardan sonra tekrar düzene girmesine yardımcı olur (Leppert, Koch, Braehler ve ark, 2008).

Dinsel İnanç Gücü (Dindarlık): Latincece religare olan dindarlık bir şeye bağlanmak ya da sadece bağlanma olarak tanımlanır (Büssing ve Ostermann, 2004b). İçsel bir eğilim olan dindarlık topluluk içerisinde bir inancın içeriği ve gerekliliklerini yerine getirme şeklinde ifade edilmektedir. Dindarlık aynı zamanda dinlerin inanç, ritüel ve etkinliklerine katılım olarak özetlenirse; bütün dini uygulamaların amaçları kendini sınırlamak, kendinin farkında olmak ve nihayetinde gerçeklik lehine vazgeçebilmektir (Hauf, 2009).

1.7. SİMGELER VE KISALTMALAR

EYDÖ:	Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği
AEİÖ:	Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği
KPDÖ:	Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

SCDİGÖ: Santa Clara Dini İnanç Gücü Ölçeği



BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde; sırasıyla evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücüne ilişkin kuramsal bilgilere ve bunlarla ilgili alanyazında yer alan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1.1. Evlilik Doyumu

Evlilik doyumu, kişinin eşiyle evliliğinde mutluluk ve memnuniyetinin öznel yaşantısı olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca evlilik doyumu, evlilik kurumu içerisinde bireylerin birbirlerine olan sevgisini göstermesi, karşılıklı cinsel doyum almaları ve iletişim biçimleri olarak adlandırılan kişisel boyutlarıyla bireylerin alınan kararlarda dürüst, eşitlikçi ve kazançtan elde ettikleri psikolojik tatmin olarak açıklanmaktadır (Sokolsi ve Hendrick, 1999'den akt. Çağ ve Yıldırım, 2013). Bu alanda, özellikle sosyal ve davranışçı bilimcilerin değişik kuramları ve modelleri geliştirdikleri görülmektedir. Bu modellerden burada, yatırım modeli, sosyal mübadele kuramı, eşitlik kuramı, balans kuramı ve bağlanma kuramına kısaca değinilecek, ardından evlilik yaşam doyumu farklı değişkenlere göre değerlendirilecektir.

2.1.1.1. Sosyal mübadele kuramı

Sosyal mübadele kuramına göre evlilik doyumu, ilişkilerin kırılma noktasında, aileyi koruyan anlamlı bir özelliğe sahip olmaktadır. Aynı zamanda, kişinin fizyolojik ve psikolojik huzurunu etkileyen koruyucu bir özelliğinin olduğu da belirtilmektedir (Bodenmann, 1997).

Kişilerarası ilişkilerin dinamiğini inceleyen ve bununla birlikte ikili ilişkileri ödül ve bedel mübadelesi olarak değerlendiren sosyal mübadele teorisi, bir evlilik ilişkisinin korunmasını veya sonlandırılmasını açıklamaya çalışmaktadır. Kurama göre özellikle ödül, ilişkiden alınan doyumun ifadesidir. Bedel ise bireyin performansını engellemektedir. Bireyler daha fazla ödül alıp daha az bedel ödemek istemektedirler (Bierhoff ve Grau, 1999).

Sosyal mübadele kuramı eşlerin düşük düzeyde evlilik doyumu yaşamalarına rağmen ilişkiyi neden bitirmek istemediklerini açıklamaya çalışmıştır. Bir evliliği çekici kılanın; eşlerin birbirlerine olan sevgisi ve çekiciliği olduğu belirtilir. Bireyin içinde bulunduğu durum ile olası alternatiflerin çekicilik düzeyi arasında karşılaştırma yapılır. Bireyler kazançlarını en yükseğe çıkaracak etkinlikler ve etkileşimler seçerler. Eğer birey, tercih ettiği ödül ve bedele uygun olmayan şekilde yaşıyor ya da davranıyorsa, daha az ödül ve bedelle yaşamaya razı olur. Beklediğinden daha az ödül alması kazancını düşürmektedir (Levinger, 1965: 20).

Evlilik doyumu, sağlanacak kazancın en açık şekli olarak görülmektedir. Birinin evlilik ilişkisinde ödülleri bedelden sayıca üstün geliyorsa, evliliği bir bütün olarak olumlu görmekte, bu da evlilik doyumunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Holmes, 1982'den, akt. Çınar, 2008). Sonuç olarak ödülü yüksek olan bir evlilikten doyum elde edilir, bu da evliliğin istikrarlı yürütülmesine neden olmaktadır. Fakat Lewis ve Spanier'e (1979) göre evlilik doyumu ve istikrar birbirlerinden bağımsızdırlar. Yani Lewis ve Spanier evlilik doyum verici ve istikrarlı, doyum verici ve istikrarsız, doyumuz ama istikrarlı ve son olarakta hem doyumuz hem de istikrarsız bir özellik gösterebilir.

2.1.1.2. Yatırım modeli

Rusbult sosyal mübadele kuramından yola çıkarak yatırım modelini geliştiren kuramcı olarak bilinmektedir. İnsanların ödülleri maksimum seviyeye çıkarıp bedelleri minimum düzeyde tutmak istediklerini belirtir. İlişkiye bağlılık sadece ödül ve bedellerin arasındaki karşılaştırmaya göre değil aynı zamanda ilişkiye yapılan yatırım miktarına da bağlı olmaktadır. Eğer alternatiflerin kalitesi düşük ve ilişki daha çok ödüllendirici ise bağlılık artmaktadır (Rusbult, 1980:173).

Sosyal mübadele kuramı gibi yatırım modeli de, ilişki kalitesinin algılanan alternatiflere bağlı olduğundan bahseder. İlişkiye bağlılık önemsenmektedir. Özellikle kişinin eşine ne kadar bağlı olduğunu hissetmesi önemli görülür. Bu bağlılık eğer varolan alternatiflerin kalitesi düşük görünüyorsa, memnuniyetin değeri daha yüksek olacağından artış gösterir (Grümayer, 2012).

2.1.1.3 Eşitlik kuramı

Eşitlik kuramında ilişkinin istikrarı, dinamiği ve aynı zamanda ilişkiden alınan doyum önemli rol oynar. İlişki, ödül ve bedel arasındaki farka göre değerlendirilmeli; verilen bedellerin elde edilen ödüllerle farkının karşılaştırılmasıdır. Çünkü yatırımlar dengesi yükselen doyuma götürmektedir. Bu da tüm ilişkinin dinamiğini olumlu etkiler. Eğer biri tarafından dengesizlik olduğu algılanmışsa, bu durum uyumsuz duygulara sürükler. Ortaya çıkan bu gerginlik ya verilen bedellerin değişiminden ya da bireyin bilişsel değerlendirmeleri tarafından ortaya çıkar. Eğer gerginlik uzunca bir zaman sürdürülürse, güvensiz davranışların ortaya çıkmasına ve o ilişkinin bitişine neden olur (Grau ve Bierhoff, 2003).

Mikula ve Stroebe (1991)'ye göre ilişkiler değerlendirilirken ödül- bedel bakış açısına göre olmaması gerektiği, ödül ve bedeller arasındaki dengenin her zaman evlilik doyumu açısından uygun olmadığını belirtmişlerdir. Çiftler aynı ölçüde kazanç elde edemedikleri halde evlilikte algılanan doyum yinede yüksek düzeyde olmaktadır. Grote ve Clark (2001)'in belirttiği gibi eğer evlilikte eşler tarafından bir eşitsizliğin olduğu algılanmışsa, bu durum daha fazla stres yaşamalarına ve ilişkilerinin kalitesinin düşmesine neden olur.

2.1.1.4. Balans kuramı

Evliliğin istikrarı balans teorisinin temelini oluşturur. Üçlü dengeyle açıklanan bu kuram karşılıklı etkileşim, algı ve psikofizyolojik olaylarla bu dengeyi kurduğuna inanılır. Bir ilişkinin deneyimi karşılıklı etkileşimle yaşanırsa avantaj sağladığı düşünülür. Tabii ki bu durum mutlak ölçüt değildir. Çünkü bazı çiftler birbirleriyle çok az iletişim kurmalarına rağmen mutlu olabilirler. Etkileşimde olumlu deneyim yüksek düzeyde olurken ve negatif olanlar az düzeyde kalır. Pozitif olarak algılanan şey karşı tarafı da olumlu etkiler. Çünkü bilişsel düşünce ve beklentiler algıyı

oluşturduğundan, karşı tarafın olumlu algısı davranışına olumlu yansır. Bu kuramda, psikofizyolojik reaksiyonlar ise üçüncü önemli bir nokta olarak görülmektedir. Eğer eşler sorun halinde rahatlatıcı bir özelliğe sahip olmazlarsa tepkileri sıkıntılı ve dövüş-kaçış şeklinde açığa çıkar. Fizyolojik tepkiler normalin dışında ise kişinin ruh hali sıkıntılı bir ruh haline dönüşür ve bu durum da olumsuz etkileşim ortaya çıkar. Bunlar genellikle aşığılama, eleştiri veya savunma tarzında olur. Tüm bunlar ilişkilerin kötüleşmesine neden olur. Sonrasında, olumsuz etkileşim kişinin eşini olumsuz değerlendirmesine yol açar. Sonunda tahribata uğrayan bir ilişkinin ayrılık veya boşanmaya kadar gitme olasılığı yüksek olmaktadır (Margraf ve Schneider, 2009).

2.1.1.5. Bağlanma kuramı

Birçok insan güçlü bir bağlılığın olduğu ilişkilere ihtiyaç duymaktadır. Bu güçlü bağlılığın kendi genini koruma, yani evrimsel-biyolojik nedenlerin yanı sıra psikolojik nedenler denilen kendini iyi hissetme ve kişiliğın şekillenmesine hizmet ettiği belirtilmektedir. Bağlanma sadece bir ilişkinin devamlılığını etkilemez aynı zamanda güven duygusu üzerinde de çok güçlü bir etkisi vardır. Küçük yaşlarda bağlanmanın öğrenildiğini ve daha sonra beraber yaşadığı kişiler üzerinde etkilerinin olacağı bağlanma kuramcılarının tarafından sık sık tekrarlanmaktadır (Hirsch, 2010).

Batı ülkelerinde genç neslin sürekli eş değiştirmesi, ilişkilerinin kısa sürmesi, evlenme isteğindeki düşüş ve daha geç yaşlarda çocuk sahibi olmak istemeleri aile kurmanın önemini yitirilmesine neden olmaktadır. Ayrılıkların veya ayrı yaşamının çoğalmasıyla beraber, ilişkilerde bağlılık beklentisi gün geçtikçe daha fazla artar. Bağlanma kuramı niçin insanların bağlanmaya ihtiyaç duyduklarını ve hangi bağlanma türünün daha çok arzu edildiğini açıklamaya çalışmış; küçük yaşlarda bağlanma arzusunun olduğunu, bu yaşlarda çocukların kendi bakımlarından sorumlu olan kişilerle güven ve emniyette oldukları hissine dayalı ilişkiler kurmak istedikleri gözlenmiştir. Özellikle anneyle doğumdan itibaren kurulan bu bağlılığın, temel ihtiyacın göstergesi olduğu belirtilmektedir. Bu kişilerden ayrılmış olmak ise bağlılığın çözülmesine neden olmaktadır. Bağlanma davranışı genellikle terk edilme anında ağlama, bağırma, kızgınlık ve onu çağırma şeklinde gösterilir. Bu da o kişiyle karşılıklı etkileşimin olmasını öğrenmeye yol açar. O kişide bu tepkilere yardım

ederek, karşılık vererek, ikisi arasında karşılıklı bağlılık ortaya çıkmaktadır (Hirsch, 2010).

Anne ve çocuk arasında çeşitli bağlanma stilleri olduğu, bu bağlanma stillerinden herhangi birinin bireyin yetişkinlik yaşına kadar taşıdığı, erken yaşlarda anne ve babayla gelişen ilişki deneyimlerinin, ileriki yaşlarda düşünce, beklenti ve evlilik ilişkisini şekillendirdiği belirtilmektedir. Bu stillerden güvenli bağlanma; ilişkiden alınan en yüksek güven duygusunun yaşanmasına, en az düzeyde terk edilme korkusunun ve eşinden bağımsız olmanın öğrenilmesine yol açan bağlanma türüdür. Bununla birlikte beraber olduğu kişiyle daha fazla ilgilenmek ve daha fazla yatırımda bulunmak istemektedir. Araştırmalar bu konuda güvenli bağlanan kişilerin ilişkilerinin daha uzun sürdüğünü ve boşanmaların daha az görüldüğünü göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Özetle güvenli bağlanan kişilerin eşlerini daha az aldattıkları ve aynı zamanda güvenle bağlanan çiftlerin evlilik doyumunun daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Buna karşın aldatma eğilimi ise daha fazla güvensiz-kaçınma bağlanma stiline sahip olan bireylerde görüldüğü belirtilmiştir (Helms ve Bierhoff, 2001).

2.1.1.6. Sevgi teorileri ve evlilik doyumu

Evlilik doyumu için bir ilişkide yoğun duygusal hislerin gerekli olduğu düşünülür (Hassebrauck, 1996). Sevginin hareket ettiren ve o birlikteliğin sürdürülmesinde de itici güç kaynağı olduğu iddia edilmektedir. Çiftler arasındaki sevgi güçlü bir duygudur; tabii ki bu duygu zamanla değişiklik gösterebilir. Hatta sevginin olmadığı zamanlarda ilişkiler kırılma noktasına kadar gidebilir (Schneider, 2012).

Rubin (1970) tarafından tek yönlü dediğimiz model geliştirilmiştir. Loving-Liking-Model olarak isimlendirilen bu model, sevme ve hoşlanma olarak da adlandırılmaktadır. Bu model iki farklı bileşeni içerir; birincisi hoşlanmak ikincisiyse sevmektir. Birinci olan ikincisinin ön koşulu olarak tanımlanır. Bu iki temel bileşenler romantik aşkın temelini oluşturur (Akt. Amelang, 1991).

Lee (1976) tarafından çok yönlü bir model geliştirilmiştir. Sevgi stillerinin tipolojisi olarak adlandırılan bu modelde sevginin oldukça fazla duygusal ve bilişsel özellikleri içerdiği belirtilmiştir. Lee, üç primer faktörden yola çıkarak 'Eros' (romantik aşk), 'Ludus' (kolaylıkla ama sahiplenmeden elde edilen aşk), 'Storge' (arkadaşça aşk)

olarak ayırmıştır. Sekunder faktörleri ise ‘Mania’ (takıntılı aşk), ‘Pragma’(faydacı aşk) ve ‘Agape’ (fedakarca aşk) olarak sıralanır. Primer ve sekunder faktörler birbirinden keskin çizgilerle ayrılmadığı, birbirine karışık bir kombine şekilde ortaya çıkabileceğini belirtmektedir.

Batı kültürlerinde en yaygın olan aşk stiline romantik ve aynı zamanda kolaylıkla elde edilen-faydacı aşk stiline olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bir ilişkinin korunmasında en uygun modelin romantik-arkadaşça aşk olduğu sonucuna varılmıştır (Lee, 1977’den, akt. Schneider, 2014).

Sternberg (1986) tarafından üçgen sevgi kuramı geliştirilmiştir. Bu model çok boyutludur. Üçgen sevgi kuramı sevginin en küçük (temel) kısmının genetik içgüdüden ve büyük bir kısmının ise sosyal öğrenme yoluyla gerçekleştiğini belirtir. Sevgi üç farklı bileşenden oluşmaktadır; samimiyet, tutku ve bağlılık. Bu üç bileşenden sekiz farklı sevgi stili ortaya çıkmaktadır; aşık olmamak, hoşlanmak, aşık olmak, içi boş sevgi, romantik sevgi, arkadaşça sevgi, alaysı sevgi ve tamamlayıcı sevgi.

Almanya’da yapılan bir araştırmada erkek katılımcılar için aşık olmanın sevgiyle ilişkili olduğu, bayan katılımcıların ise aşık olmanın ayrı, sevginin ayrı şeyler olduğu fakat büyük bir çoğunluk, aşık olmanın sevgiye oranla kısa süreli bir duygu olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca kadın ve erkeklerin aşık olma süresi istatistiksel olarak aynı hız ve aynı sıklıkta olmadığı anlaşılmıştır. Kadınlar tanıştıkları kişiye ilk bakışta aşık olmalarına rağmen erkeklerin buna karşın belli bir süre sevip, daha sonra aşık oldukları görülmüştür (Schneider, 2014).

2.1.1.7. Benzerlik- çekicilik ve evlilik yaşam doyumu

Hassebrauck’a (1996) göre özellikle romantik ilişkilerde çekici olmak önemli rol oynar. Algılanan benzerlik hem fizyolojik hem de psikolojik bileşenleri içerdiğinden, bu durum bireylerin birbirlerini çekici hissetmelerine neden olur. Böylelikle bireyler güçlü bir ilişkiye adım atarlar. Birçok kişi benzer özellikler taşır. Benzer düşünceler, beklentiler, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve iletişim stratejilerine sahip kişiler aynı özellikleri kendi partnerlerinde de görürler. Bu kişilerin aynı zamanda evlilik doyumu yaşadıkları, bu benzerliklerin güvensizlik duygusunu azalttığı görülür. En

yüksek evlilik doyumuna ulaşan çiftlerde benzer düşünce ve beklentilerin fazla fakat benzer kişilik özelliklerinin daha az olduğu görülmektedir.

Lösel ve Bender (2003), duygusal ilişkilerde bireyler genellikle kendilerine benzer kişileri aramaktadırlar. Tercihlerin benzer yönde olması eşlerin ilişkide dengeli olmasına neden olmaktadır. Ancak bu koşullarda evlilikten doyum alınmaktadır. Denge kuramında bahsedildiği gibi kişiler kendilerine benzer olan bireyleri sever, çünkü bu durum onlarda olumlu duygular uyandırır. Kişilerarası çekimde bireylerin benzer olması ödül olarak işlev gördüğüne işaret etmektedirler. Tutumları birbirlerine benzer olan çiftler, birçok konuda birbirini onaylar ve bu onaylama da ödül işlevi görerek çiftin mutlu olmasını sağlar (Koçak, 2014). Diğer taraftan karşı kutuplarda olan kişilerin de birbirlerini çektiklerine dair araştırmalar yapılmıştır, fakat bu konuyla ilgili kesin bir sonuca varılamamıştır (Kopitschek, 2010).

Ayrıca fiziksel çekiciliğin önemli bir özellik olduğunu ve aynı zamanda düşüncelerimizi etkilediği, çekici olan kişilerin daha olumlu kişilik özellikleri ve daha iyi dünya görüşüne sahip oldukları görülmektedir. Bu kişilerin evlilik ilişkilerinin mutlu yürüdüğüne dair bulgular elde edilmiştir. Yine buna benzer araştırmalarda çekici insanların çok büyük oranda sosyal yeteneklerinin olduğu, daha iyi karar aldıkları ve entelektüel düzeyleri yüksek olduğu anlaşılmıştır. Fiziksel çekiciliğin bu anlamda evliliğin doyuma ulaşmasına ve istikrarlı yürütmesine katkısı olduğu varsayılmaktadır. Özellikle erkekler için kadınların çekici olmasının çok önemli olduğu, erkeğin kazancıyla kadının mutlak çekici olması arasında artış olduğu görülmüştür (Mikula ve Strobe, 1991).

2.1.1.8. Aldatma ve evlilik yaşam doyumunu

Evlilik doyumunu çoğunlukla aldatma ile ilgili yapılan araştırmalara konu olmuştur. Sevgi dolu sürdürülen ilişkiler sadakatın temelini atılmasına bu da çiftler arasında güven duygusunun gelişmesine neden olur. Bir ilişkinin başarısızlığa uğraması eşler arasında aldatma eğiliminin ortaya çıkmasıyla gerçekleşir. Bu yüzden boşanmaların büyük bir çoğunluğu aldatma ile ilişkilendirilir. Hatta eşler arasındaki aldatma eğilimi kadınların eşi tarafından öldürülmesine kadar gider (Krüger, 2010).

Eşler arasındaki aldatma birçok nedenle ilişkilendirilmektedir. Amerika ve batılı ülkelerde aldatmanın en sık karşılaşılan sorun olduğu ve bu ülkelerde yapılan

araştırmalarda, genellikle bağlanma stili, ilişkinin sũresi ve ilişkiden alınan doyumun dũřũk dũzeyde olmasından kaynaklandığı belirtilmiştir (Heiden, 2012).

Bireyler mutlu-doyumlu ve eşit ilişkiler içinde olsalar bile çekici alternatiflerle karşılaşabilmektedirler. Eğer evlilikten alınan doyum karşılaştırılan seçeneklerin altındaysa, o ilişkinin istikrarını veya bitişini belirlemektedir. Bu durumda birey eşiyle olan ilişkisinde gũven vermeyen davranışlar sergiyebilmektedir (Sprecher, 1998). Evli bireyler ilişkilerinde çok mutlu olmayan kişilerin çok mutlu olan kişilere oranla dũrt kat aldatmaya yũneldiklerine dair bulgular elde edilmiştir. Bu durumda içinde bulunduğu ilişkinin yetersizliğini hissedenden kişiler bu eksikliği başka birinde tamamlamaya çalışmaktadır (Kubat, 2013).

Penka ve Asendorpf (2008) tarafından yapılan araştırmada katılımcılardan özellikle evlilik doyumunu olmayan kişilerin daha çok flört ettikleri, dışarıya çıkmak istedikleri ve aldatmaya daha yatkın oldukları görülmektedir. Özellikle kadınların evlilik ilişkilerinde doyum elde etmeyenler ile aldatma eğilimi arasında yũksek korelasyon olduğu görülmüştür. Yine Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılan araştırmada gũven ile ilişkinin istikrarı arasında yapılan incelemede, karşılıklı gũvenin oluşması için ilişki doyumunun önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir. Çünkü bu durumda bireyin aldatma eğilimi düşmektedir. Ayrıca Glass ve Wright (1992) tarafından yapılan araştırmada %66 aldatmaya eğilimli kadınların öncesinde mutsuz, %30 aldatan erkeklerin de evliliklerinde mutsuz oldukları; bu durumun da evlilikte elde edilen doyumun aldatma eğilimine etkisi olduğunun sonucuna varmışlardır (Akt. avuoğlu, 2011).

Çok eşlilik ile ilgili yapılan çalışmalarda ise evlilik doyumunu ve evlilik dışı ilişkiler, yani aldatma arasında sıklıca bağlantı kurulmasına rağmen tam olarak doyumsuzluğun aldatmaya yol açtığı tespit edilememiştir (Polat, 2006). Aynı zamanda evlilikten alınan genel doyum ve cinsel doyum ile aldatma arasında negatif ilişki olduğu, bu değişkenlerin mutlak aldatma eğilimine yol amadığı görülmüştür (Schneider, 2014).

2.1.1.9. Stresle baş etme ve evlilik yaşam doyumunu

Selye (1976) stresi ikiye ayırmaktadır; pozitif stres ve negatif stres. Pozitif stresin motive edici ve rahatlatıcı olduğunu belirtir. Büyük bir parti planlamak pozitif strese örnek verilebilir. Psikolojimizi ve sağlığımızı olumsuz etkileyen stresin ise negatif

stres olduğunu belirtir. Negatif stres yaşayan bir kişide yapması gerekenler çoğalıp, dinlenmek için uygun şartlar yaratılmazsa sıkıntı verici bir durum haline döner.

Stresli bir ilişkide bireylerden her ikisinde direkt ya da dolaylı etkilerinin olduğu görülmektedir. Bu tür stresli yaşantıların ilişkilerin dengesizce yürütülmesine neden olduğu belirtilmiştir (Bodenmann ve Perez, 1995). Çünkü eşlerden stresli olan birinin kendi sorununu tek başına çözmemesi durumunda sorun karşı tarafı da etkilemekte ve bu durumda karşı tarafta da aynı sıkıntı yaşanmaktadır. Burada söz konusu olan evli bireylerden birinin stresle nasıl baş ettiği. Bu durumda, kişi kendini stresin olumsuz yanlarından koruduğu gibi karşı tarafın da aynı şekilde hareket etmesini sağlamaktadır. Yani stresin tek başına yürütülen bir durum olmadığı, aynı zamanda diğer eş için de önemli olduğu belirtilmektedir. Kısacası bir kişinin yaşadığı sıkıntı diğer eşin de sıkıntı yaşamaya yol açmaktadır. Yani stres evliliklerde ortak kader olarak yaşanmaktadır (Coyne ve Smith, 1991).

Boşanma riski yaşayan evli bireylerde stresin önemli bir faktör olduğu düşünülmelidir. Nedenleri arasında, stresin çiftlerin beraber zamanlarını geçirmede kısıtlılık yarattığı, bu durumda çok az karşılıklı duygusal anlar ve şefkatli olma imkânı yaratılmamaktadır. Bu koşullar altında birey eşine karşı duygusal yakınlık kuramamakta, kendi özel ihtiyaçları hakkında konuşma fırsatı bulamamaktadır. Eşlerin yaşadıkları stresi paylaşma koşullarının yaratılmaması stresle baş etmeyi zorlaştırır. Stresin kurulamayan iletişim veya kötü kurulan bir iletişim şekline sebebiyet vermesi, eşlerin az konuşmalarına ve birbirlerine yabancılaşmalarına yol açar. Ayrıca stresle baş edemeyen çiftler karşı tarafa tahammülsüz ve daha az tolere edici davranışlar sergilerler. Bu durumda her ikisi zamanla mesafeli olup birbirlerinden uzaklaşır. Tüm bunlarla birlikte stres aynı zamanda sağlık sorunları yaratması, bireylerin kişilik özelliklerini yıpratıcı etkilerinin olması, bireylerin eşinden çekinip ondan bir şeyler gizleme davranışlarını göstermelerine neden olur. Yaşanan bu sorunlar nihayetinde ilişkiyi yıpratıp, evlilik doyumunu olumsuz yönde etkiler (Bodenmann, 2000).

Karney ve Neff (2004)'e göre erkeklerin stres anında eşlerini daha az desteklediklerini buna karşın kadınlarda durumun farklı olduğunu belirtmişlerdir. Bu durumda kadınlar erkeklere oranla daha az evlilik doyumunu yaşarlar, çünkü erkekler stresliyken, kadınlar ev işlerini üzerlerine alıp onların yükünü hafifletirler. Maalesef bu durumda erkekler aynı hassasiyeti göstermezler. Özellikle evli erkeklerin eşleri

stresli bir gün geçirmişlerse o gün düşük düzeyde evlilik doyumu yaşarlar. Yani erkeğin evlilik doyumu eşinin stresli olması ile ilişkili bir durumdur.

Celikbas (2009), beş yılın üzerinde stres yaşayan çiftlerin kötü bir evlilik doyumu yaşadıklarını tespit etmiştir. Eğer stres anında eşler bireysel çaba sarf ederken yetersiz kalmışlarsa bu da onların evliliklerine nihayetinde evlilik doyumu yaşamalarına olumsuz etki eder. Yine bununla ilgili İsviçre, İtalya ve Almanya'da evli çiftlerle ilgili yapılan çalışmalarda bu bireylerin çok fazla stresli hayatlarının olduğu ve bu yüzden de boşanmaların nedenleri arasında stresin üçüncü sırada yer aldığı belirtilmiştir. Sonuç olarak eşlerden birinin çok stresli olması durumunda diğerlerinin uygun bir tepki vermesi zor olmaktadır. Bu durumun stresin ne düzeyde yaşandığı ile ilişkili olmuştur. Az düzeyde yaşanan stresle baş etmede tolere etme olasılığı yüksektir.

2.1.1.10. Cinsel doyum ve evlilik yaşam doyumu

Cinsel ilişkinin sıklığının ve kalitesinin eşlerin beklentilerine uygun olup olmaması, evlilik doyumunu yakından ilgilendiren faktörler arasında yer almaktadır. Cinsel ilişkiyi doyumsuz olarak algılama, eşlerden birinin cinsel ilişkiye isteksiz olması, cinsel beklentilerin eş tarafından yeterince karşılanmaması, evlilikte doyumsuzluk algısına yol açmaktadır (Synder, 1997, akt. Çelik, 2012).

Cinsel doyumun romantik yaşantıların merkezi olduğu ve evlilik doyumunun yaşanmasında etkilerinin olduğu bilinmektedir. Bazı eşler çok az cinsel ilişki yaşamalarına rağmen cinsel ilişkilerinden memnun değillerdir. Buna karşın her hafta düzenli birliktelikleri olan çiftler cinsel tatminsizlik yaşamaktadırlar. %70-75 arası evli bireylerin en temel sorunlarının cinsellik olduğu belirtilmiştir. Eşler arasındaki sorunların cinsel doyumun yetersiz olmasından kaynaklı olduğu düşünülse de bu durum çok net değildir. Çünkü eşler arasındaki sorunların cinsel ilişkilerine olumsuz yansıdığı ve bu yüzden cinsel doyumsuzluğun yaşandığı düşünülmektedir (Zimmer, 1985).

Bireyler beraberliklerinin aşık olma evresinde veya ilk yıllarda cinsel arzularının uzun sürdüğü ve birlikteliklerinde değişiklik olmadığını belirtmelerde, cinsel yaşamları sıkıcı ve monoton geçen çiftler zamanla ilişkilerinden rahatsız olmaya başlarlar (Schmidt, 1993). Cinsel ilişkilerinde tatmin olamayan çiftler genellikle

eşinden cinsel frekansın yeterli olmadığını ve cinsel ihtiyacını ifade ediş biçiminde sıkıntılarının olduğunu ve cinsel monotonluktan şikâyet ettikleri görülmüştür. Erkekler bu konuda kadınlara oranla cinsel ilişkilerinde yetersiz doyum yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Çünkü erkekler eşlerinin cinselliği yönetmede eksik olduklarını ve tecrübesiz olmalarını sorun olarak görmekte-dirler. Kadınların ise buna karşın cinsel ilişkilerinden yetersiz düzeyde haz aldıklarını ve kendilerinin cinsel olarak kullanıldıklarını düşünmektedirler (Celikbas, 2009).

Schnyder'a (2012) göre cinsellik hem fiziksel hem de sözel biçimlerde yaşanabilir. Sözel biçimde ifade edilen eşinin vücudunu çekici bulmak, cinsel istekleri üzerine konuşmak ve eşile birliktelik yaşadıktan sonra tatmin olduğuna dair sözler cinsel yaşamı olumlu yönde pekiştirir. Fiziksel olarak yaşanan cinsellik ve sözel biçimin kombine olması durumunda cinsel doyum ile evlilik doyumu en üst düzeyde yaşanır. Cinsel doyuma ulaşmış birey etrafındaki insanlara karşı saygı, sevgi, güven veren ve kabul edici ilişkiler kurar. Bu anlamda cinsel doyuma ulaşan çiftler aynı zamanda evlilik doyumuna da ulaşmış olur.

2.1.1.11. Çocuk sahibi olmak ve evlilik yaşam doyumu

Eşlerin evlilik doyumunu etkileyen faktörler arasında, onların anne baba olduktan sonra hayatlarında nelerin değiştiğini belirlemeye yönelik birçok araştırma yapılmıştır. Çocuk sahibi olmanın evlilik doyumunu etkilediği düşünülmektedir. Ebeveynler çocuk sahibi olduktan sonra evlilik doyumunun düşük seviyede olduğunu belirlemişlerdir. Özellikle ilk çocuğun doğumu ile birlikte ebeveynlerin yaşantısında bir takım değişiklikler olmaktadır (Graf, 2013).

Anne baba olmaya adım atılırken, çiftlerin beraber etkinlik yapmaları azalır. Yapılamayan etkinlikler, bireylerde bir takım sıkıntılar yaratır. Bu nedenle evlilik doyumunun düşmesine neden olur. Maalesef çocukların sorumluluğu bireylerin birbirlerine fazla zaman ayırmalarına engel olduğundan beraber bir şeyler yapma imkanı bulamazlar. Bu sorumluluk taşınırken aynı zamanda çocukların yetiştirme biçimlerinde anne ve baba problemler yaşar ya da ortak kararlar almakta zorlanan çiftler tüm enerjilerini onlara harcarlar. Farklı yetiştirme biçimleri ya da yetiştirme stilleri yüzünden anne ve baba ortak hareket edemediğinden tartışmalar yaşanır bu da

evlilik ilişkisinin başarısızlığa uğramasına ve hatta boşanmalara sürükler (Zartler, Wilk ve Kraenzli-Nadl, 2002).

Orgler'e (2006) göre evli olmak, anne baba olmak ve ebeveyn-çocuk ilişkileri tarihsel olarak değişikliğine uğramıştır. Aile içerisinde yaşanan krizler, eşle olan memnuniyetsizlik ve ebeveynlerin yaşadığı sıkıntılarla baş edememeleri, hem evlilik ilişkisini hem de ebeveynliği önemli ve karmaşık bir hale sokmuştur. Anne-baba olmaya geçişte evlilik içinde sıkıntı ve zorlukların ortaya çıkmasına ve tatminsizliğin zamanla yükselmesine neden olmaktadır. Hatta ebeveyn olduktan sonra evli bireylerin ilk çocuğun doğumundan sonra kriz sürecine girdikleri görülür. Birinci aşama dediğimiz bebeğin doğumuyla birlikte eşler arasındaki ilişkinin kalitesi düşer. Eşler arasındaki sevginin zor bir sürece girdiği, daha sonra ilişki doyumu ve istikrarının bu nedenle tehlikeye girdiği düşünülmektedir. Oysaki evlilik doyumunun veya kalitesinin düşmesinin çocukların erken çocukluk ya da genç oldukları dönemlerde görüldüğü aslında uzun vadede çocuklar büyüdükçe onların varlığının ilişkiye olumlu etkileri olduğu belirtilmektedir. Hatta bu çocukların varlığı bir evliliğin istikrarının teminatı bile olmaktadır.

Ebeveynlerin evlilik ilişkisi, bir çocuk dünyaya geldikten sonra değişir. Sevgi artık eşler arasında değil de, üçlü bir ilişki tarzına dönüşür. Bu durumda çocuk sevgiye ortak olmaktadır. Bu durumun evlilik doyumuna etkileri olur. Bununla birlikte çocuğun kişilik özellikleri de sorun olmaktadır. Örneğin sakin bir bebek dünyaya gelmişse, akşamları çok az rahatsız edici oluyorsa anne ve babanın daha sakin olmalarını sağlar ama gece boyunca çok sık uyanan bebekler anne ve babanın uykusuz kalıp gergin olmalarına neden olmaktadır. Nihayetinde evlilik ilişkisine çocuk sahibi olmak değil o çocuğun mizaç ve davranışlarının etkileri olduğu görülmektedir (Petzold, 2007).

Sonuç olarak evliliğin kalitesinin ebeveynliğe geçişte artış gösterdiği fakat evlilik doyumunu azalttığı görülmektedir. Özetle çocuk sahibi olmanın evlilik doyumunu açısından değerlendirildiğinde olumsuz etkilerinin olduğu ve hatta boşanmalara kadar götürebildiği belirtilmiştir (Graf, 2013).

2.1.2. Algılanan Ebeveyn İlişkisi

Her çocuk ebeveynlerini örnek alarak onların tutum ve davranışlarından bilgi kazanmaktadır. Yetişkinler kendi ebeveynlerinin evliliklerinde yaşanan sorun ve çatışmalara karşı sergiledikleri tutumlara benzer tutum sergileyebilir. Hatta anne ve babaya benzer özellikler gösteren eşler bile seçebilirler. Bu anlamda bireylerin hayatlarında ilk ilişki geliştirdikleri ve en samimi ilişkilerin yaşandığı aile ortamından etkilenme olasılığı yüksek olabilir.

Kaiser'a (2000) göre evlilik ilişkileri uzunca bir süre ebeveynlerimizden etkilenir. Özellikle eş seçimleri ve birlikteliklerimiz açısından onların etkisi yüksektir. Grau ve Bierhoff'a (2003) göre, genlerin aktarılması, erken yaşlardaki tecrübelerin arabulucu olması, yetiştirme, yaşam stili, rol alma, gelenek ve ritüeller, kendi çocuklarının belli kriterlere göre evleneceği kişinin özelliklerini belirlemede belirleyici olmaktadır. Bu kriterlerin dışında eş seçimi tabii ki tesadüfi değildir. Sosyodemografik faktörler, fiziksel ve psikolojik özelliklerin benzer olması yanında ebeveynin tutum ve davranışlarına benzer özelliklerindeki etkili olduğu belirtilmektedir.

Evlilik yaşamının doyuma ulaşmasında, yukarıda belirtilen faktörler dışında, örneğin; görünüş, yaş, eğitim ve kişilik özellikleriyle birlikte ebeveynlerden birine benzerlik gösteren eşlerin evliliklerinde daha fazla uyumluluk olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca eş seçimlerinde karşı cinsten ebeveyne benzer özellikler taşıyan bireyleri seçmemizin yanısıra, ebeveynlerin ilişki kalitesi üzerinde etkilerinin olduğu düşünülmektedir (Geher, 2003).

Geher (2003) evlilik doyumunu hakkındaki görüşlerini Freud'un teorisini baz alarak açıklamaya çalışmıştır; birey kendi ilişkisinde doyum yaşıyorsa, bu durum kendi ebeveynlerinden herhangi birinin kendi evlilik yaşamından memnun olup olmadığıyla ilgili algısıyla bir benzerlik göstermektedir. Bireyin eşinin anne veya babasından herhangi birinin uyumlu olma özelliği ile benzerlik taşıdığı algısı bu durumu kanıtlar. Örneğin kendi ebeveynlerinden birinin nevrotik olduğu algısı ile kendi eşinin de aynı kişilik özelliğine benzer olduğu algısı olan bireylerde evlilik doyumunun düşük olduğu görülür. Bu durumda bu kişilerin ebeveynlerinden herhangi biri hakkındaki olumsuz algısı ile kendi eşi arasında benzerlik kurulur bu da o evlilikten alınan doyum için belirleyici olur.

2.1.2.1. Psikoanalitik kuram

Psikoanalitik kuram ebeveynlerin çocuklarının evlilik ilişkileri üzerindeki etkilerini eş seçimlerindeki tutumlarıyla açıklamaya çalışmıştır. Freud'un çalışmaları erken dönemlerde bireyin karşı cinsteki ebeveynine karşı duyduğu cinsel ilgi üzerinedir. Bu durum bireyin daha sonraki yaşantılarında bireysel anıları olarak birlikte olmak istediği kişiye yöneltecektir. Teorinin temelinde erken çocukluk dönemindeki tecrübelerin yetişkinlik dönemindeki davranış ve yaşantıları etkilediği düşüncesi hakimdir. Bu dönemler arasında özellikle faillik döneminin etkili olduğu görüşündedir ve 3-6 yaş arasını kapsayan bu sürecin başarılı bir şekilde atlatılmış olması gerekmektedir. Bu dönemin en belirgin özelliği ödipus kompleksinin yaşanmış olmasıdır. Bu dönemde çocuk karşı cinsten olan ebeveyne karşı rekabet duygusu taşımaktadır. Çocuk rakibine karşı kararsız hisler hissetmektedir. Nihayetinde Ödipus kompleksiyle çocuk karşı cinsten ebeveynleri ile kendini özdeşleştirir (Roithmayer, 2011).

Odipal kompleks ile kurulan ilişkiden yola çıkarak erkeklerin eş seçimlerinde annelerine benzer kadınlara yöneldiklerini ve kadınların ise babalarına benzer kişileri tercih etmeleri sonucu çıkarılmaktadır (Roithmayer, 2011). Eğer ödipus ve elektra kompleksleri uygun biçimlerde çözümlenmezse, bu kişiler bilinçdışı tabular edinerek eşleriyle doygun bir cinsel hayatı yaşamadıkları görülmüştür (Freud, 1927'den, akt, Kantarcı, 2009).

2.1.2.2. Sosyal-bilişsel öğrenme kuramı

Sosyal-bilişsel öğrenme kuramına göre tutum ve davranışların 'Model-Öğrenme' yoluyla öğrenilmesidir. Öğrenme teorileri davranış biçimlerinin analiz edilmesi yoluyla gerçekleşmektedir. Bu analizlerin ise belli dışsal olaylar ve koşullar tarafından etkilenmesiyle açığa çıktığı belirtilmektedir. Birey nihayetinde sosyal ya da bilişsel öğrenmeyi gözlem ve taklit ederek gerçekleştirmektedir (Schreyer, 2012).

Bandura (1979) tarafından geliştirilen sosyal öğrenmede, evlilik uyumunun çocuk davranışı üzerinde doğrudan veya dolaylı olarak etkisi bulunduğunu, çocuk uyumsuz davranış örneklerini gözlem yoluyla öğrendiğini savunmaktadır. Evliliklerindeki uyumsuzluk nedeniyle ebeveynlerin olumsuz davranış örnekleri sergilemeleri kaçınılmaz hale gelir; ebeveynlerin psikolojik problemleri de artar. Bu durum ise

ebeveynin çocuklarıyla olan iletişimini olumsuz etkileyerek çocukların problem davranış geliştirmelerine ve olumsuz davranışları model almalarına neden olur (Akt. Kaiser, 2003). Çünkü aileler kendi yaşam biçimleriyle çocuklarına model olmaktadır. Bu modeller bireylerin zamanla beyinlerinde otomatik düşünce ve şemaların kurulmasına ve oraya kaydedilmesine neden olmaktadır. Bu anlamda model olmanın anlamı ise bu şemalarla kurulan ilişkilerden kendi yaşam şeklini ve olaylar karşısındaki algılayışını düzenlemektir. Beynimizde gözlem yoluyla oluşturduğumuz şemalar hangi duyguların ortaya çıkacağını belirlemektedir. Bu da aile içerisinde kazanılmış olduğundan kendi eşine olaylar karşısında nasıl bir duygusal tepki verileceğini göstermektedir. Bazen bu durum eğer beyinde oluşturulan şemalardan meydana gelen davranışlar, olaylar esnasında eşine gösterilmesi gereken davranış biçimine uymuyorsa, bir takım problemlerin doğmasına neden olmaktadır. Çünkü şemalar ne bilinçli ne de isteyerek değiştirilebilen bir özelliğe sahiptir. Kısacası gözlemleyerek örnek alınan modeller yine erken yaşlarda bireylerin beyinlerinde bir takım şemaların oluşmasına yol açar ve bu şemaların değiştirilip davranış değişikliğinin ortaya çıkması mümkün değildir (Kaiser, 2000).

Bu rol modellerin oluşması için ebeveynlerin ilişki tutumları ön plana çıkmaktadır. Eğer anne ve babalar evlilik ilişkilerinde kendi eş rollerini tam olarak yerine getirirlerse, kadın ve erkek rollerinde çocuk gerekli tutum ve davranışları yaşadıkları bir sorunda nasıl çözdüklerine dair bir bilgiyi kullanma fırsatı bulur, bu davranış biçimlerini kendi evlilik yaşantılarına uygulayabilir. Örneğin tek başına oğlunu yetiştiren bir anne aynı zamanda baba rolünü de üstlenip ona göre davranmak zorundadır. Her işi tek başına yapan bir anne modeli erkek çocuk için ilerde kendi eşinin de aynı rolü üstlenmesi beklentisi içerisinde olur. Yani kendi annesinin yaptığı gibi davranması beklentisi içerisinde olur. Bu durum sonunda o bireyin evliliğinin dinamikleri olan kalitesinin, doyumunun ve devamlılığının tehlikeye girmesine yol açar (Schreyer, 2012).

2.1.2.3. Bağlanma kuramı

Bağlanma teorisi de psikoanalitik kuram gibi erken dönemlerdeki eğitimcilerin veya yetiştirmeden sorumlu olan bireylerle olan ilişkilerin, ileriki yaşlarda davranışları etkilediği yönündedir. Bağlanma teorisine göre, erken yaşlarda bakım veren kişiyle

kurulan ilişkinin, yetişkinlik döneminde kurulan ilişkilerdeki bağlanma türünü etkilemesidir. Bireyler kendi ebeveynlerden birine gösterdikleri bağlanma türüne benzer eşler aramaktadırlar. Yetişkin bir bireyin bağlanma kalitesi, ki bu erken yaşlarda bakım veren kişiyle ilişkili olup, davranışlar göreceli stabil olup tüm yaşamı süresince etkilediği saptanmıştır. Bakım veren kişi anne veya bakıcı ile çocuk arasındaki erken yaşlardaki etkileşimin ileriki yaşlarda kendini göstermesi olasılığına göre değerlendirilir, bunun da yetişkin bir bireyin tüm yaşamını etkilemesi sonucunu doğurur. Yetişkinlerin bağlanma kalitesi ise sıklıkla kişiliğin değişmez yapısı olarak görülür (Bowbly, 1969, akt. Roithmayer, 2011).

Ayrıca yetişkinin ebeveyni ile kurmuş olduğu bağlanma kalitesinin eşinin kendi ebeveyni ile kurduğu bağlanma kalitesiyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgularda erkeklerin annelerini algılayış biçiminin kendi eşinin bağlanma kalitesiyle ilişkilendirdikleri görülmüş, aksine erkeklerin babalarını algılayışının kendi eşlerinin bağlanma kalitesinden bağımsız olduğu tespit edilmiştir. Kadınlar ise kendi babalarını algılayışları ile eşlerinin bağlanma kalitesi arasında bağlantı kurmuşlardır. Özetle karşı cinsten ebeveynlerin bağlanma kalitesinin kendi eşlerinkine benzer özellikler gösterdiği yönünde bulgular elde edilmiştir (Collins ve Read, 1990).

2.1.2.4. Evrim kuramı

Evrime göre seçicilik ve benzerlik kriterleri ve genetik değişkenliğin korunup devam etmesi için birlikte olacağımız kişiyi seçerken önemli olmaktadır. Evrimsel başarı (fitness) bu açıklamayı desteklemektedir. Eşlerin genetik benzerliği çok açık ve nettir, çünkü bireylerin davranışları kendi genlerinin hayatta kalması ve emniyetine göre yönelim göstermektedir (Hamilton ve Maynard-Smith, 1964'den, akt. Roithmayer, 2011).

Bireyler bazen eş seçerken bir takım kriterlere göre tercih yapmaktadırlar, bunun da genetik olarak belirlendiği, çünkü bireylerin üreme yeteneğine sahip sağlıklı eşleri tercih ettikleri görülmüştür. Örneğin erkeklerin bel ve kalça bölgesi ya da kadınlarda belirgin olan göğüs çevresine odaklandıklarına yani dış görünüşün doğurkenlik için uygun olduğuna dair kanıtlar vardır. Bu durumda kişi için güzel bir görünüme sahip olmak onun sağlıklı ve çekici görünmesi, beynimizde çekiciliği aktif hale getirir, bu

da bireylerde erotik ilginin ortaya çıkmasına yol açar. Aksine kadınlar için güzel genlere sahip olan erkeklerin dominant ve maskülen görünen tipler olduğu ve bu nedenle de cinsel çekici oldukları yönündedir. Bu anlamda bu özellikleri tamamlayan bireylerde eşler arasındaki evliliklerde doyum daha yüksek seviyede olur ve ilişkiler istikrarlı yürür (Klussmann ve Berner, 2011).

Evrım teorisiyle ilişkilendirilen bir diğer konuda, stresli ve evlilik kurumunun tehlikeye girdiği ebeveyn ilişkilerinde yaşayan bireylerde duygusal bağlılığın yetersiz ve değersiz görüldüğü olmuştur. Bu değersizlik duygusunun özellikle gençlerde hem cinsel olgunluğa erişmede hem de evlilik ilişkisinin yürütülmesinde olumsuz bir sürece götürmektedir. Duygusal bağlılığın yaşanmadığı ailelerde yetişen bireylerin kendi aile ilişkilerinde bağlılık duygusunun gelişmesine engel olduğu ve o evliliğin devamlılığını tehlikeye soktuğu belirtilmektedir (Wendt ve Walper, 2006).

2.1.2.5. Ebeveynler ile seçilen eşler arasındaki benzerlikler

Ebeveynlerin bir ömür boyu kendi çocuklarının evlilik ilişkisi üzerinde etkileri olduğu bilinen bir durumdur. Bu etkiler sırasıyla ebeveynlerin çocuklarının seçim yaptıkları bireye karşı düşünceleri, kendi eşlerine göstermiş oldukları değer, var olan kadın erkek ilişki tutumları, eşine ulaşılabilirlik ve evlilik ilişkilerinin kalitesi olmaktadır. Ebeveynlerin oluşturduğu görünüm onların kendi seçim ve ilişki doyumları üzerinde etkileri olduğunu açıklayan birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler daha çok eşlerimizi seçerken etkili olmakta, çünkü eş seçerken tesadüfi kriterlere göre seçilmediği bilinmektedir (Roithmayer, 2011). Bu benzerlikler fiziksel ve kişilik özellikleri olarak ikiye ayrılmaktadır.

2.1.2.5.1. Fiziksel benzerlik

Fiziksel benzerlik yüzün hatlarıyla ilgili yapılan çalışmalarda tespit edilmiştir. Bu çalışmalarda ebeveynlerin yüzleri ile eş seçimlerimiz arasında bir benzerlik olduğuna dair bulgular elde edilmiştir. Yüzün özelliği kalıtsaldır. Bu yüzden çocuklar ve ebeveynler birbirine benzemektedirler. Bu kalıtsal özellikten dolayı eşlerin zamanla birbirine benzedikleri fenotip ve genotip olarak ikiye ayrılmaktadır (Alvarez ve Jaffe, 2004).

Yine Bereczkei (2002), 318 kadın ve erkekle yaptığı çalışmada yüzü 14 farklı kısma ayırarak ölçmüştür. Bu çalışmada bireylerin eşleri ile ebeveynlerinin yüzleri arasında benzerlik olduğu tespit edilmiştir. Özellikle erkeklerin eşleriyle kendi annelerinin ağız bölgesi ve çene kısımları birbirine benzemektedir. Dikkat çekici benzerlik bölgeleri genellikle göz çevresi ve büyüklüğü ile burunun genişliği olmuştur.

Benzerlik ile ilgili başka bir çalışmada ise yaşlı ebeveynlerden doğan çocuklar daha çok kendilerinden yaşça büyük olan kişilerin yüzlerini çekici bulmuşlardır. Ayrıca genç ebeveyne sahip olan bireylerde genellikle genç olan bireylerin yüzlerini çekici bulmuşlardır. Özellikle eşin göz rengi ve saç renginin ebeveynlerden biriyle aynı olması eş seçimlerimizde ebeveynlerden birinin fiziksel özelliğine benzer olduklarını göstermektedir (Roithmayer, 2011).

2.1.2.5.2. Kişilik özelliklerindeki benzerlik

Kişilerin eş seçimlerinde ebeveynlerden birinin fiziksel özelliklerine benzerliklerinin yanı sıra kişilik özelliklerinde büyük rol oynadığı belirtilmektedir. Benzerliği beş kişilik özelliklerine göre değerlendirilir. Bu değerlendirmede açıklık, uyumlu olmak, nevrozizm ve bağlanma kalitesinin ebeveynlerin kişilik özelliklerine benzemektedir. Özellikle erkeklerin eşleri ile anneleri arasında 'dürüstlük' kişilik özelliği ile benzerlik gösterdiği bulunmuş, buna karşın kadınların eşleri ile babaları arasında hiçbir benzerlik bulunamamıştır (Geher, 2003).

2.1.2.6. Ebeveyn-çocuk arasındaki ilişki kalitesi

Bireyler eş seçimlerinde kendi ebeveynleri hakkındaki görüşlerinin egemen olması, ebeveyn-çocuk arasındaki duygusal yakınlığından kaynaklandığı belirtilmektedir. Bireyin ailesi ile ilgili ilişki kalitesinin eşlerimizi seçerken etkili olduğu sonucu çıkarılmıştır. Eğer erkeklerin eşlerinden birinin yüzü, kendi annesine benziyorsa bu durumun kendi ile annesi arasında olumlu bir ilişkinin kurulmasından dolayı olduğudur (Bereczkei, 2002).

Özellikle erkeklerin kendi eşlerinin uyumlu olduğuna yönelik algıları, kendi çocukluk yıllarında anneleriyle duygusal sıcaklık yaşadıkları dönemlerle açıklanmalıdır. Anne ne kadar çocuğunu istememiş, reddetmiş ise kendisi de aynı

şekilde eşine karşı duygusal tutarsızlık göstermiştir. Anne ile uygun olmayan bu ilişki maalesef erkeklerin kendi eşlerini seçerken aynı duygusal özellikler taşıyan kadınlara yönelmelerine neden olur. Bu durum anne ile eş arasındaki kişilik özelliklerinin benzerliği tespitini güçlendirmektedir. Bu görüşe karşın, ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiler ile eş seçimleri arasında kişilerin benzerlik algısıyla açıklamak yetersiz olmaktadır, çünkü normlar, değerler, yetiştirme tarzı, ergenlik dönemindeki anılar ve ebeveynler arasındaki ilişki tutumları ki tüm bunlar çocukluk döneminde öğrenilmektedir, oldukça fazla etkilerinin olduğu düşünülmelidir (Berezkei, 2002).

2.1.2.7. Kuşaklararası aktarım (Intergenerationale transmissionseffekt)

Kuşaklararası aktarım anlayışına göre ebeveynler kendi problemleri davranış biçimlerini çocuklarına aktarırlar, bunu da model alarak öğrenen birey birçok ilişki türlerine yansır. Hem evlilik ilişkisinin devamlılığı hem de kuşaklararası aktarıma göre birçok eş aynı ayrılan veya boşanmış ebeveynler gibi davranabilmektedir. Bu durumun ortaya çıkması ancak bireylerin aile içerisinde geçirdiği zaman dilimi içinde elde ettiği tecrübelerin onların evlilik ilişkilerine aktararak şekillenmesiyle mümkün olmaktadır (Stechauner, 2012).

Yine kuşaklararası aktarım modeline göre, boşanmış ebeveynlere sahip genç yaşta bireyler olumsuz veya tutarsız davranış biçimlerini öğrenmektedirler. Kuşaklararası aktarımdan dolayı çocuklar ebeveynlerin boşanmasının problemleri ilişkilerde çözüm yolu olarak görmektedirler. Dolayısıyla bireylerde zamanla boşanmaya karşı olumlu düşünceler geliştirmelerine sebep olur. Boşanmış veya işlevsiz bir aile ortamında davranış problemleri çoğalır, örneğin korku kıskançlık ve iletişim gibi davranışlar görülür. Çocuklar ebeveynleri arasında sağlıklı olan evlilik ilişkilerini yaşadıkları zaman düzgün iletişim ve uzlaşma yöntemleri hakkında bilgi sahibi olamamaktadırlar. Doğal olarak kendileri de olumlu bir iletişim ve uzlaşma yöntemi öğrenemediklerinde aynı davranışları kendi evlilik ilişkilerine taşırlar (Amato, 1996).

Ayrıca genç yetişkin bireylerde boşanmış ya da ayrılmış bir aileye sahipler kendilerinin boşanmaya karşı pozitif, aile kurma ve evliliğe karşı ise olumsuz düşüncelere sahip olurlar. Söz konusu olan bu tür bir aile yapısına sahip olan

yetişkinlerin aşka dair olumsuz düşüncelerinin olmasıdır. Eğer bireylerin ebeveynleri arasında mutsuz bir evlilik ilişkisi olduğuna dair bir algı varsa bu da onların evliliğe bakışını ve aşka dair duygularının olumsuz yönde şekillenmesine neden olur (Sprecher, 1998).

Bununla birlikte gençlerin beraberliklerinde çocukluk döneminde ailede kötü olaylar yaşayan bireylerin cinsel kimlik gelişimi olumsuz etkilenmekte ve ebeveynler arasındaki çatışmalardan dolayı gençler aşırı cinsel ilişki yaşamaktadırlar. Yine anneyle büyüyen veya üvey ailede büyüyen kızların erken yaşlarda regl dönemine girdikleri görülmektedir. Yani bireylerin ebeveynlerinden gördükleri kadarıyla kendi ilişkilerinde tıkanan sorunları aşmada boşanmayı veya ayrılığı tek seçenek olarak düşünmelerinin yanısıra cinsel kimliklerinin olumsuz gelişmesi de aile ortamında gelişemeyen duygusal bağıllıkla ilişkilendirilmelidir (Stechauner, 2012).

2.1.3. Psikolojik Dayanıklılık (Resilience)

Her bir insan yaşadığı sorun ve sıkıntıya karşı farklı tepki verir. Bazıları sorunu yaşam koşullarının üstesinden kolaylıkla gelirken bazıları ise benzer koşulların üstesinden gelemeyerek psikolojik rahatsızlık ve daha farklı sorunlar yaşarlar. Kötü olaylar ve durumlar karşısında direnç gösterme olarak tanımlanan psikolojik dayanıklılık (resilience), aynı zamanda esneklik anlamına da gelmektedir. Yani sıkıntılı yaşam koşullarına karşı bireyin çaba göstermesidir. Bu anlamda bu kavram bir kişilik özelliği olmayıp zaman ve mekâna göre değişiklik gösterebilir (Gabriel, 2005). Çünkü birey ya bu özelliğe sahiptir ya da değildir, ancak birden çok faktörler tarafından desteklendiği görmezden gelinmemelidir (Bonanno, 2004). Genel tanımlamalara bakıldığında bir yetenek olarak görülen psikolojik dayanıklılık sıkıntı yaratan yaşam koşulları, mutsuzluk ve stresle başarılı bir şekilde baş etme olanağı sağlamaktadır (Rutter, 2007).

Psikolojik dayanıklılık bireyin çocuklukta yaşadığı tüm zor şartlara rağmen yetişkinlikte daha iyi bir gelişim ve yaşantı göstermesine yol açar. Stres verici çevre koşullarına rağmen günün olumlu işlemlerini ya da travmatik bir olaya rağmen bireyin kendi sağlığını kazanmasını teşvik eder. Bu nedenle psikolojik dayanıklılık kendini iyi hissetme ve sağlığımız üzerinde olumlu etkisi olma özelliği gösterir (Szelang, 2014).

Duygularımız zamanla, özellikle insan ilişkilerine dayalı, psikolojik ve günlük streslere bağlı bizim kontrolümüz dışında değişik reaksiyonlar göstererek gelişebilir. Çoğu insan bu zorluk anında doğuştan gelen psikolojik dayanıklılık gücüyle tekrar dengeli ve normal bir hale dönüşebilir. Eğer bu yeteneğimizi kullanmak yerine çok erken yaşlarda sadece ilaçlara yönelmiş olsaydık, doğal tedavi şansımızı en azami düzeye indirger, yani psikolojik dayanıklılık yeteneğimizi kullanamazdık. Psikolojik dayanıklılık bu nedenle önemli bir kavram olarak görülür ve birçok araştırmaya konu olmuştur. Ayrıca psikoloji ve tıpta da kullanılan ve önemli görülen bir terimdir (Szelang, 2014).

Psikolojik dayanıklılık ilk olarak çocuklar ve yoksulluk, ebeveyn psikopatolojisi ve boşanmaları gibi konularla ilişkilendirilmiştir. Bazı çocuklar zor koşullara rağmen tekrar sağlıklı bireyler olmuşlardır (Werner, 2005). Böylelikle psikolojik dayanıklılık için söz konusu olan şeyin ne olduğu yönünde sorular sorulmuştur. İlk önce stresle baş etme yöntemi olarak sınırlandırılrsa da (negatif uyarana karşı gösterilen ilk tepki), psikolojik dayanıklılığın birçok süreçten geçtiği ve etkilendiği gözlemlenmiştir (Folkman ve Markowitz, 2004). Bu anlamda psikolojik dayanıklılığın bir süreç olup, birey ile çevre arasındaki etkileşimden doğduğu düşünülmelidir (Masten, 2001).

Ayrıca stres psikolojik dayanıklılığın gelişimine yol açar. Stres psikolojik dayanıklılığı tetikler ve stresli durumların daha iyi kontrol altında tutulmasına yardımcı olur. İnsanlar içten ya da dıştan gelişen stres olayları tarafından baskı altında oldukları zaman ruhsal, bedensel ve manevi dengeyi bulurlar. Örneğin bunlar işten atılma veya bir yakını kaybetme olabilir. Eğer kişi kriz anını başarılı bir psikolojik dayanıklılık göstererek atlatabilirse, bu durumda koruma faktörlerinin devreye girmesi beklenmelidir, böyle bir durum olmazsa, o zaman birey bildikleriyle hareket eder. Bu şekilde ortaya çıkabilecek her stresli duruma karşı yeterli beceri kazanamaması, psikolojik dayanıklılığı zor duruma sokar ve sonuçta ortaya çıkan stres gelecekte ortaya çıkacak stres olasılığını arttırır. Fakat aynı şekilde başarılı bir şekilde stresle baş etmeden sonra dinlenen birey gelecekte ortaya çıkabilecek stres olaylarına karşı daha güçlü olma ihtimali vardır (Kekeisen, 2014).

2.1.3.1. Psikolojik dayanıklılığı destekleyen faktörler

Psikolojik dayanıklılığımızı destekleyen bir takım faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler sağlığımızın korunması için destekleyici özellik taşımaktadır. Böylelikle destekleyici faktörler insanların olumsuz durumlardan korunmasına, baş etme becerilerini iyileştirmesine neden olmaktadır (Patel ve Goodman, 2007).

Psikolojik dayanıklılığı destekleyen faktörler şu şekilde sıralanabilir:

1. *Stresle başa çıkma (coping)*
2. *Biyolojik faktörler*
3. *Kişilik föktörleri*
4. *Sosyal faktörler*

2.1.3.1.1. Stresle başa çıkma (Coping)

Psikolojik dayanıklılık birçok farklı süreçten geçer ve stresli olaylar üzerinde uzun süre çalışır. Olumsuz bir durum karşısında ilk reaksiyon olan stresle başa çıkma görülür. Bunun için stresle başa çıkma stratejileri kullanılır ve bu da iki türlü kendini gösterir; uyumlu ve uyumsuz stresle başa çıkma stratejileri olarak görülmektedir. Bu stratejiler yaşanan olaya göre yardımcı olmaktadır, olaylar üzerinde duyguları kontrol etmektedir veya bu duyguları işleyişe koymaktadır. Uyumlu stratejiler genellikle bir durumu değişken kılmak, olumlu olana yoğunlaşmak, olaylar üzerinde olumlu değerlendirme yapmak, bir sonraki plan üzerine dikkatini vermek ve olayı kabullenmek için devreye girmektedir. Uyumsuz stratejiler ise geçici olarak stresi kolaylaştırır, fakat uzun vadeli engelleyemez. Stresin kolaylaştırılmaması ise kişiyi depresyona, korkuya, içsel strese ve kızgınlığa sürükler. Bu strateji kişiyi felaketeleştirme aynı zamanda yabancı ve suçluluk psikolojisine de sokmaktadır (Garnefsky ve Kraaiji, 2007).

Corner ve Davidson'a (2003) göre önce direkt başa çıkma stratejisi devreye girerken daha sonra insana doğuştan verilen psikolojik ve fiziksel denge olan homöostase psikolojik dayanıklılık sürecinde en yüksek seviyeye çıkar. Eğer stresle uyumsuz baş etme devreye girerse, homöostase düşer ve olaydan sonra bireyin hastalanma olasılığı artar.

2.1.3.1.2. Biyolojik faktörler

İnsanlardaki beyin yapısı ömrü boyunca hem olumlu/olumsuz olaylarda hem de zor durumlarla baş etmede değişiklik göstermektedir. Uzun süreli stres beyinde birçok yapıyı olumsuz etkileyip değişikliklere sürükler. Travmatik olaylar ya da kronik gerginlik bu duruma örnek verilebilir. Bu değişiklikler insanın post travmatik rahatsızlıklar, depresyon ve diğer psikolojik rahatsızlıklar yaşamasına yol açar (Bauer, 2011).

Evrim süreci boyunca insanlar biyolojik sistemleri hayatta kalma mekanizmaları harekete geçirerek gelişmiştir. Bu da insanlara stres anında yardımcı olmaktadır. Mekanizma zedelenmeye başladığında dengenin bozulup, hassaslaşmasına yani psikolojik incinebilirlik düzeyinin yükselmesine götürür. Eğer kortizon gibi hormonlar uzunca bir zaman diliminde yükselirse, fobilerin doğmasına zemin hazırlar. Bu durum psikolojik dayanıklılığın biyolojik süreçlerinin aktif yaşanmasıdır (Szelang, 2014).

Ayrıca testestoren hormonu ile psikolojik dayanıklılık arasında bir ilişki olduğu belirtilmektedir. Bu hormonun koruyucu faktör olduğunu, çevrelerinde daha iyi bir ruh hali ve sosyal bir gruba ait olmayı teşvik ettiği tespit edilmiştir (Russo ve ark. 2012).

2.1.3.1.3. Kişilik faktörleri

Kişilik faktörleri üç gruba ayrılmıştır bunlar; kendini gerçekleştirme, inanç ve iyimserlik olarak sıralanabilir.

1. *Kendini Gerçekleştirme:* Kendini gerçekleştirme bir özellik olarak psikolojik dayanıklılığı teşvik etmektedir. Bilincin güçlenmesine yardımcı olmaktadır. Psikolojik dayanıklılığa sahip kişiler kendi zayıf ve güçlü yönlerini bilmezler çünkü başarıları kendi eylemleriyle ilişkilidir. Kendileri hangi stratejiyi kullanarak amaçlarına ulaşacaklarını kestiremezler. Bu kişiler stratejik düşünceleri sayesinde olaylar ve durumlara taşırabilirler (Rönnau-Böse, 2009'den akt. Bauer, 2011).

2. *İnanç:* Psikolojik dayanıklılığı destekleyen başka bir kriter ise dini inançtır. Allah inancının bireylere umut ve destek verdiği düşünülür. Yine zor durumlarla başa çıkmak için Allah inancı yardımcı olmaktadır. Bilindiği gibi inançlı olan

bireylerde yaşam süresi daha uzundur. Genel olarak sağlıklı ve yaşam doyumuna sahip olan kişilerdir. İnançları düşük olan bireylerde depresyon ve korku bozuklukları görülür. Bu da bireylerin düşük seviyede psikolojik dayanıklılık düzeyine sahip olduğunu gösteren bir durumdur (Jung-Ah ve ark. 2013).

3. *İyimserlik*: İyimser kişilerin kötü yaşam koşullarına karşı hep olumlu düşüncelerinin olmasıdır. Burada belirleyici olan faktör kişinin psikolojik dayanıklılığıdır (Yu ve Zhang, 2007). Psikolojik dayanıklılığı destekleyen en önemli faktörlerden biri olan olumlu duygular diğer anlamıyla iyimser olmak sayesinde, kişi kendini iyi hisseder ve psikolojik olgunluğa ulaşır. Olumlu duygular düşünce ve eylemin gelişmesine yardımcı olur ve aynı zamanda bireyin entelektüel, fiziksel, sosyal ve psikolojik kaynaklarının oluşumunu destekler. Buna karşın negatif duygular ise bireylerin yaşamını zor duruma düşürecek durumlara hemen uyum sağlamayı destekler (Friedrickson, 2001).

2.1.3.1.4. Sosyal faktörler

Sosyal destek anlamına gelen sosyal faktör, hem fiziksel hem de psikolojik rahatsızlıkları önlemede önemli yer tutar. Psikolojik dayanıklılığın bir parçası olan sosyal destek, sıkıntılı durumlarla baş etmede başarılı bir rol üstlenir. Özellikle birey çocukluk çağında yaşadığı sıkıntıları eğer ebeveynleri, arkadaşları veya tanıdıkları sayesinde yenebilmişse; bu durumda o çocuğun gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde sıkıntılarla baş etmesi daha kolay olur. Bu desteğin gerçekleşmesinde bireyin önceden geleneksel aktivitelere katılımı oldukça olumlu görülmektedir. Çünkü bu aktivitelere katılım bireyin yaşam doyumunu destekler ve onlarda depresif semptomların daha az görülmesini sağlar (Kekeisen, 2014).

Özetle sosyal destek bireyin ilk etkileşim sürecinde büyüme ve gelişim koşullarında desteklenirse bu tür bireylerde sıkıntılı olma riski azalır ve psikolojik dayanıklılık yüksek düzeyde görülür. Ailelerin evdeki bireyler üzerinde etkileri vardır, özellikle yetiştirme ve sosyalleşme sürecinde olduğu kadar zor durumlarda da desteklemektedir. Tabi ki sadece aile değil çevrenin de psikolojik dayanıklılığı desteklediği bilinen bir durumdur (Kekeisen, 2014).

2.1.3.2. Salutojenik model

Salutogenese (Salutojenik) ilk olarak Aaron Antonovsky tarafından 1970'lerde tıpta kullanılmaya başlanmıştır. Aaron Antonovsky psikolojik dayanıklılık kavramını sağlık alanına taşıyarak insan sağlığına olan etkilerini araştırmıştır. Antonovsky Salutojenik modelini oluşturmuştur. Salutojenik modeli sağlığı etkileyen faktörleri inceleyen bir modeldir. Bu modele göre hastalıkların tüm nedenlerini bilmek bir yanılısamadır. Hastalık ve ölüm yaşamın bir parçası olduğundan hayat dengesizdir. Bu yüzden tüm nedenleri bulmanın yanılısamadan başka bir şey olmadığı belirtilmiştir (Faltermajer, 1994).

Salutojenik model iki temel soruyu sormaktadır; insanlar ters giden yaşam koşullarına rağmen, bedensel ve ruhsal olarak nasıl sağlıklı kalabilmektedirler ve bununla birlikte, bunun için hangi kaynaklar güçlü sağlıklı kalmak ve sağlıklı olmayı sağlayabilmektedir? Bu model bu soruları cevaplarken insan vücudu ve ruhunun bir makineye benzediğini varsaymaktadır. Eğer makinanın bir fonksiyonu bozulursa bu bozukluk anlaşılır ve daha sonra düzeltiler ya da tamir edilebilir. Fakat insanlarla karşılaştırıldığında bunun için insanların tarihini ve aile kökenlerini keşfedip üzerinde derinleşmek gerekmektedir. Yani öncelikli olarak hastalığın ortaya çıkış süreci değil insanın tüm yaşam hikâyesine bakılması gerekmektedir.

Bu modelde insanlar sağlıklı-hasta sürecine göre tanımlanır; yani hastalık ve sağlık bir süreç olarak görülmelidir. Önemli olan stresle baş etmede mevcut kaynakların neler olduğunun bilinmesi ve sağlığın sürekliliğinin sağlanmasıdır. Çünkü stres veren durumlar her yerde ve kaçınılmazdır. Dolayısıyla her stresin sağlık açısından olumsuz olduğu düşünülmemelidir. Aksine faydalı bile olabilmektedir. Örneğin düğün stresi ve bebek sahibi olmak gibi (Faltermajer, 1994).

Antonovsky'e göre yaşamın sıkıntılarıyla başa çıkmak, akan bir nehrin üzerinde keşfe çıkmaya benzer. Orada akış yavaş, hızlı ve sığ olabilir. Bu nedenle botu süren kişinin sürekli bu değişiklikleri hesaplaması gerekir ve anında müdahale etmek zorunda kalabilir. Tehlike anında ustalaşabilmek için gücünü ve umudunu kaybetmemelidir. Bu yüzden Antonovsky stresi üç türlü ayırmaktadır (Kormann, 2007).

1. *Kronik stres vericiler*
2. *Önemli yaşam olayları*
3. *Günlük can sıkıcı olaylar*

Tüm bu stres vericiler duygusal ve fiziksel bir gerilim yaratır. Bu uyarıların sağlığımız üzerinde hem pozitif hem de negatif etkileri vardır. Gerilimlerle başa çıkmak için belirleyici olan geliştirilmiş direnç kaynaklarıdır (bağışıklık sistemi, para, bilgi, zekâ, esneklik, sosyal ağlar, öngörü ve inanç). Bu stres ve sıkıntılarla baş edebilmek için bireyin günlük olaylara karşı *anlaşılabilirlik*, var olan kaynaklarla gereksinimleri *yönetebilirlik* ve yaşama *anlamlılık* katarak gerçekleşir. *Anlaşılabilirlik, yönetebilirlik ve anlamlılık* eşittir *tutarlılık duygusu* olmaktadır. Bu duygu sayesinde daha sağlıklı bir yöne hareket edilir, problemleri aşmada başarılı olma, olayları daha net algılama sağlanır. Özetle bu modelde birey mevcut kaynaklarını bilinçli kullanır ve tutarlılık duygusunu güçlendirirse sağlıklı yaşamayı başarır (Faltermaier, 1994).

2.1.4. Dinsel İnanç Gücü

Tarihten günümüze kadar gelen süreçlerde insanlar bir dine inanmış ve onu kendi yaşam biçimi haline getirmişlerdir. Değişik din tanımlarının birleştiği en önemli nokta tabî ki dinin bireylere bir yaşam tarzı sunmasıdır. Ortak bir dünya görüşü ile yaradana bağlı olan, onun üstünlüğüne inanarak yaşayan ve bunu da pratikte uygulayan kişilerdir (Utsch, 2006).

Bilimsel çalışmalar dinin tanımını yapmaya çalışmışlarsa da, terim olarak tanımlamak yerine daha çok kavramsal özellikleri üzerinde durmuşlardır. Bu anlamda dinin tanımını bilimsel çalışmalarda görmek oldukça zordur. Genel bir tanım yapmanın zor olmasının nedeni de dinin karmaşık bir olgu olmasındandır (İzdenski, 2011).

Bu tanımlardan; dini inancın insanlar için bir ihtiyaç olduğu, yaşamlarında olaylar karşısında kişisel kontrolü sağlayan bir özelliği söz konusu olmasıdır. Bu da fiziksel ve psikolojik huzura yol açmaktadır. Kişisel kontrol kargaşa ve rastlantısal olaylara karşı direkt savunma yöntemidir. Dini inanç mutlak kişisel kontrolü sağlamaz fakat kaygının azalmasını sağlar. Eğer kişisel kontrol azalmışsa ve evren güvensiz algılanmışsa, dini inanç işte bu sıkıntılarla baş etme rolünü üstlenmektedir (Kelley, 1971; Burger, 1989'den, akt. Putzner, 2011).

Bu görüşün aksine insanın bir yaradana ihtiyaç duymadığı ve sorunlarıyla inanç olmadan üstesinden gelinebileceği, yani dini inancın gereksizliği üzerine

durulmasına rağmen, insan her zaman bir dine inanmaya devam etmiştir. Bu görüşe bağlı olarak Darwin evrim teorisiyle bir canlının nasıl geliştiğine dair bilimsel araştırmalarda bulunmuş; Tanrı'nın varlığını sorgulamış ve insanların Tanrı'ya gerek duymadığı görüşünü savunmuştur. Fakat başka araştırmalarda dini inancın günlük yaşamda çok önemli görüldüğü görüşü savunulmuştur. Psikoloji bilimi ise maalesef uzunca bir süre insanların neden dini inanca gereksinim duyduğu üzerine çalışmalar yürütmemiş, gereken ilgiyi göstermemiştir (Putzner, 2011).

Her ne kadar psikoloji dini görmezden gelmiş olsa da, din aynı zamanda birçok şeyin yasak olduğunu belirleyerek, toplumda ahlaki değerlerin kurulmasını sağlayan bir özellik içermesinden dolayı, toplumda ortak bir inanç sistemi kurarak, toplumun yaşam biçimini belirlemektedir. O halde dini inanç insanın davranış biçimi ve ilişkilerini de etkileyen bir olgudur. Bu da psikolojiyle ilişkili bir durumdur (Putzner, 2011).

İzdenski'ye (2011) göre din sosyal gerçekliktir. Spesifik iletişim süreci, gerçekliği yaratan ve aynı zamanda sosyal eylemleri içerir. Din bireyin kendi şeklini kazanmasını sağlar. Tamamen insanın yaşam biçimi olduğunu savunur. Din insanın varlığının ve yaşamının bir formu, insanın varoluşu ve Tanrı ile olan ilişkisidir. Aynı zamanda yaşamın sırrı olarak anlaşılmış olması gerekir.

2.1.4.1. Dini inancın psikolojideki yeri ve bazı kuramcılara göre anlamı

Dini inanç ve dindarlık birçok psikolog tarafından görmezden gelinmiş bir konudur. Onlar için inanç daha çok insanlar için kültürel ve bireysel boyutu olan bir olgudur. Psikologlar spor, reklam, müzik gibi konularla yoğun bir şekilde meşgul olmalarına rağmen dinden sakınmışlardır. Belki de psikologlar daha çok alışılmışın dışındaki davranış şekillerini incelemeyi tercih etmişlerdir ya da bu alanda çalışan bireylerin dine ilgileri azdır (Utsch, 2006). Kısacası psikologların büyük bir kısmı bu konulara ilgi göstermeyerek din ile ilgili araştırmalar yapmaktan ziyade, zihnin fonksiyonları üzerine çalışmalar yürütmüşlerdir (Eder, 2011).

Din konusu yine psikoloji biliminin dışındaki diğer sosyal bilimciler tarafından farklı bakış açılarıyla incelenmiş, kimi teorisyenler din olgusuna olumsuz değerlendirmeler getirirken, kimi teorisyenler de dinin önemli bir kavram olduğunu savunmuşlardır.

Din ile ilgili yapılan çalışmalarda en dikkat çekici araştırma ve açıklamalar yapan kişiler psikoanalitikçiler olmuştur (Utsch, 2006).

En dikkat çekici bakış açısı tabiki Freud'un dine bakış açısıdır. O dinsel inançların, ruhsal gerilimlerin, çatışmaların ve komplekslerin uzantısı yani projeksiyonları olduğunu savunmaktadır. Ona göre Tanrılar veya ruhlar, kararsız hisler beslemekte olduğumuza yönelik geliştirdiğimiz atasal figürler olarak tanımlanabilen ortak, paylaşılan fantezilerdir. Sonuçta, din ortaklaşılın bir nevroz olarak ele alınmalıdır (Temren, 1998:306).

Freud dini neden nevroz olarak değerlendirmektedir? Çünkü din iki temel özelliğe sahiptir. İlki babaya tanrısal özellikler taşıdığına dair inançtır. Bir diğeri de zorunlu ritüellerdir. Bu ritüellerin zorlayıcılığına, dindar olan bireyin günah ve Tanrının vereceği cezadan korktuğundan kaynaklandığını iddia etmiştir. Bu anlamda dinle ilgili bu konuları dürtülere karşı savunma olarak nevrozun belirtileri şeklinde değerlendirir (Wulff ve Koç, 2004).

Freud'a göre bireyin dini inancının temelinde çocukluk döneminden kalma deneyimleri vardır. Çocuk ilk yıllarda babasını her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten birisi olarak görür. Din bu anlamda gözlem ve sebeplerden ziyade, çocuksu duyguların sonucu olarak ortaya çıkan bir yanılsama şeklinde değerlendirilmelidir (Wulff ve Koç, 2004). Tanrı babaya inanmak, çözümlenmemiş bir odipus kompleksi olarak yorumlamaktadır. Tedavi edilmesi gereken bir yanılsama şeklinde değerlendirilmiştir (İzdenski, 2011). Çocukluk döneminde dini doğmalarla tanışın bir birey korkudan kaynaklı bastırma duygusuyla baskı altına alınmıştır. Dinin dogmatik öğretilerine saplanmak yerine bilime güvenmek bireye çaresizlik anında yardımcı olmaktadır (Wulff ve Koç, 2004). Din yerine aklın ve bilimin hâkim olduğu bir dünyada insanların daha mutlu olacağını, bilimin dışında soruların cevaplarını aramanın doğru olmadığını savunmuştur (Reichelt, 2009).

Marx'ın dine bakış açısı da Freud gibi olumsuz olmuştur. Her ne kadar psikoloji bilimcisi olmayan Marx, sosyal bilimci olarak din kavramıyla çok fazla ilgilenmiştir. Ona göre insan ve toplum dini üretir. İnsanı insan yapan din değildir, insanlar dini yapar diyerek Ateizme vurgu yapmıştır. En ünlü sözü 'Din halkın afyonudur'. Bu anlamda Marx'ın dinin bağımlılık yaptığını ve uyuşturucu özelliği olduğuna dair düşüncesi anlaşılmaktadır (Reichelt, 2009).

Nietsche'nin dine bakış açısında aynı şekilde olumsuzdur. Aslında Nietsche hristiyanlığa karşı eleştiri getirmiştir. Dine eleştiri getirmemiştir. Özgür insanın kendi yaşamını kendisinin kontrol edebileceğini, bunu herhangi bir şeye inanmadan gerçekleştirebileceği düşüncesi vardır. Onun tüm başkaldırısı hristiyanlığa karşıdır, çünkü hristiyanlık dini köle ahlakını taşımaktadır ve yaşamı yadsır. Hristiyanlığın bilimin düşmanı olduğunu, bireylere sürü psikolojisini aştığını savunmuştur. Yine din ve dini duyguların nevrotik fenomenler olduğunu, fizyolojik ve psikolojik süreçlerin zayıflığı ve çaresizliği, kısacası insanın varoluşunu deforme ettiği görüşündedir. Bu yüzden yaşamdan elimine edilmesi gerektiğini savunmuştur (Reichhelt, 2009).

Bağlanma teorisine göre erken yaşlarda çocuğun bağlanma şeklini daha sonra Tanrıya bağlanma şekline taşıdığı iddia edilmiştir. Tanrı ve din zamanla emniyet ve güven vermektedir. Yani Tanrı burada ideal bağlanma figürü olmaktadır. Babayı Tanrı olarak gördüğünü savunan psikoanalitik kurama karşın bağlanma kuramında, kişi daha çok anneyi ya da tercih edilen ebeveynlerden herhangi birini Tanrı olarak gördüğünü savunmuştur. Buradan yola çıkarak zihinsel model hipotezi bu sav üzerine çalışmış ve eğer bireyler ebeveynleri ile güvenli bağlanma yaşamamışlarsa güvenli bağlanmayı herhangi bir yerde aradıklarını belirtmişlerdir. Bu durumda aradıkları herhangi bir yer Tanrı'nın yanı olmaktadır (Kirkpatrick, 1992).

Yine devamında Kirkpatrick'e (1992) göre ebeveynleri ile güvenli bağlanan kişilerin daha çok ateist olduklarını ya da Tanrı'ya sevgi dolu yaklaştıkları gözlemlenmiştir. Güvenle bağlanan çocukların ebeveynlerinin dini inançlarından etkilendikleri buna karşın güvensiz bağlanan bireylerinde onların inançlarına kayıtsız kaldıkları görülmüştür. Burada önemli olan ebeveynle kurulan bağlanma şeklidir. Çünkü bağlanma şekli Tanrı ile kurulan ilişkiye benzermektedir.

Erickson din ile yaptığı çalışmalarda dini inancın stresle başa çıkma stratejilerine olumlu katkısı olduğunu savunmuştur. Özellikle ilk ve son gelişim basamaklarını din ile ilişkilendirmiştir. İlk basamak olan güvensizliğe karşı güven duygusunda anne ve çocuk arasındaki ilişkiden çocuğun tecrübe ettiği güven büyük bir ideolojik çerçeveyi oluşturmaktadır. Ona göre kilise güven veren bir kurumdur. Son basamak olan umutsuzluğa karşı bütünlük için yaşamın anlamı ve umut büyük önem arz etmektedir. İşte din yaşama anlam ve umut veren, yaşamın son yıllarını destekleyen

bir role sahiptir. Özetle din en son basamağın yarattığı krizi aşmada yardımcı olmaktadır (Bartkowiak, 2008).

Jung ise Freud, Marx ve Nietschenin aksine, dinin insan sağlığı üzerinde olumlu etkisi olduğunu, insanın ruhu için gerekli bir kaynak olduğunu savunmuştur. Tüm psikolojik problemler dini boyutlara sahip olmaktadır. Bu yüzden din psikoterapinin içine katılmak zorunluluğundadır. Özellikle kriz yönetimi sürecinde dinin kontrol etme gücü olduğunu belirtmiştir (Richard ve Freund, 2012).

Durkheim dinin pozitif bir olgu olduğunu ve sosyal dayanışmayı kuvvetlendiren, ifade eden özellikleri üzerinde durmuştur. Durkheim dinin işlevsel yönünü vurgulamış ve sade bir biçimde "bir toplumun meydana gelmesini sağlayan ayin ve inançlar sistemi" olarak tanımlamıştır. Durkheim çalışmalarında, insanların, evrendeki eşya ve olgulara, kutsal olan ve kutsal olmayan ayırımı ile baktıklarına da dikkat çekmiştir (Temren, 1998:306). Aynı zamanda dini ritüellerin ve inanışların ahlaktan ayrı düşünülmemeyeceğini belirtmektedir (Putzner, 2011). İnanç ve uygulamaların dayanışmacı sistemi olan din aynı topluluk içinde kilisenin çatısı altında her bir bireyi birleştiren ve oraya ait olmayı sağlayan bir özellik taşımaktadır (Reichhelt, 2009). Reichhelt özetle dinin ortak boyutu üzerine vurgu yapmaktadır.

Luckmann'da Durkheim'dan etkilenmiş, dinin toplum ve birey arasındaki gerçek ilişki sağladığı üzerinde durmuştur. Ona göre din sosyal sistemdir ve toplumsal gerçekleri yorumlayan bir iletişim biçimidir. Din aynı zamanda bireyin sorunlarıyla baş etme konusunu da destekler, toplumda sosyal ilişkileri yürütme özelliğine sahiptir. Din ruhsal ihtiyaçların karşılanmasına hizmet eder bir özellik taşımaktadır (Reichhelt, 2009).

2.1.4.2. Dindarlık ve maneviyat

Dindarlık ve Maneviyat toplumda trend olma özelliği taşımaktadır. Psikoloji, psikoterapi ve tıp özellikle bu kavramlar üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu kavramlar ayrı ve farklı anlamlarda kullanılmaktadır. Yeni bakış açısında bu iki kavram önemli görülmektedir. Geçmişte ise sağlık psikolojisi dine karşıt görüşler savunmuş, dinin bilimsel olmadığını ve hatta patolojik bir terim olduğunu iddia etmiştir. Kişisel psikoloji ise tam aksine özellikle sipiritualizm kavramı yani maneviyat üzerinde çalışmalar yürütmüş, maneviyatın karmaşık ve bugüne kadar tanımlanmayan bir

yapıya sahip olduğunu, maneviyatın din ve dindarlığa dâhil edilebileceğini ve hatta din ve dindarlığın ötesinde bir özelliğe sahip olduğunu belirtmiştir (MacDonald 2000). Kısacası maneviyat dindarlıktan daha geniş bir yapıya sahip olduğu, tüm ihtiyaç, düşünce ve davranışların içine dâhil edilebileceği bir anlam içermektedir. Maneviyat yaşamın anlamını karşılayabilen bir güce sahip olmaktadır (Elkins, 1988).

Dindarlık ve maneviyatın birbirine bağlanamayacağını hatta benzer bir yapıya sahip olmadığını belirtmişlerdir (Hodge, 2006). İkisinin birçok farklı nedenlerden dolayı benzer olmadıklarını, çünkü ikisinde içeriğinin farklı olduğuna dair açıklamalar bulunmaktadır. Fakat James din ile maneviyatın aynı anlama geldiğini ve dinin görmezden gelindiğini savunmaktadır (Akt. Zinnbauer, 1997). İki kavramın birbiriyle aynı mı yoksa farklı mı kullanıldığına ilişkin değerlendirmeler her biri ayrı başlık altında toplanarak incelenmiştir.

2.1.4.3. Dindarlık

Bir şeye bağlanmak anlamına gelmektedir. Bir iç eğilim olan dindarlık toplulukla birlikte inanç uygulamaları yapıp ancak ayinlerle ifadesini bulmaktadır. Geleneksel dinlerin ritüellerine ve etkinliklerine katılım olarak tanımlanmaktadır. Ritüel ise resmi bir maneviyat ifadesi olmaktadır (Saroglou, 2002).

Modern din psikolojisi içten (gerçek) ve dıştan dindarlığı birbirinden ayırmaktadır. Ruh sağlığı ve dindarlık konularında bir takım çalışmalar yürütülmüş, bu çalışmalardan bireylerin iki türlü dindarlık eğilimi gösterdikleri sonucuna varılmıştır. Dindarlık eğilimi içsel ve dışsal dindarlık tipleri olarak ayrılmakta ve bu alanda yapılan çalışmalarda her bir birey kendini bu iki tip dindarlık içerisinde bir yere koyması gerekmektedir. İçsel dindarlık özellikleri taşıyan bir birey kendisi için sadece dini amaç edinmişken dışsal eğilim gösteren bir dindar ise toplum içerisinde sosyalleşme ve statü elde etme kaygısı taşımaktadır ve bu yüzden dini kendisi için araç olarak kullanmaktadır. Sevgi, saygı, hoşgörü bir başkasına karşı iyi niyet duyma gibi pozitif özellikler gösteren içsel dindarlar, ön yargı ve ayrımcılık yapmaktan uzaktırlar. Dışsal dindarlarda ise bireyler dini, sosyal bir birey olma, güvenlik, teselli ve masumiyet kazanmak için kullanmaktadırlar. Bu anlamda içsel dindarlar öze dışsal dindarlar ise sadece şekle odaklanmaktadırlar (Allport, 1968'den, akt. Güler, 2010).

İçten gelen dindarlarda çok az düzeyde psikolojik sorunlar gözlenmektedir. Dıştan dindarlar yani dışarıdan dayatılan dindarlık özelliklerine sahip olan bireylerde nevrotik kişilik değerleri görüldüğüne dair bulgular elde edilmiştir (Saroglou, 2002). Kişiliğin ve bireysel özelliklerin dindarlığın üzerindeki etkisi araştırılmış, bu alanda yapılan araştırmalarda dinsel sosyalizasyonun etkisi gözlemlenmiştir. Özellikle aile tarafından bireye kazandırılan çevre faktörü görmezden gelinmemelidir. Bir diğer faktörde bireysel farklılıklardır. Bu bireysel farklılıklar bireyin dini inanca yönelmesine yol açmaktadır. Bireyin bağlanma kalitesi, aidiyet duygusu ve emniyette olma ihtiyacı bireysel farklılıklar olarak ele alınmaktadır. Beş faktör modeline göre inceleme yapılırsa, dini inanç, değerler ya da ideolojiler gibi temel kişilik özelliklerinin kültürel uyumu olarak yorumlanmıştır. Uyumluluk özelliği gösterenler, özellikle sosyal eğilimleri olan kişilerdir, bu tip bireylerde dini eğilimlere sahiptirler. İnsan ilişkilerinde pozitif kişisel ilişkiler kurmaktadır. Yine doğruluk özelliğine sahip olan kişilerde daha fazla dini eğilimlere sahiptirler, bu kişiler için hayatın anlamı ve evrenin düzeni gibi sorular merkezdedir. Fakat nevrotik ve dışa dönük kişilerde dindarlık eğilimleri gözlenmemiştir (Saroglou, 2002).

2.1.4.4. Maneviyat

Maneviyatı her çevre farklı tanımlamaya çalışmaktadır, fakat tanımı hakkında tam bir fikir birliğine varılamamaktadır. Maneviyat, kişisel, özel ve daha çok psikolojik anlamlarda kullanılırken, din ve dindarlık daha çok bir toplulukla ilişkilendirilmiştir. Bu yüzden sosyolojik bir terim olarak nitelendirilmektedir. Bu terimin tanımını yapmanın zor olduğunu çünkü maneviyatı tanımlarken ne çok geniş ne de çok dar açıklanabileceğinden bahsedilmektedir. Çünkü her çevrede kendi ihtiyacına göre farklı anlam içeren bir özelliğe sahiptir (Hauf, 2009).

Spiriütalizm olarak bilinen maneviyat ruh ve nefes olarak da tanımlanabilmektedir. Maddeciliğin aksine tamamen rasyonel düşüncenin bir biçimi olmaktadır. Maneviyat yaşamın anlamını, amacını ve bağlılığı merkezine almaktadır. Son zamanlarda maneviyatın dine karşı öznel yaşantıları içerdiği savunulmaktadır. Dinden ayrılan yönü tanrı ile bütünleşme ve bütünlüğe erişme noktasındadır (Hodge, 2006). Fakat bilinçli yaşanan dindarlığın maneviyatın bir biçimi olduğu savunulmaktadır, ayrıca maneviyat din ve varoluşsal huzurla kombine edilmektedir. Varoluşsal anlam arayışı,

sağlık psikologları açısından kendini iyi hissetme ve hastaların yaşam kalitesine olumlu etkisi olduğu yönündedir (Laubmeier, 2004).

2.1.4.5. Dindarlık ve maneviyat arasındaki farklar

Din ve dindarlık tutuculukla ilişkilendirilirken, maneviyat daha çok esnek ve yeniliklere açıklık olarak görülmektedir. Bu anlamda dindarlıkta ortak inanç ve bağlılık ön planda iken, maneviyatta bireysel yaşantılar ön plana çıkmaktadır. Maneviyatta aktif söz konusu olan kendi yaptıklarıdır, kesinlikle pasif bir inançtan uzaktır. Yaşantılar, yaşadıkların ve arayışlar öne çıkmaktadır. Bu yüzden kişisel bakış açısı, değerler ve erdemlerin ve takiben davranışlar belirleyicidir. Dindarlıkta ise geleneksel bir dine ilgi yani ritüelleri, bakış açısı, değerler ve erdemler önceden belirlenmiştir. Yani kişi bağımsız değildir. Maneviyatın olması için kendi içsel bilgeliği takip etmek gerekmektedir. Bireysel kendini gerçekleştirme, bireyin kendi huzuru ile ilişkilendirilmektedir. Maneviyatı bu yüzden öğrenmek ve öğretmek zordur. Söz konusu olan onu yaşamak ve tecrübe edinmek olduğu vurgulanmaktadır (Hütter, 2015).

Ayrıca dinler manevi tecrübeleri kültürel olarak var etme imkânı yaratmaktadır. Örneğin sembollerle, ritüellerle, resimlerle, bu deneyimleri kendi yaşamlarına direkt taşıyabilmek için insanlara yol açmaktadırlar. Din bu anlamda manevi yaşantıları anlamak için biçim veren bir görünüşe sahiptir. Maneviyat daha çok kişisel, bireysel ve yaşantılarla ilişkiliyken, din ya da dindarlık bu karışımı daha çok inancın biçimsel, geleneksel ve kurumsal yönüyle sınırlandırmaktadır. Psikolojide aynı şekilde bu iki kavramı ayırtmaktadır. Dinin biçimsel ve kurumsal olduğunu, maneviyatın ise kişisel ve yaşantılarla ilişkili olduğudur (Hauf, 2009).

Sosyal bilimcilerin bir kısmı ise dindarlık ve maneviyatı genel olarak birbirine bağlı kavramlar olarak değerlendirmektedir ve aynı zamanda kültüre bağlı olarak tanımlanmaktadır. Kısacası dindarlık ve maneviyat ile ilgili tanımlar şöyle sıralanabilir;

1. *Bağlanma ve bağlılığın yaşantıları*
2. *Bağlılığı takip etme süreci*
3. *Kutsal olan bir şeye davranışsal tepki verme*

4. *Düşünce ve inanç sistemleri*
5. *Geleneksel, kurumsal ya da organize olmuş yapılar*
6. *Varlığını kabullenme*
7. *Kutsal olana inanç*
8. *Varoluşsal sorular olarak tanımlanmaktadır (Hill, 2000, akt. Hauf, 2009)*

2.1.4.6. Dini inancın evlilik için önemi

Tüm dini inanışlar evliliği iki insanı bir ömür boyu birbirine bağlayan bir kurum olduğu üzerinde hem fikir olmuşlardır. Eşlerin birbirine karşı sorumluluk taşıyıp, evliliğinin devamlılığı ve birbirine bağlı bir şekilde ilişki sürdürmeleri önemli görülmektedir. Bu nedenle din bir ailenin ayakta kalmasını sağlayan, koruyucu bir özelliğe sahiptir. Fakat modernizmin hızla ilerlemesiyle dinin bu özelliği gittikçe zayıflamıştır, çünkü ilişkiler aile kurma yerine daha çok kısa süreli birliktelikler artmıştır. Ailenin deforme olması birçok araştırmacının dikkatini çekmiş bu yönde bir gelişmenin olduğunu kanıtlar araştırmalar çoğalmıştır. Yapılan araştırmalarda dini değerlere bağlanmayan eşler aile kurmaya sıcak bakmamaktadırlar. Bu da o ilişkinin çok çabuk bitişine neden olmaktadır (Schnor, 2012:230).

Dindar toplum içerisinde yaşayan veya yetişen bireylerin evlilik tabanlı aile içerisinde yaşadıkları ve bu anlamda dini değerlere sahip olmuş bir bireyin evlilik ilişkisinde pozitif yaptırımları olduğu anlaşılmaktadır. Buna karşın dini değerlerin var olmadığı bir aile ortamında yine evliliklerin boşanma riski taşıdığı bilinmektedir. Bu değerlerin oluşmaması da modern yaşam tarzının maalesef dini değerlerin ve normların uygulanmasının zayıf olmasından ileri gelmektedir. Bu tarz yaşam biçimi bireylerin dini gruplara (cemaatlere) katılımında düşüşe uğramasına neden olmaktadır. Zamanla dini değerlerin bu durumda o toplumda yaygınlaşmasını kısıtlamaktadır (Schnor, 2012).

Tüm bu değişikliğe rağmen din her zaman dine kendini adayan kişilerin eylem ve davranışları için önemini korumaktadır. Hatta modern toplum içerisinde yaşasalar bile dini inancı kuvvetli olan bireyler kendi gibi düşünen ve yaşayan bireylerle evlilik yapmayı düşünmektedirler. Onlara göre dini inancı olmayan bireylerin pek anlamı yoktur (Pickel, 2011).

Bu sebeple dini normların etkisi insan ilişkilerinin büyük bir kısmını sınırlandırmaktadır. Özellikle aile ve evlilik üzerinde belirgin bir etkisi olduğu, çünkü evlilik veya aile kavramlarının diğer farklı yaşam alanlarından daha rasyonel bir yapıya sahip olduğu belirtilmektedir (Pickel, 2011).

Bir birlikteliğin veya evliliğin kurulmasında başka etkenlerin yanında dinin etkileri olduğu görmezden gelinmemelidir (Schnor, 2012). Eğer bir kişi için dini inanç hayatında önemli bir yerdeyse, yaşamını inançları doğrultusunda sürdürmek, farklı dini inanca sahip olan ve kendisiyle aynı ölçülerde olmayan biriyle evlenmişse, onun evlilik ilişkisinde sorunlar yaşama olasılığı yüksek olmaktadır. Evlilikte farklılıklar bir kişinin veya ikisinin yaşamasını imkânsız kılmaktadır (Yavuzer, 2010).

Bir diğer konu özellikle eşlerin tanışma ve eş seçimi aşamasında benzer özellikler taşıyan bireylerin daha çekici olduğu yönündedir. Eğer birey uzun vadeli bir ilişki yaşamak istiyorsa kendi diniyle aynı olan biriyle birlikte olma yönünde bir tercih yapmak istemektedir (Hirsch, 2010;12). Dini benzerlik ile ilgili bir araştırmada bilgisayar aracılığıyla çiftler arasında din ve cinsellik hakkındaki düşüncelerin farklı olup olmadığı sorulmuş, buradan benzer düşüncelere sahip olan bireylerin birbirlerine karşı daha çok cinsel çekicilik hissettikleri sonucuna varılmıştır (Hirsch, 2012).

Yine dini duyguları yüksek düzeyde olan bireylerin evlilik uyumları daha yüksek olmaktadır. Bu durumda dini duyguların evliliklerin yürümesinde önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir (Robinson ve Blanton, 1993; Wilson ve Filsinger, 1986'den, akt. Polat). Eğer çiftler evlenmeden önce dini ve benzeri konularda anlaşabılmışlerse evlilik doyumunu yaşamaktadırlar, kısacası evliliğin niteliğinin yüksek olmasında dini inançların yeri büyüktür (Peirono, 2007). Buna karşın dini eğilimleri olan bireylerin evlilik doyumunu, kalitesi ve devamlılığına etkisinin az olduğu tespit edilmiştir (Karney ve Bradbury, 1995).

Ayrıca dini eğilimlere sahip olan bireyler için yaşamlarında normlar ve değerler belirleyici olduğundan bu kişilerde eşini aldatma eğilimi az görülmektedir. Aldatma eğilimi olan ya da eşini aldatmış olan kişilerin dini kurumları çok az ziyaret ettikleri, bu durumun ise kadın ve erkeklerde farklılık göstermediği gözlenmektedir (Schneider, 2014). Çiftlerin kilise yaşamına katılımının sadakat duygusunu çağrıştırdığını, katılımın olmaması durumunda, bireylerin dini eğilimleri düşük

seviyede olduğundan sadakatsizlik duygusu artış gösterir. Kişinin bu nedenle ibadet edilen yerlere katılıp zaman harcamasıyla, sosyal sorumlulukları gelişir ve böylelikle çiftlerin içinde buldukları dini topluluğa göre kendi algı ve davranışları değişim gösterir (Atkins ve Kessel, 2008). İbadethanelere sıklıkla giden erkeklerde sadakatli olma yönünde pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir (Liu, 2000). Aldatmada dini inanç engelleyici bir faktör olsa da kültürel faktörler de önemli bir yer tutmaktadır. Bu yüzden kültürel çalışmalara daha fazla ihtiyaç duyulmaktadır (Duba, 2006'den, akt. Çavuşoğlu).

2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde evlilik yaşam doyumu, ebeveyn ilişki tutumları, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü ile ilgili yapılan bazı araştırmalar sunulmuştur.

2.2.1. Evlilik Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar

Evlilik doyumu konusunda yurtiçinde değişik çalışmalar yapılmasına rağmen Avrupa'da alan yazın incelendiğinde evlilik doyumu ile ilgili araştırmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Çalışmalar ağırlıklı olarak evlilik kalitesi ve devamlılığı üzerinedir. Ülkemizde ve dünyada literatür incelendiğinde evlilik doyumunu yordayan değişkenler olarak duygusal zekâ (Üncü, 2007), cinsiyet rolleri ve psikolojik yardım arama tutumları (Çınar, 2008), bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançlar (Sığırcı, 2010), aldatma eğilimi (Kubat, 2012), güven (Hazan ve Shaver, 1987) ilişkilerdeki güvensizlik (Buss ve Shackelford, 1997), sadakatsizlik (Penke, Asendorf ve Shackelford, 2008), ebeveyn algıları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stilleri (Sarı, 2012), anne baba tutumları (Yıldız, 2013), iletişim çatışmaları (Baran, 2013), ideal benlik ve değer benzerliği (Koçak, 2014), iş-aile çatışması, psikolojik semptomlar ve ebeveynlik yeterlilik algısı (Çulha, 2015), evlilikte stres (Fincham ve Bradbury, 1990), stres ve stresle baş etme yöntemleri (Bodenmann ve Cina, 1999a), evlilik problemleri (Pasch ve Bradbury, 1998), problem çözme (Karney ve Grauer, 2010), kişilik özellikleri (Peirano, 2007), etkileşim tarzları (Nussbeck, Hilper ve Bodenmann, 2012)'nin ele alındığı belirlenmiştir.

2.2.1.1. Yurt içinde yapılan araştırmalar

Üncü (2007) tarafından yapılan duygusal zekâ ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonuçlarında duygusal zekâ ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin pozitif yönde anlamlı olduğu ve duygusal zekâ düzeyi yükseldikçe evlilik doyumunun da arttığı tespit edilmiştir.

Bağlanma stili ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemek üzere yapılan araştırmanın sonuçları incelendiğinde, bağlanma tarzlarının evlilik doyumu ve ilişkilere dair inançlara oranla daha fazla yordadığı, bağlanma tarzlarından yalnız “kaçınmalı bağlanma” tarzının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde etkilediği görülmüştür. Ayrıca ilişkilere dair inançlardan yalnızca “eşler değişmez” şeklindeki inançların evlilik doyumuyla anlamlı ilişkiler bulunmuş ve kaçınmalı bağlanmaya oranla evlilik doyumunu daha güçlü şekilde yordadığı sonucuna varılmıştır (Sığırcı, 2010). Yine Sarı (2012) tarafından evli bireylerin ebeveyn algıları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumu ile ilişkisinin olup olmadığının araştırıldığı çalışmada kaçınmalı ve kaygılı bağlanma stillerinin evlilik doyumunu olumsuz etkilediği görülmüştür. Bununla birlikte Otomatik düşüncelerin evlilik doyumuna olumsuz yönde etkisi olduğu, küçümseyici/kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve cezalandırıcı ebeveyn algılama biçimlerinde kişilerin evlilik doyumlarına negatif etkisi olduğu görülmüştür.

Kubat (2012) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerde aldatma eğilimi ile evlilik doyumu arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmaya 166 evli birey katılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre; aldatma eğiliminin cinsiyete göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin aldatma eğiliminin, kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine evlilik süresi ile aldatma eğilimi arasında olumlu yönde ilişki olduğu görülmüştür. Evlilik süresi arttııkça, aldatma eğiliminin de artış gösterdiği görülmüştür. Aynı şekilde, çocuk sayısı ile aldatma eğilimi arasındaki ilişki de olumlu yöndedir.

Yıldız (2013) tarafından anne baba tutumları ile evlilik doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, algılanan demokratik anne baba tutumu arttııkça evlilik doyumunun da arttığı, algılanan otoriter anne baba tutumu ve algılanan koruyucu-istekçi anne baba tutumunun evlilik doyumunu azalttığı görülmüştür.

Çınar (2008) tarafından cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler araştırılmaya çalışılmıştır. Araştırmada bireylerin evlilik doyumları, toplumsal cinsiyet rolleri ve psikolojik yardım arama tutumları, çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Evlilik doyumu ile cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir farklılık söz konusudur, cinsiyet rolü kadınsı ve androjen bireylerin evlilik doyumları, cinsiyet rolü belirsiz ve erkeksi bireylere oranla daha yüksektir. Kadınların evlilik doyumları cinsiyet rollerine göre anlamlı farklılıklar göstermiştir. Cinsiyet rolü “androjen” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumlarından daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet rolü “kadınsı” ve “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumları, cinsiyet rolü “belirsiz” olan kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur.

Baran (2013) kadınlara verilen iletişim çatışmaları eğitiminin evlilik doyumu üzerinde etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, iletişim çatışmaları eğitiminin kadınların evlilik doyumunu olumlu etkilediği belirtilmiştir.

Koçak (2014) tarafından evli çiftlerde ideal benliğe yönelim ile değer benzerliğinin evlilik doyumu ile ilişkisi araştırılmıştır. Kadınların ideal benliklerine ulaşmalarının evlilik doyumunu, kadınların eşlerinin ideal benliklerine ulaşmalarına yönelik algılarının ise erkeklerin evlilik doyumunu, erkeklerin ideal benliklerinin onaylanmasının ve kadınların eşlerinin ideal benliklerine ulaşmalarına yönelik algılarının çiftlerin evlilik doyumunu olumlu etkilediği sonucu bulunmuştur.

Çulha (2015) tarafından iş-aile çatışması, psikolojik semptomlar ve ebeveynlik yeterlik algısı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre hemşirelerdeki mesleki memnuniyetler, aile-iş çatışması, psikolojik semptom düzeylerinin evlilik doyumunu olumsuz yönde, ebeveynlik yeterlilik algısını ise olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

2.2.1.2. Yurtdışında yapılan araştırmalar

Hazan ve Shaver (1987) güven ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir araştırmada, karşılıklı güven ile evlilik doyumu arasında güçlü bir bağlantının varlığından bahsetmişlerdir. Güven duygusunun yüksek olmasının evlilik doyumunu artırdığı görülmektedir. Aynı şekilde Brand (2007) tarafından kadınlar üzerinde

yapılan bir arařtırmada evlilik doyumu ile aldatma arasında baę olduđuna dair bulgular elde etmiřlerdir. Evlilik doyumu dūřuk olan bireylerde aldatma davranıřının artıř gōsterdiđi belirtilmiřtir. Yine Buss ve Shackelford (1997) evlilik doyumu ile iliřkilerdeki gūvensizlik arasında yaptıkları arařtırmada, bir iliřkide cinsel memnuniyet ile evlilik doyumu arasında pozitif iliřki olduđunu, cinsel doyumu yūksək olan çiftlerin evlilik doyumunun yūksək dūzeyde olduđu gōrūlmūřtur.

Penke, Asendorf ve Shackelford (2008) tarafından yapılan araştırmada da evli bireylerin evlilik doyumu ile sadakatsizlik arasında negatif ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Yine bu çalışmada katılımcıların evliliklerinden memnun olmadıklarını, flōrt etmeyi tercih ettiklerini bu yūzde būyūk oranda aldatmaya hazır olduklarını tespit etmişlerdir.

Pasch ve Bradbury (1998) evlilik problemleri ile evlilik doyumunu incelemiř, memnun olan eřlerin olumlu davranıřlar gōsterdiklerini ve çok az řikāyette bulduklarını, bundan iliřki kalitesi yūksək olan eřlerin birbirlerini destekledikleri ve bu yūzde çok az olumsuz davranıřlara sahip oldukları gōrūlmūřtur. Davranıřların olumlu olmasının evlilik doyumunu olumlu yōnde etkilediđi sonucuna varmıřlardır.

Bradbury ve Fincham (1990), tarafından yapılan araştırmada, elde edilen sonuca gōre, evli bireylerin ۆzellikle evlilik sūresince stres yasayan çiftlerin, mutlu çiftler ile karşılaştırılıp, pozitif olayların etkisini azaltıp, olumsuz olayların etkisini arttırarak nedensel ve sorumluluk yūklemeleri yaptıkları, aynı zamanda stres yasayan çiftlerin olumsuz olayların nedenlerini evliliklerinin geneli üzerinde etkili olduğuna inanırlarken, olumlu olayları ise ۆzel olarak o olayın nedeni olarak gōrdüklerini bildirmişlerdir (Akt. Sığırcı 2010).

Bodenmann ve Cina (1999a) tarafından stres ve stresle bař etme yōntemlerinin beraberliklere olan etkisinin arařtırıldıđı bir arařtırmada, Bu çiftler evlilik doyumu olan, olmayan ve bořanmıř çiftler olarak ū gruba ayrılmıřlardır. Bu arařtırmanın sonucuna gōre, evlilik doyumu yasayan çiftlerin evlilik doyumu yařamayanlara oranla stresin az gōrūldūđū, diđer gruplarda tam tersi bir durum yařandıđı belirtilmiřtir. Evlilik doyumu yūksək olan bireylerin stresle bař ederken birbirlerine duygusal ve destekler nitelikte dayanıřma seğiledikleri gōrūlmūřtur. Bōylelikle stresin azalmasıyla evlilik doyumu artmakta ve evlilik devamlılıđı korunmaktadır.

Schmitt ve Weber (2004) tarafından yapılan araştırmaya katılan bireyler Almanya'nın doğu ve batı bölgesinde yaşan çiftler olup, doğum yılları 1950 ile 1952 arasında değişmektedir. Araştırmada orta yaşlardaki evli çiftlerin evlilik doyumunu etkileyen faktörler incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, kadınların erkeklere oranla daha düşük düzeyde evlilik doyumunu yaşadıkları tespit edilmiştir. Doğu Almanya erkek ve kadınlarının evlilik doyumunu için birlikte aktivitelere yönelmenin önemli olduğunu buna karşın Batı Almanya'daki çiftler içinse aktivitelerin yanında kişilik ve desteğin evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir. Fakat kültürel farklılığın veya toplumsal farklılığın evlilik doyumunu yordamadığı sonucuna varılmıştır.

Peirano (2007) tarafından yapılan kişilik özelliklerinin evlilik doyumunu ve eşler arasındaki iklim etkilerinin araştırıldığı çalışmada; hassas-duygusal-stabil olmayan kişilik özelliğine sahip olan çiftler ile yapıcı-çatışma çözme özelliğine sahip olan bireylerde evlilik doyumunu yüksek düzeyde görölmüştür. Çekici-duygusal kişilik özelliğine sahip olan bireylerde evlilik doyumunu açısından ne olumlu ne de olumsuz yönde etkileri olduğu tespit edilmiştir. Birçok demografik değişkenler ile evlilik doyumunu arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır. Hassebrauck (1996) tarafından yapılan bir araştırmada benzer düşünce ve beklentilerin ve aynı zamanda benzer kişilik özelliklerinin evlilik doyumunu etkilediği belirtilmiştir.

Karney ve Grauer (2010) tarafından yapılan bir araştırmada yeni evli çiftler üzerinde yürütölmüş olup, problemlerle baş etme ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bireylere kendi problemlerini nasıl aştıkları sorulmuş ve farklı cevaplar almışlardır; çiftler evlilik sorunları hakkında ne kadar karmaşık düşünelere sahipseler o oranda problemlerini tartıştıkları zaman daha etkili çözebildiklerini göstermişlerdir. Bu yüzden daha fazla pozitif daha az negatif davranışlar sergilemişlerdir. Bu şekilde problemlerini çözen eşlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Nussbeck, Hilper ve Bodemann (2012) tarafından yapılan araştırmada, çiftlerin kendi etkileşim tarzıyla ilişki doyumunu ve ayrılma düşüncesini etkileyip etkilemediği araştırılmıştır. Yaşam doyumunun ilişki doyumuyla olumlu yönde, ilişkinin süresi, cinsiyet ve yaş değişkenleriyle olumsuz yönde etkilendiği sonucuna varmışlardır. Stresli yaşam ile ilişki doyumunu arasında negatif ilişki olduğu yani ne kadar çok stres yaşanırsa o kadar az ilişki doyumunu yaşandığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda hem

olumlu hem de olumsuz davranış biçimlerinin ilişki doyumuyla ilişkili olduğu, düzeyli bir davranış biçiminin ilişki doyumu için önemli bir kriter olarak görülmesi, araştırmaya katılan bireylerde daha az ayrılma düşüncesinin hakim olduğu sonucuna varmışlardır.

Alan yazın incelendiğinde ülkemizde ve dünyada evlilik doyumu ile ilgili çalışmalar ağırlıklı olarak güven/ sadakat, iletişim tarzları, stres, bağlanma stilleri, cinsellik ve anne baba tutumları gibi konularla ilişkilendirilmiştir. Bunların dışında evlilik doyumu ile bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkilere bakıldığında çalışmalarda elde edilen bulgular şu şekildedir, (Çınar, 2008) tarafından yapılan çalışmada evlilik doyumu ile cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır Çetin (2010) cinsiyet ve yaşın evlilik doyumunu yordamadığını belirtmiştir. Yine (Çağ ve Yıldırım, 2013) cinsiyet, çocuk sayısı, evlilik süresi gibi değişkenlerin evlilik doyumunu yordamadığını belirtmişlerdir. (Sarı, 2012) cinsiyetin ise evlilik doyumu ile bir ilişkisi olmadığına dair bulgular elde edilmiştir. Schmitt ve Weber (2004) araştırmalarında kadınların erkeklere oranla daha düşük düzeyde evlilik doyumu yaşadıklarını tespit etmişlerdir. (Kubat, 2012) yaptığı çalışmada evlilik doyumu ile çeşitli değişkenlerin ilişkilerini incelemiş, maddi durum, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerinin, evlilik doyumuyla anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna varmıştır. Buna göre, maddi durum ile evlilik doyumu arasında pozitif, evlilik süresi ve çocuk sayısındaki artış ile evlilik doyumu arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Nussbeck, Hilper ve Bodemann (2012) tarafından yapılan araştırmada, evlilik doyumunun ilişkinin süresi, cinsiyet ve yaş değişkenleriyle olumsuz yönde etkilendiği sonucuna varmışlardır. Kısacası demografik değişkenlerde özellikle cinsiyet, yaş, evlilik süresi ve çocuk sayısının evlilik doyumunu yordamadığı belirtilmiş olsa da bazı çalışmalarda bu durum farklılık göstermiştir. Özellikle cinsiyet değişkenine göre, erkeklerin kadınlara oranla evlilik doyumlarının yüksek çıktığı görülmüştür. Bu nedenle tüm bu değişkenlerle ilgili kesin bir yargıya ulaşmak oldukça zordur.

2.2.2. Algılanan Ebeveyn İlişkisi ile İlgili Araştırmalar

Algılanan ebeveyn ilişkisi ile ilgili hem yurt içinde hem de yurt dışında yapılmış birebir uyan herhangi bir araştırmaya ratlanılmamaktadır. Fakat ebeveynlerin bizleri

ilişki tutumlarının dışında farklı noktalarda da etkilediği bilinmektedir, bu yüzden alanyazında ebeveynlerimizle ilişkili değişik çalışmalar ele alınıp bu bölümde incelenmeye değer görülmüştür. Yurt içinde ve yurt dışında alanyazın incelendiğinde, ebeveynlerle ilişkilendirilen değişkenler mizaç özellikleri (Yalçın, 2014), duygusal özerklik ve empati (Çelik, 2015), benlik saygısı, yalnızlık düzeyleri ve bağlanma stilleri (Ünlü, 2015), iletişim becerileri (Talibzade, 2015), sosyal uyum (Erdemir, 2015), evliliğe dair düşünceler (Coleman ve Ganong, 1984), iletişim türü (Eichoff ve Zinnecker, 2000; Engel ve Thurmaier, 2002; Kreppner, 1996), kuşaklararası etkileşim ile birliktelik (Kaiser, 2003), birliktelikten aile kurma ve baba olmanın anlamı (Tölke, 2004), evlilik ve boşanmaya dair düşüncelerin (Miles ve Servaty-Seib, 2010; Stechauner, 2012) ele alındığı belirlenmiştir.

2.2.2.1 Yurt içinde yapılan araştırmalar

Yalçın (2014) ergenlerde mizaç özelliklerinin ve ebeveyn kabul-reddinin yıkıcı davranışlar üzerine etkisini araştırmışlardır. Araştırmada incelenmek istenen zor mizacı/ olumsuz tepkiselliği fazla olan ergenlerin ebeveynlerin kabul ve reddinden iyi ve veya kötü anlamda nasıl etkilendiği ve bunun sonucunda yıkıcı davranışların ne ölçüde ortaya çıktığı üzerinedir. Araştırma sonucuna göre, algılanan ebeveyn reddi arttıkça yıkıcı davranışların da arttığı, algılanan sıcaklık arttıkça yıkıcı davranışların azaldığı belirtilmiştir ve algılanan reddin ve sıcaklığın cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Bununla birlikte algılanan anne reddinin yıkıcı davranışların görülme sıklığını arttırdığı bulunmuştur. Fakat algılanan anne sıcaklığının artması durumunda yıkıcı davranışların görülme sıklığının azaldığı sonucuna varılmıştır.

Çelik (2015) tarafından algılanan ebeveyn kontrolü ile ergenin iyi oluşu arasındaki ilişkide duygusal özerklik ve empatiyi incelemiştir. Araştırmada ebeveyn den algılanan psikolojik kontrolün anlamlı düzeyde duygusal özerklik düzeyini açıkladığı da bulunmuştur. Psikolojik kontrolün ergenin duygusal yönden özerkliğini olumsuz yönde, yani algılanan kontrol düzeyi arttıkça anne babadan duygusal olarak özerk olma durumunun azaldığı sonucu bulunmuştur. Yine ebeveyn kontrol davranışlarının iyi oluşu açıklaması aşamasında empatinin anlamlı bir etkisinin olmadığı belirtilmiştir.

Ünlü (2015) tarafından 140 ebeveyn boşanmış 19 yaş üzeri bireylerin benlik saygısı, yalnızlık düzeyleri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, benlik saygısı, bireyin annesi babası boşandıktan sonra hayatına devam ettiği kişiye göre bir farklılık gösterdiği anlaşılmıştır. Annesi babası boşandıktan sonra annesiyle kalanların benlik saygıları en yüksek olduğu belirtilmiştir. Ayrıca Talibzade (2015) tarafından boşanmış veya evli olan ebeveynlere sahip olan ergenlerle iletişim becerilerinin karşılaştırıldığı çalışmada; boşanmış aile çocuklarında akademik, davranışsal, psikolojik ve sosyal problemler görülme oranı boşanmamış ailelere göre daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Katılımcıların sosyoekonomik durumu, eğitim ve ilerideki evlilik kaliteleri açısından değerlendirildiğinde olumsuz yönde etkilendiğine dair sonuçlar elde edilmiştir.

Erdemir (2015) tarafından yapılan araştırmada çocukların sosyal uyum davranışlarının sorun olup olmamasının anne baba depresyonuyla ilişkisi incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara bakıldığında, sosyal uyum ile anne baba depresyonu arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca depresyonda olan anne babaların çocuklarının davranışsal ve duygusal anlamda çeşitli sorunlar yaşamadıkları görülmektedir. Kızların da erkeklere oranla sosyal uyum düzeylerinin ve 2009 doğumlu olan çocukların diğer çocuklara oranla sosyal uyum düzeylerinin artmış olduğu görülmektedir. Bununla birlikte anne babanın yaşları ile çocukların sosyal uyumsuzlukları arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Yurt içinde yapılan araştırmalar genel olarak incelendiğinde, ebeveynlerden anne reddinin ergenlerde yıkıcı davranışlara sürüklediği, ebeveynlerin psikolojik olarak onları kontrol etmelerinin olumsuz algılandığı, boşanmalardan sonra çocukların benlik saygısında değişiklik olduğu, akademik başarıda farklılık gösterdikleri tespit edilmiştir. Depresyonda olan anne babaların çocukları da duygusal ve davranışsal sorunlar yaratmadığı belirtilmiştir.

2.2.2.2. Yurt dışında yapılan araştırmalar

Coleman ve Ganong (1984), aile yapısının (boşanmış veya evli ebeveyne) sahip olan bekâr ve genç yetişkinlerin evlilik hakkında düşüncelerinin incelendiği bu araştırmada; aile yapısının bireylerin evlilik hakkındaki düşünceleri üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı, buna karşın yalnızca anne ve üvey babayla yaşayan

bireylerin boşanmaya ilişkin olumlu düşüncelere sahip oldukları, bu durumun sadece baba ve üvey anneyle yaşayan çiftler için geçerli olduğu belirtilmiştir.

Stechauner (2012) araştırmasında ebeveyn evlilik ilişkisinin genç yetişkinlerin evlilik ve boşanmaya dair düşüncelerini etkileyip etkilemediğini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, özellikle boşanmış ailelerden gelen genç yetişkinlerin algılanan ebeveyn ilişkisinin kötü olduğu veya karmaşık olduğu algısı onların evliliklere olumsuz baktıklarını gözlemlemiştir. Buna ek olarak kadınların erkeklere oranla algılanan ebeveyn ilişkisinden daha fazla etkilendikleri, boşanmış ailelere sahip olan erkeklerin ise algılanan ebeveyn çatışma davranışının onların boşanmaya daha eğilimli olduklarına neden olduğu görülmüştür. Ayrıca mutsuz ailelerden gelen erkeklerin kadınlara oranla evlilik hakkında olumsuz, boşanmaya dair olumlu düşüncelere sahiptirler. Bu durum mutlu beraberlikleri olan ebeveynlere sahip bireylerde görülmemektedir. Yine benzer bir araştırma Miles ve Servaty-Seib (2010) tarafından yapılmış, araştırmada öğrencilerin boşanma ve evliliğe bağlılık hakkındaki düşüncelerin gelecekte yaşayacakları birlikteliklere yansıtıp yansıtmayacakları sorulmuştur. Ayrılmış veya boşanmış ebeveynlere sahip olan bireylerin evlilik sürecinde çok düşük düzeyde bağlılık yaşadıkları ve evlilik bağı olan ebeveynlere sahip olan çocuklara oranla boşanmaya daha sıcak baktıkları sonucuna varmışlardır. Yani evlilikle ilgili düşüncelerin bir kısmını bireyin önyargıları oluşturduğu ve böylelikle aileden gelen bu önyargıları kendi ilişkisine taşıdığı belirtilmiştir.

Kreppner (1996), çocukların kendi ailelerinde kendilerini iyi hissetmelerinde iletişimin türü ve iletişimin çocuklar için anlamının ne olduğunun incelendiği araştırmaya 9 ila 14 yaşındaki çocuklar katılmıştır. Çocuklara ailelerindeki iletişimin şeklinin nasıl olması gerektiği sorulmuştur. Alınan cevaplara göre, kendilerini iyi hissetmelerinin ancak ebeveynlerle güvenli ilişki ve aile içerisinde kendilerini iyi olarak tanınıp tanınmadıklarına bağlı olduğunu ifade etmişlerdir. Bu anlamda çocukların kendilerini iyi hissetmeleri ebeveynlerin ve kardeşlerin algılanan ilişki kalitesiyle ilişkili olduğuna bağlıdır. Çocuğun aile içerisinde kendini iyi hissetmesinde iletişimin önemli olduğu ve bununla birlikte, ebeveynlerle geçirilen zaman, ailenin sosyalliği, sevgi ve ortak faaliyetlerin olması durumunda gerçekleşmektedir. Bu da çocukların sosyal-duygusal yönden gelişimine olumlu katkı sunmaktadır. Yine Eichhoff ve Zinnecker (2000) tarafından ebeveynlerle iletişimin çocukların gelişimi üzerindeki etkisi araştırılmış, bu çalışmada da çocuklar

için aile kavramı önemli görüldüğünden onlarla kurulan kişisel ilişkinin olumlu yönde olması ve bununla birlikte ebeveynler tarafından anlaşılma, kabul edici hissedilmek ve ebeveynlerin rehber olan kişiler olarak görüldüğü belirtilmiştir. Aynı zamanda ebeveynlerin koruyucu özelliğinin olduğu, onlarla ortak bir şeyler yapmak, dayanışmacı olmaları, uyumlu bir aile hayatının toplamı olarak değerlendirildiği görülmüştür.

Engel ve Thurmaier (2002) yaptıkları araştırmada birlikteliklerde ve ailede iletişimin önemini incelemişlerdir. Evlilik kalitesinin kötü olmasının iletişim sorunlarıyla bağlantılı olduğu, bunda aile tarafından kazanıldığı, çünkü sorunlu ailelerde çocuklar strese maruz kalmakla birlikte, bu rahatsız edici iletişim biçimini üstlenerek örnek aldıklarını tespit etmişlerdir. İyi bir evlilik yaşamının eğitim ve sosyalleşme sürecinde öğrenildiği sonucuna varmışlardır.

Kaiser (2003) araştırmasında kuşaklararası etkileşim ile birliktelik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilen araştırma bulgularına göre; çocuğun eğitiminde ebeveynlerin kişilik özelliklerine bağlı olduğunu tespit etmiştir. Ebeveyn ile olumsuz bağın nevrozizm boyutuyla en yüksek düzeyde, uyumlulukla en düşük düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Dışadönük kişiliğe sahip ebeveynler ile kendini kontrol ve tolerans boyutları arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucu bulunmuştur.

Tölke (2004), ailenin mesleki biyografisi ve birliktelikten aile kurma ve baba olmanın anlamı üzerine yapılan araştırmasında, aile içerisinde yetişkinliğe kadar yaşanan duygusal ve yakın ilişkiler evlilik ve aile kurma sürecinin oluşması veya aile kurmayı etkilediği, ebeveynlerden birinin ölümü veya ayrılığın yine aile kurma düşüncesini etkilediği, çocuk sahibi olmanında ebeveynlerden birinin ölümünden sonra ertelendiği, ayrıca bir kız kardeşle birlikte büyümenin verdiği tecrübelerin aile kurma isteğini desteklediğini tespit etmiştir.

Alanyazın incelendiğinde ülkemizde ve dünyada ebeveynlerle ilgili çalışmalar ağırlıklı olarak iletişim türü, algılayış biçimlerinin etkileri, boşanmanın evliliğe dair düşünceleri ve etkileyiş biçimleri ele alınmıştır. Özetle ebeveynlerin çocukların gelişiminde boşanmış ve evli olmalarının arasındaki farkı açıklayıcı sonuçlara ulaşılmıştır.

2.2.3. Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Araştırmalar

Psikolojik dayanıklılık konusunda yurtiçinde yapılan çalışmaların yurt dışında yapılan çalışmalara oranla daha kısıtlı olduğu görülmektedir. Ülkemizde ve dünyada alan yazın incelendiğinde psikolojik dayanıklılığı yordayan değişkenler olarak yaşam doyumu (Tümlü ve Receptoğlu, 2013), demografik değişkenler (Sezgin, 2012), boşanma (Altundağ, 2013), yalnızlık (Kılıç, 2014), madde kullanımı (Gökçen, 2015), tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlık (Erdoğan, 2015), risk grubundaki çocuklar (Werner, 2005), sorunlarla baş etme (Marinschek, 2010), beş kişilik faktörü Szelang, 2014), kişilik özellikleri (Kekeisen, 2014), post travmatik olaylar (Döllinger, 2014), stresle baş etme (Patzelt, 2014)'nin ele alındığı belirlenmiştir.

2.2.3.1. Yurt içinde yapılan araştırmalar

Sezgin (2012) ilköğretimdeki öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmanın sonucuna bakıldığında, öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet, branş, yaş ve mesleki kıdem değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Ele alınan tüm demografik değişkenler ile öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Tümlü ve Receptoğlu (2013) psikolojik dayanıklılık ile yaşam doyumu arasında ilişkinin olup olmadığını incelemiştir. Elde edilen bulgulara göre, yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Özellikle kadın öğretim elemanlarının erkek öğretim elemanlarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Yine bekar olan öğretim elemanları ile evli olan öğretim elemanları arasında yüksek düzeyde farklılık olduğu görülmüştür.

Altundağ (2013) araştırmasında, anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yaşam doyumu ve yalnızlık düzeylerinin yordayıcı etkisinin olup olmadığını incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, boşanmış ebeveyne sahip olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, yaşam doyumu ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre bir farklılık göstermemektedir. Sadece kız öğrencilerin okul desteği puanının daha yüksek çıktığı görülmüştür. Ebeveyni boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi pozitif yönde, psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle yalnızlık arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Aynı

zamanda ebeveyni boşanmış ergenlerde psikolojik dayanıklılık, yalnızlık ve yaşam doyumu düzeylerinde, arkadaş sayısı ya da kardeş sayısı arasında farklılık bulunmamıştır.

Kılıç (2014) tarafından üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiler bazı değişkenlere göre incelenmiştir. Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Aynı zamanda gelecekte umutlu olma algısı ile de psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Gökçen (2015) tarafından madde kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile madde kullanma ve kullanmama arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Devamında, madde kullanan öğrencilerin anne ve babası hayatta olanlarda daha yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak ebeveynlerin hayattta olması, bu öğrencilerin psikolojik dayanıklılığını desteklemektedir.

Erdoğan (2015) tarafından Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlığın psikolojik dayanıklılık ile ilişkisini araştırdığı çalışmada; dini yönelimleri içten gelen öğrencilerde psikolojik dayanıklılıkla pozitif yönde, kendini dindar olarak gören öğrencilerse az dindar olarak görenlere oranla pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Son olarak da psikolojik dayanıklılık düzeyleri yüksek olan öğrencilerin Allah'ın bağışlayan, seven ve kullarına merhametli olan algısının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

2.2.3.2. Yurt dışında yapılan araştırmalar

Werner (2005) tarafından havaii adalarında yaşayan Kauai adındaki çalışması 40 yıl boyunca sürmüştür. 680 civarında çocuğun incelendiği araştırmada, örneklem grubu olarak ailesinde psikolojik sorunları olanlar, anne-baba arasında sorun yaşayan çocuklar, doğumdan dolayı çeşitli komplikasyon yaşayanlar ve sürekli yoksulluk içinde büyüyen çocukların psikolojik, sosyal ve biyolojik risk faktörlerinden etkilenip etkilenmediklerini araştırmıştır. Küçük yaşlarda çocuk sahibi olan ve zihinsel engelle dünyaya gelen çocuklarda sağlık sorunlarının gelişme olasılığı yüksek görülmüş, ailesinde yani ebeveynlerinden birinde alkolizm sorunu olan orta

yaşlara geldiklerinde olumsuz sonuçların görülme durumu tespit edilmiştir. Bununla birlikte stresli yaşam olaylarına maruz kalan çocukların diğer çocuklara göre sağlık problemleri yaşadıkları sonucuna varmıştır.

Marinschek (2010) 18 ila 25 yaş arasında değişen 375 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmada, bazı insanların olumsuz olaylara karşı psikolojik dayanıklılığı güçlü bir şekilde kullandıkları, bunu nasıl başardıkları, bu mekanizmanın doğuştan mı yoksa sonradan öğrenilip öğrenilmediği sorusunu sorarak araştırmıştır. Sonuçlara göre, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre değişmediği, yaş gruplarına göre (18-25 yaş) anlamlı bir değişiklik olmadığı görülmüştür. Ayrıca bu araştırmada, biyolojik faktörlerin psikolojik dayanıklılık üzerinde etkisi EKG ile ölçülmeye çalışılmış, psikolojik dayanıklılığı olan bireylerle olmayan bireyler karşılaştırılmıştır. Bulgularda EKG sonucuna göre iki grup arasında bir farklılık olmadığı, verilen irkilme uyarısına daha çok psikolojik dayanıklılığı olmayan bireylerin yoğun bir şekilde tepki verdikleri tespit edilmiştir.

Szelang (2014) psikolojik dayanıklılık ile beş kişilik faktörü ve çeşitli kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sağlıklı bireyler ile kontrol grubu olan kronik hastalar arasındaki psikolojik dayanıklılık düzeylerinin karşılaştırıldığı bu araştırmaya, 196 kişi katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, psikolojik dayanıklılık ile kendini gerçekleştirme, iyimserlik ve sosyal destek arasında pozitif yönde, yüksek düzeyde ilişki varken, dini inanç ile arasında en düşük pozitif ilişki bulunmuştur. Anksiyete, gerginlik, sevinç ve gereklilik değişkenleri arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ve aynı zamanda, beş kişilik faktörlerinden dışa dönüklülük, sorumluluk, tecrübe, açıklık ve uyumluluk arasında olumlu yönde bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır.

Kekeisen (2014) çalışmasında genel popülasyonda psikolojik dayanıklılık faktörlerinin şekillenmesini incelemiştir. Araştırmasında hangi kişilik özellikleri dışsal desteklenen sistem ve bir kişinin sosyo-demografik özelliklerinin psikolojik dayanıklılık sürecine katkı sağladığı ve stresle baş etmeye yardımcı olduğu sorulmuştur. Katılımcılara dağıtılan testlerde bu soru yöneltilmiştir. 212 kişi tarafından verilen cevaplarda psikolojik dayanıklılık ile dışa dönüklülük ve açıklık arasında olumlu yönde, uygunluk ve nevrozizm arasında negatif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde sosyal destek ile pozitif ilişki olduğu, fakat dindarlık arasında ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Yine demografik değişkenler ile psikolojik

dayanıklılık arasında herhangi bir ilişkinin olup olmadığının bakıldığı araştırmada, özellikle ekonomik gelir ve eğitim düzeyi arasında negatif yönde bağ kurulmuştur.

Döllinger (2014) tarafından posttravmatik olaylar karşısındaki psikolojik dayanıklılık koruma faktörlerinin etkisinin araştırıldığı çalışmada, tüm faktörlerden ziyade, en önemli görülen faktörlerin etkisi incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, sosyal destek ile post-travmatik olaylar arasında negatif yönde, sosyal destek ile iyimserlik arasında pozitif yönde ve post-travmatik olaylar ile iyimserlik arasında olumlu yönde ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca kendini gerçekleştirme ve sosyal desteğin bu çalışmada koruyucu etkisinin olmadığı tespit edilmesi, post-travmatik olaylara etkisinin olmadığı görülmüştür. Bunun dışında karşılaştırılan iki grubun arasında, yani sorun odaklı ile kaçınmalı başa çıkma stratejileri kullanan bu gruplardan, sorun odaklı başa çıkma stratejisi kullanan acil servis çalışanları ile post-travmatik olaylar arasında negatif ilişki olduğu, aksine kaçınma stratejisini kullanan acil servis çalışanları ile post-travmatik olaylar arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Fakat bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır.

Patzelt (2014) araştırmasında psikolojik dayanıklılık ile işyerindeki stresle baş etme ve fiziksel/psikolojik stres semptomları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilen bulgulara göre, psikolojik dayanıklılık ile işyerindeki stresle baş etme arasında negatif yönde, psikolojik dayanıklılık ile fiziksel/psikolojik stres semptomları arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Yine psikolojik dayanıklılık ve iş yerinde stresle baş etmede kullanılan rahatlatıcı tekniklerin incelendiği fakat bu tekniklerin psikolojik dayanıklılık üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı anlaşılmıştır. Aynı zamanda bu teknikler psikolojik dayanıklılığın etkisinin fiziksel ve psikolojik stres semptomlarını bastırmak için kullanılmış ama yine bu tekniklerinin bir faydasının olmadığı tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde ülkemizde ve dünyada psikolojik dayanıklılık ile ilgili çalışmalar ağırlıklı olarak stresle ve sorunlarla baş etme, kişilik özellikleri ve demografik değişkenlere göre ele alınmıştır. Psikolojik dayanıklılığın özellikle stresle baş etmede etkili olduğu hemen hemen tüm çalışmalarda görülmüştür.

2.2.4. Dinsel İnanç Gücü ile İlgili Araştırmalar

Dinsel inanç gücü (dindarlık) konusunda yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir. Ülkemizde ve dünyada alan yazın incelendiğinde psikolojik dayanıklılığı yordayan değişkenler olarak psiko-sosyal faktörler (Bahadır, 1999), evlilik doyumu (Hünler, 2002), evlilik doyumu, kişilik özellikleri ve bağışlama (Atçeken, 2014), umutsuzluk (Yavuz, 2009), eşcinsellik (Kıraç, 2013), zihin sağlığı unsurları (Salsman ve Carlson, 2004), hastalıklarla baş etme (Sicher ve Targ, 1998; Koenig, 2000b), psikolojik iyi olmayı etkileyen faktörler (Bartkowiak, 2008), yaşam doyumu (Merkel, 2012), psikolojik dayanıklılık (Javanmard, 2013'den akt. Brüchner, 2011) ve depresyon (Smith ve ark. 2003)'nın ele aldığı belirlenmiştir.

2.2.4.1. Yurt içinde yapılan araştırmalar

Bahadır (1999) yaptığı çalışmada hayatın anlam kazanmasında psiko-sosyal faktörler ile din arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, yüksek düzeyde dindarlığa sahip olanların aynı zamanda anlamlılık düzeylerinin de yüksek olduğu görülmüştür. Yani psiko-sosyal isteklendirme etkenleri ile dindarlık arasında pozitif yönde ve hayatla mücadele etme ile dindarlık arasında olumlu yönde ilişkiler olduğuna dair bulgular elde edilmiştir.

Hünler (2002) tarafından hem evlilik doyumu hem de evlilik problemlerinin çözümünde dindarlığın etkisinin olup olmadığı incelendiği araştırmada alınan sonuçlara göre, dindarlığın evlilik doyumu üzerinde etkisinin olduğu fakat problemleri çözmede dindarlığın etkili arabulucu rolü taşımadığı belirtilmiştir. Yine Atçeken (2014) tarafından dindarlık, evlilik doyumu ve kişilik özelliklerinin bağışlama ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, dindarlığın sadece intikam ile olumsuz yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte, yaş ile dindarlık arasında ilişki olduğunu yani dindarlık düzeyinin yaş ile artış gösterdiğine dair bulgular elde edilmiştir. Çünkü erken yetişkinlerde dindarlık düzeyi yüksek seviyeye çıkmıştır. Bununla birlikte dindarlık ile bağışlama arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Yavuz (2009) yaptığı araştırmada 18-25 yaş üniversite gençliğinde dini inançlar ve dua ile umutsuzluk kavramlarını incelemiştir. Buna göre dini inanç ile umutsuzluk değişkenleri arasında negatif yönde, yine imanın şartları olan Allah, ahiret ve kadere iman ile umutsuzluk değişkenleri arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Tanrı inancı ile umutsuzluk arasında en yüksek düzeyde ilişkinin olması, dua etme ile umutsuzluk arasında olumsuz yönde bir iliğişim olduğunu göstermektedir. Ayrıca araştırmada kız öğrencilerin inançlarının erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğunu bulduğu bu sonucunda onların erkeklere oranla daha umutlu olduklarını göstermiştir.

Kıraç (2013) eşcinsellikle ilgili dini-psikolojik algılar ve maneviyat arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kendilerini eşcinsel olarak kabul eden grupların, dine pek yakın olmadıkları, aksine eşcinsel yönelimlerini kabul etmede sorun yaşayan grupların ise daha dindar olduklarını, ama çok fazla anlamsızlık duygusu içerisinde olduklarını belirtmişlerdir. Bu durum onların dini kimliği ile cinsel kimliği arasında uzlaşmanın olmadığını göstermiştir. Büyük bir çoğunluğun cinsel kimliğin ya da eşcinselliğin doğuştan geldiğini savunurken diğer taraftan dinin bu kimliğe karşı olumsuz baktığını düşündükleri belirtilmiştir.

Yurtiçinde yapılan bu araştırmalardan elde edilen sonuçlar özetlenirse, dini inancın varlığı bireylerde psiko-sosyal isteklendirme ve evlilik doyumunu ile olumlu ilişkileri bulunduğuna dair bulgular elde edilmiştir. Dini inancın yaş ilerledikçe yükseldiği, özellikle bayanların dini inancının erkeklere oranla daha fazla olduğu görölmüş fakat dini kimlik ile eşcinsel kimlik arasında uzlaşma olmadığı tespit edilmiştir.

2.2.4.2. Yurt dışında yapılan araştırmalar

Sicher ve Targ (1998) araştırmalarında iki farklı grup dediğimiz tedavi ve kontrol grubunu kurmuşlardır. 37 erkek ve 3 Aids'li kadın üzerinde yürüttükleri çalışma 10 hafta kadar sürmüştür. Bu araştırmaya farklı dine mensup bireyler (Hristiyan, Yahudi, Budist ve şaman) katılmıştır. Tedavi grubu manevi (spiritüel) olarak tedavi edilmişlerdir. Amaç, hastalık sürecinde kontrol grubu ile tedavi grubu arasında farklılığı tespit etmektir. Elde edilen sonuçlara göre, bağışıklık sisteminin gücünün göstergesi olan yardımcı hücrelerin sayısında herhangi bir değişiklik olmamıştır. Ancak dua eden bireyler, yani bu şekilde tedavi görenlerde ikincil bir enfeksiyon

daha az görüldüğü, doktora ve hastaneye daha az sıklıkta gittikleri gözlenmiştir. Ne doktorlar ne de hastalar kimin hangi gruba gittiklerini bilmedikleri halde dua eden grubun daha iyimser olduğunu değerlendirmişlerdir. Özetle hastalığın iyileşme sürecinde manevi gücün etkisinin olumlu düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Benzer bir çalışma Koenig (2000b) tarafından yapılmış, hastalıklarla baş etmede, fiziksel ve ruhsal hastalıklar sürecinde ve hastaların yaşam kalitesi açısından dindarlığın etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Hastalar üzerinde yapmış olduğu çalışmada, fiziksel sağlık ve kişisel inanç arasında (tanrı inancı) pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Yani inançlı olan bir kişinin daha sağlıklı olduğu, çünkü stres ve hastalıklarla baş etmek için çok fazla strateji geliştirdiği, yaşam memnuniyeti olduğu ve sonuçta en yüksek düzeyde yaşamdan beklenti içerisinde olduğu yorumlanmıştır (Akt. Hauf, 2009).

Salsman ve Carlson (2004) araştırmalarında dindarlığın boyutlarıyla zihin sağlığının unsurları arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, imanda olgunluk ile depresyon, paranoya ve bazı psikolojik hastalıklar arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Dini olgunluk içselleştirilmişse psikolojik hastalıkların azaldığı görülmüştür. Bununla birlikte araştırmada, ‘olgun bir imanın hem zihin sağlığı hem de fiziki sağlık üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır’ (Akt. Ayten, 2004).

Bartkowiak (2008) araştırmasında psikolojik iyi olmayı etkileyen faktörleri dindarlık ve maneviyatla ilişkilendirmiştir. Yapılan araştırmanın sonucunda, dindar kişilerin ebeveynleri tarafından sıkı bir dini eğitime tabi tutuldukları görülmüştür. Ayrıca dini eğitim verilirken ebeveynlerden hangisinin daha baskın olduğu veya etkili olduğu araştırılmış fakat bununla ilgili anlamlı sonuçlar bulunamamıştır. Sadece evde dini eğitime ağırlık verilmesiyle çocukların bu yönde eğilim gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Bununla birlikte dini inanç gücünün sıkıntılarla baş etme ve kendini iyi hissetme arasında herhangi ilişkisi olmadığı görülmüştür. Yine kişilik boyutlarından hislerini vugulayan ve duygusal kontrole sahip olan kişilerde dindarlık ilişkisi kurulmuş, aralarında negatif yönde ilgileşim olduğu görülmüştür.

Merkel (2012) çalışmasında dindarlıkla yaşam doyumu arasında ilişki olup olmadığına bir karşılaştırma yapmıştır. Bangalore ve Varanasi’deki çalışan anneleri karşılaştırmıştır. Bangalore’deki annelerin yaşam doyumu ile dindarlık arasında pozitif yönde, Varanasi’deki kadınların ise aksine yaşam doyumları ile dindarlık

arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Bu durumda Bangalore'deki annelerin dini düşünceleri bilişsel süreçlerle yorumlayıp anlam verdikleri ve onların zor olan yaşam koşullarına rağmen baş etme becerilerini geliştirip yaşamlarına anlam katmaya katkı sağladıkları görülmüştür.

Javanmard (2013) yaptığı çalışmada dini inançlar ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Elde edilen bulgulara göre, psikolojik dayanıklılık ile dini inançların uygulanması arasında olumlu yönde ilişki olduğu görülmüştür (Akt. Brüchner, 2011).

Smith, McCullough ve Poll (2003) dindarlık ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Tüm araştırmalarda elde ettiği bulgulara göre, oldukça güçlü ve belirgin olan dindarlarda daha az düzeyde depresif semptomlar yaşandığı görülmüştür. Ayrıca dindar insanlarda depresyonun az görülmesi intihar etme girişimlerinin düşük düzeyde olmasına, bu anlamda dindarlık ile intihar etme düzeyleri arasında negatif ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Yurt dışında yapılan çalışmalar özetlenirse; dini inancın özellikle bağışıklılık sistemini güçlendirdiği, hastalıklarla baş etmede arbulucu olduğu görülmektedir. Ayrıca dini inancın psikolojik dayanıklılığı desteklediği ve psikolojik hastalıkların sıklığını azalttığı sonucuna varılmıştır. Dindar bireylerde depresif semptomların dindar olmayan bireylere oranla daha az sıklıkta olduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve veri analiz teknikleri tanımlanacaktır.

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, ebeveyn ilişki tutumu algı düzeyi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelemektedir. Araştırma karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modelleri, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. İlişkisel çözümleme iki türlü yapılır. Bunlar, korelasyon türü ilişki ile karşılaştırma yolu ile elde edilen ilişkilerdir. Korelasyon türü ilişki aramalarda değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri, birlikte bir değişme varsa, bunun nasıl olduğu öğrenilmeye çalışılır. Karşılaştırma yolu ile ilişki belirlemede de en az iki değişken vardır. Bunlardan birine (sınanmak istenen bağımsız değişkene) göre gruplar oluşturulur, öteki (bağımlı) değişkene göre aralarında bir farklılaşma olup olmadığına bakılır (Karasar, 2010: 81-84).

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkiler ilişkisel tarama modeli çerçevesinde incelenmiştir. Ayrıca evli bireylerin evlilik yaşam doyumunun cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir.

3.2. ÇALIŞMA GRUBU

Bu araştırmanın çalışma grubu İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde oturan 314 evli bireyden oluşmaktadır. Çalışma grubunda yer alan yaşları 17 ile 69 arasında değişen bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırmanın Çalışma Grubunun Özellikleri

	Cinsiyet		Medeni Durum			Evlilik Biçimi			
	Kadın	Erkek	Boşanmış	Evli	Evli ama ayrı yaşayan	Görücü Usulü	Anlaşma	Akraba	Diğer
N	193	120	24	276	14	56	237	7	14
%	62	38	8	87	5	18	75	2	5
Boş veri	1								

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada evli bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu (EK 1), evlilik doyumuna ilişkin bilgiler Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (EK 2), algılanan ebeveyn ilişkisine yönelik veriler Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği (EK 3), psikolojik dayanıklılığa ilişkin veriler Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (EK 4), dinsel inanç gücüne ilişkin veriler Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği (EK 5) kullanılarak toplanmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda çalışma grubunda yer

alan bireylerin cinsiyetini, yaşını, medeni durumunu ve evlenme biçimini belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır (Ek1).

3.3.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği

Araştırmada Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından yaşam doyumunu ölçmek için geliştirilen ve Johnson, Zabriskie ve Hill (2006) tarafından evlilik yaşam doyumunu ölçmek için uyarlanan ve Çelik (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan evlilik yaşam doyumunu ölçeği kullanılmıştır. Evlilik yaşam doyumunu ölçeği 5 maddeden oluşan 7'li (*kesinlikle katılmıyorum*= 1, *kesinlikle katılıyorum*= 7) likert tipi ve tek boyutlu bir ölçektir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin tüm maddelerinden alınan puanlar toplanarak evlilik yaşam doyumunu puanı elde edilmektedir ve ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 5 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar evlilik yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir (Çelik, 2015).

Ölçeğin Türkçeye uyarlandığı ve psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmada, ölçeğin geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen modelin kabul edilebilir uyum indeksleri verdiği görülmüştür. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ($X^2= 7,08$, $N= 329$, $SD= 5$, $p= 0.21$) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= .036, AGFI= .97, CFI= 1.00, IFI= 1.00, RFI= .99, GFI= .99 ve SRMR= .013 olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı $\alpha= .85$ olarak bulunmuştur (Çelik, 2015). Araştırmalarda kullanılacak ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyinin .60 olduğu (Büyüköztürk, 2010) dikkate alınırca, ölçeğin güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğu söylenebilir. Bu sonuçlar dikkate alındığında bu araştırmada kullanılan Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinin bu araştırmada kullanılacak, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülebilir.

3.3.3. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği

Araştırmada Çelik ve Öziş (2016) tarafından evli bireylerin algılanan ebeveyn ilişkisini ölçmek için geliştirilen Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği kullanılmıştır. Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeği 35 maddeden oluşan 4'lü (*kesinlikle katılmıyorum*= 0, *tamamen katılıyorum*= 3) likert tipi ve beş boyutlu (otoriter, ilgisiz, koruyucu, demokratik, bağımlı) bir ölçektir. 1-3. maddeler otoriter, 4-12. maddeler ilgisiz, 13-18. maddeler koruyucu, 19-30. maddeler demokratik, 31-37. maddeler bağımlı tutumu ölçmektedir. Ölçek alt boyutlara ilişkin puan vermektedir. Her bir alt boyuttan alınan yüksek puanlar bireyin o boyuta ilişkin algılanan ebeveyn ilişkisi tutumu düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Çelik ve Öziş, 2016).

Ölçeğin geçerliği kapsam ve yapı geçerliği teknikleri ile incelenmiştir. Algılanan ebeveyn ilişkisi ölçeğinin kapsam geçerliği için uzman görüşleri alınmış, yapı geçerliği için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde temel bileşenler faktör çözümlemesi ile varimax döndürülmüş faktör çözümlemesi teknikleri kullanılmıştır. Ölçeğin faktör yapısı anne ve baba açısından iki ayrı açımlayıcı faktör analizi yapılarak belirlenmiştir. Ölçeğin uygun faktör sayısını belirlemek için çizgi grafiği (screeplot), kaiser kriteri ve faktör çözümlemesinin sonuçları değerlendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach Alpha formülü kullanılmış ve madde analizi için de ölçek maddelerine ilişkin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. Yapı geçerliği için yapılan AFA sonucu ölçeğin anne formunun toplam varyansın % 60.77'sini açıkladığı baba formunun da toplam varyansın %60.07'sini açıkladığı bulunmuştur. Ayrıca faktör analizi sonucu ölçeğin hem anne hem de baba formunun 37 madde ve 5 faktörden (otoriter, ilgisiz, koruyucu, demokratik ve bağımlı) oluştuğu tespit edilmiştir. Ölçeğin hem anne hem de baba formuna ait faktör yükleri incelendiğinde maddelerin faktör yüklerinin anne formunda .56 ile .89 arasında sıralandığı ve baba formunda .53 ile .82 arasında sıralandığı görülmektedir. Ölçeğin anne formuna ait faktörlerinin (otoriter= .80, ilgisiz= .88, koruyucu= .83, demokratik= .95 ve bağımlı= .88) ve baba formuna ait faktörlerinin (otoriter= .73, ilgisiz= .89, koruyucu= .81, demokratik= .95 ve bağımlı= .86) iç tutarlılık katsayıları ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğuna işaret etmektedir (Çelik ve Öziş, 2015). Bu sonuçlar dikkate alındığında bu araştırmada kullanılan Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeğinin bu araştırmada kullanılabilir, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülebilir.

3.3.4. Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Araştırmada evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek için veriler Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher ve Bernard (2008) tarafından geliştirilen Akın, Sahranç, Turan, Akın, Kaya ve Ercengiz (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan Kısa psikolojik dayanıklılık ölçeği kullanılmıştır. Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği 6 maddeden oluşan 5'li (*hiç katılmıyorum*= 1, *tamamen katılıyorum*= 5) likert tipi ve tek boyutlu bir ölçektir. Ölçekte 2, 4, 6. maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçeğin ters kodlanan maddeleri ters kodlandıktan sonra tüm maddelerinden alınan puanlar toplanarak psikolojik dayanıklılık puanı elde edilmektedir ve ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 6 ile 30 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar psikolojik dayanıklılığın yüksek olduğunu göstermektedir (Akın ve diğerleri, 2014).

Ölçeğin Türkçeye uyarlandığı ve psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmada, ölçeğin geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen modelin kabul edilebilir uyum indeksleri verdiği görülmüştür. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür ($X^2= 6.44$, $SD= 5$, $RMSEA= .031$, $CFI= .99$, $GFI= .99$, $SRMR= .028$). Bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı $\alpha= .66$ olarak bulunmuştur (Akın ve diğerleri, 2014). Bu sonuçlar dikkate alındığında bu araştırmada kullanılan Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin bu araştırmada kullanılabilir, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülebilir.

3.3.5. Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği

Araştırmada evli bireylerin dinsel inanç gücü düzeylerini belirlemek için veriler Planteve Boccaccini (1997) tarafından geliştirilen Akın ve diğerleri (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşan 4'lü (*kesinlikle katılmıyorum*= 1, *tamamen katılıyorum*= 4) likert tipi ve tek boyutlu bir ölçektir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin tüm maddelerinden alınan puanlar toplanarak bireyin dinsel inanç gücü puanı elde edilmektedir ve ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 10 ile 40 arasında

değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar dinsel inanç gücünün yüksek olduğunu göstermektedir (Akın ve diğerleri, 2014).

Ölçeğin Türkçeye uyarlandığı ve psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmada, ölçeğin geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen modelin kabul edilebilir uyum indeksleri verdiği görülmüştür. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür ($X^2= 74.61$, $SD= 32$, $RMSEA= .060$, $CFI= .97$, $IFI= .97$, $NFI= .94$, $GFI= .96$, $SRMR= .034$). Bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı $\alpha= .87$ olarak bulunmuştur (Akın ve diğerleri, 2014). Bu sonuçlar dikkate alındığında bu araştırmada kullanılan Santa Clara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği'nin bu araştırmada kullanılabilir, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu düşünülebilir.

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen verilerin analizi “SPSS for 20.0 windows” paket programı kullanılarak bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Bağımsız değişken düzeyi iki olan değişkenlere göre evlilik yaşam doyumu puan ortalamaları arasındaki farkların önem kontrolü bağımsız gruplara uygulanan t-testi ile yapılmıştır. Varyansların homojen olup olmadığına göre ilgili t değeri dikkate alınmıştır. Varyansların homojen olup olmadığı ise Levene istatistiği ile belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyonlar ise Pearson Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR, TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölüm araştırmanın hipotezleri doğrultusunda yapılan analizlerin detaylı sonuçlarını içermektedir. Her bir araştırma sorusuna ilişkin elde edilen bulgular sırasıyla ele alınacaktır:

4.1. EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK YAŞAM DOYUMU, ALGILANAN EBEVEYN İLİŞKİSİ, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE DİNSEL İNANÇ GÜCÜ ARASINDAKİ İLİŞKİLERE İLİŞKİN BULGULAR, TARTIŞMA VE YORUM

Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyondan elde edilen bulgular Tablo 2’de gösterilmektedir.

Tablo 2. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu, Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
EYD1													
AOT-.10	1												
AİT -.09	.34	1											
AKT.00	.20	.06	1										
ADT.13	.13	-.18	.67	1									
ABT.06	.13	.26	.40	.41	1								
BOT-.03	.53	.19	.18	.19	.17	1							
BİT -.16	.26	.76	.01	-.18	.22	.25	1						
BKT-.04	.23	.06	.77	.60	.37	.18	-.01	1					
BDT.09	.17	-.16	.60	.87	.35	.12	-.23	.70	1				
BBT-.01	.16	.31	.30	.26	.76	.08	.21	.47	.41	1			
DİG .11	-.05	.10	.08	.02	.12	-.08	.01	.10	.08	.16	1		
PD .20	-.01	-.12	-.03	.06	-.04	-.03	-.14	.01	.07	.01	-.09	1	
X	25.46	4.87	7.17	10.61	24.64	9.26	5.22	9.02	10.54	23.53	8.80	31.21	18.96
SS	7.73	2.99	7.00	4.94	10.44	5.62	2.80	7.73	4.83	10.26	5.73	7.54	4.12

EYD: Evlilik Yaşam Doyumu, AOT: Anne Otoriter Tutum, AİT: Anne İlgisiz Tutum, AKT: Anne Koruyucu Tutum, ADT: Anne Demokratik Tutum, ABT: Anne Bağımlı Tutum, BOT: Baba Otoriter Tutum, BİT: Baba İlgisiz Tutum, BKT: Baba Koruyucu Tutum, BDT: Baba Demokratik Tutum, BBT: Baba Bağımlı Tutum, DİG: Dinsel İnanç Gücü, PD: Psikolojik Dayanıklılık

Tablo 2'ye göre evli bireylerin evlilik yaşam doyumu ile algılanan ebeveyn ilişkisi arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Tablo 2 incelendiğinde, algılanan anneye yönelik demokratik tutum düzeyinin evlilik yaşam doyumu ($r= .13$) ile pozitif, babaya yönelik ilgisiz tutum düzeyinin evlilik yaşam doyumu ($r= -.16$) ile negatif ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca dinsel inanç gücü ile algılanan anneye yönelik bağımlı ($r= .12$) ve babaya yönelik bağımlı ($r= .16$) tutum arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine psikolojik dayanıklılık ile algılanan babaya yönelik ilgisiz tutum ($r= -.14$) arasında negatif ilişki görülmüştür. Son olarak da dinsel inanç gücü düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu ($r= .11$) ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu ($r= .20$) arasında pozitif ilişki olduğu görülmektedir.

Yapılan korelasyon sonucunda, algılanan ebeveyn ilişkisi tutumlarından anneye yönelik demokratik tutum algısı ve babaya yönelik ilgisiz tutum algısı ile evlilik yaşam doyumu arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonucu bulunmuştur. Anneye yönelik demokratik tutum algısına sahip olan evli bireylerin daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları, babaya yönelik ilgisiz tutum algısına sahip olan evli bireylerin ise daha düşük düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür.

Dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelendiğinde dinsel inanç gücü ile psikolojik dayanıklılık düzeylerinin evlilik yaşam doyumunu arttırdığı görülmektedir. Ayrıca, diğer değişkenler olan dinsel inanç gücü ve algılanan ebeveyn ilişkisi arasındaki ilişkiler araştırılmış, dinsel inanç gücüne sahip olan evli bireylerin anneye ve babaya yönelik bağımlı tutum algısının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Dinsel inanç gücüne sahip olan evli bireylerin ebeveyn açısından anneye ve babaya yönelik bağımlı tutum algısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Nelsen, (1981) eşlerin uyumu, ortak duygu, birbirine bağlı olma ve sahiplenme duygusunun yüksek düzeyde olması durumunda mutlu bir evliliğin işareti olarak kabul edilebileceğini belirtmektedir. Dolayısıyla anne baba ilişkisinde uyumsuzluğun varlığı, çocuklar üzerinde dini inancın düşük düzeyde olmasına neden olabileceği belirtmektedir (akt. Aybey, 2015). Aile bağlarının değeri kişinin dini inanç ve tercihlerinde belirleyici olmaktadır (Aybey, 2015). Dinlere baktığımızda da evlilik ilişkisinde özellikle

islamiyette karı koca ilişkilerinde hep bağımlılık tutumu vurgulanmıştır. İslam dinine göre eşler tarafından yapılan her eylemden her iki tarafın aynı sorumluluğu taşıdığı bilinmektedir. Bu anlamda evli bireylerin bağımlılık algısı dinlerin karı-koca ilişkisine bakışından dolayı ileri gelebilir. Çünkü bir toplum değer ve kültürden etkilendiği gibi dinlerden de etkilenecek ilişki sistemini oluşturmaktadır. Bu nedenle bu araştırmada dini inanç gücü ile ebeveyn ilişkisinin bağımlı olarak algılanması arasında pozitif yönde ilişki bulunmuş olabilir.

Yapılan korelasyon sonucunda, evli bireylerin dini inanç gücü ile algılanan ebeveyn ilişkisi açısından anneye ve babaya yönelik bağımlı tutum algısı arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Buna göre, ailede anneye ve babaya yönelik bağımlı tutum algısına sahip olan bireylerin dini inancının yüksek olduğu söylenebilir.

Psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve ebeveyn ilişki tutum çeşitleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, babaya yönelik ilgisiz tutum ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür. Çocuğun psikolojik ve sosyal gelişiminde ve biçim almasında ebeveynlerin birbiriyle olan ilişki türü örnek alınmaktadır. Aile içinde ilgisiz davranış biçimleri sağlıklı ve sorunlu bir aile ortamının gelişimine yol açmaktadır (Duyan, 2000). Burada özellikle ailenin çocuğun psikolojik dayanıklılığında babaya yönelik ilgisiz tutumla bir ilişkisi olduğuna dair bulgunun varlığı babanın çocuklar için koruyucu-güven verici özelliğinden kaynaklanmaktadır. Aslında bu sonuçla psikolojik ve sosyal anlamda babanın rolünün etkili olduğu sonucu bulunmuştur. Ailenin çocuğun psikolojik sağlamlılığı açısından etkili olacağı (Çataloğlu, 2011), ailede ilgisiz bir tutum içerisinde olmak onun koruyucu, güven verici ve birçok psikolojik süreçlerden yoksun olacağı anlamına gelmektedir. Bu araştırmada algılanan ebeveyn ilişkisi olan babaya yönelik ilgisiz tutum algısı ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre babaya yönelik ilgisiz tutum algısı yükseldikçe bireylerde psikolojik dayanıklılık düzeyi düşmektedir. Özetle babaya yönelik ilgisiz tutum algısına sahip olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha düşük olduğu belirtilebilir. Ayrıca, ebeveyn ilişki tutumlarından olan otoriter ve koruyucu tutum algılarının yapılan korelasyon analizinde diğer değişkenlerle ilişkili olup olmadığı araştırılmış fakat bu değişkenler ile aralarında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

4.2. EVLİLİK YAŞAM DOYUMUNUN CİNSİYET AÇISINDAN İNCELENMESİNE İLİŞKİN BULGU, TARTIŞMA VE YORUM

Tablo 3. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doymu Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin T Testi Tablosu

	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t	p
Evlilik Yaşam doyumu	Kadın	193	24,7720	8,21202	-2.01	.04
	Erkek	120	26,4917	6,76744		

Sd= 311

Tablo 3’de cinsiyet değişkeni açısından evli bireylerin, evlilik yaşam doyumu düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tabloya bakıldığında, kadın ve erkek evli bireyler arasında evlilik yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($t=2.01$). Erkek evli bireylerin ($\bar{X}=26.50$, $Ss=6.77$) kadın evli bireylere ($\bar{X}=24.78$, $Ss=8.21$) göre daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür.

T testi sonucunda; kadın ve erkek evli bireyler arasında evlilik yaşam doyumu açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Erkek evli bireylerin kadın evli bireylere göre daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür. Alanyazında evlilik doyumu ile cinsiyet değişkenini inceleyen pek çok araştırmaya rastlanmaktadır.

Bu alanda Tezer (1996) yaptığı çalışmada evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeni arasında herhangi bir ilişki olmadığını belirtmiştir, devamında (Çınar, 2008; Hamamcı, 2005a; Acar, 2005; ve Lippitt, 2005) araştırmalarında benzer sonucu elde etmişlerdir (akt. Çetin, 2010). Yine Çetin (2010) tarafından yapılan araştırmada, cinsiyet değişkeninin evlilik doyumunu yordamadığı sonucuna varılmıştır. Fakat bu sonuçların aksine, Üncü (2007); Gökmen, (2001); Başat, (2004) yaptıkları çalışmalarda evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki olduğunu

tespit etmişlerdir. Bu araştırmalardan elde edilen sonuçlara göre erkeklerin kadınlara oranla evlilik doyum düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir.

(nc, 2007; Gökmen, 2001 ve Başat, 2004) yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeni ile evlilik doyumunu arasında vardıkları sonuca benzer bir sonuç bizim çalışmamız da da görülmüştür. Erkeklerin evlilik doyumlarının yüksek çıkması, kadının toplumsal rolü ve görevleriyle ilişkilendirilebilir. Çünkü kadın özellikle Türk toplumunda hem ev işleri hem de çocukların bakımını üstlenmektedir. Bununla birlikte dışarıda çalışarak ev ekonomisine destek olmaya çalışmaktadır. Ev işleri ve sorumluluklarından kurtulan kadının evlilikten daha fazla doyum aldığı görülmektedir. Aynı zamanda ev işlerinin dışında kadın, çocukların bakımından sorumlu olmaktadır (Taşköprü, 2013). Erkekler ocuklarla kadınlara kadar ilgilenmediklerinden, dolayısıyla evlilik ilişkilerinden daha fazla doyum almaları mümkün olabilir. Buna göre araştırmanın çalışma grubunda yer alan erkek evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu düzeylerinin kadın evli bireylere göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

4.3. EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK YAŞAM DOYUMU, DİNSEL İNANÇ GÜCÜ VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİNE İLİŞKİN BULGU, TARTIŞMA VE YORUM

Evli bireylerin evlilik yaşam doyumunun dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık tarafından yordanıp yordanmadığını belirlemek için regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi yapılmadan önce veriler regresyon analizi için gerekli olan sayıtlar açısından değerlendirilmiştir. Bu bağlamda öncelikle örneklemde “doğrusallık” ve “normallik” sayıtlarının zedelenmesine neden olabilecek çok değişkenli uç değerler olup olmadığını anlamak amacıyla her bir birey için Mahalanobis uzaklık değerleri saptanmış ve bu değerler $p < .001$ anlamlık düzeyi ölçüt alınarak örneklemde uç değerlerin olup olmadığı incelenmiş ve örneklemde “doğrusallık” ve “normallik” sayıtlarının zedelenmesine neden olabilecek uç değerin olmadığı görülmüştür. Ayrıca, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı da VIF (Varyans Artış Faktörleri Yöntemi) ve CI

(Kosullu Endeks Sayıları Yöntemi) değerleri incelenerek belirlenmiştir. Alanyazında VIF değerinin 10'dan ve CI değerinin 30'dan küçük olmasının bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığını gösterdiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Bu bağlamda, araştırmanın veri setinin regresyon analizi için gerekli olan sayıtları karşılayıp karşılamadığına ilişkin yapılan analiz sonucu verilerin regresyon analizi için gerekli sayıtları karşıladığı anlaşılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4' te sunulmuştur. Araştırmanın verilerine ilişkin yapılan tüm bu incelemeler sonucu dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılığın evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu regresyon analizinin yapılmasına karar verilmiştir.

Tablo 4. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumu Düzeylerinin Dinsel İnanç Gücü ve Psikolojik Dayanıklılık ile Yordanmasına İlişkin Regresyon Tablosu

	<i>B</i>	<i>B</i> Standart hata	β	<i>F</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i>	<i>R</i> ²	VIF	CI
Sabit	14.19	2.79			5.08	.000				
Dinsel İnanç Gücü	.12	.06	.12	8.73	2.23	.02	.23	.05	1.01	7.32
Psikolojik Dayanıklılık	.38	.10	.21		3.71	.000			1.01	13.81

Bağılı Değişken= Evlilik Yaşam Doyumu

Tablo 4 incelendiğinde regresyon analizi sonuçları görülmektedir. Sonuçlar incelendiğinde, dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılığı anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. ($R= .23$, $R^2= .05$, $F= 8.73$, $p<.05$) değişkenlerin evlilik yaşam doyumunu ile tek tek ele alındığında, regresyon eşitliğinde dinsel inanç gücünün ($\beta= .12$; $p <.05$) ve psikolojik dayanıklılığın ($\beta= .21$; $p<.05$) evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Dinsel inanç gücü ile psikolojik dayanıklılık düzeylerinin evlilik yaşam doyumunu ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. İki değişkenin bir arada evlilik yaşam doyumunu açıklama oranı %05'dir. ($F= 8.8$, $p<.05$). İki değişken arasında evlilik yaşam doyumunu

üzerinde en fazla etkiye sahip olan değişken ise psikolojik dayanıklılık olduğunu söylemek mümkündür ($\beta = .39$; $p < .05$).

Regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında evli bireylerin dinsel inanç gücü düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu arasında pozitif ilişki olduğu bulunmuştur. Hünler (2002) tarafından yapılan araştırmada dindar olan bireylerin evlilik doyumuna olumlu etkisi olduğu sonucu bulunmuştur. Yine Wilson ve Filsinger (1986) yaptıkları araştırmada benzer sonuçlara rastlanılmıştır. Dindar olan bireylerde uyumluluk düzeyleri yüksek olduğu, bununda evlilik doyumu açısından önemli kriter olarak değerlendirildiği belirtilmiştir (Akt. Polat, 2006). Ayrıca çeşitli dönemlerde evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalarda dindarlık ile evlilik doyumu arasında pozitif ilişkiler kurulmuştur (Yılmaz, 2015). Dinin kişilerin hayatlarında yaşadıkları olumsuz olaylar karşısında koruyucu etkisi vardır. Bu özelliğinden kaynaklı bireylerin evliliklerinde yaşadıkları çatışma ve sıkıntılarla baş etme noktasında arabulucu etkisi olabileceği düşünülebilir. Bu anlamda dini inancı olan insanlarda merhamet ve hoşgörünün varlığı bireylerin evlilik ilişkilerine olumlu yansiyabilir. Buna göre dinsel inanç gücü yüksek düzeyde olan bireylerin evlilik yaşam doyumlarının da yüksek olduğu söylenebilir.

Diğer değişkenler olan psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile evlilik yaşam doyumu arasında pozitif ilişki olduğu bulunmuştur. Adler'inde belirttiği gibi ruhsal olarak sağlıklı olan birey hayatında dört temel faktöre bağlıdır, bunlar aşk, meslek, toplum ve evliliştir. Evlilikten alınan doyum, yaşamdan alınan doyum açısından belirleyici özelliğe sahiptir (Adler, 2000'den akt. Özen, 2010). Yaşamdan doyumun elde edebilmesi ancak kişinin psikolojik olarak sorunlara gösterdiği dayanıklılık sonucunda açığa çıkabilir.

Yukarıda da belirtildiği gibi psikolojik dayanıklılık becerisini en iyi şekilde kullanan bireyler yaşamlarında ya da evlilik ilişkilerinde doyum yaşamaktadırlar. Araştırmada elde edilen bulgu psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Psikolojik dayanıklılık Leppert, Koch, Braehler ve ark, (2008)'inin belirttiği gibi sorun ve çatışmalarda koruyucu özelliğe sahiptir, aynı zamanda sorunlarla baş etme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu da bireylerin evlilik doyumu için en büyük engel olarak görülen sorun çözme ve anlaşma yetisinin ortaya konulması olarak değerlendirilebilir. Buna göre, psikolojik

dayanıklılığı güçlü olan bireylerde evlilik doyumu düzeyinin yüksek olduğu söylenebilir.

4.4. EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK YAŞAM DOYUMU İLE ANNE DEMOKRATİK VE BABA İLGİSİZ TUTUM ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİNE İLİŞKİN BULGU, TARTIŞMA VE YORUM

Tablo 2’de sunulan korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde evli bireylerin evlilik yaşam doyumu ile algılanan ebeveyn ilişkisi ölçeğinin alt boyutlarından anne demokratik ve baba ilgisiz tutum alt boyutlarının ilişkili olduğu görülmektedir. Bu nedenle regresyon analizi ile sadece bu iki tutumun evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu yordama gücü incelenmeye çalışılmıştır. Regresyon analizi yapılmadan önce veriler regresyon analizi için gerekli olan sayıtlar açısından değerlendirilmiştir. Bu bağlamda öncelikle örnekleme “doğrusallık” ve “normallik” sayıtlarının zedelenmesine neden olabilecek çok değişkenli uç değerler olup olmadığını anlamak amacıyla her bir birey için Mahalanobis uzaklık değerleri saptanmış ve bu değerler $p < .001$ anlamlık düzeyi ölçüt alınarak örnekleme uç değerlerin olup olmadığı incelenmiş ve örnekleme “doğrusallık” ve “normallik” sayıtlarının zedelenmesine neden olabilecek uç değerlerin olmadığı görülmüştür. Ayrıca, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı da VIF (Varyans Artış Faktörleri Yöntemi) ve CI (Kosullu Endeks Sayıları Yöntemi) değerleri incelenerek belirlenmiştir. Alanyazında VIF değerinin 10’dan ve CI değerinin 30’dan küçük olmasının bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığını gösterdiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Bu bağlamda, araştırmanın veri setinin regresyon analizi için gerekli olan sayıtları karşılayıp karşılamadığına ilişkin yapılan analiz sonucu verilerin regresyon analizi için gerekli sayıtları karşıladığı anlaşılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5’te sunulmuştur. Araştırmanın verilerine ilişkin yapılan tüm bu incelemeler sonucu algılanan ebeveyn ilişkisi ölçeğinin alt boyutlarından anne demokratik ve baba ilgisiz tutum alt boyutlarının evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu yordama gücünü belirlemek için çoklu regresyon analizinin yapılmasına karar verilmiştir.

Tablo 5. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumunu Düzeylerinin Ebeveyn İlişki Tutumu Algısı İle Yordanmasına İlişkin Regresyon Tablosu

	B	Standart hata	Standart β	F	t	p	R	R ²	VIF	CI
Sabit	24.68	1.31			18.85	.000				
Anne Demokratik Tutum	.08	.04	.11	5.64	1.92	.04	.19	.04	1.03	2,63
Baba İlgisiz Tutum	-.13	.06	-.14		-2.36	.01			1.03	6,29

Tablo 5 incelendiğinde regresyon analizi sonuçları görülmektedir. Sonuçlar incelendiğinde, anneye yönelik demokratik tutum algısı ile babaya yönelik ilgisiz tutum algısının evlilik yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R = .19$, $R^2 = .04$, $F = 5.64$, $p < .05$). Bu değişkenler evlilik yaşam doyumunu yordama gücü açısından tek tek ele alındığında, regresyon eşitliğinde anneye yönelik demokratik tutum algısı ($\beta = .11$; $p < .05$) ve babaya yönelik ilgisiz tutum algısının ($\beta = -.14$; $p < .05$) evli bireylerin evlilik yaşam doyumuyla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Anneye yönelik demokratik tutum algısı evlilik yaşam doyumunu ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Babaya yönelik ilgisiz tutum algısının ise evlilik yaşam doyumunu ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. İki değişkenin bir arada evlilik yaşam doyumunu açıklama oranı %04'dür ($F = 5.64$, $p < .05$). İki değişken arasında evlilik yaşam doyumunu üzerinde en fazla etkiye sahip olan değişken ise babaya yönelik ilgisiz tutum algısının olduğunu söylemek mümkündür ($\beta = -.14$; $p < .05$).

Regresyon analizi sonucunda da evlilik yaşam doyumunu ile algılanan ebeveyn ilişkisi arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Algılanan ebeveyn ilişkisi olan anneye yönelik demokratik tutum algı düzeyinin evlilik doyumunu ile pozitif, babaya yönelik ilgisiz tutum algı düzeyinin evlilik doyumunu ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu durumda aile içerisinde anne baba tutumları çocukların huzurlu ve sağlıklı eğitilmelerinin yanı sıra kendi davranış biçimleriyle düzen sağlayan ve özerklik katan bir yapıyı oluşturduğu görülmektedir. Bu da sadece

demokratik ve eşitlik veren bir aile ortamında sağlanmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1998). Bununla birlikte demokratik tutum ile ilgisiz veya ihmalkar tutum içerisinde olan ebeveyleerin çocuklarının karşılaştırıldığı çalışmalara bakıldığında ilgisiz tutum sergileyen ailelerin çocuklarının dezavantajlı durumda oldukları, demokratik tutumdaki gibi sevgi, saygı, anlayışlı olma ve insan ilişkilerinde sıkıntı yaşadıkları görülmüştür (Kuzgun, 1990). Yine buna yönelik (Ulusoy, 2005, akt. Yapıcı, 2010)'un yaptığı bir araştırmada ilgisiz tutum ile çocuklarda aile içerisinde duygusal ve davranışsal sorunların daha fazla olduğu ve aynı zamanda anne baba evlilik ilişkisinde geçimsizlik problemlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu özelliğe sahip olan anne baba davranış biçimlerinde anneye yönelik demokratik tutumun varlığını algılayan evli bireylerin kendi evlilik yaşam doyumunu yüksek düzeyde görme olasılıkları normaldir. Çünkü bireylerin aile ortamında anneye veya kendisine karşı demokratik tutum içerisinde olmaları onların yetiştirilme ve gelişim süreçlerinde kendi kişilik yapılarına ve ilişkilerine ve hatta evlilik ilişkisine olumlu katkısı olabilir.

Maalesef alanyazında evlilik doyumunu ile algılanan ebeveyn ilişkisi arasında yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanılmamaktadır. Fakat Yıldız (2013) tarafından evlilik doyumunu ile anne-baba tutumları arasında ilişkinin incelendiği görülmektedir. Elde edilen sonuca göre, evli bireylerin evlilik doyumunu ile demokratik anne-baba tutumları arasında anlamlı ilişki olduğu belirtilmektedir. Demokratik tutum arttıkça evlilik doyumunun artmış olduğu görülmüştür. Bu sonuç, anneye yönelik demokratik tutum algısıyla evlilik yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye benzerlik gösterebilir.

Korelasyon ve regresyon analizleri sonucunda, ebeveyn ilişki tutumlarından anneye yönelik demokratik tutum algısı ve babaya yönelik ilgisiz tutum algısı ile evlilik yaşam doyumunu arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonucu bulunmuştur. Anneye yönelik demokratik tutum algısına sahip olan evli bireylerin daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları, babaya yönelik ilgisiz tutum algısına sahip olan evli bireylerin ise daha düşük düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür. Buna göre anneye yönelik demokratik tutum algısının evlilik yaşam doyumunu arttırdığı, babaya yönelik ilgisiz tutum algısının ise evlilik yaşam doyumunu azalttığı söylenebilir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇ

Araştırmada evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü ve cinsiyet değişkenleri açısından incelenmeye çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırmada şu sonuçlar elde edilmiştir.

1. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumları cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Erkeklerin kadın evli bireylere göre daha yüksek düzeyde evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür.
2. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu algılanan ebeveyn ilişkisine göre farklılık göstermektedir. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu algılanan ebeveyn ilişkisi olan anneye yönelik demokratik tutum ile pozitif yönde babaya yönelik ilgisiz tutum ile negatif yönde ilişki bulunmuştur.
3. Evlilik yaşam doyumu ile dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Ayrıca evli bireylerin dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri evlilik yaşam doyumunu yordamaktadır.
4. Dinsel inanç gücü yüksek olan evli bireylerde anneye ve babaya yönelik bağımlı tutum algısı yüksek düzeyde bulunmuştur.
5. Psikolojik dayanıklılık ile algılanan ebeveyn ilişki tutumlarından babaya yönelik ilgisiz tutum algısı arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur.

5.1.1. Özet

Tüm bu alt problemlerden elde edilen bulgulara genel bir yorum getirmek mümkündür. Evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü düzeyleri arasında anlamlı bulgular elde edilmiştir. Evli bireylerin dinsel inanç gücü ile ebeveyn ilişki tutumları arasında anlamlı ilişki olması beklenen bir sonuçtur. Çünkü dinin kadın ve erkeğe bağımlıdır anlayışı söz konusudur. Bireylerin anne ve babaları arasında bağımlılık tutumu dinin bu anlayışından ileri gelebilir. Bağımlılık tutumu algısına sahip olan bireylerde bu anlamda dini inancın yüksek düzeyde ilişkili olması doğaldır. Din eşlerin kendi aralarında yaptıkları her eylemden karı kocanın eşit düzeyde sorumludur algısından kaynaklı olabilir.

Bir diğer alt problem olan babaya yönelik ilgisiz tutum ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çocuk ebeveynlerin tutum ve davranışlarından etkilendiği, özellikle ilgisiz tutumun aile ortamında var olmasının çocuğun psikolojik gelişimini olumsuz etkileyeceği ve dayanıklılık anlamında bu yeteneğini yeterince güçlendiremeyeceği açıkça ortadadır. Bu nedenle psikolojik dayanıklılık ile babaya yönelik ilgisiz tutum arasında negatif ilişki olması beklenmelidir. Buna karşın demokratik tutum algısı evlilikte olması gereken en uygun tutumdur. Bu yüzden bireyler evlilik yaşam doyumunda demokratik tutum sergileyen ebeveyne sahipken ilgisiz tutum sergileyen ebeveynlere sahip olan bireylerde evlilik yaşam doyumu düşüktür.

Ayrıca diğer alt problem olan evlilik yaşam doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kadın evde rolü ve toplumsal statüsü göz önüne alındığında sorumlulukları fazladır. İş yükünün erkekten fazla olması evlilik yaşamına olumsuz yansıtacaktır. Bu nedenle erkekle kıyaslandığında sadece erkeğin dışarıda çalışması fakat ev işleri ve çocuk bakımı konusunda kadınlar kadar emek sarf etmemesi evlilik yaşam doyumlarında bir farklılık gösterebilir.

Yine evlilik doyumunda psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücünün pozitif yönde ilişkili olması evlilik yaşam doyumu açısından bu iki değişken koruyucu veya destekleyici özellik taşıyabilir. Psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü evlilik yaşamının zorluklarıyla baş etmede etkili değişkenler olabilir.

5.2. ÖNERİLER

Bu çalışmanın amacı evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık, dinsel inanç gücü ve cinsiyet değişkenleri açısından araştırmaktır. Bireylerin yaşamdan doyum elde etmeleri, mutlu ve sağlıklı birey ve devam eden evlilik yaşantılarının olması açısından elde edilen sonuçlar evli bireyler için oldukça önemli bilgiler sağlamıştır.

Bu araştırmanın en önemli katkısı evlilik yaşam doyumu ile algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkilere yönelik önemli sonuçlar ortaya koymasıdır. Araştırmada bireyin algılanan ebeveyn ilişki tutumlarının kendi evlilik yaşam doyumuna yönelik önemli role sahip olduğunu gösteren veriler elde edilmiştir. Algılanan ebeveyn ilişki tutumunun evli bireylerin evlilikleri üzerindeki etkileri ve aynı zamanda psikolojik dayanıklılık ile dinsel inanç gücünün evlilik doyumundaki yeri, oluşumu ve önemi anlaşılmalıdır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara dayanarak aşağıdaki öneriler sunulabilir:

5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

Bulgular sonucunda aşağıda çeşitli öneriler sunulmuştur.

1. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı aile danışma birimlerine gönderilebilir. Bu birimler tarafından evli bireylere yönelik yapılan çalışmalarda sonuçlar referans olarak gösterilebilir.
2. Evlilik hayatı her birey için önemli bir süreçtir. Bir yandan mutlu olmanın diğer yandanda sağlıklı bir yaşamın anahtarıdır. Bireyler gerek evliliğe hazırlık sürecinde, özellikle erken yetişkinlik döneminde olan bireyler ve gerekse evlilik sürecinde olan bireylere, evlilik yaşam doyumunu artıran koşullar hakkında psikolojik danışmanlar, evlilik danışma merkezleri ve psikologlar tarafından bilgilendirmeler yapılabilir.
3. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında demokratik ilişki tutumu yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının evlilik yaşam doyumlarının yüksek olduğu fakat ilgisiz ilişki tutumu gösteren ebeveynlerin çocuklarının evlilik yaşam doyumlarının düşük olduğu görülmüştür. Bu durumda bir çocuk dünyaya getirmeden önce eşler

arasındaki ilişkilerin demokratik düzeyde olması gerekliliği ya da evlilik yaşam doyumunu olumsuz etkileyen tutumlar hakkında belediyeler, aile ve sosyal politikalar bakanlığına bağlı sosyal hizmet birimleri ve sivil toplum kuruluşları; eğitim, seminer ve konferanslar organize edebilir.

4. Evlilik yaşam doyumuyla psikolojik dayanıklılık arasındaki pozitif ilişkiye bakılırsa; psikolojik dayanıklılığın yüksek olmasının evlilik yaşam doyumunu arttırdığı görülmüştür. Evli bireylerin evlilik yaşamında karşılaşılabileceği sorun ve baş etme yöntemleri hakkında sağlık bakanlığına bağlı aile hekimliğinde hizmet verebilecek psikolojik danışman ve psikologlar çalıştırılıp, onlar tarafından danışan evli bireylere danışmanlık verilmesi uygun olabilir.

5. Bu çalışma Diyanet İşleri Başkanlığı Din İşleri Yüksek Kurulu yayınları, taşra teşkilatı ve personeli eğitimlerinde kullanılabilir. Özellikle toplumsal temas düzeyinde olan personele (imam, müftü, hafız vb.) evlilik yaşam doyumunu ve psikolojik dayanıklılık ile dindarlık arasında pozitif yönde ilişki olduğuna dair bulgular paylaşılabilir.

6. İlgisiz baba tutumlarının çocukların ruhsal ve sosyal gelişimine olumsuz etkileri olmasından dolayı okullarda çalışan rehber öğretmenlerin veli görüşmelerinde bu konuya ağırlık verip, sunumlar ve bireysel görüşmeler düzenlemeleri öğrenciler açısından faydalı olabilir.

5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırma İstanbulun Beylikdüzü ilçesiyle sınırlı tutulmuştur, farklı bölgelerde yaşayan daha geniş çalışma grubuyla tekrar edilmesi çalışmanın güvenilirliğini ve genellenebilirliğini artırabilir.

2. Bu çalışmada kullanılan algılanan ebeveyn ilişkisi ilk kez evlilik yaşam doyumunuyla ilişkilendirilmiştir. Bu değişkenle ilişkilendirilen önceden yapılmış herhangi bir çalışma yoktur. Elde edilen sonuçlarda demokratik ve ilgisiz tutum algısı ile ilgili korelasyon sonucu bulunmuştur. Diğer tutumların evlilik yaşam doyumunuyla ilişkili olup olmadığına dair kesin bir yargıya ulaşmak için daha geniş ve derin araştırmalara ihtiyaç vardır.

3. Bu araştırmada boşanmış ebeveyne sahip evli bireyler ile birlikte yaşayan ebeveyne sahip bireyler arasında karşılaştırılmalı deneysel çalışma yürütülebilir.



KAYNAKÇA

- Acar, H. (1998). *Ankara'da Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğüne Bağlı Sosyal Hizmet Kuruluşlarında Çalışan Üniversite Mezunu Evli Personelin Evlilik Doyumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akçeken, M. (2014). *Dindarlık, Evlilik Doyumu ve Kişilik Özelliklerinin Bağışlama ile İlişkisi*. Yayımlanmamış yüksek isans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstütüsü.
- Akın, A. (2009). *Algılanan Anne Baba Tutumlarının Öğrencilerden Sosyal Bilgiler Dersindeki Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstütüsü.
- Akın, A., Akın, Ü., Adam Karduz, F. F., Özbay, A., Turan, M. E., Savcı, M., Odabaşı, Ş. ve Uğur, E. (2014, 06-08 Kasım). *SantaClara Dinsel İnanç Gücü Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirliği*. 3rd World Conference on EducationalandInstructionalStudies- WCEIS, Antalya.
- Akın, A., Sahranç, Ü., Turan, M. E., Akın, Ü., Kaya, M., ve Ercengiz, M. (2014, 12 Haziran). *Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Türkçe Formu'nun geçerlik ve güvenirliği*. III. Sakarya Eğitim Araştırmaları Kongresi, Sakarya.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-Babası Boşanmış Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Yordayıcı Değişkenler Olarak Yaşam Doyumu ve Yalnızlık*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Alvarez, L. ve Jaffe, K. (2004). Narcism Guides Mate Selection. *Evolutionary Psychology*, (2), 177-194.
- Amato, P. R. (1996). Explaining The Intergenerational Transmission of Divorce. *Journalof Marriage and Family*, 58 (3), 628-640.
- Amelang, M. (1991). Einstellungen zu Liebe und Partnerschaft. Konzepte, Skalen und Korrelate. In: Amelang, Manfred, Ahrens, Hans-Joachim, Bierhoff, Hans-Werner (Hrsg.), *Attraktion und Liebe. Formen und Grundlagen partnerschaftlicher Beziehungen*. Göttingen: Verlag für Psychologie, Hogrefe, Seite 153-196

- Araz, H. (2007). *Türk Aile Yapısında Aile İçi Dini İletişim Problemleri ve Bunların Çocuğun Dini Eğitime Etkileri*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Asendorpf, J. ve Banse, R. (2000). *Psychologie der Beziehung*. Bern: Hans Huber.
- Atkins, D. C.ve Kessel, D. E. (2008). Religiousness and Infidelity: Attendance, But Not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity. *Journal of Marriage and Family*, (70), 407–418.
- Aybey, S. (2015). Aile ve Dini Rehberlik Bürolarına Gelen Sorular Işığında Kadınların Boşanma Nedenleri. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (4), 104-126.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*. Yayınlanmamış doktora tezi. Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Baran, M. (2013). *Kadınlara Verilen İletişim Çatışmaları Eğitiminin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Bartkowiak, A. (2008). *Eine Umfassende Betrachtung der Einflussfaktoren Psychologischen Wohlbefindens und deren Zusammenhänge - unter Einbeziehung Religiöser und Spiritueller Variablen*. Diplomarbeit. Universiteat Wien.
- Başat, Ç. (2004). *Cinsel Doyumun Evlilik Doyumu, Kontrol Odağı ve Kendilik Değeri Üzerinden Yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bauer, J. (2011). *Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern*. München: Piper Verlag GmbH.
- Bener, M. (2011). *Dindarlık-Eş Seçimi ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berg, C. A., Johnson, M. M. S., Meegan, S. P. ve Strough, J. (2003). Collaborative Problemsolving Interaction in Young and Old Married Couples. *Discourse Processes*, 35, 33–58.

- Berezkei, T., Gyurris, P. ve Weisfeld, G. E. (2004). Sexualimprinting in Humanmate Choice. *Proceeding of the Royal Society*, 29(4), 1129-1134 (Hrsg), Traumpartner. Evolutionspsychologischer Aspekte der Partnerwahl (16-18). Berlin: Springer.
- Bierhoff, H. W. ve Grau, I. (1999). *Romantische Beziehungen: Bindung, Liebe, Partnerschaft*. Bern: Hans Huber
- Bodenmann, G. ve Cina A. (1999a). Der Einfluss von Stress, Individueller Belastungsbewältigung und Dyadischem Coping auf die Partnerschaftsstabilität: Eine 4-Jaeres Längsschnittstudie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 28, 130-139.
- Bodenmann, G. ve Cina, A. (2005). Stress and Coping Among Stable-satisfied, Stabledistressed and Separated/divorced Swiss Couples: A 5-year Prospective Longitudinal Study. *Journal of Divorce and Remarriage*, 44, 71–89.
- Bodenmann, G. ve Perrez, M. (1995). *Der Einfluss von Stress und Bewältigungsverhalten auf eheliche Interaktion und Zufriedenheit*. In M. Perrez, J. L. Lambert, C. Ermet ve B. Plancherel (Hrsg.), *Familie im Wandel* (202-233). Freiburg: Universitäts verlag.
- Bodenmann, G. ve Widmer, K. (2000). Stressbewältigung im Alter: Ein Vergleich von Paaren Jüngerer, Mittleren und Höheren Alters. *Zeitschrift für Gerontologie und Geratrie*, 33, 217-228.
- Bodenmann, G. (1997). Kompetenzen und Gesundheit in Partnerschaften. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 5(3), 170-187.
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience. Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Brand, R. J., Hodges, S. D. Markey, C. M. ve Mills, A. (2007). Sex differences in Self-reported Infidelity and Its Correlates. *Sex roles*, 57, 101–109.
- Brauckhaus, C., Sassmann, H. ve Hahlweg, K. (2000). Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser (Hrsg). *Partnerschaften und Paartherapie* Göttingen: Hogrefe.

- Brüchner, V. (2011). *Einfluss der Elterlichen Partnerschaftsqualiteat auf das prosoziale Verhalten des Kindergartenkindes*. Diplomarbeit, Universitaet Wien, Studium für Psychologie.
- Buss, D. M. ve Shackelford, T. K. (1997). Susceptibility to Infidelity in the First Year of Marriage. *Journal of Research in Personality*, 31, 193–221.
- Büssing, A. ve Ostermann, T. (2004b). *Caritas und Ihre Neuen Dimensionen-Spiritualität und Krankheit*. In: Patzek, M. (Hrsg.), Caritas plus. Qualitaet hat einen Namen. Kevelaer, 110-133.
- Celikbas, J. (2009). *Die Bedeutung von Stress und Individueller Sowie Dyadischer Stressbewältigung für die Güte einer Partnerschaft*. Diplomarbeit. Universitaet Wien.
- Coleman, M. ve Ganong, L. H. (1984). Effect of Family Structure on Family Attitudes and Expectations. *Family Relations*, 33(3), 425-432.
- Collins, N. L. ve Reis, S. J. (1990). Adultattachment, Working Models and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Connor, K. M., ve Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor- Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82.
- Coyne, J. C. ve Smith, D. A. F. (1991). Couples Coping with a Myocardial Infarction: A Contextual Perspective on Wives Distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404-412.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çataloğlu, B. G. (2011). *Madde Kullanan ve Kullanmayan Ergenlerin Psikolojik Sağlamlılık ve Aile İşlevleri Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstütüsü.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstütüsü.

- Çelik, E. (2012). *Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeyleri ile Cinsel Öz-Yeterlilik, Evlilik Yaşam Doyumu ve Cinsel Utangaçlıkların İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çelik, E. ve Öziş, G. (2016). Algılanan Ebeveyn İlişkisi Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, Basım Aşamasında.
- Çelik, E. (2014). The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Married Life Satisfaction Scale. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, 3(4), 1-9.
- Çelik, E. G. (2015). *Algılanan Ebeveyn Kontrolü ile Ergen İyi Oluşu Arasındaki İlişkide Duygusal Özerklik ve Empatinin Aracı Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çetin, B. T. (2010). *Evlilik Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutumları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim bilimleri Enstitüsü.
- Çulha, E. (2015). *Hemşirelerde İş-aile Çatışmasının Evlilik Doyumu, Psikolojik Semptomlar ve Ebeveynlik Yeterlilik Algısı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Dinkel, A. (2006). *Der Einfluss von Bindungsstil und Dyadischem Coping auf die Partnerschaftliche Beziehungsqualität. Eine Analyse Moderierter Mediationseffekte*. Doktorarbeit. Universitaet Dresden, Studium für Psychologie.
- Döllinger, A. (2014). *Die Rolle Personaler und Sozialer Ressourcen bei Posttraumatischer Belastung von Einsatzkräften des Roten Kreuzes Niederösterreich*. Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.

- Duyan, G. C. (2000). *Aile İşlevleri ile Ailenin Sosyal, Demografik ve Ekonomik Nitelikleri ve Yasam Döngüsü Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi.
- Eder, U. (2011). *Zur Psychologie der Religion*. Seminararbeit. Universitaet Wien.
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Leaf, J. A. ve Saunders, C. (1988): Towards a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28, 5-18.
- Engel, J. ve Thurmaier, F. (2002). *Kommunikationskompetenz in Partnerschaft und Familie*. In B. Rollett ve H. Werneck (Hrsg.), *Klinische Entwicklungspsychologie der Familie* (s. 326- 350). Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe.
- Erdemir, Y. (2015). *Ebeveyninde Depresyon Olan veya Olmayan Çocukların Sosyal Uyum Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı Algısı, Dini Yönelim Biçimleri ve Öznel Dindarlığın Psikolojik Dayanıklılıkla İlişkisi; Üniversite Örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 223-246.
- Sicher, F. ve Targ, E. (1998). A randomized Double-Blind Study for the Effect of Distant Healing in a Population with Advanced AIDS, *Western Journal of Medicine*, 169(6), 356-363.
- Faltermaier, T. (1994). *Gesundheitsbewußtsein und Gesundheitshandeln. Über den Umgang mit Gesundheit im Alltag* (.2). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Folkman, S. ve Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774.
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Gabriel, T. (2005). Resilienz - Kritik und Perspektiven. *Zeitschrift für Pädagogik*, 51(2), 207-217.

- Garnefsky, N., ve Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. Psychometric Features and Prospective Relationships with Depression and Anxiety in Adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.
- Geher, G. (2003). Perceived and Actual Characteristics of Parents and Partners: A Test of a Freudian Model of Mate Selection. *Current Psychology*, 19, 192-212.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the Study of Marital Process. *Annual Review of Psychology*, 49, 169–197.
- Gökçen, G. (2015). *Madde Kullanan ve Kullanmayan Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gökmen, A. (2001). *Evli Eşlerin Birbirlerine Yönelik Kontrolçülük ve Bağımlılık Algılarının Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Göncü, H. A. (2014). *Evlilik İlişkilerini Gerçekleştirme Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Graf, S. (2013). *Der Einfluss von Kindern auf das Subjektive Wohlbefinden der Eltern –Eine Qualitativ Inhaltsanalytische Auseinandersetzung mit dem Paradox der Elternschaft*. Diplomarbeit. Universiteat Wien, Studium für Psychologie.
- Grau, I. ve Bierhoff, H. W. (2003). *Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Berlin: Springer.
- Grote, N. K. ve Clark, M. S. (2001). Perceiving Unfairness in the Family: Cause or Consequence of Marital Distress? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 281–293.
- Grümayer, S. (2012). *Untersuchung des Zusammenhangs von Beziehungsqualität bei Paaren mit Physiological Compliance und Dyadischem Coping Während einer Alltagsproblemlöse Interaktion*. Diplomarbeit. Universitaet Wien, Studium für Psychologie.

- Güler, Ö. (2010). Dini İnanç ve Psikolojik Sağlık İlişkisine Dair Bir Değerlendirme. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 4(8), 95-105.
- Hassebrauck, M. (1996). Beziehungskonzepte und Beziehungszufriedenheit. Die Bedeutung Tatsächlicher und Wahrgenommener Konzeptähnlichkeit in Paarbeziehungen. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 27(3), 183-192.
- Hauf, S. T. (2009). *Zur Erfassung Spiritueller Überzeugungen und Bedürfnisse von Patienten mit Krebserkrankung*. Doktorarbeit. Universität München, Klinik für psychiatrie und Psychotherapie.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Heiden, M. (2012). *Psychologische Bedingungen der Partnerschaftstreue und – Untreue*. Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.
- Helms, L. ve Bierhoff, H. W. (2001). Lässt sich Untreue durch Geschlecht, Einstellung oder Persönlichkeit Vorhersagen? *Zeitschrift für Familienforschung*, 13(3), 5-25.
- Hirsch, Y. (2010). *Ahnlichkeit versus Komplementarität in Paarbeziehungen*. Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.
- Hodge, D. (2006): A Template for Spiritual Assessment: A Review of the JCAHO requirements and guidelines for implementation. *Social Work* 51, 314-326.
- Hünler, O. S. (2002). *The Effects Religiousness on Marital Satisfaction and Mediator Role of Perceived Marital Problem Solving Abilities Between Religiousness and Marital Satisfaction Relationship*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Enstitüsü.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Hütter, M. (2015). *Spirituell, aber nicht Religiös*. Diplomarbeit. Universität Wien, Evangelische Fachtheologie.

- Johnson, D. R., White, L. K., Edwards, J. N. ve Booth, A. (1986). Dimensions of Marital Quality: Toward Methodological and Conceptual Refinement. *Journal of Family Issues*, 7, 31–49.
- Johnson, H. A., Zabriskie, R. B., ve Hill, B. (2006). The Contribution of Couple Leisure Involvement, Leisure Time, and Leisure Satisfaction to Marital Satisfaction. *Marriage and Family Review*, 40(1), 69–91.
- Jung-Ah, M., Young-Eun, Y., Dai-Jin, K., Hyeon-Woo, Y., Jung-Jin, K., Tae-Suk, K., Chang-Uk, L, Chul, L. ve Jeong-Ho, C. (2013). Characteristics Associated with Low Resilience in Patients with Depression and/or Anxiety Disorders. *Qual Life Res*, 22, 231-241.
- Kağitaçbaşı, Ç. ve Sunar, D. (1997). *Familien in Verschiedenen Kulturen*. In: Bernard Nauckund Ute Schönplflug (Eds), (p.145-161). Stuttgart: Enke.
- Kahraman, Z. (2011). *Bir Evlilik ve Aile Hayatı Eğitim Programının Evli Kadınlarda Evlilik Uyumuna ve Aile Sistemine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kaiser, P (2000). Partnerschaft und Herkunftsfamilie. In: Peter Kaiser (Hrsg.): *Partnerschaft und Paartherapie* (p. 113-146). Göttingen: Hogrefe.
- Kaiser, P. (2003). Transgenerationale Interaktion und Partnerschaft. In I. Grau, ve P. Bierhoff, *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (111-137). Berlin-Heidelberg: Springer Verlag.
- Kantarcı, D. (2009). *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (Yirmibirinci Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (1995). The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: a Review of Theory, Method, and Research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (2000). Attributions in Marriage: State or Trate? A Growth Curve Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 295–309.

- Karney, B. R. ve Gauer, B. (2010). Cognitive Complexity and Marital Interaction in Newlyweds. *Personal Relationships*, 17, 181–200.
- Karney, B. R. ve Neff, L. A. (2007). Stress Crossover in Newlywed Marriage: A Longitudinal and Dyadic Perspective. *Journal of Marriage and Family*, 69, 594-607.
- Kekeisen, H. (2014). *Ausprägung von Resilienzfaktoren in der Allgemeinen Bevölkerung*. Diplomarbeit. Universitaet Wien.
- Kılıç, Ş. D. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kıraç, F. (2013). *Eşcinsellikle İlgili Dini-Psikolojik Algılar ve Maneviyat (Erkek Eşcinsel Örnekleme)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kirkpatrick, L. A. (1992). An Attachment-Theory Approach to the Psychology of Religion. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 2, 3-28.
- Klussmann, D. ve Berner, W. (2011). Veraenderungen Weiblicher Partner Preaferenzen im Menstruationszyklus. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 24(2), 170-186.
- Koçak, T. (2014). *Evlil Çiftlerde İdeal Benliğe Yönelim ile Değer Benzerliğinin Evlilik Doyumuyla Bağlantısı*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kopitschek, C. (2010). *Partnersuche und Partnerwahl im Zeitalter des Internets*. Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Soziologie.
- Kormann, G. (2007). Resilienz – Was Kinder Stärkt und in Ihrer Entwicklung Unterstützt. In: Plieninger M. u. Schumacher E. (Hrsg.), *Auf den Anfang Kommt es an – Bildung und Erziehung im Kindergarten und im Übergang zur Grundschule*. Gmünder Hochschulreihe, 27, 37-56.
- Kreppner, K. ve Klöckner, C. (2002). *Kinder in Ihrer Familie*. In *LBS-Initiative Junge Familie* (Hrsg.), Kindheit 2001. Das LBS-Kinderbarometer. Was

- Kinder Wünschen, Hoffen und Befürchten (s.211-237). Opladen: Leske und Budrich.
- Krüger W. (2010). *Das Geheimnis der Treue: Paare zwischen Versuchung und Vertrauen* (1. Baskı). Freiburg: Kreuz-Verlag.
- Kubat, D. E. (2012). *Evlü Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- İzdenski, C. (2011). *Zur Psychologie der Religion*. Seminararbeit. Universitaet Wien.
- Laubmeier, K. K., Zakowski, S. G. ve Bair, J. P. (2004). The Role of Spirituality in the Psychological Adjustment to Cancer: A Test of the Transactional Model of Stress and Coping. *International Journal of Behavioral Medicine*, 11, 48-55.
- Lee, J. A. (1976). *Lovestyles*. London: J. M. Dent ve Sons Ltd.
- Leopold, H. (2000). *Partnerschaft im Dritten Jahrtausend* (1. Baskı). In: Books on demand.
- Leppert, K., Koch, B., Braehler E. ve Strauss, B. (2008). Die Resilienzskala. Überprüfung der Langform RS-25 und kurzform RS-13. *Klinische diagnostik und Evaluation*, 1, 1-22.
- Levinger, G. (1965). Marital Cohesiveness and Dissolution: An Integrative Review. *Journal of Social Issues*, 32, 21-47.
- Lewis, R. A. ve Spanier, G. B. (1979). *Theorizing About the Quality and Stability of Marriage*. In: Burr, Wesley (Hrsg.): *Contemporary Theories About the Family* (Vol. 1). New York/London: Free Press: 268-294.
- Liu, C. (2000). A Theory of Marital Sexual Life. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 363-374.
- Lösel, F. ve Bender, D. (2003). *Theorien und Modelle der Paarbeziehung*. In: *Grau, Ina, Bierhoff, Hans Werner (Hrsg.), Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- MacDonald, D. A. (2000). Spirituality: Description, Measurement, and Relation to the Five Factor Model of Personality. *Journal of Personality* 68, 153-197.

- Margraf, J. ve Schneider, S. (2009). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Störungen im Erwachsenenalter. Spezielle Indikationen. Glossar.* (3. Baskı). Springer: Heidelberg.
- Marinschek, S. B. (2010). *Biologische Korrelate der Resilienz. Eine EMG-/EKG-Studie an Jungen Erwachsenen.* Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic. Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Merkel, F. L. (2012). *Berufstätige Mütter in Indien zwischen Tradition und Moderne: Die Rolle von Familie, Wertewandel und Religiosität.* Doktorarbeit. Universität Konstanz, Fachbereich Psychologie.
- Mikula, G. ve Stroebe, W. (1991). *Theorien und Determinanten der Zwischenmenschlichen Anziehung.* In Amelang, Manfred, Ahrens, Hans-Joachim, Bierhoff, Hans-Werner (Hrsg.), *Attraktion und Liebe. Formen und Grundlagen Partnerschaftlicher Beziehungen*, Göttingen: Hogrefe.
- Miles, N. J. ve Servaty-Seib, H. L. (2010). Parental Marital Status and Young Adult Offspring's Attitudes About Marriage and Divorce. *Journal of Divorce ve Remarriage*, 51(4), 209-220.
- Nussbeck, F., Hilpert, P. ve Bodenmann, G. (2012). Der Zusammenhang der Positivem und Negativem Interaktionsverhalten in der Partnerschaft mit Partnerschaftszufriedenheit und Trennungsabsichten. *Zeitschrift für Familienforschung*, 24(1), 85-103.
- Obermüller, K. (2012). *Beziehungsqualität und Dyadisches Coping.* Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.
- Orgler, E. (2006). *Der Übergang zur Elternschaft – Krise oder Chance?* In: Systemische Notizen, (3. Baskı), p.4-10.
- Özen, Y. (2010). Kişisel Sorumluluk Bağlamında Öznel ve Psikolojik İyi Oluş. Dicle Üniversitesi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*. 2(4), 46-58.
- Özüğurlu, K. (1990), *Evlilik Raporu* (3. Baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

- Pallant, J. (2003). *SPSS Survivalmanual*. Philadelphia: Open University Press. Plante, T. G., Boccaccini, M. T. (1997). The Santa Clara Strength of Religious Faith Questionnaire. *Pastoral Psychology*, 45, 375-87.
- Pasch, L. A. ve Bradbury, T. N. (1998). Social Support, Conflict, and the Development of Marital Dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 219–230.
- Patel, V. ve Goodman, A. (2007). Researching Protective and Promotive Factors in Mental Health. *International Journal of Epidemiology*, 36, 703-707.
- Patzelt, A. (2014). *Resilienz und Stressmanagement. Eine Empirische Untersuchung des Einflussfaktors Resilienz auf die Stressbewältigung am Arbeitsplatz*. Bachelorarbeit. SRH FernHochschule Riedlingen, Wirtschaftspsychologie.
- Peirano, S. (2007). *Der Einfluss des Beziehungspersönlichkeitsprofils auf die Beziehungszufriedenheit und Paarklima*. Doktorarbeit. Universität Hamburg, Fachbereich Psychologie.
- Penke, L. ve Asendorpf, J. B. (2008). Beyond Global Sociosexual Orientations: A More Differentiated Look at Sociosexuality and Its Effects on Courtship and Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 1113–1135.
- Petzold, M. (2007). Der Übergang der Elternschaft. Was geschieht mit Eltern und Was Hilft, eine Beziehung zum Kind aufzubauen? *Arbeitskreis Thüringer Familienorganisationen, Vortrag auf der Tagung in Erfurt*, 1-12.
- Pickel, G. (2011): *Religionssoziologie. Eine Einführung in Zentrale Themenbereiche*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Polat, D. (2006). *Evli Bireylerin Evlilik Uyunları, Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Putzner, J. (2011). *Zur Psychologie der Religion*. Seminararbeit. Universität Wien.
- Reichelt, H. W. (2009). *Wissenschaft und Spiritualität*. Diplomarbeit. Universität Wien, Magister der Philosophie.

- Richard, M. ve Freund, H. (2012). Religiösitaet und Spiritualitaet in der Psychotherapie. *Psychotherapie Journal*, 3, 202-210.
- Roithmayer, K. (2011). *Der Einfluss des Gegengeschlechtlichen Elternteils auf die Spaetere Partnerwahl bei Frauen*. Diplomarbeit, Universitaet Wien.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test oft The Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Russo, S. J. Murrough, J. W., Han, M., Charney, D. S. ve Nestler, E. J. (2012). Neurobiology of Resilience. *Nature Neuroscience*, 11, 1475-1484.
- Rutter, M. (2007). Resilience, Competence, and Coping. *Child Abuse ve Neglect*, 31, 205-209.
- Salsman, M. J. ve Carlson, C. R. (2004). (Çev. Ayten, A). Dinî Yönelim, Olgun İman ve Psikolojik Rahatsızlıklar: Negatif ve Pozitif İlişkiler1. *M.Ü. İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, 26(1), 119-131.
- Sarı, T. (2012). *Evli Bireylerin Ebeveyn Algıları, Otomatik Düşünceleri, Bağlanma Stilllerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstütüsü.
- Saroglou, V. (2002b). Religion and The Five Factors of Personality: A Meta-Analytic Review. *Personality and Individual Differences*, 32, 15-25.
- Schmidt, G. (1993). Vorbemerkungen über Sexualität und Beziehung. In G. Arentewicz ve G. Schmidt (Hrsg.), *Sexuell Gestörte Beziehungen. Konzept und Technik der Paartherapie* (3.Baskı). Stuttgart: Ferdinand Enke.
- Schmitt, M. ve Weber, M. (2011). Ehezufriedenheit und ihre Prädiktoren im mittleren Erwachsenenalter: Ein Ost-West-Vergleich. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3, 244-267
- Schnor, C. (2012). Trennungsrisiko von Paaren mit Kindern: Der Einfluss der Religion in West- Ostdeutschland. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3, 229-256.

- Schneider, L. (2014). *Einflussfaktoren für das „Untreue“-Verständnis und „Untreue“-Verhalten in Paarbeziehungen*. Diplomarbeit. Universität Wien, Studium für Psychologie.
- Schnyder, S. (2012). *Beziehungszufriedenheit*. Bachelorarbeit. Zürich Üniversitesi, Studium für Psychologie.
- Schreyer, J. (2012). *Der Einfluss der Elterlichen Scheidung auf der Partnerschaftsverhalten im Erwachsenenalter*. Diplomarbeit. Universität Otto-Friedrich-Bambers. Lehrstuhl Soziologie.
- Selye, H. (1976). *Stress in health and disease*. Boston: Butterworth.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Shackelford, T. K. Besser, A. ve Goetz, A. T. (2008). Personality, Marital Satisfaction, and Probability of Marital Infidelity. *Individual Differences Research*, 6(1), 13–25.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli Bireylerin Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Malatya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the Ability to Bounce Back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200. <http://dx.doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Smith, T. B., McCullough, M. E. ve Poll, J. (2003). Religiousness and depression: Evidence for a Main Effect and The Moderating Influence of Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 129, 614-636.
- Sprecher, S., Cate, R. ve Levin, L. (1998). Parental Divorce and Young Adults' Beliefs About Love. *Journal of Divorce ve Remarriage*, 28(3), 107-120.
- Stechauer, B (2012). *Die Einstellung Junger Erwachsener zu Ehe und Scheidung: Welche Rolle Spielt der Elterliche Beziehungsstatus?* Diplomarbeit. Universität Wien.

- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theorie of Love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Szelang, M. (2014). *Resilienz bei Gesunden Personen - Kontrollstudie zu Resilienz bei Chronisch Erkrankten Personen*. Diplomarbeit. Universiteat Wien, Fakultat für Psychologie.
- Talibzade, N. (2015). *Boşanmış ve Evli Ebeveyne Sahip Olan Ergenlerin İletişim Becerilerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fatih Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstütüsü.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik Doyumu İle Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma Ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Temren, B. (1998). Din Antropolojisi Açısından İnanç ve Din Olgusuna İlişkin Bir Değerlendirme. *Ankara Üniversitesi Dil-Tarih ve Coğrafya Dergisi*. 38, 301-311.
- Tezer, E. (1994). Evi Eşler Arasındaki Çatışmalar ile Çeşitli Demografik Değişkenlerin Evlilik Doyumuna Etkisi: Kadının Bir İşte Çalıştığı ve Çalışmadığı Eşler Üzerinde Bir Araştırma. *3P Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 2(3), 209–217.
- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2(7), 1-7.
- Tölke, A. (2004). Die Bedeutung von Herkunftsfamilie, Berufsbiografie und Partnerschaften für den Übergang zur Ehe und Vaterschaft. *Max-Planck-Institut für demografische Forschung*, 1-34
- Tümlü, G. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-215.
- Utsch, M. (2006). *Religion und Psychologie*. Göttingen: Vandenhoeck ve Ruprecht, 296-314.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal Zekâ ve Evlilik Doyumu İlişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstütüsü.

- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni Boşanmış Bireylerde Benlik Saygısı, Yalnızlık ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Wendt, E. ve Walper, S. (2006). Liebesbeziehungen im Jugendalter: Konsequenzen einer Elterlichen Scheidung und die Transmission von Beziehungsqualitaeten. *Zeitschrift für soziologie der Erziehung und Sozialisation*, 4, 420-438.
- Werner, E. (2005). *Resilience Research: Past, Present and Future*. In R.D. Peters, B. Leadbeater ve R.R. McMahon (Hrsg.), *Resilience in Children, Families and Communities, Linking Context to Practice and Policy* (S. 3-12). New York: Kluwer Academic/Plenum Publisher.
- Wulff, D. ve Koç, M. (2004). Din Psikolojisine Genel Bir Bakış. *İslami Araştırmalar Dergisi*, 3, 252-263.
- Yalçın, M. (2014). *Ergenlerde Mizaç Özelliklerinin ve Ebeveyn Kabul-Redinin Yıkıcı Davranışlar Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yapıcı, Ş. (2010). Türk Toplumunda Aile ve Eğitim İlişkisi. *Turkish Studies Akademik Journal*, 5(4).
- Yavuz, A. (2009). *18-25 Yaş Üniversite Gençliğinde Dinin İnanç ve Umutsuzluk İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi.
- Yavuzer, H. (2010). *Evlilik Okulu-Evlilikte Kişilerarası İlişkiler ve İletişim Becerileri*. (6. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldız, A (2013). *Anne Baba Tutumları ile Evlilik Doyumu Arasındaki İletişimin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yılmaz, G. Ç. (2015). Evlilik Kriterleri ve Evliliğin Çeşitli Toplumlarında Ertelenme Sebepleri. *Aile Akademisi Derneği Yayınları -Bursa Aile Akademisi Derneği*. 1-8.
- Yu, X. ve Zhang, J. (2007). Factor Analysis and Psychometric Evaluation of the Connor Davidson Resilience Scale (CD RISC) with Chinese People. *Social Behavior and Personality*, 35, 19-30.

Zartler, U., Wilk, L. ve Kränzl-Nagl, R. (2002). Ursachen und Folgen von Scheidung/Trennung für Kinder, Frauen und Männer. *Europeaisches Zentrum für Wohlfartspolitik und Sozialforschung. Auftrag des Bundesministeriums für Soziale Sicherheit und Generationen. Projektbericht.*

Zimmer, D. (1985). *Sexualität und Partnerschaft. Grundlagen und Praxis psychologischer Behandlung.* München: Urban ve Schwarzenberg.

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B. ve Rye, M. S. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 549-564.



EKLER

EK 1. BİLGİ TOPLAMA FORMU

Aşağıda doldurmanız için, cevapları bilimsel bir araştırmada kullanılacak olan, bazı anketler bulunmaktadır. Kimlik bilgilerinizi belirtmeniz zorunlu değildir. Anket sonuçlarınızı daha sonrasında öğrenmek istiyorsanız kimlik bilgilerinizi yazabilirsiniz. Yapmış olduğum tez çalışmada topluma faydalı olabilecek doğru sonuçlar elde edebilmem için anketlerde yer alan tüm soruları doğru ve samimi bir şekilde yanıtlamanız rica olunur.

1. **Cinsiyetiniz:** Kadın () Erkek ()
2. **Yaşınız:**
3. **Mesleğiniz:**
4. **Siz dahil kaç kardeşiniz?**
5. **Anne ve babanızın evlilik ilişkisini aşağıdaki tutumlara göre değerlendiriniz?**
a) otoriter () b) ilgisiz () c) koruyucu () d) demokratik () e) bağımlı ()
6. **Anne-babanız boşanmış, beraber veya ayrı mı yaşıyor?**
a) Boşanmış () b) Beraber () c) Ayrı yaşıyor
7. **Kaç yıldır evlisiniz?**
8. **Evlilik şekliniz?**
a) görücü usulü () b) anlaşarak () c) akraba evliliği d) diğer.....

EK 2. EVLİLİK YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Kesinlikle katılmıyorum (7) Kesinlikle Katılıyorum anlamına gelmektedir.								
1	Evlilik hayatımın şartları mükemmeldir.	1	2	3	4	5	6	7
2	Şu ana kadar evlilik hayatımdan beklediğim en önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
3	Eğer evlilik hayatımı bitirsem, hemem hemen hiçbir şeyi değiştirmem.	1	2	3	4	5	6	7

**EK 3. ALGILANAN EBEVEYN İLİŞKİSİ TUTUMU ALGISI ÖLÇEĞİ
ÖRNEK MADDELER**

LütfenLütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Kesinlikle katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Katılıyorum ve (4) Tamamen Katılıyorum anlamına gelmektedir.	Annem				Babam				
	Kesinlikle Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Tamamen Katılmıyorum	Tamamen Katılıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Tamamen Katılmıyorum	Tamamen Katılıyorum	
Annem babam eşiyile...									
1. Her şeyin doğrusunu bildiğini iddia eder.	0	1	2	3	0	1	2	3	
2. Dediyinden ve bildiyinden şaşmaz	0	1	2	3	0	1	2	3	
3. Eşinin sıkıntılarına duyarsız kalır.	0	1	2	3	0	1	2	3	
4. Eşi hastalandığında ilgilenmez.	0	1	2	3	0	1	2	3	
5. Eşinin ihtiyaç ve isteklerini anlamaz	0	1	2	3	0	1	2	3	
6. Eşinin başardığı hiçbir işi takdir etmez.	0	1	2	3	0	1	2	3	
7. Eşini ilgili bir şekilde dinlemez	0	1	2	3	0	1	2	3	
8. Sorunlardan dolayı eşinin incinmesinden aşırı kaygılanır.	0	1	2	3	0	1	2	3	
9. Eşinin zor şeyler yapmasına izin vermez	0	1	2	3	0	1	2	3	
10. Eşinin hep zararsız insanlarla ilişki kurmasını ister.	0	1	2	3	0	1	2	3	
11. Eşine yardımcı olmadığında kendini huzursuz hisseder.	0	1	2	3	0	1	2	3	
12. Eşi mutsuz olduğunda çok endişelenir.	0	1	2	3	0	1	2	3	
13. Eşi sorun yaşadığında hemen müdahale etmeye çalışır.	0	1	2	3	0	1	2	3	
14. Eşine saygı gösterir	0	1	2	3	0	1	2	3	
15. Eşine özen gösterir	0	1	2	3	0	1	2	3	
16. Eşinin fikirlerini söylemesine müsaade eder	0	1	2	3	0	1	2	3	
17. Eşi olmadan bir şey yapamaz	0	1	2	3	0	1	2	3	
18. Kendiyle ilgilenmek yerine eşiyile ilgilenmeyi tercih eder.	0	1	2	3	0	1	2	3	
19. Eşiyile ilgilenmekten arkadaşlarına vakit ayıramaz.	0	1	2	3	0	1	2	3	
20. Eşiyile çok fazla ilgilendiği için diğer işlerini hep aksatır.	0	1	2	3	0	1	2	3	
21. Eşinin kendisini terk edeceğinden çok kaygılanır	0	1	2	3	0	1	2	3	
22. İş dışında eşiyile olmadan hiçbir yere gitmek istemez.	0	1	2	3	0	1	2	3	
23. Eşinin onayı olmadan bir şey yapmak istemez.	0	1	2	3	0	1	2	3	

EK 4. KISA PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELER

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi **işyerinizdeki durumunuz açısından** değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; **(1) Hiç katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Kararsızım (4) Kısmen katılıyorum ve (5) Tamamen katılıyorum** anlamına gelmektedir.

1	Zor zamanlardan sonra eski halime kolaylıkla dönebilirim.	1	2	3	4	5
2	Stresli bir durum yaşarken zor zamanlar geçiririm.	1	2	3	4	5
3	Stres verici bir olaydan sonra kendimi toparlamam uzun sürmez.	1	2	3	4	5
4	Yaşadığım kötü bir olayın etkisini atlatmam uzun zaman alır.	1	2	3	4	5
5	Az bir çabayla zor durumların üstesinden gelirim.	1	2	3	4	5
6	Yaşamımdaki aksiliklerin üstesinden gelmem uzun zaman alır.	1	2	3	4	5

**EK 5. SANTA CLARA DİNSEL İNANÇ GÜCÜ ÖLÇEĞİ ÖRNEK
MADDELER**

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; **(1) Kesinlikle katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Katılıyorum ve (4) Tamamen Katılıyorum** anlamına gelmektedir.

1	Dini inancım benim için son derece önemlidir.	1	2	3	4
7	Tanrı ile ilişkim benim için çok önemlidir.	1	2	3	4
8	Dini inancımı paylaşan kişilerle birlikte olmak hoşuma gider.	1	2	3	4
9	Dini inancımı benim için huzur kaynağı olarak görürüm.	1	2	3	4
10	Dini inancım kararlarımın çoğunu etkiler.	1	2	3	4

ÖZGEÇMİŞ

Gönül ÖZİŞ, 1976 İstanbul doğumluyum. İlk ve ortaöğrenimimi İstanbul'da tamamladım. Lisans eğitimimi Bern Üniversitesinde (İsviçre) yaptım. 2011 yılında YÖK tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık denklik belgesini aldım. 2011 yılında Özel Bahçeşehir Fen ve Teknoloji Lisesinde rehber öğretmenlik yaptım. Yine 2011 yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü'nde yüksek lisans eğitimine başladım. 2012 yılında Süleyman Uğur Sıtkı İlköğretim Okulunda rehber öğretmen olarak atandım. 2013 yılından itibaren Abidin Nesimi Fatinoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde rehberlik öğretmeni olarak görevimi yürütmekteyim.

E-posta adresi: gonulozis@gmail.com