

T.C.  
Marmara Üniversitesi  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Ana Bilim Dalı  
Eğitim Bilimleri Bilim Dalı

**AİLEDE PROBLEM ÇÖZME, EVLİLİK DOYUMU VE  
ÖRNEK BİR GRUP ÇALIŞMASININ SINANMASI**

(Doktora Tezi)

Azize Nilgün CANEL

İstanbul, 2007



T.C.  
Marmara Üniversitesi  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Ana Bilim Dalı  
Eğitim Bilimleri Bilim Dalı

**AİLEDE PROBLEM ÇÖZME, EVLİLİK DOYUMU VE  
ÖRNEK BİR GRUP ÇALIŞMASININ SINANMASI**

(Doktora Tezi)

Azize Nilgün CANEL

Danışman: Prof. Dr. Betül AYDIN

İstanbul, 2007

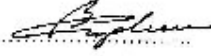
T.C.  
Marmara Üniversitesi  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Ailede Problem Çözme, Evinlik Doyumu Ve  
Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması

Azize Nilgür Canel

İmzalar

Danışman: Prof. Dr. Betül Aydın.....



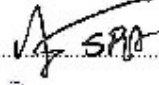
Jüri Üyesi: Prof. Dr. Ayla Oktay.....



Jüri Üyesi: Prof. Dr. Adnan Kutaksızoğlu.....



Jüri Üyesi: Prof. Dr. Esra Aslan.....



Jüri Üyesi: Prof. Dr. Mücella Uluğ.....



Eğitim Bilimleri Bölümü  
Doktora Tezi

İstanbul, 2007

T.C.  
Marmara Üniversitesi  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü

## ÖNSÖZ

Bu araştırma, mutlu toplumun temel taşı olan aileyi desteklemek amacıyla yola çıkılarak tasarlanmış, evlilik ilişkisini geliştirmeyi ve desteklemeyi hedef alan bir amaca hizmet etmektedir. Evliliğin kutsallığına inanan ve çocuklarının geleceği için evliliklerini ne pahasına olursa olsun korumaya çalışan çiftlere destek olmanın, toplumsal bir borç olduğuna inanıyorum. Ülkemiz insanının boşanmayı son çare olarak düşünen ve her ne olursa olsun evliliğini sürdürmeye olan inancı, evlilik ilişkisi içerisinde kaderine terk edilmeden desteklenmesinin gerekli olduğunu düşündürmektedir. Psikolojik danışmanlık mesleğinin geniş yelpazesi içerisinde yer alan, evlilik danışmanlığı gibi ülkemizde az sayıda araştırmayla ele alınan bir konu üzerinde çalışmış olmaktan dolayı mutluluk duyuyorum.

Kendisiyle çalışmaktan büyük onur ve mutluluk duyduğum, bizlere her zaman sabır ve anlayışıyla ışık tutan tez danışmanım Prof. Dr. Sayın Betül Aydın'a en içten teşekkürlerimi sunarım. Her anından büyük keyif duyduğum araştırmamda, evlilik gibi zevkli bir konu üzerinde çalışmamı önererek bana yol gösteren sevgili hocama, ayrıca müteşekkir olduğumu belirtmek isterim.

Tezimin her aşamasında değerli fikirleriyle beni yönlendiren sayın hocalarım Prof. Dr. Adnan Kulaksızoğlu, Prof. Dr. Ayla Oktay, Prof. Dr. A.Esra Aslan ve Yrd. Doç. Dr. Canan Savran'a teşekkür ederim.

Geriye dönüp baktığım zaman kendimi şanslı hissetmeme sebep olan, her türlü desteklerini benden hiç esirgemeyen çok sevgili arkadaşlarım Dr. Müge Yüksel'e, Dr. Mustafa Otrar'a, Öğr. Gör. Oktay Sarı'ya, Öğr. Gör. Aydan Aydın'a, Öğr. Gör. Tuna Sahsuvaroğlu'na, Arş.Gör. Selma DüNDAR'a ve Dr. Ayşin Satan'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Mutlu evliliğin anahtarını arayarak geçirdiğim son birkaç yıl boyunca, öğrendiğim her yeni bilgide o anahtarı avucumun içinde tuttuğumu bana hissettiren sevgili eşim Cevdet Canel'e desteğinden dolayı teşekkür ederim. Doktora çalışmama başladığımda 3,5 yaşında olan ve anneliğin aynı zamanda ders çalışmak olduğunu zannederek tezimle birlikte büyüyen sevgili oğlum Can'a, onun değerli vaktinden çalmak zorunda olduğum zamanlarda gösterdiği anlayış ve olgunluk için teşekkür ederim. Her zaman koşulsuz destek ve yardımlarıyla yanımda olan ve varlıklarından gurur duyduğum kardeşlerim Nilüfer Yenigün ve Nilsu

Emre'ye, annem Gülseren Denктаş'a ve eşimin ailesi Dilara ve Metin Canel'e de teşekkürü bir borç bilirim.

Bu tezi, bana her zaman inanmış olan, bize sevgi ve hoşgörüsüyle ışık tutan ve hayattaki en önemli şeyin bilim ve öğrenmek olduğunu öğreten, kıymetli babam İbrahim Denктаş'ın aziz hatırasına armağan etmek istiyorum.

Azize Nilgün Canel

İstanbul, 2007

## ÖZET

### AİLEDE PROBLEM ÇÖZME, EVLİLİK DOYUMU VE ÖRNEK BİR GRUP ÇALIŞMASININ SINANMASI

Bu araştırmanın amacı, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan, ailede problem çözme becerilerinin geliştirilmesi yoluyla evlilikten elde edilen psikolojik doyumun artırılmasına yönelik olarak kurgulanmış grup çalışmasının, çiftlerin evlilik doyumlarının artırılmasında etkisinin olup olmadığının incelenmesidir. Problem çözme becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması, katılımcıların evlilik iletişimlerini geliştirebilmek ve çift olarak yaşadıkları problemleri çözebilmelerini sağlamak amacıyla hazırlanmış bir beceri geliştirme grubudur.

Ön test-son test kontrol gruplu deneme modeline uygun olarak hazırlanan araştırmanın çalışma grubunu, hepsi ilk evliliğinde olan, yaşam döngüsünün üçüncü ve dördüncü basamaklarında yer alan, en az 5 senelik evli ve çocuk sahibi 10 evli birey oluşturmuştur. Grup çalışmasının etkililiğini belirlemede yardımcı olması amacıyla, öncelikle araştırmacı tarafından çiftlerin evlilik doyumlarını ölçmeye yönelik olarak Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) tasarlanmıştır. Grup çalışması başlamadan önce ve çalışma bittikten sonra, deney ve kontrol grubunda yer alan bireylere, Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) ile beraber, Problem Çözme Envanteri (PÇE) ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) uygulanmış ayrıca bir anket formu verilmiştir. Deney grubuna 8 hafta süresince, haftada bir gün iki saat süren oturumlarla, evlilik iletişimlerini destekleyici ve ilişki içerisindeki problemlerinin çözümünü geliştirici, evlilik doyumlarını arttırmaya yönelik uygulamalar yapılmıştır. Kontrol grubuyla bu anlamda her hangi bir çalışma yapılmamıştır.

Uygulama ve verilerin toplanması aşamasından sonra, elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmesi yapılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının uygulanan grup çalışması öncesinde ve sonrasında elde ettikleri puanlarının karşılaştırılması amacıyla, ölçeklerden elde edilen verilere Mann-Withney U Testi uygulanmıştır. Deney grubunun ve kontrol grubunun ön test ve son test verilerinin karşılaştırılması amacıyla, uygulama sonrası elde edilen puanlara Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi uygulanmıştır. Böylece denenceler doğrultusunda gruplar arasında farklılıkların olup olmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen istatistik sonuçların manidarlığı 0.05 düzeyinde test edilmiştir.

Yapılan istatistiksel analizler sonrasında uygulamaya ilişkin bulguları şu şekilde özetleyebiliriz:

1. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin, Evlilik Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü sontest "evlilik doyumu", "evlilik uyumu", "ilişki mutluluğu", "çatışma", "yakınlık" ve "öfke" puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest "evlilik doyumu", "evlilik uyumu", "ilişki mutluluğu", "çatışma", "yakınlık" ve "öfke" puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark vardır ( $p < .05$ ).
2. Yapılan grup çalışması sonrasında, Evlilik Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü deney grubunda bulunan üyelerin sontest "eşin ailesiyle iletişim", "ekonomik anlayış" ve "ebeveynlik anlayışı" puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest "eşin ailesiyle iletişim" "ekonomik anlayış" ve "ebeveynlik anlayışı" puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.
3. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin Problem Çözme Envanteri'nin ölçtüğü sontest problem çözme becerileri puanlarıyla kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.
4. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin ölçtüğü sontest "Kendine Güvenli Yaklaşım" alt boyutu puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest "Kendine Güvenli Yaklaşım" alt boyutu puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ( $p < .05$ ). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin diğer alt boyutları açısından deney grubunda bulunan üyelerin sontest puanlarıyla kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.
5. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin, Evlilik Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü öntest "evlilik doyumu", "evlilik uyumu", "ilişki mutluluğu", "çatışma", "yakınlık" ve "öfke" puanları ile sontest "evlilik doyumu", "evlilik uyumu", "ilişki mutluluğu", "çatışma", "yakınlık" ve "öfke" puanları arasında, son test lehine anlamlı bir fark vardır ( $p < .05$ ). Kontrol grubu için böyle bir farklılık söz konusu değildir.
6. Yapılan grup çalışması sonrasında, Evlilik Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü deney grubunda bulunan üyelerin öntest "eşin ailesiyle iletişim", "ekonomik



anlayış” ve “ebeveynlik anlayışı” puanları ile sontest “eşin ailesiyle iletişim” “ekonomik anlayış” ve “ebeveynlik anlayışı” puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

7. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin Problem Çözme Envanteri'nin ölçtüğü öntest problem çözme becerileri puanlarıyla sontest problem çözme becerileri puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.
8. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin ölçtüğü öntest stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla sontest stresle başa çıkma tarzları puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

Sonuç olarak, yapılan araştırma sonrasında, “ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması”nın, evli bireylerin evlilik doyumlarını, evlilik uyumlarını, evlilik ilişkilerinden duydukları mutluluğu, eşlerine duydukları yakınlığı arttırmakta, eşle yaşanan çatışmalarını ve eşlerine karşı öfkelerini azaltmakta etkili olduğu belirlenmiş, stresle başa çıkma tarzları açısından kendilerine güvenlerini arttırmakta da etkili olduğu saptanmıştır. Ancak uygulanan çalışmanın evli bireylerin eşlerinin ailelerinden kaynaklanan problemler, evlilik ilişkilerine yansıyan maddi kaynaklı problemler ve ebeveynlik anlayışlarıyla ilgili problemler konusunda etkili bir rol oynamadığı belirlenmiştir. Bu doğrultuda psikolojik danışma ve evlilik danışmanlığı alanlarında teori ve pratikte faydalı olabilecek önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Sözcükler:** Evlilik doyumu, evlilik ilişkisi, evli çiftler, evlilik doyum ölçeği, problem çözme.

## SUMMARY

### PROBLEM SOLVING IN FAMILY, MARITAL SATISFACTION AND EVALUATION OF A GROUP WORK CASE

The aim of this research is to explain the effectiveness of “marital satisfaction enhancement group work via improving problem solving skills” in family which has been developed via researcher, over the married couples’ marital satisfaction level. The “marital satisfaction enhancement group work through improving problem solving skills” is a kind of skill development group that improves the couples’ communication and problem solving competencies.

The research is based on the pre-test, post-test control group experiment model and all of the 10 participants were at their first marriage, on the third or fourth level of family life cycle, minimum five years old married and had children. First of all the Marital Satisfaction Scale was developed in order to determine the effectiveness of the group work. The Marital Satisfaction Scale, Problem Solving Inventory, Ways of Coping Styles Inventory and a questionnaire were applied to the experiment and control group participants both before and after the study. The group program was applied to the experiment group within a period of nine weeks, every week on a certain day and for about two hours in order to support their couple communication, to solve their problems and enhance their marital satisfaction. Marital satisfaction enhancement group work was not applied to with the control group.

After the application and data collecting period, the data were analyzed to compare the scores of the experiment and control group students before and after the education. Mann-Whitney U Test and Wilcoxon Test was applied to the data gathered by the scales. Therefore, it was verified whether the experiment and control groups differentiated from each other. The significance level for all statistics was assumed at 0.05.

After the statistical analysis, the results can be summarized as follows;

1. When post test “marital satisfaction”, “marital compatibility”, “relationship well being”, “conflict”, “intimacy” and “anger” scores of experimental and control groups are compared, there was a significant difference in favor of the experimental group ( $p < .05$ ).

2. In between experiment group members' post-test "the relationship with the parent in law", "economical apprehension" and "parental apprehension" scores and the control group members' scores are compared, there were not any significant differences between the groups.
3. When post-test problem solving skills scores of experimental and control groups are compared, there were not any significant differences between the groups.
4. The differentiation of the scores obtained from the experiment and control group, at the end of the "self-confident approach" of Ways of Coping Style Inventory post-test scores were in favor of the experimental group members ( $p < .05$ ). There were not any significant differences for the other sub-scales of Ways of Coping Style Inventory.
5. For the experimental group, post-test "marital satisfaction", "marital compatibility", "relationship well being", "conflict", "intimacy" and "anger" scores were significantly higher than the pre-test "marital satisfaction", "marital compatibility", "relationship well being", "conflict", "intimacy" and "anger" scores ( $p < .05$ ). But for the control group, there were no significant differences between pre and post tests.
6. The experimental group members' "the relationship with the parent in law", "economical apprehension" and "parental apprehension" post-test scores were not significantly different from the pre-test scores.
7. For the experimental group, the post-test problem solving skills scores were not significantly different than the pre-test problem solving skills scores.
8. The experimental group members' "ways of coping styles" the post-test scores were not significantly different from the pre-test scores.

As a result of this research, "marital satisfaction enhancement group work via improving problem solving skills" was found effective in terms of improving the "marital satisfaction", "marital compatibility", "relationship well being", "intimacy" and reducing the levels of "conflict" and "anger". It was also found effective for self-confident coping style of married persons. However, the group work was not found effective in terms of improving "the relationship with the parent in law", "economical apprehension" and "parental apprehension". Eventually, some theoretical and practical propositions have been made hereby which are believed to be useful for the field.

**Key Words:** Marital satisfaction, marital relationship, married couple, marital satisfaction inventory, problem solving.

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
<b>ÖNSÖZ</b> .....	iii
<b>ÖZET</b> .....	v
<b>SUMMARY</b> .....	viii
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	x
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	xv
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	xxii
<b>BÖLÜM I: GİRİŞ</b>	
1.1. Problem .....	1
1.2. Denenceler .....	11
1.3. Önem .....	12
1.4. Sayıtlılar .....	14
1.5. Sınırlılıklar .....	14
1.6. Tanımlar ve Kısaltmalar .....	15
<b>BÖLÜM II: İLGİLİ LİTERATÜR</b>	
2.1. Aile Ve Evlilik .....	16
2.1.1. Aile .....	17
2.1.2. Evlilik .....	29
2.1.2.1. Evliliğin Amacı Ve Genel İşlevleri .....	32
2.1.2.2. Sağlıklı (Fonksiyonel) ve Sağlıksız (Fonksiyonelsiz) Evlilik .....	34
2.1.2.3. Evlilikte Eş Seçimi .....	39
2.1.2.4. Evliliğin Niteliksel Öğeleri .....	42
2.1.2.5. Evlilik Uyumu .....	45
2.1.2.6. Evlilikte İstikrar .....	48
2.1.2.7. Evlilikte Bağlılık .....	49

2.1.2.8. Bağlanma Stilleri ve Evlilik .....	50
2.2. Aile Ve Evlilik Problemleri .....	52
2.2.1. Aile ve Evliliklerde Genel Problem Alanları .....	52
2.2.2. Evlilikte Sevgi Yitimi Ve Boşanma .....	64
2.2.3. Evlilikte Şiddet .....	71
2.3. Türkiye’de Aile Ve Evlilik Yapısı .....	72
2.4. Evlilik Doyumu Ve Evlilik Doyumunu Belirleyen Faktörler .....	83
2.4.1. Evlilik Doyumu, Sevgi ve Aşk .....	92
2.4.2. Evlilik Doyumu ve İletişim .....	97
2.4.3. Evlilik Doyumu, Çatışma ve Problem Çözme Becerisi .....	99
2.4.4. Evlilik Doyumu Ve Birlikte Zaman Geçirme .....	103
2.4.5. Evlilik Doyumu, Maddiyat Ve İş Hayatı .....	106
2.4.6. Evlilik Doyumu Ve Cinsellik .....	108
2.4.7. Evlilik Doyumu Ve Rol Beklentileri .....	109
2.4.8. Evlilik Doyumu Ve Eşlerin Ailelerinin İlişkiye Etkileri.....	112
2.4.9. Evlilik Doyumu Ve Çocukların İlişkiye Etkileri .....	116
2.5. Evlilik Doyumunun Ölçülmesi ve Evlilik Doyum Ölçekleri .....	120
2.6. Aile Ve Evlilik Danışmanlığı/Terapisi, Aile Ve Evliliğe Müdahale Teknikleri .....	122
2.6.1. Aile Terapisinde En Çok Kullanılan Yaklaşımlar .....	123
2.6.1.1. Psikodinamik ve Bowenyan Aile Terapileri .....	123
2.6.1.2. Yaşantısal Aile Terapisi .....	124
2.6.1.3. Davranışçı ve Bilişsel Davranışçı Aile Terapileri .....	126
2.6.1.4. Yapısal Aile Terapisi .....	128
2.6.1.5. Sistemik Aile Terapisi .....	129
2.6.1.6. Stratejik Aile Terapisi .....	131

2.6.1.7. Çözüm Odaklı Aile Terapisi .....	133
2.6.1.8. Naratif Aile Terapisi .....	134
2.6.2. Aileye Müdahale Teknikleri ve Aile Danışmanlığı .....	135
2.6.3. Evlilik Terapisinde En Çok Kullanılan Yaklaşımlar .....	149
2.6.3.1. Geleneksel Davranışçı Çift Terapisi.....	150
2.6.3.2. Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri .....	153
2.6.3.3. Davranışçı Sistemik Çift Terapileri .....	154
2.6.3.4. Duygusal Odaklı Çift Terapisi .....	155
2.6.3.5. İntegratif Davranışçı Çift Terapisi .....	156
2.6.4. Evliliğe Müdahale Teknikleri ve Evlilik Danışmanlığı .....	157
2.6.5. Evlilik İlişisini Geliştirme Programları ve Grup Çalışmaları .....	163
2.6.6. Evlilik Öncesi Danışmanlığı .....	176
2.7. İlgili Araştırmalar .....	178
2.7.1. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar .....	178
2.7.2. Evlilik Konusunda Gerçekleştirilen Eğitim Programları ve Danışma Gruplarıyla İlgili Araştırmalar.....	196
2.7.3. Evlilik ve Evlilik Doyumu Üzerine Türkiye’de Yapılmış Araştırmalar .....	208

### **BÖLÜM III: YÖNTEM**

3.1. Araştırma Modeli .....	222
3.2. Araştırma Grubu .....	223
3.3. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması .....	223
3.4. Veri Toplama Araçları .....	224
3.4.1. Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) .....	224
3.4.1.1. Aracın Güvenirlilik Analizleri .....	230
3.4.1.2. Aracın Geçerlik Analizleri.....	242
3.4.1.2.1. Kapsam Geçerliği.....	242
3.4.1.2.2. Yapı Geçerliği .....	243
3.4.1.2.3. Kriter Geçerliği .....	261

3.4.1.2.3.1. Problem Çözme Envanteri .....	262
3.4.1.2.3.2. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği....	264
3.4.1.3. EDÖ'nün Uygulanması, Puanlanması ve Yorumlanması...	265
3.4.2. Ailede Problem Çözme Becerisini Geliştirme Yoluyla Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışması.....	268
3.4.2.1. Grup Çalışmasının Amaçları ve Kullanılan Teknikler.....	269
3.4.2.2. Eğitim Programının İçeriği ve Grup Oturumlarında Yapılan Etkinlikler .....	273
3.5. Araştırma Süreci .....	274
3.6. Verilerin Çözümlemesi .....	275

## **BÖLÜM IV: BULGULAR**

4.1. Bulgular .....	277
---------------------	-----

## **BÖLÜM V: SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER**

5.1. Sonuç ve Tartışma.....	307
5.2. Öneriler .....	326

<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>329</b>
-----------------------	------------

<b>EKLER .....</b>	<b>361</b>
--------------------	------------

EK 1: Problem Çözme Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde Mann-Whitney U Testi Sonuçları.....	362
--	-----

EK 2: Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde Mann-Whitney U Testi Sonuçları .....	363
---	-----

EK 3: Problem Çözme Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları .....	364
--	-----

EK 4: Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları.....	365
---	-----

EK 5: Problem Çözme Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları .....	366
--	-----

EK 6: Stresle Başa Çıkma Tarzları Envanteri Ve Alt Boyutları Üzerinde	
---	--



Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi Sonuçları .....	367
EK 7: Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ) Örnek Soru Maddeleri .....	368
EK 8: Problem Çözme Envanteri (PÇE) .....	369
EK 9: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) .....	371
EK 10: Anket Formu .....	372
EK 11: Grup Çalışmasına Katılmayan Eşe Gönderilen Örnek Mektup.....	373
EK 12: Ailede Problem Çözme Becerilerini Geliştirme Yoluyla Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışması.....	374

## TABLolar LİSTESİ

### Sayfa No.

<b>Tablo 1.1.1.:</b> Türkiye’de Kaba Boşanma Oranı, 1996-2000.....	2
<b>Tablo 1.1.2.:</b> Seçilmiş Ülkelerde Kaba Boşanma Oranları.....	2
<b>Tablo 2.1.1.:</b> Duvall’in Aile Yaşam Döngüsü Modeli.....	23
<b>Tablo 2.2.1.:</b> Evlilik Problemleri ve Boşanma Konusundaki Statik ve Dinamik Risk Faktörleri.....	61
<b>Tablo 2.2.2.:</b> Türkiye’de Evliliklerde En Çok Sorun Yaşanan Konular .....	64
<b>Tablo 2.3.1.:</b> Türkiye’de Kaba Evlenme Oranları.....	75
<b>Tablo 2.4.1.:</b> Aile Fertleri Ve Yakın Akrabalarla İlişkiler .....	113
<b>Tablo 2.6.1.:</b> Aile ve Çift İlişkilerini Geliştirmeye Yönelik En Yaygın Kullanılan Teknik ve Program Örnekleri.....	165
<b>Tablo 3.4.1.:</b> Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları.....	226
<b>Tablo 3.4.2.:</b> Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımları..	226
<b>Tablo 3.4.3.:</b> Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları..	226
<b>Tablo 3.4.4.:</b> Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Evlenme Şekillerine Göre Dağılımları.	227
<b>Tablo 3.4.5.:</b> Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları.....	228
<b>Tablo 3.4.6.:</b> Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımları....	228
<b>Tablo 3.4.7.:</b> Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları..	228
<b>Tablo 3.4.8.:</b> Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Evlenme Şekillerine Göre Dağılımları.	229
<b>Tablo 3.4.9.:</b> Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Çocuk Sayılarına Göre Dağılımları...	229
<b>Tablo 3.4.10.:</b> Evlilik Doyum Ölçeği İç Tutarlılık Sonuçları.....	231
<b>Tablo 3.4.11.:</b> Testin Toplamı İçin İç Tutarlılık Katsayıları.....	231
<b>Tablo 3.4.12.:</b> Testin Ebeveynlik Anlayışı Bölümünün İç Tutarlılık Katsayıları.....	232

<b>Tablo 3.4.13.:</b> Test-Tekrar Test Güvenirliği İçin Yapılan EŖleŖtirilmiŖ Grup T Testi Sonuçları.....	233
<b>Tablo 3.4.14.:</b> Test-Tekrar Test Güvenirliği İçin Yapılan Pearson arpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları.....	233
<b>Tablo 3.4.15.:</b> Testin Geneli İçin Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları.....	234
<b>Tablo 3.4.16.:</b> Testin Ebeveynlik AnlayıŖı Bölümünün Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları.....	237
<b>Tablo 3.4.17.:</b> ED'nn Geneli İçin Madde Toplam (Item-Total) Korelasyonları Ve Ayırtedicilik Analizi Sonuçları.....	238
<b>Tablo 3.4.18.:</b> ED'nn Ebeveynlik AnlayıŖı Bölümü İçin Madde Toplam (Item-Total) Korelasyonları ve Ayırtedicilik Analizi Sonuçları.....	241
<b>Tablo 3.4.19.:</b> KMO ve Bartlett's Testi Değerleri.....	244
<b>Tablo 3.4.20.:</b> ED Testi'nin Ebeveynlik AnlayıŖı Bölümüne Ait KMO Ve Bartlett's Testi Değerleri.....	245
<b>Tablo 3.4.21.:</b> Açıklanan Toplam Varyans Tablosu.....	245
<b>Tablo 3.4.22.:</b> ED'nn Ebeveynlik AnlayıŖı Bölümüne Ait Açıklanan Toplam Varyans Tablosu.....	248
<b>Tablo 3.4.23.:</b> Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Eigenvalue (zdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri.....	248
<b>Tablo 3.4.24.:</b> Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre ED'nn Ebeveynlik AnlayıŖı Bölümüne Ait Eigenvalue (zdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri.....	248
<b>Tablo 3.4.25.:</b> Faktör Analizi Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler.....	249
<b>Tablo 3.4.26.:</b> Testin Birinci Alt Boyutu İçin Uygulanan Yeni Faktör Analizi Sonucu OluŖan Toplam Varyans Tablosu.....	250
<b>Tablo 3.4.27.:</b> Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Birinci Alt Boyut İçin Yapılan Yeni Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Eigenvalue (zdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri.....	252
<b>Tablo 3.4.28.:</b> Birinci Alt Boyut İçin Yeniden Yapılan Faktör Analizi Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler.....	252
<b>Tablo 3.4.29.:</b> ED Testinin Her Bir Alt Boyutun İçerdiği Maddeler zerinden Hesaplanan Cronbach Alpha, Guttman ve Spearman Brown Değerleri.....	254

<b>Tablo 3.4.30.:</b> EDÖ 1. Alt Ölçek (Evlilik Uyumu) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	255
<b>Tablo 3.4.31.:</b> EDÖ 1. Alt Ölçek 1. Alt Boyuta Ait (Mutluluk) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri....	257
<b>Tablo 3.4.32.:</b> EDÖ 1. Alt Ölçek 2. Alt Boyut (Çatışma) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	258
<b>Tablo 3.4.33.:</b> EDÖ 1. Alt Ölçek 3. Alt Boyut (Yakınlık) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	258
<b>Tablo 3.4.34.:</b> EDÖ 2. Alt Ölçek (Hiddet) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	259
<b>Tablo 3.4.35.:</b> EDÖ 3. Alt Ölçek (Eşin Ailesiyle İletişim) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	259
<b>Tablo 3.4.36.:</b> EDÖ 4. Alt Ölçek (Ekonomik Anlayış) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	260
<b>Tablo 3.4.37.:</b> EDÖ 5. Alt Ölçek (Ebeveynlik Anlayışı) N, $\bar{x}$ ve <i>ss</i> Değerleri.....	260
<b>Tablo 3.4.38.:</b> EDÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelatif İlişkiler.....	261
<b>Tablo 3.4.39.:</b> EDÖ'nün Kriter geçerliği İçin Uygulanan EDÖ'yle PÇE Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	263
<b>Tablo 3.4.40.:</b> EDÖ'nün Kriter Geçerliği İçin Uygulanan, EDÖ'yle SBTÖ Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	265
<b>Tablo 3.4.41.:</b> Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışmasının Ana Hatları.....	273
<b>Tablo 4.1.1.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Bu Ölçeklerin Alt Testlerinden Elde Edilen Verilerin Ortalama, Standart Sapma, En Düşük ve En Yüksek Değerlerinin İncelenmesi.....	278
<b>Tablo 4.1.2.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Bu Ölçeklerin Alt Testlerinden Elde Edilen Verilerin Ortalama, Standart Sapma, En Düşük ve En Yüksek Değerlerinin İncelenmesi.....	280
<b>Tablo 4.1.3.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeğinin Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	281
<b>Tablo 4.1.4.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	282
<b>Tablo 4.1.5.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “Mutluluk” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	282
<b>Tablo 4.1.6.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	282

<b>Tablo 4.1.7.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	283
<b>Tablo 4.1.8.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Hiddet” Öntestinden Elde Edilen Verilerin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	283
<b>Tablo 4.1.9.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut“Eşin Ailesiyle İletişim” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	284
<b>Tablo 4.1.10.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	284
<b>Tablo 4.1.11.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut“Ebeveynlik Anlayışı” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	284
<b>Tablo 4.1.12.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	285
<b>Tablo 4.1.13.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut “Aceleci Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	285
<b>Tablo 4.1.14.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut “Düşünen Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	286
<b>Tablo 4.1.15.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut “Kaçınan Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	286
<b>Tablo 4.1.16.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut “Değerlendirici Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	286
<b>Tablo 4.1.17.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut “Kendine Güvenli Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	287
<b>Tablo 4.1.18.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut “Planlı Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	287
<b>Tablo 4.1.19.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Birinci Alt Boyut “İyimser Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	288

<b>Tablo 4.1.20.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği İkinci Alt Boyut “Sosyal Destek Arama” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	288
<b>Tablo 4.1.21.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Çaresiz Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	288
<b>Tablo 4.1.22.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Boyun Eğici Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	289
<b>Tablo 4.1.23.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Kendine Güvenli Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	289
<b>Tablo 4.1.24.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeğinin Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	290
<b>Tablo 4.1.25.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut“Evlilik Uyumu” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	290
<b>Tablo 4.1.26.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “Mutluluk” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	291
<b>Tablo 4.1.27.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	291
<b>Tablo 4.1.28.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	292
<b>Tablo 4.1.29.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut“Hiddet” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	292
<b>Tablo 4.1.30.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut“Eşin Ailesiyle İletişim” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	293
<b>Tablo 4.1.31.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	293

<b>Tablo 4.1.32.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut“Ebeveynlik Anlayışı” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	294
<b>Tablo 4.1.33.:</b> Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Kendine Güvenli Yaklaşım” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi.....	295
<b>Tablo 4.1.34.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği’nden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	295
<b>Tablo 4.1.35.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	296
<b>Tablo 4.1.36.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “Mutluluk” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	297
<b>Tablo 4.1.37.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	297
<b>Tablo 4.1.38.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	298
<b>Tablo 4.1.39.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Hiddet” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	299
<b>Tablo 4.1.40.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	299
<b>Tablo 4.1.41.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut“Ekonomik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	300
<b>Tablo 4.1.42.:</b> Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	300
<b>Tablo 4.1.43.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği’nden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	301

<b>Tablo 4.1.44.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	302
<b>Tablo 4.1.45.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “Mutluluk” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	302
<b>Tablo 4.1.46.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	303
<b>Tablo 4.1.47.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	303
<b>Tablo 4.1.48.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Hiddet” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	304
<b>Tablo 4.1.49.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	304
<b>Tablo 4.1.50.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	305
<b>Tablo 4.1.51.:</b> Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	305
<b>Tablo 4.1.52.:</b> Kontrol Grubunun Problem Çözme Envanteri’ nin İkinci Alt Boyutu “Düşünen Yaklaşım” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi.....	306



## ŞEKİLLER LİSTESİ

**Sayfa No.**

**Şekil 3.1.1.** : Araştırma Modeli ..... 222

**Şekil 3.4.1.** : Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışmasının Bilişsel Hedef Haritası..... 272

# BÖLÜM 1: GİRİŞ

## 1.1. Problem

Bir kavram olarak aile, ekonomik, sosyal, politik ve psikolojik yapısıyla her zaman araştırmacıların ilgi odaklarından birisi olmuştur. Günümüzde pek çok araştırmacı ve uzman dikkatlerini, aile dinamiklerini incelemeye ve geliştirmeye vermiş bulunmaktadırlar.

Ailenin yapı taşını oluşturan evlilik ilişkilerinde, son yıllarda artan problemler ve meydana gelen boşanmalar, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de önemli bir sorun haline gelmeye başlamıştır. Özellikle endüstriyel gelişmelerin hızlı yaşandığı ülkelerde bu konu sürekli ilerleyen bir problem alanı olarak göze çarpmaktadır. Amerika'da gerçekleştirilen epidemiyolojik araştırmalar, ilk evliliklerin %50'sinin, ikinci evliliklerin de %60'ının boşanmayla sonuçlandığını ortaya koymaktadır (Cornelius, 2004 ; Smith, Carlson, 1995). Ülkemiz için durum henüz bu kadar vahim olmamakla birlikte, boşanma oranlarının artarak devam ettiği görölmektedir. Asya ülkelerinde de durum pek farklı değildir. Bundan 30 sene öncesine kadar Çin, Tayvan, Japonya, Kore gibi Asya ülkelerinde boşanma az rastlanır bir durum olarak karşımıza çıkmaktayken, son yıllarda bu ülkelerdeki boşanmalarında arttığı gözlenmektedir. Hindistan gibi bazı Asya ülkelerinde ise azar azar bir artış söz konusudur. Müslüman bir ülke olan Malezya'da ise, yeni yürürlüğe giren boşanma kanunları dolayısıyla boşanma oranlarında bir azalma meydana geldiği görölmektedir. (Huang, 2005).

Demografik göstergelerden biri olan kaba boşanma oranlarının ülkemizdeki son on yıllık trendi incelendiğinde, 1996 yılına kadar değişmeyen bir yapı, 1997 yılından 2000 yılına kadar bir azalma, 2000 yılında ise bir artış olduğu görölmektedir. 2000 yılı verilerine göre kaba boşanma oranı binde 0.53'dür (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğu, 2005).

**Tablo 1.1.1. Türkiye’de Kaba Boşanma Oranı, 1996-2000**

Yıl	Yıl Ortası Tahmini Nüfus(000)	Boşanma Sayısı	Boşanma Oranı(%)
1996	61 528	29 552	0.48
1997	62 455	32 717	0.52
1998	63 391	32 167	0.51
1999	64 337	31 540	0.49
2000	65 311	34 862	0.53
2001		50 402	0.74
2002		51 096	0.73

**Kaynak:** Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005.

Aşağıdaki tablo ise, Türkiye’nin diğer dünya ülkelerine kıyasla boşanma oranlarını göstermektedir. Tablodan da anlaşılacağı üzere ülkemiz, pek çok ülkeye göre avantajlı durumda gözükmemektedir. Ancak boşanma oranlarının azlığının, ülkemizde yaşanan evlilik sorunlarının az olmasından mı, yoksa geleneksel olarak boşanmaya karşı gösterilen tepkiden mi kaynaklandığı sorusu, araştırmacıları düşündürmektedir.

**Tablo 1.1.2. Seçilmiş Ülkelerde Kaba Boşanma Oranı**

Ülke	Yıl	Kaba boşanma oranı
A.B.D	1998	42
Almanya	2000	24
Avusturya	2001	2.5
Azerbaycan	2001	0.7
Belçika	2000	2.6
Bulgaristan	2001	1.3
Finlandiya	2001	2.6
Fransa	2000	1.9
Hollanda	2001	2.3
İngiltere	2000	2.6
İsrail	1999	1.7
İsveç	2001	2.4
İsviçre	2001	2.2
İtalya	2000	0.7
Japonya	1999	2.0
Kanada	1999	2.3
Kazakistan	2000	1.8
Kırgızistan	2000	1.2
Norveç	2000	2.2
Özbekistan	2000	0.8
Romanya	2000	1.4
Rusya Federasyonu	2001	5.3
Suriye	2000	0.7
Tacikistan	1999	0.4

<b>Türkiye</b>	<b>2002</b>	<b>0.7</b>
Türkmenistan	1999	1.1
Yugoslavya	2001	0.7
Yunanistan	2000	0.9

**Kaynak:** National Sources Recent Demographic Developments in Europe (2002) Council of Europe  
New Cronos Database, Eurostat and Transmonee Database, UNICEF.

Türkler geleneksel olarak aile kurumuna değer veren, aileyi toplumun temeli olarak gören bir yapıya sahiptir. Türk ailesi zaman içerisinde geçirdiği değişimlere rağmen, bir sosyal kurum olarak varlığını ve önemini geçmişte olduğu gibi bu gün de muhafaza etmektedir (Aydoğan, 1992 ; Tezcan, 2000). Ancak özellikle sanayi devrimi sonrasında yaşanan hızlı ve güçlü toplumsal değişimler, aileyi de doğrudan etkilemekte, aile içerisinde yaşanan problemleri çeşitlendirmekte ve çoğaltmaktadır. Buna rağmen, ülkemiz insanının boşanmayı son çare olarak düşünen ve her ne olursa olsun evliliğini sürdürmeye olan inancı, evlilik ilişkisi içerisinde kaderine terk edilmeden desteklenmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Evlilikle birlikte eşlerin yaşamlarında çeşitli değişiklikler olmakta, bekarlık rollerinden, evli çift rollerine geçilmektedir. Evlilikle birlikte yeni bir aile sistemi kurulmaktadır. Evlilik ihtiyaçlarını karşılamak üzere, eşler aynı mekanı paylaşmayı, birbirlerinin isteklerini, ihtiyaçlarını ve fantezilerini karşılamayı öğrenirler. Evliliğin ilk döneminin en önemli görevi, her iki kişiyi de mutlu edecek ortak bir yaşam biçimi bulmak ve doyurucu cinsel etkileşim örüntülerini keşfetmektir. Diğer önemli görevler ise, ortak kararlar almayı, aile sorumluluklarını paylaşmayı, ortaya çıkan çatışmaları çözme yollarını öğrenmektir. İlk yıllarda beklentilerin karşılanmaması nedeniyle çeşitli çatışmalar ve hayal kırıklıkları yaşanabilmektedir. Bireysel ayrılıklar, yaşanan çatışma ve hayal kırıklıkları çözülemediği zaman, bu aşamada boşanma riski yüksek olmaktadır (Nazlı,2000 ; Onur,1986).

Toplumsal yapının çekirdeğini oluşturan ailenin temeli, biri kadın diğeri erkek olmak üzere, iki yetişkin insanın uzun süreli doyumuna dayanan bir ilişki çerçevesinde varılmaktadır (Levinger ve Huston,1990). 19. yüzyılın başından beri, evlilik konusunda araştırmalar yapılmaktadır. İlk çalışmalarda daha çok evliliğin niteliği ele alınarak demografik değişkenler, bireysel özellikler ve aile değişkenleri ile ilişkisi incelenmiştir. Daha sonraları ise, evlilik doyumunu ile eşler arasındaki ilişkiler araştırılmış ve sorunlu eşlerle sorunsuz eşler problem çözme davranışları bakımından karşılaştırılmıştır. 1980'li yılların sonlarına doğru, araştırmaların odağı, evliliklerini sorunlu ve sorunsuz olarak değerlendiren eşlerin davranışlarının farklılaşp farklılaşmadığı konusundan uzaklaşarak, daha çok evliliğe ilişkin

işlevsel inançlar, gerçek dışı beklentiler, eşler arasında etkileşim gibi, evlilik doyumunu etkileyen konulara yönelmiştir (Fincham ve Bradbury, 1990).

Aile yaşam döngüsünün evreleriyle, doyum arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda, yaşam döngüsünün belli dönemlerinde doyum düzeyinin değiştiği ortaya konulmaktadır. Evlilik ve aile doyumunda vuku bulan en dramatik dönemin, çocukların evden ayrılmasından sonraki evreye (*empty nest*) rastladığı tespit edilmektedir. Ebeveynlik görevlerinin bitmesinden sonraki dönemde ise (*postparental*), doyum artmaktadır. Evlilik doyumunun en düşük olduğu dönem ise, ergenlerin evde olduğu dönem olarak görünmektedir. Bu dönemde hem kadının, hem de erkeğin evlilikten aldıkları doyum düşük tespit edilmektedir. Kadın ve erkek için evlilik doyumunu, boş yuva yada emeklilik dönemi denilen dönemde artmaktadır. Evliliğin ilk yıllarında, çocuk yetiştirme ve ergenlik döneminde, uyum daha düşüktür (Mc Cubin, 1990).

Lawson'a göre (1989) yaşam döngüsünün çeşitli evrelerinde boşanma düşünceleri ortaya çıkabilmekte ve bu düşünceler evrelere göre farklılaşabilmektedir. Erkeklerin yaklaşık %13'ü, kadınların ise %16'sı eşinden boşanmayı düşünmekte ve bunlar genellikle evliliklerinden doyum sağlayamamaktadırlar. Yaşam döngülerinin bütün dönemlerinde kadınların kocalarından daha fazla boşanmayı düşündükleri belirtilmektedir. Çocukların okul öncesi ve çocukların evden ayrıldıkları dönemde, çiftlerin boşanma düşünceleri daha fazla olabilmektedir. Çiftler yaşam döngülerinde çocukların okula başlaması ve çocukların evden ayrılması evreleri arasında, daha az boşanma düşüncesine rastlanmaktadır. Ülkemiz açısından durumu değerlendirmek gerekirse, Türkiye'de boşanmaların yüzde 44.89'unun evliliğin ilk 5 yılı içinde meydana geldiği görülmektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

İnsanlar evlenmeye karar verdiklerinde, daha önceki yaşamlarından daha mutlu olacaklarını düşünme eğilimindedirler. Gerçekte iki insanın uyumlu bir şekilde geçinebilmesi ve evlilikte doyum sağlayabilmesi için büyük bir potansiyelleri vardır. Ancak insanlar sıklıkla kendilerini diğer insanların mutlu edeceği, kendilerinin de diğer insanları ve eşlerini mutlu edecekleri düşüncesi ve beklentileriyle evlenirler. Araştırmalar, evlilikten önce mutluluğa eğilimli olanların mutlu, evlilikten önce mutsuz olmaya eğilimli olanların mutsuz olduklarını göstermektedir. Aslında evlilik, yetişkinlerin hayatlarında en çok doyum sağlamalarına yardım eden ilişki olmasına rağmen, kendi kendine mutluluk yaratmayan bir faktör olduğu

görülmektedir. Mutluluk, kişilerin birbirleriyle sağlıklı ve doyurucu etkileşimleri sonucunda vardıkları bir noktadır. Eşlerin birbirleriyle olumlu ve doyurucu bir ilişki yapısı geliştirmeleri durumunda ise kendilerini diğerlerine göre daha mutlu olarak algıladıkları araştırmalarla ortaya konulmaktadır (Kaye, 1977).

Aile yaşamının temelini, eşler arasındaki etkileşim ve iletişim oluşturur. Eşler duygusal olarak birbirine bağlıdır. Aynı evi paylaşırlar ve aile ile ilgili kararlarda ortak sorumluluk yüklenirler. Doğal olarak evli çiftler arasında çeşitli nedenlerle (sorumlulukların paylaşılması, çocukların yetiştirilmesi v.b.) sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Evlilikte ortaya çıkan sorunların yoğunluğu, evlilik süresine ve eşlerin kişilik özelliklerine göre farklılıklar göstermektedir. Eşler bazen sorunlarının başlangıç dönemlerinde, bazen çatışmaları şiddetlendikten sonra, bazen de boşanmaya karar vermeden hemen önce yardım aramaktadırlar. Kersten'e göre (1990) evlilikteki doyumsuzluklara ilk aşamada müdahale edilmesi önemlidir. İletişim ve problem çözme becerilerini öğretmenin, eşlerin birbirlerine karşı olumlu duygularını ve psikolojik doyumlarını arttırdığı değerlendirilmiştir (Christensen ve Shenk, 1991 ; Kertsen, 1990).

Aile, yaşam döngüsünün her hangi birindeki problemin çözümü amacıyla danışma hizmetine ihtiyaç duyabilmektedir. Çocukların doğumuyla birlikte artan ve çeşitlenen problemler, aileyi yardım arayışına itebilmektedir (Bloch, 1989 ; Berne,1988 ; Haley, 1988). Sonuçta aile yapısı ve aile içi ilişkiler, çocukların ve ergenlerin psikolojik durumları üzerinde belirleyici olabilmektedir. Aydın'ın (1991) araştırmasına göre aile ortamında birlik ve beraberlik ilişkilerinin algılanması ve eşler arasında şiddetli geçimsizliğin varlığı, ergenlerin kendini kabullerini olumlu şekilde etkilemektedir.

Bireysel ve sosyal süreçlerdeki bozukluklar ve psikolojik sorunlar, olumsuz çevre koşullarının bireye yansımalarının bir sonucu olarak ortaya çıkabilirler. Ailede başlayan etkileşim, geniş topluma, yani "evrensel" boyuta ulaşır. Bireyin ait olduğu aile ve ailenin içinde yer aldığı toplum birbirleriyle etkileşim içerisinde şekillenmektedir. Dolayısıyla danışma ve terapi süreci, aile ve toplumun etkilerinden ayrı düşünülemez (Özgüven, 2000).

Günümüzün değişen dünya ve toplum yaşamında evlilik ve aile sorunları nedeniyle yardım talebinin önemli düzeyde arttığı gözlenmektedir. Son yıllarda tüm dünyada, evlilik ve aile danışmanlığına verilen önemin giderek arttığı, aileler ve çiftlerle çalışan danışman ve psikologların, çeşitli kuramlar ve yaklaşımlar ışığında bu konuya daha fazla eğilmeye

çalıştıkları gözlenmektedir. Psikodinamik Aile Terapisi, Deneysel Aile Terapisi, Davranışsal ve Bilişsel-Davranışsal Aile Terapisi, Yapısal Aile Terapisi, Stratejik ve Sistemik Aile Terapisi, Çözüm Odaklı ve Naratif Aile Terapileri ortaya koydukları çeşitli yaklaşımlar ve yöntemlerle, aile ve çift problemlerine müdahale etmeye çalışmaktadır. Evlenecek gençler, evli çiftler ve aileler, bireyler, evlenme ve evlilik konusunda danışman ve terapistlere başvurumaktadırlar. Evlilik danışması, eş seçme ve nişanlılık danışması olarak, evlilik öncesi dönemden başlayan bir süreçtir. Batı ülkelerinde ve özellikle Amerika Birleşik Devletleri, İngiltere ve Almanya başta olmak üzere oldukça hızlı bir yayılma göstermiştir. Ülkemizde ise henüz gelişme aşamasında olduğu söylenebilir. (Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Özgüven, 2000 ; Gladding, 2002).

Kuzgun'a (1991) göre aile danışması, aile bireyleri arasında sağlıklı bir iletişim ortamını yaşatılması için aile bireylerine yapılan psikolojik bir yardımdır. Aile danışması aileyi bir bütün olarak ele alır. Sağladığı rahat ortam sayesinde, aile bireylerinin iletişim çatışmalarının kaynağını görebilmelerine yardımcı olur.

Aile danışmasının aileye ve çifte yardım sürecini Ackerman'ın (1970; Duyan, 2000'den aktarma) aile tedavisinin çeşitleri açısından aşağıdaki gibi sınıflamak mümkündür:

1. Evlilik rehberliği.
2. Aile rehberliği.
3. Bir veya iki aile üyesine yönelik tedavi.
4. Deneysel tedavi.
5. Aile üyeleri arasında duygusal tedavi değişikliğini esas alan tedavi.
6. İletişim örüntülerinin değişikliğini esas alan tedavi.
7. Aile krizlerini ele alan tedavi.
8. Birden fazla ailelere uygulanan yaklaşım.
9. Aile ilişkilerinde yönlendirmeci yaklaşım.
10. Ego psikiyatri yaklaşımı.

Yapılan araştırmalar, aile yaşam doyumu, evlilik doyumu ve bireysel yaşam doyumunun tamimiyle çakıştığını ve doyum ölçekleri arasında yüksek korelasyonlar elde edildiğini göstermektedir. Aile, sürekliliğini evlilik kurumuyla sağlar. Evlenme aileyi oluşturan toplumsal ilkeleri belirli kalıplar içine yerleştiren bir sözleşmedir. Dolayısıyla evlilik ve ailenin iç içe geçmiş birlikteliği, her ikisinden alınan doyumun birbirine bağlı

olmasına sebep olmaktadır. Evlilikte yaşanan sorunlara akılcı ve makul çözümler üretilememesi, evlilikten alınan doyumunu düşürdüğü gibi, hem eşlerin hem de çocukların beden ve ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Toplumun temel taşı olan ailenin sağlıklı yapısı ise toplumsal ruh sağlığını etkiler. Dolayısıyla evlilik doyumunu arttırmak amacıyla gerçekleştirilecek çalışmalarda, aile ortamının koşulları, bu ortamın süreç ve yanlış işleyişi, ailenin işlevselliğini zedeleyen iletişim problemleri ve tüm bunların bir sonucu olarak ortaya çıkan çatışma durumları üzerinde durmak gerekmektedir (Mc Cubin, 1990).

Evlilik doyumunu bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1986). Evlilik doyumunu tek başına ele almak yerine yaşam doyumunu ile bağlantılı olarak düşünmek daha uygundur. Kişi hayatının tüm yönlerinde mutlu olmak ister. Bunun içinde meslek, eğitim, yaratıcılık ve insanlık ilişkilerini seferber eder. Evlilik de hayatının mutlu ve doyumlu yaşamayı arzu ettiği diğer bir yönüdür (Harris, 1981).

Ailenin doyumunu etkileyen en önemli etkenlerden bir tanesi, eşler arasındaki çatışmalardır. Bir evlilik ilişkisinde eşler arasındaki çatışmalar, pek çok nedenden kaynaklanabilir ve bu da evlilikten alınan psikolojik doyumunu etkiler. Bu nedenle, evlilik doyumunu azalmadan çatışmaları çözümlenmede bireylere yardımcı olma konusu önem kazanmıştır (Markman, 1983). Yapılan araştırmalar, çatışma durumlarında eşlerin problem çözme davranışlarının önemli yer tuttuğunu göstermektedir. Kersten (1990) evlilik sorunlarında yaşanan aşamaları incelediği çalışmasında, ilişkilerinde problem yaşayan 49 eşle yaptığı ayrıntılı görüşmeler sonucunda, bireylerin evlilik problemleri açısından üç aşamadan geçtiklerini belirlemiştir. İlk aşamada eşler beklentilerinin karşılanmaması nedeni ile hayal kırıklığı yaşamaktadırlar. Aynı zamanda birbirlerini olumsuz şekilde değerlendirmeye başlamakta, ancak eşini hoşnut etme ve problemleri çözümü için çabaları devam etmektedir. İkinci aşamada bireyler, evliliğin getirdiği kazanç ve kayıpları değerlendirmektedirler. Eşler, kalma ve ayrılma düşünceleri arasında gidip gelmektedirler. Evliliğe ilişkin umutlar devam etmesine rağmen, şüpheler de başlamaktadır. Son aşamada ise evliliğin sona erebileceği düşüncesi egemen olmakta ve problemlerden kaçınma, eşinden fiziksel olarak uzaklaşma gibi davranışlar görülmektedir. Bu noktada eşlere çatışma çözümü, iletişim becerileri ve problem çözme becerileri gibi konularda yapılan yardımların gerekliliği önem kazanmaktadır.



Weiten (1986) evlilikte sıklıkla rastlanan ve çatışmaya neden olan sorunları şu şekilde belirlemiştir:

1. Evliliğe yönelik gerçekçi olmayan mutluluk beklentileri.
2. Eşlerin birbirlerinden farklı rol beklentilerine sahip olmaları (kimin yemekleri yapacağına, kimin ev dışında çalışacağına, kararları kimin alacağına dair v.b.).
3. Evliliğe ilişkin ekonomik sorunlar (mevcut paranın nereye harcanacağı çatışmaları).
4. Yetersiz iletişim.
5. Akrabalara ilişkin sorunlar (özellikle eşlerden birinin ebeveynlerine maddi yada duygusal açıdan bağlı olmasından kaynaklanan problemler).
6. Cinsel sorunlar.
7. Eşler arasında çocukların büyütülmesi ve disiplini ile ilgili fikir ayrılıkları.
8. Eşlerden birinin yeni ilgi alanları geliştirmesi, yeni bir ortam veya arkadaşlıklar kurması ve diğer eşin buna uyum sağlayamaması, eşlerin birbirlerinden farklı yönlerde kendilerini geliştirmeleri.
9. Diğer sık rastlanan sorunlar: Kıskançlık, sadakatsizlik, yerme, dırıldır, patronluk taslama, başatlık, aşkın bitmesi, ben merkezilik v.b.

Yapılan araştırmalar stres yaşantısının düşük evlilik kalitesiyle doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir. Stresle başa çıkma becerilerindeki yetersizlikler de, eşlerin evlilik doyumlarını doğrudan etkilemektedir (Lev-Wiesel, 1998 ; Bouchard,1998). Mc Cubin'in (1989) yaptığı bir araştırmada, doyuma ulaşmış ailelerin stres altında olmadığı, yada stres altında olan ailelerin doyuma ulaşamadığı ortaya çıkmıştır. Sürekli olarak stres altındaki çiftlerin evliliklerinde, aile yaşamlarında ve yaşam kalitelerinde eşit olarak doyum sağlayamadıkları açıkça görülmektedir. Mc Cubin (1989) aile ortamı içerisindeki doyumun yüksekliğinin evlilik doyumuna, evlilikten alınan doyumun yüksek oluşunun da aile içi ilişkilerdeki doyuma sıkı sıkıya bağlı olduğunu ortaya koymuştur.

Dolayısıyla evlilik doyumunu arttırmayı amaçlayan programlarda, aile ortamı, bu ortamın içerdiği çatışmalar, ailelerin bu çatışmalara karşı geliştirdikleri tepkiler, problem çözme davranışları, aile içi iletişimleri ve bu çatışmaların çift ilişkisine nasıl yansıdığı gibi konuların ele alınması ve iyileştirilmesi gerekmektedir. Evlilik doyumunun artırılması için

öncelikle, ailede çatışma yaratan davranışların değiştirilmesi ve iyileştirilmesi, ailenin problem çözme becerilerini kazanıp kullanması, ve bu ilişkilerin çift ilişkisine nasıl yansıdığına çiftler tarafından fark edilerek, ikili ilişkilerinin geliştirilmesi, evlilik çatışmaları ve stresinden kurtulmak için boşanma düşüncesinin oluşmasının önlenmesi önemli görülmektedir.

Üstelik boşanmış çiftler üzerinde yapılan araştırmalar, boşanmanın problemlerin sona ermesi anlamına gelmediğini göstermektedir. 1990'larda yapılan araştırmalar, boşanma sonrasında bireylerin evli olanlara oranla daha fazla ruhsal problemlerinin olduğunu, daha fazla mutsuzluk belirttiklerini, sağlık problemlerinin ve ölüm oranlarının daha yüksek olduğunu, sosyal anlamda daha izole bir hayat yaşadıklarını, yaşam standartlarının daha düşük olduğunu ve en önemlisi çocuk yetiştirme konusunda daha fazla problem yaşadıklarını ortaya koymaktadır (DeMoss, 2004). Bu durumda boşanmanın son çare olarak düşünülmesi ve öncelikle sorunlu çiftlerin evlilik ilişkilerinin geliştirilmeye çalışılması çok daha önemli görülmektedir.

Evliliklerinde çeşitli sorunlar yaşayan eşlere yönelik, eşlerin iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmek üzere düzenlenen programların amacı, eşlere iletişim ve problem çözme becerilerini öğretmek ve evlilik sorunlarını önlemektir. Evlilik ilişkisini geliştirme yaklaşımları, insanın büyüme ve gelişme kapasitesi olduğu tezine dayanmaktadır. Bu yaklaşımlara göre ilişkiler geliştirilebilir ve bireyler isterlerse, ilişkilerini kendilerine doyum verecek duruma getirebilirler. Bu programlarda bireyler, uygun çevre ve koşullar sağlandığında, kişiler arası ilişkilerini nasıl değiştirebileceklerini ve sürdürebileceklerini öğrenirler. Böylece ilişkilerinden ve yaşamdan aldıkları doyumunu arttırabilirler. Evlilik ilişkisini geliştirme programları, eşlere ilişkilerinde değişiklik sağlama yollarını öğretmek ilişkilerini zenginleştirmede yardımcı olur. Literatürde mevcut bulunan çeşitli programların ortak yönü ise, iletişim, istek, ihtiyaç, beklenti ve duyguları açıklama yeteneği, bunun içinde problem çözme becerilerini geliştirme, çatışma çözümü ve evlilik rollerinde uzlaşma konuları üzerinde çalışmaktır (Stanley, Jeffrey, Sheldon, James, 1983 ; Witkin, Edleson, Rose, Hall, 1983 ; Dinkmeyer ve Carlson, 1984 ; Miller, 1984 ; Cleaver, 1987; Butler, Wampler, 1999 Aydemir, 1999).

Aile yaşam döngüsü içerisindeki en zor dönem, çiftin ebeveyn yaşantısına geçiş yapmaya çalıştığı dönemdir. Dünyaya gelen yeni üye, evlilik ilişkisini her açıdan etkiler. Duygusal odaklanma, bireysel ihtiyaçlardan ve eşlerin birbirlerine odaklanmalarından ziyade,

ailenin yeni üyesi üzerinde toplanır. Boş zaman ilgileri, maddi durum, aile içi ilişkiler değişir. Araştırmalar, evlilik doyumunun ilk bebeğin doğumundan itibaren azalmaya başladığını doğrulamaktadır. Çiftler bebeğin bakımıyla ilgili pek çok işin üstesinden gelmek zorunda kalırlar, cinsel aktivitenin kalitesi azalır ve iletişimde bozulmalar başlar. Araştırmalar, çiftin ebeveynliğe uyum sağlama süreci içerisinde evlilik problemlerinin ve boşanma oranlarının çok yüksek olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde depresyona rastlanma sıklığı da dikkate değer bir şekilde artmaktadır. Bir anlamda ebeveyn rolünü üstlenen çift, ilişkilerinin geleceği konusunda risk almaktadırlar. Kültürler arası gerçekleştirilen çalışmalar, dünyanın pek çok farklı kültüründe aynı şekilde çocuğun doğumundan sonra evlilik doyumunda azalma ve eşler arasındaki çatışmalarda artış olduğunu doğrulamaktadır. Okul öncesi çağda çocuğu olan çiftlerin, yaşadıkları bu tür problemler üzerinde çalışırken, ebeveynliğe uyumun yarattığı zorlukların, evlilik bağımlı zayıflatması üzerinde durmak gerekmektedir. Bu dönemde ortaya çıkan doyumsuzluğun azaltılmasında en etkili yollardan bir tanesi de çiftlerin problem çözme becerilerini arttırmaktır (Lower, 2005 ; Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; McCubin, 1990).

Evlilik doyumu ile ilgili Türkiye’de yapılmış sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik çok az sayıda çalışma bulunmakta, doğrudan evlilik doyumunu arttırmak amacıyla tasarlanmış herhangi bir grup çalışmasına ise rastlanmamaktadır. Buraya kadar tartışılan konulardan da anlaşılacağı gibi, evlilik doyumunu arttırmaya yönelik çabalar, evli bireylerin aile içi ilişkilerini, evlilik ve yaşam doyumlarını geliştirebileceği gibi, dolaylı olarak çocuklarının sağlıklı gelişimi üzerinde de etkili olacaktır. Bu sebeple evli bireylerin eşleriyle etkileşimlerini arttırmaya yönelik, evlilik yaşantılarına uyum süreçlerini hızlandıran ve evlilik ilişkilerinde yaşamaları muhtemel problemlerin çözümünü kolaylaştıran, evlilik doyumunu arttırmak üzere tasarlanacak bir programın, bireylerin yaşam kalitelerini de arttıracığı ve yaşam boyu ruh sağlıklarını olumlu yönde destekleyeceği düşünülmektedir. Sağlıklı bir evlilik ilişkisi ve dolayısıyla sağlıklı bir aile yapısı içerisinde yetişen nesillerin, aynı yapıyı model alarak devam ettirebilecekleri düşünülürse, bu tip programların toplumsal geleceğimiz açısından da önemli bir rol oynayabileceği söylenebilir. Evliliğin kutsallığına inanan Türk insanının, evliliğin devamı konusundaki çabasının desteklenmesi önemli görülmektedir.

Bu araştırmanın problemi, ailede problem çözme becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu arttırmayı amaçlayan bir grup çalışmasının bireylerin evlilik doyumlarını artırma konusunda etkili olup olmayacağının ortaya çıkartılmasıdır.

## 1.2. Denenceler

Bu araştırmanın genel amacı; en az beş senelik evli ve çocuk sahibi bireylerin evlilik doyumlarını arttırıcı grup çalışmasıyla, evlilik ilişkisi içerisinde problem çözme becerilerinin geliştirilmesi ve bu yolla evlilik doyumlarının arttırılması olacaktır.

Bu araştırmada genel amaca ulaşabilmek için, aşağıdaki denenceler test edilmiştir:

1. Grup çalışması öncesinde, deney ve kontrol grupları arasında evlilik doyum düzeyleri açısından herhangi bir farklılık yoktur. Evlilik doyum düzeyleri açısından gruplar birbirine denktir.
2. Grup çalışması öncesinde, deney ve kontrol grupları arasında problem çözme becerisi ve stresle başa çıkma tarzları açısından herhangi bir farklılık yoktur. Bu özellikler açısından gruplar birbirine denktir.
3. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.
4. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla, kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.
5. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubu üyelerinin öntest evlilik doyum puanlarıyla sontest evlilik doyum puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.
6. Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubu üyelerinin öntest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanları ile sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.

7. Yapılan grup çalışması sonrasında kontrol grubunda yer alan üyelerin “Evlilik Doyum Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında, öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.
8. Yapılan grup çalışması sonrasında kontrol grubunda yer alan üyelerin “Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında, öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır.

### 1.3. Önem

Tüm toplumların temel yapı taşlarından biri olan evlilik kurumu, ülkemiz içinde anlamı yüzyıllardır korunan en önemli müessesedir. Türkiye her ne kadar Avrupa ve Amerika’ya nispeten daha az boşanma oranına sahip olsa da, istatistik veriler, boşanma oranlarının ülkemizde hızla artmakta olduğunu göstermektedir.

Evlilik kurumunun bir araya getirdiği aile kavramı, yapısında pek çok önemli unsuru bir arada barındırmaktadır. Üyelerinin birbirlerine karşılıklı sosyal destek sağladığı, barınma, güven, yaşam doyumu, yakın ve samimi ilişki ihtiyacı gibi pek çok önemli ihtiyaçların karşılandığı aile ortamı, öncelikle birbirine güvenen, sevgi ve saygı unsurlarıyla donanmış, problem çözme becerileri gelişmiş, sağlıklı bir iletişim içerisinde olan karı-koca ilişkilerini gerektirmektedir.

Evlilik ilişkisi içerisindeki çiftlerin en çok yakındıkları problemlerin kaynaklarına inildiğinde, çatışma çözme ve problem çözümü gibi iletişim odaklı becerilerinin eksikliği göze çarpmaktadır. Çiftlerin yaşadıkları duygusal ve davranışsal problemler, herhangi bir yardım almadıkları takdirde, evlilik doyumlarını olduğu kadar yaşam doyumlarını da etkilemekte, dolayısıyla aile ortamlarına yansımakta ve yaşam kalitelerini de düşürmektedir. Evlilikleriyle ilgili herhangi bir yardım almamış olan çiftlerin %67’si ilişkilerini doyumsuz olarak tanımlamaktadırlar. Bu konuda gerçekleştirilen her türlü müdahale tekniği ise, evlilik doyumu üzerinde etkili olabilmektedir (Oxford, 2003).

Bu araştırma, bir yetişkin eğitimi olarak, problem çözme becerilerinin geliştirilmesi yoluyla evlilik doyumunun artırılmasını amaçlayan yapısıyla, Türk toplumu için yeni ve özgün bir çalışma olma niteliği taşımaktadır. Yurt dışında bu amaçla gerçekleştirilmiş araştırmalar olmasına rağmen, ülkemizde evlilik ilişkilerini geliştirmeye yönelik az sayıda grup çalışmasına rastlanmakta, evlilik doyumunu baz alarak yapılandırılmış herhangi bir grup

çalışması ise mevcut bulunmamaktadır. Yabancı kökenli herhangi bir grup çalışmasını uyarlamaktan ziyade, evlilik doyumu üzerinde etkili olabilecek Türk kültürüne özgü iletişim ve etkileşim kalıpları dikkate alınarak yapılandırılmış olan bu çalışma, Türkiye için bir ilk olma niteliği taşımaktadır. Çalışma aynı zamanda evlilik doyumu üzerinde etkili olabilecek bilişsel, davranışsal ve duygusal öğeleri bir bütün olarak ele almaktadır.

Sağlıklı bir ailenin temelinde öncelikle sağlıklı bir çift ilişkisi yatmaktadır. Çiftin arasındaki ilişkinin niteliği, aile içi iletişim ve ilişkinin niteliği üzerinde de belirleyici rol oynamaktadır. Dolayısıyla, evliliklerini geliştirmek üzere danışmaya başvuran çiftler, aynı zamanda aile içi ilişkilerini de geliştirmek üzere adım atmış olmaktadırlar. Stresli evlilik yaşantısı içerisinde doyum seviyesi düşük olan eşlerin, zihinsel ve fiziksel sağlıkları risk altında bulunmakta hatta aynı riski çocukları dahi taşımaktadır (Kirby, 2005). Bu durumda evlilik ilişkilerinin geliştirilmesi ve evlilik doyumlarının yükseltilmesi, kendilerinin olduğu kadar çocuklarının da ruh sağlığına olumlu etki yapacaktır (Durairaj, 2003). Tasarlanan grup çalışmasının yakın hedefi, evlilik doyumunu arttırmak, uzak hedefi ise, aile içi ilişkiyi geliştirerek, yaşam doyumu ve yaşam kalitesi artmış bireylerin varlığını desteklemek olarak özetlenebilir.

Araştırmanın bir diğer önemi de, tek eş katılımlı bir yapıya sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Tek eş katılımlı evlilik doyumunu geliştirme grup çalışması, Türkiye için bir ilk olmakla beraber, dünya literatüründe de örneğine az rastlanır bir çalışma olma niteliği taşımaktadır. Evlilik problemleriyle başvuran bireylerle çalışan terapist ve danışmanların en büyük problemi, danışma ortamına gelmeyi reddeden diğer eşin sağaltıma katılamamasından kaynaklanmaktadır. Özellikle eşlerden sadece birinin bu konuya emek ve zaman ayırmaya istekli olduğu ve diğer eşin herhangi bir sebeple danışmaya gelmeyi reddettiği durumlarda, tek eşin katılımıyla gerçekleştirilecek, diğer eşin işbirliğini sağlayıcı bir çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Davranışçı çift terapisinin aldığı en önemli eleştirilerden bir tanesi, eşlerden herhangi birisi yeterli değişimi gösteremediği veya bu konuda isteksiz olduğu takdirde, diğer eşte karşıt bir tavırla değişim konusunda ciddi bir direnç oluşmasıdır. Bu sebeple son yıllarda geliştirilen çalışmalarda davranışçı terapistlere, eşlerin değişim konusunda karşılıklı olarak desteklenmelerinden ziyade, bireysel olarak değişimlerinin desteklenmesi konusunda tavsiyeler verilmektedir (Lawrence, Eldridge, Chirstensen, 1998.)

Eşlerden birinin danışma ortamına gelmeyi reddetmesi durumunda ya terapötik etkileşim sona ermekte, yada sadece danışmaya gelen eşle çalışıldığı takdirde, yeterli ilerleme ve verim sağlanamamaktadır. Diğer eşin gönülsüz bir katılımı ile danışma ortamına gelmesinden önce, çalışmayı kabul eden eşle kurulacak bir etkileşim ortamına dışardan katılmasının daha etkili olabileceği düşünülmektedir. Tasarlanan çalışmada gruba katılmayı reddeden eşle bir takım teknikler vasıtasıyla işbirliği sağlanarak, gönülsüz bir katılımdan çok,

sorumluluk almasını kolaylaştırıcı egzersiz ve ev ödevleriyle gruba dolaylı olarak katılımı ön görülmektedir. Çeşitli sebeplerden dolayı danışmaya gelmekte zorlanan veya gönülsüzce gelen eş, danışma ortamında sergilenmesi muhtemel dirençlerle sağaltımı olumsuz yönde etkileyebilmekte hatta engelleyebilmektedir.

Bu amaçla tasarlanan çalışmanın, böylesi bir ihtiyaca hizmet edebileceği, alanda çalışan psikolojik danışman ve uzmanlara yardımcı olabileceği ve Evlilik ve Aile Okulu gibi projelere faydalı olabileceği düşünülmektedir.

#### **1.4. Sayıtlar**

Bu araştırmada, aşağıdaki sayıtlardan hareket edilmiştir:

1. Bu araştırma, kullanılan ölçme araçları ve ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilirlerdir.
2. Deney ve kontrol grubunu oluşturan bireyler kullanılan ölçekleri içten ve objektif olarak değerlendirmişlerdir.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgulara ilişkin yapılan genellemeler, aşağıda belirtilen sınırlılıklar dahilinde geçerlidir.

1. Bu araştırma, araştırmaya katılan bireylerle sınırlıdır.
2. Uygulanan grup çalışmasının sonuçları, sadece bu grup ile ilgilidir.

3. Çalışma grubunun evlilik doyum düzeyleri, *Evlilik Doyum Ölçeği*'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

## 1.6. Tanımlar ve Kısaltmalar

Bu araştırmada kullanılan temel kavramların tanımları aşağıda yer almaktadır:

**Evlilik Doyumu:** Evlilik doyumu, kişinin çift ilişkisine dayalı olarak duyduğu tatmin ve mutluluk duygusunun derecesidir (Nicholas, 2005).

**Ailede ve Evlilikte Problem Çözme:** Problem çözme, ailenin problemin üstesinden gelebilme kapasitesidir. Problem çözme yeteneği, aile için sağlıklı aile fonksiyonlarını destekleyici bir nitelik taşımaktadır. Çiftin yaşadığı problemlerin üstesinden gelerek ilişkisini sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesi, etkin problem çözme becerisine sahip olmasıyla mümkün olmakta, bu da evlilik doyumunu arttırmaktadır (Synder, 1997 ; Rosen- Grandon, 1999 ; Bray, 1995).

**Ailede Etkili Problem Çözme:** Ailede etkili problem çözme yaklaşımı, problemin ne olduğunun net bir şekilde tanımlanması, problem üzerinde tartışma, alternatif çözümler üretme ve bu konular üzerinden aile üyelerinin problemlerle başa çıkabilmelerine yardım etme sürecidir. Aile içinde yaşanan problemlerin çözümünde en temel nokta, ailenin problem çözme becerisine sahip olmasıdır (Bray, 1995).

**Evlilikte Çatışma:** Evlilikte çatışma kavramı, çiftin arasındaki negatif etkileşimin varlığına işaret etmektedir. Çatışmaların derecesi, eleştirel bir ortam veya hafif dereceli anlaşmazlıklardan, sözel saldırılar ve fiziksel şiddete kadar varabilen bir dağılıma sahiptir. Aile içinde çatışmanın varlığı sadece aile fonksiyonlarında değil, aynı zamanda bireysel ve evlilikle ilgili fonksiyonlarda da bozukluklar olabileceğinin bir göstergesidir (Bray, 1995).



**Evlilik Uyumu:** Eşlerin evlilik yaşantılarını mutlu olarak algıladıkları, evlilik doyumunun yüksek olduğu, anlaşmazlık ve problem seviyesinin ise düşük olduğu ilişkiler uyumlu beraberlikler olarak kabul edilmektedir (Mc Clure, London, 1982 ; Yılmaz, 2001).

**EDÖ:** Evlilik Doyum Ölçeği.

**PÇE:** Problem Çözme Envanteri.

**SBCÖ:** Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği.

## **BÖLÜM II: İLGİLİ LİTERATÜR**

Bu bölümde öncelikle aile ve evlilik konusuna yer verilmiştir. Aile ve evliliğin anlamı, aile ve evlilikte sağlıklı ve sağlıklı fonksiyonlar, aile ve evlilik açısından önemli faktörler ele alınmıştır. Ardından aile ve evlilikte genel problem alanlarına değinilmiş ve sağlıklı aile ve evlilik yapılarına açıklık getirilmeye çalışılmıştır. Evlilik ve aile konusundaki bu genel açıklamaların ardından, ülkemizdeki aile ve evliliklerin genel karakteristiklerine değinilmiştir. Evlilik doyumunu kavramının ele aldığı bölümde ise, evlilik doyumunu belirleyen faktörler arasında yer alan sevgi, aşk, romantizm, iletişim ve problem çözme, çatışma ve öfke kontrolü, birlikte zaman geçirme, maddiyat ve iş hayatı, cinsellik, rol beklentileri, eşlerin ailelerinin ilişki üzerindeki etkileri, çocukların ilişkiye yansımaları gibi konular tek tek incelenmiş, evlilik doyumunu üzerindeki etkilerine değinilmiştir. Evlilik doyumunun ölçülmesi ise ayrı bir bölüm olarak ele alınmış ve dünyada en çok kullanılan evlilik doyum ölçekleri tanıtılmıştır. Ardından aile ve evlilik danışmanlığı/terapisi ekolleri incelenmiş, aile ve evliliğe müdahale amacıyla kullanılan özel tekniklere yer verilmiştir. Evlilik ilişkisini geliştirme konusunda gerçekleştirilen eğitim programları ve danışma gruplarının içeriklerine değinilmiş ayrıca evlilik öncesi danışmanlığı konusu ele alınmıştır. Son olarak, evlilik ilişkisini geliştirmenin evlilik doyumunu üzerindeki etkilerinin incelendiği bu çalışmada, bu çalışmayla ilgili olan ve benzerlik gösteren yerli ve yabancı araştırmalar sunulmuştur.

### **2.1. Aile Ve Evlilik**

Bu bölümde aile ve evlilik konusuna genel bir bakış açısının yanı sıra, sağlıklı bir aile ve evlilik ilişkisinin temel noktalarına değinilecektir. Ayrıca evlilik ana başlığı altında evlilik ilişkisi içerisinde etkili olan ve evlilikten alınan doyum da yakından ilgilendiren evlilik kalitesi, evlilik istikrarı, evlilikte karşılıklı sevgi ve anlayış, eşlerin birbirlerine olan bağlılıkları, affedicilik, evlilikte şiddet, bağlanma stilleri gibi önemli faktörlere yer verilecektir. Tüm bu faktörler, evlilik konusunun bilimsel düzeyde aydınlatılabilmesi için tek tek ele alınacaktır. Evlilik ana başlığı altında yer alan ve en önemli faktörlerden biri olan evlilik doyumuna ise, araştırmanın ana başlığını oluşturması sebebiyle ayrı bir başlık altında daha ayrıntılı bir şekilde yer verilecektir.

### **2.1.1. Aile:**

Ailenin tanımlanması oldukça karmaşık bir konudur. Aileyle ilgili tek bir ortak tanım bulunmamaktadır. Aileyle ilgilenen kişi ve grupların kendi amaçları doğrultusunda, kendi perspektiflerinden oluşturdukları çeşitli tanımlamalar mevcuttur (Segrin, 2004).

Ülken (1990) aileyi, aralarında gerçek veya uzlaşma bir akrabalık bağı olan, yani bütün sosyal ilişkileri bir soy etrafında toplanmış olan zümreler olarak tanımlamaktadır.

Diğer bir tanıma göre aile; üyelerinin birbirlerine karşı açık zorunlulukları kabul ettiği ve genellikle ortak konutu paylaşan birincil bir gruptur (Barker, 1999).

Bir başka tanımda ise, *en küçük toplumsal kurum* olarak ifade edilmektedir. Ana, baba ve çocuklardan oluşan bu kuruluşun, yasalarla saptanan görevleri yanında, geleneklerle belirlenen bir çok başka işlevi vardır. Aile, içinde bulunduğu toplumun bir birimi olarak, onun özelliklerini taşır. Toplumun değer yargılarını, gelenek ve göreneklerini, beğenilerini, inançlarını, önyargılarını, kısacası ekinini, kültürünü yansıtır (Yörükoğlu, 2003).

Covey (1997) aileyi dünyadaki en önemli temel organizasyon olarak tanımlamakta ve toplumun yapı taşı olduğunu belirtmektedir. Dünyada gelmiş geçmiş hiçbir medeniyet aile kurumu olmaksızın var olmamış, kendi içinde bir takım örüntülerle aileyi devam ettirmiştir. Aynı zamanda aile, meslektaşlık, arkadaşlık ve aşk gibi diğer tüm ilişki şekillerinin de yapı taşını oluşturmaktadır. Yaşantımızda yer alan diğer kişilere nasıl davranacağımızı belirleyen en önemli gösterge, aile ortamında öğrenilen sözlü veya sözsüz mesajlar olmaktadır.

Goldenberg, Goldernberg (1996) ise aileyi, kendine özgü bir yapısı olan doğal, sosyal bir sistem olarak tanımlamaktadır. Aile, üyelerinin kendilerine özgü roller taşıdığı kendi içinde gelişen bir takım kurallara sahip olan, organize bir güç yapısı ile işleyen, son derece karmaşık iletişim yolları ve formlarına sahip, kendine özgü problem çözme yöntemleri olan bir sistemdir. Ailede beraberliğin vurgulandığı bir diğer tanımda ise Talman (1970) aileyi, *küçük bir problem çözme ekibi* olarak ifade etmektedir.

Aslında ailenin kültürden kültüre değişen çok çeşitli tanımları mevcut bulunmaktadır. Bununla birlikte, aile, üyelerinin birbirleriyle karşılıklı etkileşim içinde buldukları ve birbirlerini sirküler şekilde etkiledikleri bir sistemdir. Yaygın olarak kabul edilen tanıma göre ise aile, *birbirleri arasında doğum, evlilik veya evlat edinme yoluyla akrabalık bağı bulunan, birbirlerine biyolojik veya psikolojik açıdan bağlı iki veya daha fazla kişinin aynı çatı altında bir arada olmasıyla oluşan birliktir* (Gladding, 2002).

Hangi çağ ve memlekette olursa olsun aile, insan topluluklarının karakteristiğidir (Şahinkaya, 1990). Aile kurumunun ne zamandan beri varolduğu kesin olarak bilinmemektedir. Fakat var olduğundan bu yana aile hangi kültürde olursa olsun, toplumsal yaşama ve bireylere biçim veren, dinamizm kazandıran, onu hareketlendiren ve yönlendiren bir işleve sahiptir (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002).

Her memlekette ve çağda, aileyi karakterize eden bazı ortak özellikler vardır ve bu ortak özellikler aileyi diğer gruplardan ayırır (Şahinkaya, 1990):

1. Aile içindeki fertler birbirleriyle evlenme, kan ve evlatlık edinme bağlarıyla bağlanmıştır. Karı koca arasındaki bağ evlenme, çocuklarla anne baba arasındaki bağ çoğunlukla kan ve bazen de evlatlık edinmedir.
2. Bir ailenin fertleri tipik olarak aynı evde, aynı çatı altında yaşarlar ve bunlara ev halkı denir. Ev halkı denilince, aynı yerde ikamet eden ve bir evde mevcut bütün işleri beraberce idare eden, aynı geliri paylaşan insanlar anlaşılmalıdır.
3. Aile birbirleriyle sürekli ilişki içinde olan ve birbirini etkileyen karı-koca, anne-baba, kız-oğul, kız kardeş-ağabey gibi sosyal rolleri kabul eden bir grup insanın meydana getirdikleri bir birliktir. Bu roller toplum tarafından tespit edilmekle birlikte, her aile, adetler, ananeler, yaşantılar ve duygulanımlar neticesinde ortaya çıkan kendine özgü yapıdan etkilenir.

4. Aileler görgü bakımından birbirinden farklılıklar taşımaktadırlar. Aile görgüsü kavramı, devamlı ilişki sonucu aile fertlerinin bazı konularda kendi şahsi davranışlarını ailedeki diğer fertlerin davranışlarından model almaları neticesinde ortaya çıkmaktadır. Evlenen erkek ve kadın, kendi evlerinden getirdikleri görgüleri ve evlendikten sonra doğan çocuklarının aileye getirdikleri bazı davranış özelliklerini bir araya getirerek, kendi aile görgülerini oluştururlar.

Aile sınırlarının daralması, ailenin laikleşmesi ve otoritenin devlete geçmesinden doğan modern şekle karı-koca ailesi denir. Aile varlığını *yuva* kavramı üzerinden var eder. Toplumsal yaşamda medeni kanunlarla sınırlandırılmış olan aile hukuku, az çok farklarla bütün modern cemiyetlerde aynıdır (Ülken, 1990).

*Aile toplumun temelidir* söylemi, Türkiye Cumhuriyeti 1982 anayasasının 41. maddesinde: “*Aile Türk toplumunun temelidir*” şeklinde yerini almıştır. Türk toplumsal hayatında ailenin korunması esastır (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002). İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi’nin 16’ncı maddesine göre de “*Aile toplumun doğal, temel birimidir ve toplum ve devlet tarafından korunur*” (Bakırcıoğlu, 2000).

Aile tarihsel gelişim içerisinde çeşitli değişiklik ve gelişmelere maruz kalmış olsa da, pek çok önemli fonksiyonunu olduğu gibi korumaktadır. Bu fonksiyonlardan en önemlileri, dünyaya çocuklar getirmek ve çocukların sosyalleşmelerini sağlamak, aile üyeleri arasında ekonomik işbirliği sağlamak, çocuk, karı-koca, ebeveyn gibi çeşitli anlamlı rollerin üstlenildiği bir zemin sağlamak ve üyelerinin yakın duygusal ilişki ihtiyaçlarını karşılamaktır. Daha da önemlisi, aile ortamı, aşk, bağlılık, ait olma, eğlence, mutluluk gibi çok daha derin ve doyurucu bazı duygusal deneyimlere de imkan sağlar. Aile üyeleri, birbirlerini dinleme, duyguların karşılıklı paylaşımı, destek ve güven verme yoluyla, birbirleriyle terapötik bir etkileşime de girmiş olurlar (Gladding, 2002).

Schwab’a (2000) göre ailenin en önemli görevleri, topluma kazandırılacak çocuklar yetiştirmek, aile üyelerinin birbirlerinin duygusal ihtiyaçlarını karşılaması, değer inanç ve becerilerin yeni kuşaklara aktarılması ve de evlilik yoluyla karı-kocanın cinsel ihtiyaçlarının karşılanmasıdır.

Bir arada oluş şekillerinin çeşitliliği, yaşam stilleri ve yaşamın organize edilmiş tarzı açısından, çeşitli aile tiplerinden söz etmek mümkündür. Toplumsal hayatta rastlanan en yaygın aile formları aşağıda yer almaktadır (Gladding, 2002 ; Eser, 2001 ; Barker, 1986):

1. Çekirdek Aile: Karı koca ve çocuklardan oluşan aileler, çekirdek aile olarak kabul edilmektedirler. Yüzyılın başında ortaya çıkan ve geleneksel geniş aileden farklı bir yapı gösteren çekirdek aile, çağın sosyal yapısının en önemli olgularından biri haline gelmiştir. Geleneksel geniş ailenin bağlayıcı ve babaerkil yapısından kurtulma çabalarının bir sonucu olduğu gibi, değişen sosyoekonomik ve politik ilişkilerinde bir sonucudur.
2. Tek Ebeveynli Aile: Tek bir ebeveynle biyolojik veya evlat edinme yoluyla sahip olunan bir çocuktan meydana gelen aile yapısıdır. Ebeveyn boşanmış, dul veya hiç evlenmemiş olabilir.
3. Yeniden Evlenme Yoluyla Kurulan Aile: Ebeveynlerden en az birinin ikinci (veya daha fazla) evliliğini gerçekleştirdiği, ilk evliliklerden getirilen çocuklarında yer alabildiği evliliklerdir.

Yüzyılın başlarında ortaya çıkan ve geleneksel geniş aileden farklı bir yapı gösteren çekirdek aile, çağın sosyal yapısının en önemli olgularından biri haline gelmiştir. Bu olgu değişen sosyo-ekonomik ve politik ilişkilerin bir sonucudur. Geleneksel ailenin sunduğu bir takım avantajları yok ederken, kendi içinde yeniden yapılanmıştır (Eser, 2000).

Yukarıda yer alan ve sıklıkla rastlanan bu üç aile tipi üzerinde yapılabilecek diğer aile formları ise aşağıda yer aldığı şekilde gruplanabilir (Gladding, 2002 ; Barker, 1986):

1. Kariyer Birliktelikleri: Modern toplum yaşantısının doğurduğu bu tip ailelerde her iki eş de çalışmakta ve kariyer yapmaktadır. Yabancı toplumlarda kariyerin çocuktan önce geldiği manasına da sahip olan bu tip aileler, iş ortamında gelişebilmek için aileye gereksinim duymaktadırlar.
2. Çocuksuz Aileler: Bu tip aileler, çocuksuz bir hayatı tercih etmiş olan ilceler olabilecekleri gibi, kısırlık veya geç evlilik gibi sebeplerle çocuksuz yaşayan ailelerdir. Aslında çocuksuz ailelerin, daha az stresli bir yaşam, daha az harcama gibi bazı avantajları olabilmektedir. Ancak, çocuksuz olmakla damgalanmak ve çocuk sahibi olmaları konusunda toplumsal baskılarla karşılaşmak gibi zorlukları da olabilmektedir.

3. Yaşlı Çiftlerin Oluşturduğu Aileler: 65 yaş civarı ve üstü çiftlerin oluşturduğu ailelerdir. Bu tip ailelerin odaklandığı konular genelde sağlık, emekliliğe uyum, dulluk, cinsel işlevsizlik, yetişkin çocuklarının problemleri, büyükanne-babalık ve uzun süreli evlilikleri olmaktadır. Bu tip aileler genellikle çocuklarını evlendirmiş ve torunlarının bakımını üstlenmiş yaşlı çiftlerdir.
4. Çok Nesilli Aileler: Ev halkı, çocuklar, ebeveynler ve büyükanne-babadan oluşan, birkaç kuşağın bir arada olduğu aile yapısıdır. Ekonomik açıdan sağladığı rahatlık ve tıbbi gereksinimlerin çoğalttığı bu tip aileler son yıllarda hızlı bir artış göstermektedir.
5. Gay ve Lezbiyen Çiftlerin Oluşturduğu Aileler: Bu aile yapısı ülkemizde henüz rastlanmayan bir aile yapısı olmakla beraber, dünya literatürüne girmiş bulunmaktadır (Gladding, 2002 ; Barker, 1986). Pek çok ülkede yasal olarak kabul gören bu aile yapısında, aynı cinsiyetten iki ebeveynin çocuklu veya çocuksuz olarak oluşturdukları aile yapısı kastedilmektedir. Çiftler evlat edinme, ilk evliliklerinden getirme veya yapay dölleme yollarıyla çocuk sahibi olabilmektedirler. Son yıllarda yapılan araştırmalar, bu tip çiftlerin eğitim seviyelerinin ve gelir düzeylerinin heteroseksüel çiftlerden daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak bu çiftlerin oluşturduğu ailelerin toplumsal yaşantı içerisinde çok çeşitli sorunları var olmaktadır.

Aileyle ilgili araştırmaların en çok yoğunlaştığı konulardan bir tanesi, sağlıklı ve sağlıklısız ailenin özelliklerinin ortaya konulmasıdır. Sağlıklı ailenin özellikleri konusunda çok çeşitli görüşler ortaya atılmaktadır. Aile sürekli olarak değişen ve yeniden yapılanan bir sistemdir. Aynı zamanda aile daha geniş sosyal sistemlerle de sürekli etkileşim halindedir. Aile sistemi, aile üyeleri arasındaki ilişki formlarının, güç ilişkisinin, aile üyelerinin tavırlarının, duygularının, değerlerinin ve davranışlarının toplamından meydana gelmektedir. Sağlıklı ailelerin özelliklerinin ortaya konulabilmesi için, tüm bu özelliklerin dikkate alınması gerekmektedir (Gladding, 2002).

Fleck (1980) sağlıklı aile fonksiyonlarını içeren beş parametre önermektedir:

1. Liderlik: Ebeveynlerin kişilik yapıları, çiftlerin evlilik birlikteliklerine ait özellikler, tamamlayıcı ebeveyn rollerine sahip olabilme, ebeveynlerin güç ve disiplin yöntemlerini kullanımlarının sonucudur.

2. Aile Sınırları: Ego sınırları, jenerasyon sınırları ve aile-toplum sınırlarını içerir.
3. Sevgi: Bireyler arası yakın duygusal ilişkiler, aile içi denge, aile üyelerinin birbirlerinin duygularına karşı toleransları ve duygusallık kavramlarını içerir.
4. İletişim: Aile üyelerinin birbirlerine karşı sorumlulukları, üyelerin birbirlerine karşı sergiledikleri sözlü ve sözsüz iletişimin miktarı, aile üyelerinin kendilerini ifade ediş tarzları, konuşmaların sentaksı ve netliği, aile üyelerinin soyut ve metaforik düşünce yapılarının doğasıdır.
5. Görev/Amaç Performansı: Ailenin üyelerinin bakımını üstlenmesi, davranış kontrolü ve rehberlik, akran ilişkileri ve bu konuda ailenin onlara sağladığı yol göstericilik, boş zaman aktiviteleri, ailenin krizle başa çıkma yolları ve aileden ayrılan bireylerin yeni hayatlarına uyumları konularını içerir.

Gladding'e göre (2002) sağlıklı ailenin genel karakteristiklerini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür.

1. Aile üyelerinin birbirlerine ve aileye bağlı olması.
2. Aile üyelerinin birbirlerine minnettarlık duyuyor olması.
3. Birlikte zaman geçirmeye istekli olmaları.
4. Aile içerisinde etkili iletişim örüntülerinin varlığı.
5. Kriz durumlarında pozitif davranabilme yeteneği.
6. Aile üyelerinin birbirlerini cesaretlendirmeleri, desteklemeleri.
7. Aile üyelerinin birbirlerinin rol beklentilerine uygun davranabilmeleri.

İlk olarak Evelyn Duvall tarafından ortaya konulmuş olan *Aile Yaşam Döngüsü Modeli*, ailenin zaman içindeki gelişimini betimler ve sekiz evreden oluşur. Bu sekiz evre evlilikle başlar, eşlerin ölümüyle sona erer. Ailenin geçmişi, şimdiki ve gelecekteki gelişimsel görevleriyle ilgili olarak uygulamacılar için yararlı olacağı öne sürülen model, ailelerin her bir evrede yaşayabilecekleri sorunları içermesi açısından da önemlidir. Bu modelde aile içindeki pozisyon, ailenin kritik gelişimsel görevi ve evrenin süresi aşağıdaki tabloda yer almaktadır (Nazlı, 2000 ; Goldernberg, Goldernberg, 1985 ; Aydın, 2002)

**Tablo 2.1.1. Duvall'in Aile Yaşam Döngüsü Modeli**

<b>Aile Yaşam Döngüsü Evresi</b>	<b>Aile İçindeki Pozisyon</b>	<b>Ailenin Kritik Gelişimsel Görevi</b>	<b>Evrenin Süresi</b>
1.Evli Çiftler (çocuksuz)	Karı Koca	Karşılıklı doyurucu bir evlilik kurmak. Hamileliğe ve annelik babalık sözleşmesine uyum sağlamak.	2Yıl
2. Bebekli Aileler (30 aylık bebeği olanlar).	Karı-Anne Koca-Baba Küçük kız çocuğu veya oğlan çocuğu	Küçük çocuğun gelişimine uyum sağlama, cesaretlendirme.	2-5 Yıl
3. Okul Öncesi Dönemde Çocuğu Olan Aileler(30 ay 6 yaş)	Karı-Anne Koca-Baba Kız çocuk-kız kardeş Erkek çocuk- erkek kardeş	Okul öncesi dönem çocuğunun kritik ilgi ve ihtiyaçlarına uyum sağlamak.	3-5 Yıl
4. Okula giden çocuğu olan aileler (6-12 yaş)	Karı-Anne Koca-Baba Kız çocuk-kız kardeş Erkek çocuk- erkek kardeş	Okul çağında çocuğu olan ailelerle uyum içinde olmak. Çocukların eğitsel başarılarını cesaretlendirmek.	7 Yıl
5.Ergenlik Çağında çocukları olan aileler (13-20 yaş)	Karı-Anne Koca-Baba Kız çocuk-kız kardeş Erkek çocuk- erkek kardeş	Özgürlük ve sorumluluk arasında denge oluşturmak.	7 Yıl
6.Hareket Eden Merkezler Olarak Aile (Birinci çocuk evden ayrılmış, son çocuk evden ayrılıyor).	Karı-Anne-Büyükanne Koca-Baba-Büyükbaba Kız çocuk-kız kardeş-hala Erkek çocuk- erkek	Genç yetişkinleri, iş, askerlik, okul ve evlilik için özgür bırakmak.	8 Yıl



---

	kardeş-amca		
7. Orta Yaşlı Anne-Baba(Boşalmış evden emekliliğe)	Karı-Anne-Büyükanne Koca-Baba-Büyükbaba	Evlilik ilişkilerini tekrar inşa etmek,daha yaşlı ve daha genç kuşaklarla soy bağlarını sürdürmek.	15+-
8.Aile üyelerinin yaşlanması(Emeklilikten her iki eşin ölümüne)	Dul Erkek-Dul Bayan Karı-Anne-Büyükanne Koca-Baba-Büyükbaba	Yalnız yaşama ile baş etme, emekliliğe uyum gösterme.	10-15 +-

**(Kaynak: Nazlı, 2000: 38)**

---

Sonuçta zaman içerisinde tüm aileler, az çok benzer yapılar içerisinde aynı gelişimsel süreçlerden geçerler. Evrelerin her birinde çift ve ailenin yeniden uyum sağlamasını gerektiren, evlenme, çocukların doğumu, en küçük çocuğun evden ayrılması, emeklilik gibi çeşitli kritik noktalar yer almaktadır. Aile terapisi perspektifinden bakıldığında, anksiyete veya depresyon gibi çeşitli semptomlar, aile yaşam döngüsünün doğal seyrinde meydana gelen bir kesinti veya alt-üst olma neticesinde ortaya çıkmaktadır. Böylece aile fonksiyonlarında bozulmalar meydana gelmektedir (Goldernberg, Goldernberg, 1985).

Optimal aile fonksiyonlarının birkaç farklı bölümünün yeterince yerine getirilmemesi nedeniyle, sağlıklı veya diğer bir deyişle, fonksiyonsuz aileler oluşabilir. Aslında stres aile hayatının bir parçasıdır. Geçmişten bu güne uzanan veya halihazırda meydana gelmiş stres faktörleri olabileceği gibi, yaşlanma gibi önceden kestirilebilir veya, ölüm gibi beklenmedik yaşam krizleri her an ortaya çıkabilir. Beklenen stres faktörleri, çocuklar, ekonomi, zaman v.b. kaynaklı olarak, gelişimsel veya durumsal olarak ortaya çıkabilir. Beklenilmeyen stres kaynakları ise, ailenin kontrolü dışında ve beklenmedik bir şekilde ortaya çıkarlar ve hayal kırıklıkları ve travmalar yaratabilirler. Hayal kırıklığı veya travmanın derecesi, kişisel kayıpların miktarı ve hayatta ne gibi değişimlere yol açtığı ile ilgilidir ve aileyle ilgili danışmanın, aileye yönelik değerlendirmeleri esnasında, bu kritik faktörleri göz önünde bulundurması önemlidir. Tüm bu stres kaynakları ailenin dengesini bozar. Ailenin fonksiyonsuzluğu ya aşırı biçimde aile üyelerinin birbirlerine fazlaca iç içeliği (*enmeshment*) yada birbirinden kopukluğuyla (*disengagement*) sonuçlanabilir (Nazlı, 2000 ; Gladding, 2002 ; Whyte, 1997).

Farklı teoriler, aile ve evlilik fonksiyonlarının değerlendirilmesine yönelik çeşitli öneriler getirmektedir. Bu önerileri dört ana başlık altında toplamak mümkündür. Aile veya

çiftlerle çalışılırken bu dört ana başlığın içerdiği konular hakkında toplanan bilgiler, danışmana ailenin fonksiyonelliği hakkında bilgi vermektedir (Bray, 1995):

1. Aile Kompozisyonu: Danışman, ailenin özelliklerini araştırır. Örneğin, çocuksuz bir çift olmak, çocuklu bir çift olmak, tek ebeveynli bir ailesi olmak gibi. Ayrıca, ailenin yapısını ortaya koymaya çalışır. Örneğin, çekirdek aile, boşanmış aile, üvey anne-babalı aile gibi. Aile kompozisyonunu ortaya koymak, aile fonksiyonunun diğer özelliklerini incelemek üzere anahtar bir öneme sahiptir.
2. Aile Süreci: Bu süreç aile ilişkileri olarak tanımlanan karşılıklı etkileşim ve davranışları içerir. Danışman, aile üyeleri arasında çatışma, farklılaşma (*differentiation*), iletişim, problem çözme ve kontrol kavramlarını araştırır.
3. Aile İçi Duygusal İletişim: Aile üyelerinin birbirlerine duygularını ifade edebilmelerini içerir. Karşılıklı sevgi ve anlayışın var olduğu bir ortam, aile üyelerinin iletişim deneyimleriyle ilgili en önemli ipucudur.
4. Aile Organizasyonu: Aile fonksiyonuna katkıda bulunan aile içerisindeki roller ve kurallar ve bunlarla ilgili beklentilerin ortaya konulması gerekir. Bu faktörler, aile bireylerinin karşılıklı sınırlarını ve ailedeki hiyerarşik düzeni de içerir.

Toplumda çeşitli aile organizasyon biçimleri yer almaktadır. Çeşitli durumlar karşısında hepsinin kendine göre avantajları olabilir. Örneğin, herhangi bir kriz durumunda katı yapılı bir aile, gevşek yapılı bir aileden daha iyi cevap verebilir. Aynı şekilde gevşek yapılı bir ailede, eğlence ile ilgili daha olumlu ve başarılı bir plan yapabilir. En yaygın dört aile organizasyon biçimi aşağıda yer almaktadır (Gladding, 2002 ; Barker, 1986 , Fidaner, 1995 ; Nazlı, 2000):

1. Simetrik ve Tamamlayıcı Aileler (*Symmetrical/Complementary Families*): Bazı ailelerin ilişki biçimleri tamamen simetrik bazıları ki ise tamamlayıcıdır. Başarılı ilişkilere sahip ailelerle yapılan araştırmalarda, fonksiyonel çiftlerin gerekli durumlarda her iki stili de kullanabilme yeteneğine sahip olduklarını göstermektedir. Simetrik ailelerde benzer davranışların gösterildiği bir ilişki yapısı gözlenir. Bu benzerlik özellikle çift ilişkisi içerisinde sergilenir. Oysa tamamlayıcı ilişki biçimli ailelerde,

birbirini tamamlayan bir ilişki biçimi hakimdir ve bu tamamlayıcılık daha ziyade, ailede bir bireyin tümüyle otoriter, diğerinin boyun eğici olduğu bir ilişki biçimidir. Simetrik ilişkilerde kadın veya erkeğin her ikisi de dışarıda çalışabilir veya çocukların bakımında eşit rol üstlenebilir. Oysa tamamlayıcı ilişkilerde çocuk büyütme veya karar verme gibi işlemlerin ailenin hangi üyesinin üzerinde olduğu bellidir.

2. **Merkeze Doğru ve Merkez Dışı Aileler (*Centripetal/Centrifugal Families*):** Merkeze doğru kavramı kapalı olma eğilimi gösteren aileleri, merkez dışı kavramı ise, ailesinden uzaklaşma eğilimi gösteren bireylere sahip aileleri betimlemek için kullanılır. Her iki güçte faydalıdır ve sağlıklı ailelerde her ikisi de bulunmalıdır. Ancak bu zıt güçlerin dengede olması önemlidir. Sağlıklı bir kimlik için hem ailenin desteği, hem de aynı zamanda bireysel yeterlilikler için cesaretlendirme ve kabul etme dengeli olmalıdır.
3. **Bütünlük ve Uyumluluk Gösteren Aileler (*Cohesion/Adaptibility*):** Aile içinde bütünlük boyutu *kopuk*, *ayrı*, *bağlı* ve *iç içe* olmak üzere dört seviyeye sahiptir. Aile içindeki uyum boyutu ise; *katı* (otoriter liderliğin yer aldığı, katı disiplinli, rollerin nadiren değiştiği), *yapılandırılmış* (liderliğin bazen paylaşıldığı, az çok demokratik disiplinin yer aldığı, rollerin sabit olduğu), *esnek* (liderliğin paylaşıldığı, demokratik disiplinin yer aldığı, rol paylaşımının değişebildiği) ve *düzensiz* (liderliğin yetersiz olduğu, dramatik rol yönlendirmelerinin yer aldığı, değişimin çok fazla olduğu) olmak üzere dört seviyeden oluşur. Araştırmalar, yüksek derecede iç içe geçmiş, yani bireyselliğe izin vermeyen ailelerle, bütünlük seviyeleri düşük yani birliktelikleri güçlü olmayan kopuk ailelerin, problem seviyelerinin diğerlerinden daha yüksek olduğunu göstermektedir.

İnsan, aile ve sosyal sistem, bir arada işleyen karmaşık ve dinamik bir bütündür. Sağlıklı aile yapısını anlamak ve tanımlamak, her şeyden önce bu karmaşık sistem yapısını anlamayı gerektirir (Pinsof, 2005). Sistem bazı benzer interaksiyonlara sahip, birbirine bağlı ve birbiriyle ilişkili objelerin oluşturduğu bir bütündür. Ailede de benzer interaksiyonlara sahip, birbirine bağlı ve birbiriyle ilişkili bireylerin oluşturduğu bir bütündür. Benzer interaksiyonlara sahip olmak ve birbirine bağlılık, kurallar tarafından düzenlenir ve yönetilir. Kurallar ise itirazsız kabul edilirler ve gözle görülmez niteliktedirler. Sistemler objelerden

oluşur, aileler de insanlardan oluşur. Kuralları ise diğer kurallar oluşturur. Bir başka deyişle, sistemlerinde, ailelerinde, kurallarında kuralları vardır. Sonuçta aile bir sistemdir, sistem ise kurallardan oluşur. Böylece ailelerde bir kurallar sistemi oluştururlar. Gerçekte aile, bir kural yönetim sistemidir (Ford, 1983).

Bazı sistemler *açık sistem* olarak tanımlanır. Açık sistemler, dış dünyadaki değişikliklere açıktır ve dış faktörlere bağlı değişikliklere kendini de değiştirerek uyum sağlayabilir. Bazı sistemlerde *kapalı sistem*dir. Çevreye karşı tepkisiz, değişime kapalı, uyarıcılara karşı sınırlı sayıda veya sabit tepkiler veren sistemlerdir. Açık aile sistemleri, sağlıklı ailenin bir fonksiyonu olarak, iş değiştirme, çocukların büyümesi gibi yaşam olaylarına daha esnek ve başarılı bir şekilde adapte olabilme yeteneğine sahiptirler. Kapalı aile sistemleri ise, aynı işe yaramayan cevapları tekrarlama, uygunsuz, sert tepkiler verme, yaşam değişikliklerine rağmen değişmeme, yozlaşma ve kaosa sürüklenme gibi eğilimlere yatkındır (Wilkinson, 1998).

Sistem teorisi kapsamında aile üyelerinden herhangi birinin davranışı diğer tüm üyeleri ilgilendirir. Örneğin, çocuklardan birinin kolejden mezun olması, sadece çocuğu ilgilendiren bireysel bir başarı değil, bütünüyle bir aile meselesidir. Ailenin tüm üyeleri birbirlerini çeşitli yollardan ve sürekli olarak etkiler. Aile sistem perspektifine göre dinamik etkileşim süreci olarak ele alınan *homeostazis*, ailenin içindedir ve içsel dengeyi sürdürmeye yardım eder. Ailenin her üyesi bu denge için elinden geleni yapar. Homeostazis, ailenin özel davranışları, bağımlılıkları, beklentileri ve iletişim kalıplarıyla temsil edilir. Aynı şekilde aile sürekli olarak dış etkilere maruz kalır ve bu etkiler karşısında dengesini koruma eğilimindedir. Ailenin bu istikrarlı (stabil) kalma eğilimine *morfofostasis* adı verilir. Ailenin sahip olduğu yapı, rutinleri ve kuralları, ailenin sabit kalma eğilimini destekler. Ailenin istikrarını koruyamaması, karmaşaya maruz kalması anlamına gelir ve bu da kolaylıkla ailenin dağılmasına sebep olur. Ailenin istikrarını korumaya ihtiyacı olmasına karşın, değişime ayak uydurmasını kolaylaştırıcı bir esnekliğe de sahip olması gerekmektedir. Ailenin değişime olan açıklığına *morfofogenesis* denmektedir. Morfofogenesis, zaman içerisinde evlenme, çocuk sahibi olma, yaşlanma gibi yaşanan olaylar neticesinde, ailenin yeniden organize olmaya ve gelişmeye açık olması anlamına gelmektedir. Sistem Teorisi çerçevesinde aileyi aşağıda yer alan ana noktalar açısından değerlendirmek mümkündür (Rivett, Street, 2003 ; Segrın, 2004 ; Nazlı, 2000):

1. Sistem teorisine göre aile, sınırları ve alt sistemleri olan bir yapıya sahiptir.

2. Aile üyelerinden her birinin davranışı, diğeriyle karşılıklı etkileşimi neticesinde şekillenir.
3. Aile üyeleri, zaman içinde ailede gelişen kurallara uymak ve devam ettirmek zorundadır.
4. Bazen ailede değişim desteklenmekte (morfogenesis), bazen de önlenmektedir.
5. Ailenin dengesini koruması esastır (homeostazis).
6. Sistem içerisinde geri dönütler yer almaktadır.
7. Eğer sistem değişime uyum sağlayamazsa, semptomlar gelişmeye başlar.

Yukarıda değinildiği gibi aile sisteminin en önemli özelliği *kural yönetimli (rule-governed)* olmasıdır. Aile kendi yapısı içerisinde kendi kurallarını oluşturur. Bu kuralların boyutları ise tekrarlarla oluşur. Bu tür ailevi kurallar genelde yazılı olmamalarına rağmen, itiraz edilemez ve değiştirilemez bir yapıya sahiptir. Kurallar ailenin kendisini diğer kişilerden daha güçlü hissetmesini ve enerji modülasyonunu sağlar. Aile içi ilişkilerin sınırlarını belirler ve kontrolünü sağlar. Kurallar kendilerini devam ettirme ve üretme özelliğine sahiptirler. Ailede semptom oluşumu genelde kuralların net bir şekilde ortaya konulmadığı zamanlarda ortaya çıkar (Ford, 1983).

Aile kuralları, aile terapisiyle çeşitli açılardan ilişkilidir. Her şeyden önce kuralların bilinmesi, ailenin kurallarının anlaşılması, terapistin sistemi anlaması ve belirlemesi açısından önemlidir. Kurallar ve nasıl idare edildiklerini bilmek, ne tip yönergelerin aile içinde etkili olabileceğini ve kullanılacak müdahale tekniklerinin neler olabileceğini terapistin anlatır. Bazı ailelerin bireyselliğe önem veren yapılarına karşılık bazılarının *lideri takip et, doğru olanı yap* gibi kuralları, her birine ayrı ayrı yaklaşımı gerektirir (Ford, 1983). Ailede karar verme süreci, genelde gücü kimin elinde bulundurduğu ile alakalıdır (Segrin, 2004).

Amerikan ailesine ait bazı yaygın değerler aşağıda yer aldığı gibidir (Ford, 1983):

1. İyi ol.
2. İyi görün.
3. Doğru olanı söyle.
4. Doğru olanı yap.
5. Ne düşündüğünü belli etme.
6. Ne hissettiğini söyleme.

Türk aile yapısında, üyeler arasında saygı, sevgi, dayanışma, yardımlaşma, usulüne uygun evlilik (söz kesme, nişan, nikâh, düğün, akrabalık gibi) ve sapmalardan uzak bir aile yapısı, ailede bulunması gereken uygulama ve değerler arasında sayılabilir (Tezcan, 2000). Fişek (1992), Aile Sistem Teorisi'ni baz alarak gerçekleştirdiği araştırmasında, Türk ailesinin otorite, güç ve statü ilişkilerinde aşırıya varan bir eğilimin ve hızlı değişimin söz konusu olduğunu ortaya koymaktadır. Ailede duygusal bağlılık oranı ise oldukça yüksek olarak tespit edilmiştir. Bu da ailenin her hangi bir sorunla karşı karşıya geldiği zaman bir araya gelmesini kolaylaştırmaktadır. Bu durumda ailenin önemli değerlerinden birisinin ailenin birbirine bağlılığı olduğu düşünülebilir. Türk ailesinde ailenin önemli değerleri arasında aile birlikteliği, ailenin kutsallığı, büyüklere saygı gibi değerlerin varlığı da dikkat çekmektedir (Aydoğan, 1992).

Kültürel farklılıklar açısından aile konusu ele alındığı zaman, farklı kültürlerdeki ailelerin, beklenilenin aksine farklılıklar değil, benzerlikler gösterdikleri, ailelerin kültürden kültüre, toplumdaki topluma zannedildiği kadar değişmediği görülmektedir. Ailelerin aile yapılarını ortaya koyuş tarzları, içinde buldukları kültüre özgü olarak değişiklikler gösterebilmektedir. Ancak sağlıklı işleyen bir aileye özgü yapısal karakterler, şaşılacak derecede birbirine benzemektedir (DeFrain, Cook, Gonzales-Krue, 2005).

### **2.1.2. Evlilik:**

Günümüzdeki ilke ve kuralları belirlenmiş evlilik kavramı, yaklaşık M.Ö. iki bin yıllarında Mısır'da başlamıştır. Yaklaşık dört bin yıllık bir geçmişi olan evlilik kurumu, toplum düzenini, kültür ve geleneklerin sürekliliğini, yeni nesillerin bakım ve eğitimini sağlayan bir kurum olarak süre gelmiş, toplum, dini kurumlar ve devlet tarafından da desteklenmiştir (Yıldırım, 1993).

Evlilik, tarihsel süreç içerisinde 4000 yıllık yeni bir toplumsal kurumdur. Doğada olmayan, insanın kurduğu bir kültür kurumudur. Her kültür olayı gibi zamanla gelişen, değişen, yeni biçimler alabilen, kadın ve erkeğin birlikteliği ile gerçekleşen, en küçük toplum birimidir. İnsanın kurduğu her yapı gibi, evliliğinde zamanla aksayan, düzeltilmesi gereken yönleri vardır (Özügürlü, 1999).

Evlilik karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları bir sözleşmedir. Evlilik kurumlaşmış bir yol, bir ilişkiler sistemi, bir kadınla bir erkeği karı koca olarak birbirine bağlayan, doğacak çocuklara belli bir statü sağlayan, toplumsal yönden devletin kontrol hak ve yetkisi bulunan, yasal bir ilişki biçimidir. Eşlerin ve çocukların hak ve yükümlülükleri yasalarla olduğu kadar, toplumsal kurallar, gelenekler ve inançlarla da belirlenmiştir (Özgüven. 2000).

Devlet Planlama Teşkilatı (1989) evliliği bir olgu olarak tanımlamakta ve *evlilik sosyal yapı içinde mevcut normlara uygun bir şekilde örfi veya medeni hukuk açısından meşru bir bağın kurularak, aile müessesesinin o topluluk tarafından kabulünü sağlayan bir olgudur* ifadesiyle tanımlamaktadır.

Türk Medeni Kanunu'na göre ise evlilik, *cinsiyetleri farklı iki kimse arasında Medeni Kanun'un Aile Hukuku hükümleri dahilinde kurulmuş bir hayat ortaklığıdır* şeklinde ifade bulmaktadır ([www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html](http://www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html)).

Evlilik çeşitlerinin neler olduğu sorusuna cevap arayan bilim dallarından bir tanesi de aile sosyolojisidir. İşlevi hemen hemen her toplumda aynı olan evlenme, toplumdan topluma büyük farklılıklar gösterir fakat genel bir sınıflandırma yapmak gerekirse, oturulan yere göre, eş sayısına göre ve eşin seçildiği gruba göre üçe ayrılabilir (Bağlı, Sever, 2005):

1. Oturulan Yere Göre;
  - a) Matrilokal: Erkeğin kadının evinde oturması (içgüveyliği),
  - b) Patrilokal: Kadının erkeğin evinde oturması ve
  - c) Neolokal: Kadın ve erkeğin ailelerinden ayrılarak ayrı ev açmaları.
2. Eş Sayısına Göre;
  - a) Monogami: Tek eşle evlilik,
  - b) Poligami: Çok eşle evlilik. Çok eşlilikte kendi içinde ikiye ayrılmaktadır;
    - b.1) Poliandri: Bir kadının aynı anda birden fazla erkekle evlenmesi,
    - b.2) Polijini: Bir erkeğin aynı anda birden fazla kadınla evlenmesi.

### 3. Eşin Seçildiği Gruba Göre Yapılan Evlilikler:

- a) Endogami: Akraba arası evlilik,
- b) Egzogami: Akraba dışı evlilikler.

Bütün bu ayrımların yanı sıra, günümüzde hemen hemen tüm toplumlar için geçerli olan bir ayrımdan daha söz etmek mümkündür. Geleneksel evlilikler ve geleneksel olmayan evliliklerdir. Geleneksel tavır ve ilişkiler çerçevesinde yapılmış her evlilik gelenekseldir. Bu durum zamanla (tarihle) veya formla ilgili değildir. Daha çok evliliğin yerine getirdiği işlevler ve evlilikten beklentiler çerçevesinde oluşan ilişkilerle ilgili bir durumdur (Bağlı, Sever, 2005).

Evlilik kurumu, insanoğlunun soyunun devamını sağlamaya yönelik bir toplumsal kurumdur. İnsan bu kurum yoluyla kendi neslinin devamını garantiye almaya çalışmıştır. Aynı zamanda evlilik insanın düzenli yaşamasını ve bunun sonucu olarak da bireyin toplumsal kurallara uymasını zorlayıcı bir kurumdur. Evlilik kurumu yoluyla kimin ne olduğu, nasıl denetlenebileceği kolayca bilinebilir. Bu önemli kurumun nasıl yaşatılacağı 1970'den beri tartışılan önemli konulardan biridir (Bacanlı, 2001).

Tarih boyunca evlilik kurumu çeşitli değişimlerden geçmiş, içinde bulunduğu çağa göre farklı bakış açılarıyla algılanmıştır. Tarih boyunca birçok kez evlilik ve evlilik dışı birlikteliklerde zorlanmalar, değişimler görülmüştür. Örneğin bazı kültürlerde evlilik dışı çocuk sahibi olmak kabul görülürken, bazı kültürlerde de aynı cinsler arasındaki evliliklerin kabul gördüğü olmuştur. Evlilik için resmi tören şartı ise daha yakın tarihlerde ortaya çıkmıştır. Daha önceki zamanlarda, çiftin birbirlerine evlenmek istediklerini söylemeleri yeterli sayılmıştır. Kilise bile bin yılı aşkın süre iki kişi arasındaki bu sözü, evlenme akdi olarak kabul etmiştir. Orta Çağ'da verilen bu sözün pratikte bozulması, bugünküne oranla çok daha kolay olmaktadır. Günümüz birliktelik ve evlilikleri, yapı olarak hala yüzyıllar öncesinden etkiler taşımaktadır. 18.yy. evliliklerinde mantık birlikteliklerinin revaçta olduğu görülürken, 19.yy.a doğru aşk evliliklerinin önem kazanmaya başladığı görülmektedir. 18'inci yüzyılda aşkın evlilik için en gerekli neden olduğu ve gençlerin evlenecekleri kişileri, aşkı göz önüne alarak seçmeleri gerektiği radikal bir fikir olarak ortaya çıkmıştır. 18'inci yüzyılın sonlarına gelinceye kadar evlilik iki kişinin seçimine bırakılan ekonomik ve politik bir işbirliği olarak görülmekteydi. Aşkın bir evlilik için mutlaka olması gerektiği düşüncesi, bu kutsal kurumun tercihe bağlı hale gelmesine neden olmuştur. Artık insanlar ancak kendilerini



mutlu edecek bir aşk bulduklarında evlenmeye başlamışlardır. Evlilikte, 18'inci yüzyılın sonunda başlayıp 21'inci yüzyıla kadar devam eden bu değişim, boşanma olgusunu da ortaya çıkartmıştır (Coontz, 2005).

### **2.1.2.1. Evliliğin Amacı Ve Genel İşlevleri:**

Evlilik dünyanın her türlü organize kültüründe var olmuş bir kurumdur. Batı kültürlerinde toplumun %90'ı, 50 yaşından önce evlenmektedir (Lippitt, 2005). Bir yaşam biçimi olarak evlilik olgusuna birbirinden çok farklı kültürlerde evrensel düzeyde rastlanması, evliliğin toplumda çeşitli işlevleri yerine getirmesinden kaynaklanmaktadır. İki insanın bir araya gelmesiyle aynı zaman ve mekan paylaşılmaya başlanır. Diğer bir deyişle, iki kişiden oluşan bir psikolojik sistem kurulmuş olur. İki kişinin evlenerek bir araya gelmesindeki amaç, tarafların psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik açıdan birbirlerinin ihtiyaçlarını giderecek bir ortam yaratmalarındır (Gülerce, 1996).

Evlilik oldukça karmaşık bir ilişki biçimidir. Hem bir beraberlik duygusu içinde birlikte, hem de kendi özerkliğini koruyarak bireyselce hareket etmeyi gerektirir. Çiftin güç ilişkilerini nasıl dengede tutacaklarını, beraberlik duygusu içerisinde nasıl hareket edeceklerini, hatta bir sonraki jenerasyonu oluşturacak çocuklarını nasıl büyütüp eğiteceklerini öğrenmelerini gerektirir. Evliliğin temel işlevleri arasında, cinsel yaşamın sağlıklı olarak düzenlenmesi, soy çizgisi, cinsiyet rolleri ve iş bölümünün belirlenmesi, ekonomik üretim ve tüketim etkinliklerinin düzenlenmesi gibi temel görevler sayılabilir. Evliliğin gereği ve nedenleri düşünüldüğünde, evlilik yaşamının, iki kişinin biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinim ve güdülerini doyumayı amaçladığı görülmektedir. Evliliğin temel işlevleri arasında biyolojik bir gereksinim olarak yer alan cinsel güdüyü doyumak, evliliğin en önemli görevlerinden birisidir. Evlilikte eşler sosyal gereksinim olarak birlikte güven içinde olma, korunma, dayanışma içinde olduklarını hissetme, geleceğe güvenle bakabilme, toplumda bir yer edinebilme, birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme gibi, bireylerin destek, korunma ve yaşam gereksinimlerini de doyum olanağı bulurlar. Evlilikte birçok psikolojik ihtiyaç da doyumlanmaktadır. Kadın ve erkeğin her ikisi de sevmek, beğenilmek isterler. İnsan için en önemli gereksinimlerden biri olan sevgi, özellikle evlilik ilişkileri içinde doyuma

ulaşmakta, taraflar kendilerini eşlerine adamakta, acı ve tatlı yaşantılarını paylaşabilmekte ve birlikte olma hazzı duymaktadırlar (Özgüven, 2000).

Nichols (2005) evli çiftlerin ilişkilerindeki gelişimsel görevleri, *Evlilik Yaşam Döngüsü* başlığı altında incelemiştir. Buna göre, evlilik ilişkisi içerisindeki çiftlerin, evlilik ilişkisinin gelişimi boyunca, evlilik ve eş olma konusundaki görevleri aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır:

1. Bağlılık: Bağlılık, çiftin evlilik ilişkisi hakkındaki değerlerinin neler olduğu ve ilişkilerini sürdürme konusundaki niyet ve çabaları anlamına gelmektedir. Çiftin bu anlamdaki evlilik görevi, birbirlerine ilk yakınlaşmaları esnasında oluşturdukları bağlılıklarını geliştirmeleridir.
2. İhtimam: İhtimam, eşleri birbirine bağlayan duygusal bağlanmanın bir çeşididir. İhtimam, çiftin arasındaki -her ne kadar muğlak bir terim olsa da- aşkın varlığını ve miktarını tanımlar. Gottman (1994, Nichols 2005'den aktarma) evlilikteki başarının temel bileşenlerinin *aşk ve saygı* olduğunu ifade etmektedir. Bu basamakta evlilik ilişkisine ihtimam göstermenin önemi, evliliğin devamını garantileyecek yeterli ve uygun özenin, evlilik ilişkisinde var olup olmadığıdır.
3. İletişim: Çiftin sözlü, sözsüz ve sembolik mesajlarda ortak anlamları paylaşabilmesidir. İletişim ilişki içerisinde her derde deva bir çare olarak algılanmamalıdır ancak, ilişkiyi başarılı ve güçlü bir şekilde yürütmek için önemli bir araçtır. Bu anlamda çiftin evlilik görevi, paylaştıkları iletişim evreninin ilk yapılanması ve iletişimde işe yarar örüntülerin temellendirilmesidir.
4. Çatışma ve Uzlaşma: Çatışma ve uzlaşma tüm yakın ve uzun süreli ilişkilerde kaçınılmaz olan incinme ve anlaşmazlıkların miktarı ve bu anlaşmazlıkların çift tarafından nasıl atlatıldığı ile ilgilidir. Uzun süreli beraberlikler, çiftin her ilişkide mutlaka var olan çatışmaları çözme becerisinin bir sonucudur. Bu basamakta çiftin gerçekleştirmesi gereken görevler, çatışmalarını nasıl etkili bir şekilde çözebileceklerini ve nasıl uzlaşmaya varabileceklerini öğrenmeleridir.
5. Anlaşma: Eşin, diğer eşin açık veya örtülü mesajlarını, beklentilerini algılaması ve yerine getirmesidir. Bu mesaj ve beklentiler a) bilinçli ve sözel,

b) bilinçli fakat sözel olarak ifade edilmeyen, c) farkında olunmadan yaşanan nitelikte olabilir. Bu aşamada çiftin üstüne düşen görev, beklentilerin ve anlaşma yollarının keşfedilmesi ve netleştirilmesidir. Bu aşamanın içerdiği bir diğer görevde, çiftin kendi aile kökenlerinden ayrışarak, çift olarak bireyselliklerini oluşturabilmeleri ve karşılıklı doyuma dayalı bir cinsel ilişki yaşantısı geliştirebilmeleridir.

Evlilik yaşam döngüsünün farklı basamakları, birbirinden farklı çatışma konuları içermektedir. Bu sebeple her dönemin kendine özgü yapısına uygun müdahale teknikleri geliştirmek gerekmektedir. Literatüre göre evlilik yaşam döngüsü içerisindeki en önemli basamak, çiftin çocuk yetiştirme deneyimiyle karşı karşıya geldiği basamaktır (Lawrence, Eldridge, Chiristensen, 1998).

#### **2.1.2.2. Sağlıklı (Fonksiyonel) ve Sağlıksız (Fonksiyonelsiz) Evlilik:**

Güçlü ailenin temelinde güçlü evlilikler yatmaktadır. Güçlü bir aile en önemli kaynağını, sağlıklı bir çift ilişkisinden almaktadır. Ailenin sağlığını besleyen en önemli unsur, temeldeki sağlıklı evlilik ilişkisidir. Virginia Satir'e göre (1967; Durairaj, 2003'den aktarma), aile içinde meydana gelen her türlü ilişki ve iletişimin ekseninde evlilik ilişkisi yatar ve eşler ailenin mimarlarıdır. Karşılıklı çift ilişkisinin stres yüklü ve doyumsuz olduğu evliliklerde, çiftin ilişkisindeki mutsuzluk, aileye stres olarak yansımaktadır. Çocuk yetiştirme konusunda işbirliği içerisinde bulunması gereken anne-baba, bu önemli görev esnasında birbirlerine sevgi ve aşk ilişkisi içerisinde bağlandıkları takdirde, ortaya güçlü bir birliktelik çıkmakta ve bu güç yetiştirdikleri çocuğun yetişkinlikteki hayatına kadar yansımaktadır. Sağlıklı ailelerde büyüyen bireylerin ilerde kuracakları kendi ailelerinin de sağlıklı olması kuvvetle muhtemel olmakla beraber, araştırmalar, problemlili aile yapılarından gelen bazı bireylerin de ilerde kendi aile kökenlerinin tam tersine sağlıklı aileler oluşturabildiklerini göstermektedir. Bu sebeple çiftin evlilik ilişkilerini geliştirmek amacıyla alacakları yardımlar sadece evlilik ilişkilerini değil, aile içi ilişkilerini de geliştirecektir (DeFrain, Cook, Gonzales-Kruege, 2005 ; Durairaj, 2003).

Sağlıklı evlilik faktörleri nelerdir? Araştırmacılar, mutlu ve sağlıklı evliliklerin göstergesi olabilecek çeşitli özellikler sıralamaktadırlar. Çiftin arasında derin bir arkadaşlık

ilişkinin varlığı, karşılıklı saygı ve kabul, birbirlerinin arkadaşlıklarından zevk alma ve ortak amaçlılık duygusunun varlığı, çiftin güçlü bir ilişki içerisinde olduklarının bir göstergesi olarak kabul edilebilir (Gottman, Silver, 1999).

Sağlıklı evlilik faktörleri arasında en çok üzerinde durulan özellikler, çatışma çözme stilleri, çiftler arasındaki duygusal yakınlığın derecesi ve temel ihtiyaçları karşılama derecesidir. Yapılan araştırmalar, sağlıklı ve mutlu evliliklerde çatışma seviyesinin düşüklüğüne dikkat çekmektedir. Ancak doğal olarak çatışma pek çok evlilikte var olan bir kavramdır. Çiftlerin çatışma çözme becerilerini geliştirmek, aralarındaki duygusal yakınlığı desteklemekten çok daha fazla işe yaramaktadır (Vaughan, 2001).

Sağlıklı evlilik faktörlerini ortaya çıkartma çabası, pek çok araştırmacının ilgi konusu olmuştur. En bilinen sağlıklı evlilik modellerinden bir tanesi *Güvenlik Teorisi (Safety Theory)*'dir. Bu teoriye göre, ilişkilerde iki çeşit güvenlik algısı vardır (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005):

1. Karşılıklı etkileşimde kendini güvenli hissetme (rahat ve açık bir şekilde konuşabilme),
2. Bağlılık konusunda kendini güvende hissetme (karşısındakinin desteğinden emin olma ve güvenme, geleceğe net ve güvenle bakabilme).

Güvenlik teorisinin ana temalarını oluşturan, güvenli bağlanma, duygularını açık bir şekilde ifade edebilme ve karşılıklı kabul, sağlıklı evlilik ilişkisi içerisinde muhakkak yer alması gereken ana noktalar olarak görülmektedir. Bu amaçla, eşlerin aralarındaki problemleri kavga etmeden halletmeyi öğrenmeleri, karşılıklı pozitif etkileşimi beslemek yoluyla aralarındaki aşk ilişkisini uzun süre devam ettirebilmek ve birbirlerine bağlılıklarını desteklemek üzere çalışılması önemlidir (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005).

Sağlıklı evlilikleri desteleyen bir diğer nitelikte, sağlıklı evliliklerde çiftlerin birbirlerine olan sevgi ve inançlarının yanı sıra, birbirlerinin kişisel amaçlarını karşılıklı olarak desteklemeleridir. Kişi eşi tarafından kişisel amaçları ve başarıları konusunda destek gördüğünü hissettiği zaman mutluluk duymaktadır. Ayrıca araştırmalar çiftlerin, bir ev satın almak, bebek sahibi olmak gibi ortak bir amaç doğrultusunda beraber çalışmalarının evlilik doyumlarını arttırdığını göstermektedir (Huggins, 2002).

Son 20 senedir evlilik konusunda gerçekleştirilen araştırmalar, çift davranışlarından ziyade, bu davranışlar üzerinde etkili olabilecek bilişsel sũreçler üzerinde durmaktadır. Evlilik interaksyonu açısından biliş-duygu-davranış ũçgeninin eşlerin evlilik yaşantıları ũzerindeki etkisini anlamak ve çiftin birbirlerini algılayışlarındaki sistematik farklılıkları ortaya koymak, sağlıklı bir çift ilişkisi oluşturmak ve sũrdũrmek açısından önemlidir. Geniş bir yelpazeye yayılmış olan bilişsel sũreçler, çiftlerin arasında var olan ilişkiye yönelik kurallar, beklentiler, inançlar, standartlar, karşısındakini algılama, karşılıklı etkileşim paternlerinin sũbjektif yorumlanması gibi çok çeşitli alanları içermektedir. Evlilik ilişkisi içerisinde eşlerin birbirlerinin davranışlarını algılamaları ve bu algılara ilişkin yorumları, birbirlerine verdikleri cevaplar ve gösterdikleri tepkiler ũzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, evlilik doyumunu sũrdũrebilmek konusunda çiftler arasında pozitif karşılıklı etkileşimin önemine değinmektedir. Eşin szsũz mesajları diğer eş tarafından değerlendirilmekte ve kişinin kendi duygusal tepkilerine ve szsũz davranışlarına etki etmektedir. Bilişsel sũreçler eşin davranışlarını pozitif olarak değerlendirip değerlendirmeme ũzerinde de oldukça etkilidir. Eşinin davranışlarını daha pozitif olarak değerlendiren bireyler, daha az öfkeli ve incitici tavırlar sergilemektedirler (Noller, 2002 ; Reis, Fitzpatrick, 2002).

Olson ve Fowers ise, (1993) beş tip çift ilişki biçimi ne sũrmektedirler:

1. Canlı, hayat dolu çiftler.
2. Uyumlu çiftler.
3. Geleneksel çiftler.
4. Çatışmalı çiftler.
5. Cansız, enerjisiz çiftler.

Hayat dolu olarak nitelenen çiftler, evlilik doyumunun tũm basamaklarında yüksek puanlar elde eden çiftlerdir. İletişim yetenekleri kuvvetlidir. Sevgi, cinsellik, birlikte zaman geçirme ve maddi konularda birbirlerine uyumludur. Dini değer ve anlayışlarda ortak grũřlũlũęe sahiptir. Uyumlu çiftler ise, evlilik açısından ortanın ũzerinde bir uyuma sahiptir. Bu çiftler birbirleriyle iyi bir ilişki ve paylaşım içerisindedir. Birbirlerinin aileleriyle ve arkadaşlarıyla olan ilişkileri sorunsuzdur. Doyumlarının dũřmesinin esas sebebi olarak evliliklerine ait gerçekçi olmayan beklentileri ve çocuklarından kaynaklanan bazı problemler grũlmektedir. Geleneksel çiftlerde doyum seviyesi biraz daha dũřuk olmakla beraber, boşanma oranları en az seviyede olan grubu oluşturmaktadır. Stres seviyesi en yüksek olan

çift grubu ise çatışmalı çiftlerdir. Bu grup, boşanma eğilimi en yüksek olan gruptur (Olson, Fowers, 1993).

Olson ve Fowers (1993) bu beş tip evlilik çeşidi üzerinde gerçekleştirdikleri bir araştırmada, 6267 çiftle çalışmışlar ve her bir evlilik tipi için karakteristik özellikler belirlemeye çalışmışlardır. Araştırmada evlilik ilişkilerini ölçmek için yurt dışında en fazla kullanılan envanterlerden birisi olan ENRICH kullanılmıştır. ENRICH, kişisel özellikler, iletişim, çatışma çözme, mali yönetim, boş zaman aktiviteleri, cinsel ilişki, çocuklar ve evlilik, aile ve arkadaşlar, eşitlik rolleri ve dini oryantasyon alt boyutlarını içeren ölçümleri kapsamaktadır. Yapılan analizler sonucunda her bir evlilik tipine ait sonuçlar aşağıda yer almaktadır:

1. Canlı, Hayat Dolu Çiftler: Bu çiftler, tüm boyutlarda evlilik doyumu puanları en yüksek olan gruptur. Evlilikte karşılıklı etkileşim ölçümlerinden de oldukça yüksek puanlar elde etmişlerdir. Bu çiftler, eşlerinin kişiliklerinden ve tavırlarından oldukça memnun görünmektedirler. İletişim sorunları az ve çatışma çözümü başarıları oldukça yüksektir. Bu grubun diğer gruplara oranla daha yaşlı ve evlilik süresi daha uzun olan çiftlerden oluştuğu görülmektedir. İş statüleri, gelir ve eğitim seviyeleri yüksektir. Gruptaki erkek eşler genelde tek işle meşgullerdir. Bu özellikler literatürdeki yüksek evlilik doyumu bulgularıyla doğru orantılıdır.
2. Uyumlu Çiftler: Uyumlu çiftlerin evlilikte karşılıklı etkileşimle ilgili ölçümlerden genelde yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Demografik özellikler açısından incelendiğinde gelir ve eğitim seviyelerinin ve iş statülerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu gruptaki çiftlerin de yaş ortalamaları diğer gruplardan yüksek bulunmuştur. En az çocuk sayısına sahip grup bu gruptur. Bu gruptaki evli kadınların diğer gruplara oranla daha fazla iş sahibi oldukları görülmektedir. Yapılan ölçümler evlilik doyumlarının oldukça yüksek olduğunu göstermektedir. Boşanma ve ayrı yaşama eğilimleri ise düşüktür. Araştırmanın enteresan bir sonucu, genelde tek çocuk sahibi olan bu grubun ebeveynlik doyumu puanlarının oldukça düşük olmasıdır.
3. Geleneksel Çiftler: Bu çiftlerin evlilikte karşılıklı etkileşimden aldıkları doyumun ortalamasının altında olduğu görülmektedir. Tüm gruplar içerisinde ebeveynlik ve çocuk yetiştirme problemleriyle baş etme puanı en yüksek olan gruptur. Ayrıca

dini konulardaki uyum oranları da diğer çiftlerden yüksek bulunmaktadır. Yapılan ölçümler bu çiftlerin aralarındaki dini uyuşmayı evlilikleri için önemli bir faktör olarak algıladıklarını göstermektedir. Bu gruptaki evliliklerde çiftin yaşı genç bile olsa, evlilik süreleri uzun ve çocuk sayıları fazla olabilmektedir. Demografik özelliklerine bakıldığında, eğitim ve gelir seviyelerinin genelde yüksek olduğu, kadın eşin nadiren tam gün çalıştığı görülmektedir. Bu çiftlerin boşanma ve ayrı yaşama oranları diğer gruplara nazaran oldukça düşüktür. Genç evlenmekte ve çok çocuk sahibi olmayı tercih etmektedirler.

4. **Çatışmalı Çiftler:** Bu çiftlerin evlilik ilişkileriyle ilgili ölçümlerin eşitlikle ilgili bölümlerden genelde düşük puanlar aldıkları görülmektedir. Çatışma çözme ve iletişim konusunda çeşitli güçlükleri bulunmaktadır. Evlilik doyum ölçümlerinin genelde tüm boyutlarından düşük puanlar elde etmektedirler. Boşanmayı veya ayrı yaşamayı diğer gruplardan daha fazla düşünmektedirler. Araştırmalar bu gruptaki çiftlerin gelir ve eğitim seviyelerinin ve iş statülerinin genelde düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu tip evlilik yapısına, genç ve yeni evli çiftlerde daha sık rastlanmaktadır. Evlilik dışı ilişki ve aktiviteye yönelme oranları, diğer çiftlerden daha yüksektir. Problem çözme becerileri daha düşüktür.
5. **Cansız, Enerjisiz Çiftler:** Bu çiftler evlilik doyum ölçümlerinden en az puanları elde eden gruptur. Genelde evliliklerinden yüksek doyum elde edememektedirler. Düşük evlilik doyumunun göstergesi olan bazı demografik özelliklere bu grupta daha fazla rastlanabilmektedir. Genç, az eğitilmiş, düşük statülü meslekleri olan, gelir seviyeleri düşük, dini ve etnik kökenleri farklı, erkek eşin iki işte birden çalıştığı demografik özelliklere daha sıklıkla rastlanmaktadır. Bu grup içerisinde genelde birbirlerini yeterince tanımadan kısa sürede evlenme kararı almış çiftlere daha fazla rastlanmaktadır.

Rogers ve Amato (1997), iki farklı jenerasyon üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarında, yeni kuşakların evlilik kalitelerinde bir azalma olup olmadığını incelemiştir. Araştırmalarının sonuçlarına göre genç nesil evliliklerde daha az evlilik interaksyonu saptanırken, evlilik problemlerinde ve evlilik çatışmalarında da bir artış olduğu görülmektedir. 60 kuşağının verileri 70 ve 80'lerle kıyaslandığında, daha güçlü bir ilişkinin varlığı dikkat çekmektedir.

Batı toplumlarında eskiye oranla daha fazla sayıda insanın evlenmemeyi tercih ettiğini belirten Noller ve Feneey (2002) evliliğin pek çok avantajlı yönleri olduğunu belirtmektedirler. Yapılan araştırmalar, evli bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarının evlenmeyenlerden daha iyi olduğunu ortaya koymaktadır. Evlenen kişilerin gelir düzeyleri evli olmayanlara göre daha yüksek bulunmuş, daha düzenli ve daha sık cinsel hayatlarının olduğu görülmüştür. Ayrıca, evli bireylerin çocuklarının, evli olmayan bireylerin çocuklarına nazaran fiziksel ve ruhsal açıdan daha iyi durumda oldukları, daha iyi eğitim alabildikleri ve daha iyi kariyer geliştirebildikleri tespit edilmiştir.

Evlenmeden birlikte yaşamayı tercih eden çiftler üzerinde yapılan araştırmalar, bu çiftlerin evli çiftlerden daha fazla çatışma içinde olduklarını ve daha zayıf iletişim örüntülerine sahip olduklarını göstermektedir (Nichols, 2005). Üstelik evli çiftlerden birinin sadakatsizlik veya evlilik dışı bir ilişkiyi sürdürmesi durumunda, kişinin hem kendisinde hem de eşinde, cinsel işlev bozuklukları olabilmektedir (Velidedeoğlu, 2006).

Evli madde bağımlıları üzerinde gerçekleştirilen sağaltım ve terapi çalışmalarında da, bekar olanlara nazaran daha etkili ve başarılı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Evlilik, alkolik bireylerin aldıkları eğitimleri normal hayatlarında uygulayıp sürdürebilmelerinde koruyucu bir faktör olarak rol oynamaktadır (Fals-Steward, Birchler, O'Farrell, 1996).

### **2.1.2.3. Evlilikte Eş Seçimi:**

İki insan bir birliktelik kurma kararını nasıl almakta ve neden birbirlerini tercih etmektedirler?

Evliliğin nasıl kurulduğu sorusu, son yıllarda irdelenmeye başlanan bir konudur. Belki bunun nedeni, daha önceki devirlerde evliliğin, geleneksel olarak büyükler tarafından küçükler için verilen bir karar olarak görülmesidir. *Görücü usulü evlilik* uzun süre bireylerin tercihlerini ikinci plana itmiş görünmektedir. Günümüzde bireysel tercihlerin önem kazanmasıyla birlikte, bireylerin bu tercihlerinin nelerden etkilendiği ve nelere yöneldiği gibi konular önem kazanmaya başlamıştır (Bacanlı, 2001).

Eş seçimi kültürel normlar bağlamında çeşitli farklılıklar gösterebilen bir süreçtir. Batı toplumlarının çoğunluğunda eş seçimi, iki kişinin özgür seçimleri neticesinde evlilik yoluyla



birliktelik kararı almasına bağlıdır. Bazı toplumlarda ise eş seçimi, daha çok aileler tarafından organize edilen, hatta bazı kültürlerde çiftin fikri sorulmaksızın karar verilen bir süreç olarak göze çarpmaktadır (Nicholas, 2005).

Aile kurumunun başlangıç ritüeli olan evlilik öncesinde çiftlerin birbirleriyle evliliğe uygun olup olmadıklarını fark etmeleri ve doğru seçimler yapmaları, seçimlerinde kararlı iseler beklentilerini gözden geçirmeleri, karı ve koca rollerini tanımaları, son derece önemlidir (Altınay, 2000).

Bireylerin eşlerini nasıl seçtikleriyle ilgili olarak çeşitli kuramlar ve tezler ortaya atılmıştır. Psikolojide psikodinamik kuramlar, tamamlayıcılık yaklaşımı, benzerlik yaklaşımı, evrimci psikoloji, toplumsal yapı kuramı ve alışveriş/denkellik yaklaşımı, eş seçimini açıklamaya çalışan kuramlardır. Bu kuramların temelindeki görüş ise, eş seçiminin bilinçli ve amaçlı bir seçim olduğu anlayışıdır. Başka bir ifadeyle eş seçimi rasgele bir süreç değildir. Öyleyse bu süreçte rol oynayan faktörlerin anlaşılması gerekir. Bu düşüncelerden en fazla üzerinde durulan açıklama olan benzerlik eşleşmesi, bireylerin ırk, sosyoekonomik düzey, fiziksel çekicilik, etnik köken, din, toplumsal tercihler (tutumlar), eğitim düzeyi, aile yapısı, zeka düzeyi ve ömür uzunluğu açısından kendilerine benzerlerle eşleşme eğiliminde oldukları anlamına gelmektedir (Lauer, Lauer, 1991, Bacanlı 2001'den aktarma).

Eş seçimi üzerinde etkili olan faktörler arasında, ırk, din, eğitim, kültür, hısımlık, akrabalık, sosyo-ekonomik statü en önemli faktörler olarak yer almakla birlikte, yapılan araştırmalar seçimin esas olarak fiziksel temele dayandığını göstermektedir. İstemli eş seçim süreci içerisinde kişiyi karşısındaki bireye yönelten sebeplerin arkasında yatan temel faktörün kişisel dinamikler ve kişiler arası karşılıklı etkileşim süreçleri olduğu anlaşılmaktadır (Nicholas, 2005 ; Botwin, Buss, Shackelford, 1997).

Blum ve Mehriban'ın (1999) gerçekleştirdikleri bir araştırma, bireylerin kendi mizaçlarına benzer eşler seçme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Eş seçimi üzerinde kişilik faktörlerinin önemini ortaya koyan Botwin, Buss, ve Shackelford'un (1997) araştırmalarında ise, eşlerin arasındaki fikir birliğinin ve zihinsel uyuşmanın, eş seçiminde önemli faktörler olduğu sonucuna varılmıştır. Kişinin sergilediği kişilik yapısı, eşinin evlilik doyumu üzerinde etkili faktörlerden birisini oluşturmaktadır. Ayrıca araştırma sonuçları kadınların eş seçimi konusunda erkeklere nazaran daha fazla kriter oluşturduklarını ve güçlü ve dominant erkelerle evlenmeyi daha fazla istediklerini ortaya koymaktadır. Her iki

cinsiyette de eşle benzerlikler ön plana çıkmaktadır ki bu, duygusal ve psikolojik eş seçiminin temelinde yatan iki önemli ihtiyaçtan birisidir. Temelini Freud'un çalışmalarından alan bu iki önemli ihtiyaçtan birincisi tamamlayıcılık ihtiyacı (*need complementarity*) ve diğeri *benzerlik ihtiyacıdır* (need similarity) (Nicholas, 2005).

*Obje ilişkileri* gerek eş seçiminde gerekse de aile içi etkileşim paternleri üzerinde en temel psikolojik faktörlerden birisi olarak göze çarpmaktadır. Obje ilişkileri teorisyenleri genellikle çocukluktaki erken deneyimlerin, ileri yaşlardaki ilişkilere yansımaları üzerinde dururlar. Birey için önemli olan kişilerle kurduğu ilişkiler, kişinin kimlik oluşumuna, aile içi ilişkilerine, içe alımlarına (*introjection*), dışavurumlarına ve uzlaşımına olduğu kadar eş seçimine de yansıyan bir süreci oluşturur. Bireyin her türlü ilişki modeli, temelde aile orijininin getirdiği obje ilişkilerinin, değişik yansımalarından oluşur. Genelde birey gelişimi boyunca, her iki ebeveyninin ayrı ayrı sahip olduğu modelleri özümser. Bu arada, ebeveyninin arasındaki eş ilişkisini ve ebeveyn olma modellerini de özümleyerek büyür ve bunları ilerde kendi yaşantısına taşır. Bu modeller evliliğin neye benzediğine dair basit imajlardan ziyade, evliliğin nasıl bir şey olabileceğine dair güçlü duygulanımları içerir. Bireyin davranışlarında bilinçli farkındalıklarının yanı sıra bilinçaltı duygulanımları da etkindir (Nicholas, 2005).

Tüm bu bilgiler ışığında ülkemizdeki eş seçimi kriterlerine göz atmakta fayda görülmektedir. Ülkemizde eş seçimi kriterlerine dair önemli bir bilgi sunan Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre, Türkiye'de halen evli olmayıp evlenmeyi düşünen erkeler arasında, evlenecekleri kadının güzel olması gerektiğini belirtenlerin oranı %59, önemli olmadığını belirtenlerin oranı ise %40.2'dir. Güzel olmasını istemediğini belirtenlerin oranı ise %0.8'dir. %85.8'i ilk kez evlenecek olmasının önemli olduğunu belirtirken, aile yapılarındaki benzerliğinin önemine değinenlerin oranı %80.8'dir. katılımcıların %90.1'i evleneceği kadının kendisine aşık olması gerektiğini belirtirken %9.8'i aşık olmasının önemli olmadığını belirtmiş, %0.1'i de aşık olmasını tercih etmemiştir. %71.6'sı evlenecekleri kadının kendilerinden daha yüksek gelire sahip olmasının önemli olmadığını, %70.7'si kendinden daha eğitilmiş olmasının önemli olmadığını, %57.2'side bir işinin olmasının önemli olmadığını düşünmektedir.

Türkiye'de kadınların evlenecekleri erkekte aradıkları özellikler incelendiğinde ise, evleneceği erkeğin bir işinin olmasının önemli olduğunu belirten kadınların oranı %95, kendinden daha yüksek gelir sahibi olmasını isteyenlerin oranı ise %56.7'dir. Kendine aşık olması gerektiğini belirtenlerin oranı % 90.4, aile yapılarının benzer olması gerektiğini

belirtenlerin oranı %87, ilk kez evlenecek olmasının önemli olduğunu belirtenlerin oranı %79.4'tür. %43.7'si evleneceği erkeğin yakışıklı olmasının önemli olduğunu vurgularken, %55.2'si önemli olmadığını belirtmiş, %1.1'ide yakışıklı olmasını istemediğini ifade etmiştir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2006).

2001'de Türkiye'de üniversite öğrencileriyle eş seçimi konusunda gerçekleştirilen bir araştırmada, eş seçiminde batı kültürüne benzer normların tespit edildiği görülmüş, beklenen kültürel farklılıklara rastlanmamıştır. Eş tercihlerinde kızların daha çok ekonomik ve toplumsal statü, erkeklerin ise doğurganlık özellikleri aradıkları ve kızların erkeklere nazaran daha modern tercihlerde buldukları tespit edilmiştir. Erkeklerin eş seçiminde önemsedikleri özelliklerin geleneksel kültüre, kızların önemsedikleri özelliklerin ise modern kültüre uygun olması durumu, erkeklerin varolan düzeni koruma çabalarının ve kadınların varolan toplumsal düzeni pek benimsememiş olmalarının, var olan düzenin değişmesini istemelerinin bir göstergesi olarak yorumlanmıştır (Bacanlı, 2001). Ülkemizde eş seçimi konusunda az sayıda araştırma bulunmaktadır.

#### **2.1.2.4. Evliliğin Niteliksel Öğeleri:**

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan en önemli faktörlerden birisi evliliğin niteliklerini etkileyen, evliliğin kalitesini ortaya koyan öğelerdir. (Kirby, 2005).

Evlilik kalitesi genel olarak iki boyutlu bir yapı içermektedir. Birinci boyutta kişinin evliliğinden aldığı doyum ve evliliğe uyum gibi genel yapılar yer alırken, ikinci boyutta da boşanmaya meyil veya uyumsuzluk gibi yapılar yer almaktadır (Fowers, Olson, 1993).

Araştırmalar, evlilik kalitesi üzerinde etkili olabilecek çeşitli faktörler olduğunu ortaya koymaktadır. Çocukların varlığı ve yokluğu, annenin çalışan bir anne olması, kişinin kendine yönelik genel sağlık algısı, evlilik statüsü (boşanmış olma, ikinci evlilik, ayrı yaşama, ikinci kez evlenme gibi), toplumsal değişimler bunların arasında sayılabilir (Rogers, 1996 ; Rogers, 1997 ; Ren, 1997 ; Orbuch, 1996 : Worthington, 1990).

Araştırmalar, çiftlerin uyumsuzluk özellikleriyle düşük evlilik doyumu ve evlilik kalitesinde azalma arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir (Epstein, Baucom, 1993 ; Fincham, 1994).

Orbuch ve arkadaşları (1996) yaşam boyu evlilik kalitesini incelemek üzere bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada yaşam dönemleri içerisinde evlilik kalitesinin ne zaman yüksek olduğunu ortaya koymak ve ne gibi faktörlerin evlilik kalitesini artırıcı bir rol oynadığını açıklamak hedeflenmiştir. Evlilik doyumu ve boşanma düşüncesi de, bağımlı değişken olarak rol oynamıştır. Diğer değişkenler arasında ise, ekonomik koşullar, her iki eşin iş statüleri ve ebeveyn olma sorumlulukları yer almaktadır. Araştırmada tüm boyutları ile depresyon ölçülmüş, ayrıca evlilik süresi de yapay değişken olarak hesaba katılmıştır. Gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, evliliğin ilk yıllarına oranla, ilerleyen yıllarında, evlilik doyumunun daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Evliliğin ilk 15-19 yılları arasında boşanma düşüncesi daha fazla yer alırken, geçen yıllarla birlikte bu oran azalmaktadır. Boşanma düşüncesi evliliğin ilk yıllarından itibaren yükselme göstermekle beraber, ilerleyen yıllarla birlikte inişe geçmektedir. Evlilik süresinin uzunluğu ise, daha yüksek evlilik kalitesi ile ilişkili bulunmuştur. Evlilik kalitesinin artışında, bireylerin yıllar içerisinde değişen rolleri, sorumlulukları ve refah düzeylerinin etkili olduğu düşünülmektedir.

Rogers ve Amato'nun (1997) evlilik kalitesi üzerine yürüttüğü boylamsal bir çalışmada, 2033 evli çiftle çalışılmıştır. Amerika'da yaşanan ekonomik ve sosyal değişikliklerin, son yıllarda gerçekleştirilen evlilikler üzerinde, evlilik kalitesini düşürücü bir etkisinin olup olmadığı araştırılmıştır. Veriler iki ayrı örneklem grubundan toplanmış, örneklem grubu 1969-1980 yılları arasında evlenmiş daha yaşlı grupla, 1981-1992 yılları arasından evlenmiş daha genç grup olarak ikiye ayrılmıştır. Bu grup üzerinde, evlilik kalitesini tespit etmek amacıyla evlilik mutluluğu, etkileşim, çatışma, problemler ve boşanma eğiliminden oluşan beş alanda ölçümler gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, evlilik kalitesinin çeşitli boyutlarının, 70'lerle 80'ler arasında kötüye gittiğini göstermektedir. Daha genç yaşta üyelerin daha düşük evlilik etkileşimi, daha fazla çatışma ve daha çok evlilik problemi bildirdikleri görülmüştür. Ayrıca sonuçlar, evlilik kalitesinin ailenin ekonomik gücüyle, iş ortamının aileye yansıyan çatışma ve problemleriyle, cinsiyet rol tutumlarıyla ve çiftlerin evlilik öncesi birlikte yaşamış olmalarıyla alakalı olduğunu göstermektedir. Evlilik doyumlarında yaşa bağlı anlamlı bir farklılığa rastlanmamış ancak genç evli grupta bağlılık seviyesi daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca evlenmeden önce çocuk sahibi olmanın evlilik doyumunu düşüren bir faktör olduğu görülmektedir.

Rogers (1996) tarafından gerçekleştirilen bir başka araştırmada ise, annenin çalışma durumu ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada annenin çalışıyor

olması ile evlilik mutluluğu ve yaşanan evlilik çatışmaları arasındaki ilişkinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Anne-üvey babadan oluşan aileler de, halen evliliği devam eden ailelerle beraber araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmanın örneklemi 1323'ü ilk, 129'u ikinci evliliğini sürdürmekte olan, tümü çalışan kocalara sahip ve en az bir çocuğu olan kadınlardan oluşmaktadır. Araştırmada evlilik mutluluğu ve evlilik çatışması bağımlı değişkenler olarak kullanılmıştır. Evlilik mutluluğu ile ilgili ölçümler, çiftlerin ne sıklıkta ılımlı bir tartışma yaşadıkları, beraberce güldükleri ve beraberce sohbet ettiklerini tespit eden üç ana madde üzerine kuruludur. Evlilik çatışması ise, çiftlerin hangi konular üzerinde tartışma yaşadıklarını (ev işlerinin paylaşımı, çocuklar, dini inanışlar gibi) tespit etmek amacıyla 9 maddeden oluşmaktadır. Ayrıca çiftlerin iş durumları, aile yapıları ve ailelerinin büyüklüğü, üzerinde ölçüm yapılan konular arasındadır. Evlilik mutluluğu ve evlilik çatışması üzerinde gerçekleştirilen çoklu regresyon analizleri sonucunda, tam gün çalışan çok çocuklu çiftlerin evlilik kalitelerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Yeniden evlenmiş az çocuklu kadınların oluşturduğu grubun evlilik kaliteleri için de durum benzer niteliktedir. Fakat, anne-üvey babadan oluşan çok çocuklu aileler için, tam gün çalışma durumunun, yüksek evlilik kalitesiyle ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durum,

1. Çok çocuğun getirdiği zorlu ekonomik koşullar neticesinde annenin çalışma hayatına atılmasının, evlilik kalitesini de dolaylı olarak yükseltiyor olması,
2. Eğer annenin ilk evliliğinden getirdiği birden fazla çocuk söz konusu ise, kurulan ailenin ekonomik koşulları ne olursa olsun annenin çalışmasının aileye kazandırdığı ekonomik girdinin kendisi için sembolik öneminin, evlilik kalitesini de doğrudan etkiliyor olması,
3. Kocanın, eşinin istekliliğini ve girişimlerini destekleyen tavrının, evlilik kalitesini yükseltici etkisi ve,
4. Annenin çalışması neticesinde, çocukları için daha fazla ekonomik özgürlük elde etmesinin getirdiği pozitif etkiyi ilişkisine yansıtması şeklinde açıklanmıştır.

Anne-üvey baba grubundaki anneler, yapılan görüşmelerde, çalışma hayatının kendilerine daha fazla mutsuzluk getireceğini zannederken, daha fazla evlilik doyumuna ulaştıklarını gördüklerini belirtmişlerdir. Aynı şekilde Blood ve Wolf (1960; Rogers ,1996'dan aktarma), bir kadının çalışmasının, evlilik ilişkisi içerisindeki gücünü arttırdığını ve dolayısıyla daha fazla evlilik kalitesi ve doyumuna neden olduğunu tespit etmişlerdir.

Evlilik kalitesi üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğeri de eşlerin sağlık durumlarıdır. Kişinin sağlık durumuyla evlilik kalitesi arasındaki ilişkiyi içeren pek çok araştırma söz konusudur. Evli olmayan bireylerin, genel sağlık ve iyilik hallerini, evli bireylerden daha zayıf olarak değerlendirme eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca, kişinin sağlık algısı sadece evlilik statüsüne değil, evliliğinin kalitesine de bağlıdır (Ren, 1997).

Ren (1997), ilişki kalitesi ve evlilik statüsünün, kişinin sağlık algısı üzerindeki etkilerini inceleyen bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırmanın amacı, çeşitli ailesel koşulların, kişinin genel sağlık algısı üzerinde nasıl bir etki yarattığını incelemektir. Araştırmada ilişki ve evliliğin kalitesi kadar, evlilik statüsüne de (kişinin evli olup olmaması, boşanmış olma, birlikte yaşama v.b.) yer verilmiştir. Evliliğin sağlık üzerindeki etkileri, kişinin sosyal aktivitelere katılımı, duygusal gücü gibi sosyal anlamdaki destekleri aracılığıyla belirlenmiştir. Sonuçlar, evliliğin kişinin sağlığını koruyucu bir yönü olduğu şeklindeki genel kanıyı destekler niteliktedir. Araştırmada, sağlığın evlilik kalitesine bağlı olarak algılandığı görülmektedir. “Evli olmama” statüsünün çeşitli kategorilerinde, farklı sağlık algısı durumlarına rastlanmaktadır. Örneğin ayrı yaşayan çiftlerde boşanmışlara oranla, olumsuz sağlık algısının etkilerine daha fazla rastlanmaktadır. Bu da bize, ayrı yaşamakta olan bir kişinin kendisi ile ilgili sağlık algısının, yakın zamanda yaşadığı ayrılığın acı deneyimlerinden kolaylıkla etkilendiğini göstermektedir. Oysa boşanmış bir kişinin uzak hatıraları, sağlık algısını aynı oranda olumsuz etkilememektedir. Araştırmanın sonuçları, evliliğin sağlığı koruyucu etkisinin, evlenmeden birlikte yaşayan kişiler üzerinde geçerli olmadığını göstermektedir.

#### **2.1.2.5. Evlilik Uyumu:**

Sağlıklı ve işlevsel evliliklerin bir göstergesi de çiftlerin arasındaki uyumdur. Evlilik ilişkisi, evlilik doyumu, evlilik mutluluğu ve evlilik uyumu gibi kavramlar, pek çok araştırmaya temel oluşturmuştur. Yalnız psikiyatrist ve psikologlar değil, farklı bilim dallarına mensup pek çok bilim adamı da bu konuya ilgi duymaktadır. Farklı uzmanlık alanları çerçevesinde bu kavramları temel alan çok sayıda araştırma yapılmaktadır. Evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilik mutluluğu, evlilik bütünlüğü kavramları evlilik ilişkisinin kalitesini

tanımlamak için kullanılan kavramlardır. Evlilik kalitesi kavramı evlilik doyumu, evlilik uyumu ve evlilik bütünlüğünü de kapsayan genel bir kavramdır (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, Alpkan, 2005).

Evliliğin niteliğini yordama da uyumun daha önemli olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle evliliğin niteliğini değerlendiren çalışmalarda sıklıkla çift uyumunu değerlendiren ölçekler kullanılmaktadır. Tüm bu kavramların nasıl tanımlanacağı yada nasıl ölçüleceği konusunda henüz bir fikir birliği olmaması nedeniyle, bazı araştırmacılar nasıl adlandırılırsa adlandırılırsın yada nasıl ölçülürse ölçülsün, bu kavramların içeriklerinin benzer olduğu ve her birinin etkileşimi ve tutumları betimlediğini ileri sürmektedirler. Özellikle evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları, aralarında yüksek korelasyon olması nedeniyle çok sık birbirine karıştırılmakta ve eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Doyumlu çiftlerin aynı zamanda uyumlu çiftler olduğu belirtilerek bu iki kavramın birbirinden farklı kavramlar olmadığı ileri sürülmektedir. Buna karşılık bazı araştırmacılar ise, bu korelasyon katsayısının böyle yorumlanmasının yanlış olduğunu ileri sürerek doyum ve uyumun iki farklı kavram olduğuna işaret etmektedirler (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, Alpkan, 2005).

Erel ve Burman (1995, Yılmaz, 2001'den aktarma) yaptıkları meta-analiz çalışmasında eşler arasındaki uyumla ilgili 68 araştırmayı incelemişlerdir ve bu çalışmalarını 3 boyuttan birine yerleştirmişlerdir. Bu boyutlar aşağıda yer aldığı gibidir;

1. Eşler arasındaki doyum (eşler arasındaki uyumu, ahenk, doyum, gerilim çerçevesinde pozitif yada negatif olarak değerlendiren çalışmalar).
2. Eşler arasındaki çatışma (eşler arasındaki fiziksel yada sözel saldırganlığın sıklığı ve yoğunluğunu ölçmeye çalışan araştırmalar)
3. Evlilik koalisyonu (evlilik ilişkisini ebeveyn-çocuk ilişkisine göre değerlendiren çalışmalar).

Birbiri ile etkileşen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanır. Evlilik uyumu ayrıca çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluğu da tanımlar. Bu noktada daha genel bir kavram olması nedeniyle evlilik doyumu ile karışır. Oysa ki çift uyumunda, evlilik doyumunda olduğu gibi bireylerin öznel algısı değil, aralarındaki ilişkinin niteliği değerlendirilmektedir. Bu nedenle evlilik

uyumunda eşlerden her birinin iyi bir ilişki sürdürebilme kapasiteleri de önemlidir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, Alpkan, 2005).

Görüldüğü gibi eşler arasındaki uyumun göstergelerinden bir tanesi de evlilik doyumdur ve pek çok araştırma, evlilik uyumunu ölçme konusunda kriter olarak eşlerin evlilik doyumları ve mutluluklarına ilişkin bilgileri kullanmışlardır. Bazı araştırmacılar ise eşler arasındaki uyumu, eşlerin ayrı ayrı duyguları olarak değil de, eşler arasındaki ilişkinin bir özelliği olarak değerlendirmişler ve eşler arasındaki uyumu ölçerken, iletişim, çatışma gibi özellikleri kullanmışlardır. Eşler arasındaki uyumun genel olarak beş ayrı bölümden oluştuğu söylenebilir: Eşler arasındaki mutluluk, etkileşim, anlaşmazlıklar, problemler ve boşanma eğilimi (Yılmaz, 2001).

Evlilik uyumu evlilik yaşantısını olduğu kadar, bireysel yaşantının çeşitli alanlarını da etkilemektedir. Psikolojik sağlık, duygusal strese ait semptomlar, evlilikte önemli bir yer tutan eşe duyulan yakınlık, evlilik uyumuyla doğrudan ilgilidir. Kişinin evliliğindeki doyumun derecesiyle de yakından ilişkili olan bu kavramlar, evlilik uyumundan etkilenmektedir. Doyum seviyesinin yüksek olması, evlilik uyumunu da yükseltmektedir. Evlilik uyumundaki artış kişinin psikolojik sağlığını da arttırmakta, duygusal stres semptomlarını azaltmaktadır (McClure, Loden, 1982).

Evliliğin ilk yıllarında, çocuk yetiştirme yıllarında ve çocukların ergenlik dönemlerinde çiftlerin evlilik uyumları düşmektedir (McCubin, 1990).

Yapılan araştırmalar, evlilik uyumu düşük olan çiftlerin tartışma esnasında eşlerine karşı daha fazla negatif davranış sergilediklerini ve pozitif tavırlarının daha az olduğunu ortaya koymaktadır. Evlilik doyumu düşük olan çiftlerin eşlerinin davranışlarından hoşnut olmadıkları, daha fazla çatışma yaşadıkları ve eşleriyle boş zamanlarını paylaşma alışkanlık ve isteklerinin düşük olduğu da araştırma bulguları arasında yer almaktadır. Evlilik uyumu yüksek olan çiftlerin eşleriyle karşılıklı etkileşimleri daha kaliteli olmakta, daha fazla fikirbirliği ve daha az çatışma yaşanmaktadır (Janicki, Kamarck, Gwaltney, Shiffman, 2006).

Evlilik uyumu empati becerisiyle de ilişki bir özellik olarak göze çarpmaktadır. Eşin bencil yönleri davranışlarına ne kadar az yansır ve empatik anlayışı ne kadar yüksekse, evlilik uyumu da buna bağlı olarak artmaktadır. Eşin bakış açısıyla olaya bakabilme yani eşle



kurulan empatik iletişim, evlilik uyumunu arttırmaktadır. Empati duygusal açılımı başlatmakta ve incinme durumunda devreye girerek bağışlama süreçlerini harekete geçirip doyumun yüksek kalmasını sağlamaktadır (Kışlak, Çabukça, 2002).

#### **2.1.2.6. Evlilikte İstikrar:**

Evlilikle ilgilenen araştırmacıların sıklıkla odaklanmayı tercih ettikleri araştırma konularından bir tanesi de *evlilikte istikrar* kavramıdır. İstikrarlı bir evlilik temelde yüksek evlilik doyumunu, yüksek evlilik kalitesi ve evlilik uyumunu içermektedir. Ayrıca ilişkiyi devam ettirmeyi kolaylaştıran aşk faktörü, istikrarlı ve evlilik doyumunu yüksek beraberliklerde yer almaktadır (Gunter, 2004 ; Caughlin, 2002).

İstikrarlı bir beraberlik, ilişki içerisinde yer alan ve yakın duygusal ilişkiyi destekleyen basit temel ihtiyaçlardan birisidir (Ferguson, Thurman, 1993)

İstikrarlı bir evlilik beraberliği, ilişkinin kalitesi ile doğru orantılıdır. Boşanmayla ilgili araştırmalar, evlilik istikrarını koruyan ve yöneten faktörlerin, kişilerin evlilik kalitelerine göre farklılaştığını ortaya koymaktadır. Evlilik kalitesi ve istikrarı genelde birbirleriyle ilişkilidir. Ancak farklı durumlara da rastlanabilmektedir. Örneğin son derece istikrarlı bir evlilikte, evlilik kalitesi düşük olabilmektedir. Öte yandan birey makul bir doyum seviyesine sahip olduğu halde, evliliğin kariyer şansını veya kişisel doyumunu engellediğini düşünerek, boşanmayı arzu edebilmektedir. Bu durumda, kalitesinin yüksek, ancak istikrarının düşük olduğundan söz edebilir (Worthington, 1990).

İstikrarlı bir evlilik, ilişkiye karşı duyulan sorumluluk duygusundan da etkilenmektedir. Evliliğin kalitesi ise, çiftlerin yakın bir ilişki geliştirip geliştirememesi, iletişimleri, çatışma çözümlenmeleri ve ilişkideki incinmişliklerinin derecesi ile alakalıdır (Worthington, 1990).

Kelly ve James (1987), evlilik doyumunu ve istikrarlı evliliklere yönelik bir inceleme yürütmüşlerdir. 1930 yılında nişanlanmalarından itibaren, 1980 yılına kadar takip edilen 300

çiftin evlilik doyumları ve evlilik istikrarları, kişilik özellikleri açısından ölçülmüştür. Katılımcılardan devamlı olarak çeşitli ölçümler yoluyla sosyal çevre, evliliğe ilişkin tavırlar ve cinsel yaşantı konusunda veriler toplanmıştır. Ayrıca çiftlerle, evlilik hayatları üzerine yılda bir kez röportajlar yapılmıştır. Sonuçta, 1935-1980 yılları arasındaki zaman dilimine göz atıldığında, 22 çiftin henüz nişanlıken nişanı attığı, evlenen 278 çiftten 50'sinin ise zaman içerisinde boşandığı gözlenmiştir. Araştırma sonuçları 1930'larda ölçümü yapılan kişilik özelliklerinin, çiftlerin evlilik doyumları ve evliliklerinin istikrarı açısından en önemli gösterge olduğunu ortaya koymaktadır. Evliliği olumsuz olarak etkileyen kişilik faktörleri arasında erkeğin sinirliliği, kadının sinirliliği ve erkeğin dürtüselliliği, evliliğin devamıyla ilgili konular sayılabilir.

Evlilik ilişkisini geliştirmek üzere tasarlanan programların temel amaçlarından bir tanesi de istikrarlı bir beraberlik yaratabilmektir (Kirby, 2005).

#### **2.1.2.7. Evlilikte Bağlılık:**

Evlilik doyumunu ve evlilik istikrarını etkileyen en önemli değişkenlerden bir tanesi de *evlilikte bağlılık* kavramıdır. Bağlılık, ilişkide uzun süreli oryantasyon, duygusal bağ ve adaptasyon yeteneğini bir arada bünyesinde barındıran bir kavramdır (Gunter, 2004).

Rusbult (1983), ilişkideki bağlılık konusunda genel bir model önermektedir. Bu modele göre;

Evlilikte bağlılık = Evlilik doyumunu + Evliliğe alternatif diğer doyumlar + Evlilikten elde edilen kazançtır.

Son yıllarda ise evlilik doyumunu ve evlilikte bağlılık kavramlarının birbirlerinden ayrı olarak ele alınması söz konusudur. Evlilik doyumunu bireyin evliliğinden duyduğu memnuniyeti yansıtırken, evlilikte bağlılık kavramı, çiftin kişisel veya ahlaki sebeplerden ötürü evli kalmaya devam etmesi anlamını taşımaktadır (Nicholas, 2005).

Bazı kısa dalgalanmaların haricinde, 1870'den beri, boşanmaların artarak devam ettiği görülmektedir. Son yüz yıldır, çağdaş kültür yapısında meydana gelen değişiklikler, evlilikte bağlılık konusunda kültürel bir erozyonun meydana gelmesine katkıda bulunmuştur. Sadakat,

yaşam boyu bağlılık demektir Yaşam boyu bağlılık, ebedi mutluluğun garantisi olmamakla beraber, kişinin eşine duyabileceği güven, ilişki üzerinde olumlu etkiler yaratmaktadır (Rosen-Grandon, 1999 ;Worthington, 1990 ; Cherlin, 1981).

Uzun süreli birlikteliklerde gerekli olan ilişkide bağlılık kavramı, yapısında üç önemli bileşen barındırmaktadır; ilişkiyi sürdürme niyeti, psikolojik bağlanma ve bilişsel oryantasyon. Pek çok çift müdahalesinde bu bileşenlerin açığa çıkarılması ve üzerinde çalışılması önerilmektedir. İlişkide yaşanan problemler, düşük sosyal beceriler veya karşısındakini suçlama eğilimi gibi problemlerle ilişkideki durumlarıyla alakalı olabilmektedir (Wenzel, Harvey, 2001).

Pek çok araştırmacıya göre bağlılık, ilişkinin devamı üzerinde evlilik doyumundan daha önemli bir etkidir (Wenzel, Harvey, 2001). Geleneksel Türk aile yapısının uzun süreli beraberliklerinde, evlilik doyumundan ziyade bağlılığın ön planda olduğu düşünülebilir.

Bağlılık, evlilik istikrarı ve başarılı bir evlilik ilişkisi için merkez bir konuma sahiptir. Evlilik doyumunu yüksek ve sağlıklı işleyen bir evlilik ilişkisi üzerinde en önemli rol oynayan etkenlerden bir tanesidir. Evli çiftin arasındaki bağlılığı etkileyen ve zedeleyen faktörlerin başında, kişinin ilişki içerisinde kimliğini kaybetmekten korkması, kişisel kontrolünü yitirmekten korkması, maddi kaynaklı kaygılar ve yetişkin sorumluluğu almaktan korkma faktörleri oldukça önemli rol oynamaktadır (Nicholas, 2005).

#### **2.1.2.8. Bağlanma Stilleri ve Evlilik:**

Çift ilişkisi içerisinde bağlanma, iki bireyin ortak olarak paylaştıkları değerler, inanışlar, ortak anlamlar ve benzerlikler neticesinde oluşan sembolik bir bağdır (Nichols, 2005).

İnsanın erken dönemde yaşadığı ilişkilerin önemini vurgulayan Bowlby'nin *bağlanma teorisi*, aile içinde yaşanan yakın ve mesafeli ilişkilerin doğası hakkında en iyi açıklamalardan birini getirmektedir. Ayrıca bağlanma teorisi, bireylerin sosyal dünya ile olan ilişkilerinin şeklini açıklama konusunda da son derece başarılı bir teoridir. Yaşam boyu süregelen bağlanma, ergenlik ve yetişkinlik döneminde de benzer duygu ve davranışlarla diğer yaşantılara genellenir (Wilkinson, 1998 ; Aydın, 2005a).

Bowlby'nin teorisine göre, ebeveyn-çocuk arasındaki iletişim çocuğun gelecekteki kendi yetişkin yaşantısına doğrudan yansımaktadır. Üstelik ebeveyn-çocuk arasındaki iletişimin çok büyük bir kısmını sözel olmayan iletişim özellikleri oluşturmaktadır. Çocuğun ebeveyniyle arasındaki bağlanma stili, ilerde kuracağı romantik ilişkilerine ve gelecekteki eşiyle arasındaki iletişime yansımaktadır. Örneğin güvenli bağlanma stilindeki kişiler geleneksel veya bağımsız yapıda evliliklere yönelirken, kaygılı bağlanma stilindeki bireylerin evlilikleri, mesafeli evlilik stiline sahip olmaktadır. Aynı zamanda diğer bağlanma stillerine nazaran, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu ispatlanmıştır. Ayrıca güvenli bağlanma stili, kişinin evliliğine ve ebeveyn olmasına yönelik olumlu algılamalarıyla da pozitif yönde ilişkili görülmektedir (Segrin, 2004).

Son yıllarda çift ilişkilerini açıklamaya yönelik çalışmalarda, bağlanma temelli açıklamaların sıklıkla yer aldığı görülmektedir. Pek çok araştırma yüksek ilişki kalitesiyle güvenli bağlanma arasında kuvvetli bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Feeney (2002), araştırmasında, güvensiz bağlanmayla eşin olumsuz davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu vurgulamaktadır. Genellikle güvensiz bağlanma davranışı geliştirmiş olan bireyler, eşlerinin davranışlarını daha fazla tepkisel olarak değerlendirme eğiliminde olmaktadır. Güvenli bağlanma stilindeki eşler ise olumlu ve yapıcı davranışlar sergileme eğilimindedirler ve üstelik eşlerinin davranışlarını da daha pozitif içerikli olarak algılama ve tanımlama eğilimi sergilemektedirler. Güvenli bağlanma stilindeki bireylerin eşlerini kabul düzeylerinin, ilişkiye yönelik problem çözme becerilerinin ve çatışma durumunda uzlaşma eğilimlerinin, çok daha yüksek olduğu görülmektedir. Üstelik güvenli bağlanma stiline sahip bir eş, olayları pozitif algılama eğiliminden dolayı, karşısında güvensiz bağlanma geliştirmiş bir eş olsa bile, güvensiz bağlanma stilindeki eşin negatif davranışları üzerinde tampon görevi görmekte, böylece çatışmaları azaltmaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Yetişkinlerin %50'si güvenli bağlanma, %25' kaçıngan ve %25'ide kaygılı/tutarsız bağlanma geliştirmiştir. Güvenli bağlanan bireyler aşk tanımlamalarını mutlu, dostça, güvenilir gibi ifadelerle yapmakta, eşlerini hatalarına rağmen kabul etme ve destekleme eğiliminde olmaktadır. İlişki süreleri dikkate alındığında diğer bağlanma stillerinden daha uzun süreli beraberlikler yaşamaya meyilli oldukları görülmektedir. Boşanma seneleri kıyaslandığı zaman, güvenli bağlanma stilinde ortalama 10.02 sene, kaygılı/tutarsız

bağlanmada 4.86, kaçınan bağlanmada ise 5.97 sene olduğu görülmektedir. Kaçınan bireyler aşk ilişkilerinde yakınlaşmaktan korkan, duygusal olarak aşırı coşkulu veya çok durgun ve kıskançlık tepkileri kuvvetli davranış özellikleri sergilemektedirler. Genellikle aşk ilişkisini tam anlamıyla ve pozitif açıdan yaklaşarak yaşayamadıkları gözlenmektedir. Kaygılı/tutarsız bireyler ise, aşk ilişkilerini karşılıklı beklentiler içerisinde, kuruntulu, duygusal olarak iniş çıkışlı, kıskançlık tepkileri yoğun ve cinsel açıdan ekstrem noktalarda yaşama eğilimindedirler (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Davila, Bradbury ve Fincham (1998), gerçekleştirdikleri araştırmada, ne tip bir bağlanma sürecinin evlilik doyumunu etkilediğini araştırmışlardır. Araştırmanın amacı, eşlerin birbirlerine yönelik negatif etkileşimlerinin, bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ne yönde etkilediğini ortaya koymaya yöneliktir. Bu amaçla, evli çiftlerden oluşan iki ayrı örneklem grubundan veriler toplanmıştır. Her iki örneklem grubunda da, negatif etkileşimin, evlilik doyumsuzluğu ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişkiyi destekler nitelikte olduğu görülmektedir.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin kendine güvenli yapısı ilişkiye olumlu yansımakta, ilişkilerini önemli, aşkı yaşamaya değer bulmaktadırlar (Johnson, 2005 ; Noller, Feeney, 2002).

## **2.2. Aile Ve Evlilik Problemleri:**

Bu bölümde aile ve evlilikle ilgili genel problemlere ve ailelerin ve çiftlerin bu konudaki başa çıkma stratejilerine yer verilecektir. Ayrıca, evlilikte sevgi yitimi, boşanma ve evlilikte şiddet konuları da ele alınacaktır.

### **2.2.1. Aile ve Evliliklerde Genel Problem Alanları:**

Vangelisti ve Maguire (2001), aslında tüm bireylerin aile geçmişleri sorgulandığında, yaşadıkları ufak da olsa bir kırgınlığın muhakkak mevcut olduğunu bildirmektedir. Bu incinmeler bazen ufak ve geçici olabileceken, bazen kişilerin hayatlarını etkileyebilecek

hatta değiştirecek kadar büyük olabilmektedir. Üstelik, kendilerini inciten aile bireyini unutabildikleri gibi, o kişiye karşı düşmanlık veya incinmişlik duygularını yaşam boyu sürdürebilmektedirler. Hatta bu incinmişlik duygusunu, kendi aile ve evlilik yaşantılarına bile transfer edebilmektedirler.

Aile ve evlilik problemlerinin içeriklerine geçmeden önce, çift ilişkisindeki davranış repertuarlarını açıklamayı kolaylaştıran, evlilik ilişkisiyle ilgili teorilere göz atmakta fayda görölmektedir.

Evlilik ilişkisiyle ilgili teoriler genelde üç ana konu üzerinde odaklanmaktadır (Dwyer, 2005):

- a) İnterpersonel ilişkilere odaklanan teoriler,
- b) İntrapersonel ilişkilere odaklanan teoriler,
- c) Her iki ilişki tipine birden odaklanan teoriler.

Her üç teoride birbirinden kesin sınırlarla ayrılan teoriler olmamakla beraber, her biri farklı değişkenler üzerinde odaklanabilmektedir. Örneğin, davranışçılık ve sosyal öğrenme teorisi bazlı çalışan araştırmacılar, daha çok çiftlerin çatışma yaratan karşılıklı davranışları üzerinde durmayı tercih ederken, bilişsel davranışçı bazda çalışan araştırmacılar daha ziyade, davranışın altında yatan bilişsel şemalara odaklanmaktadır. Psikanalitik kökenli, bağlanma odaklı veya kişilik yapılarıyla alakalı araştırmacılar ise, sinirlilik, bağlanma stilleri gibi evlilik kalitesini belirleyen kişilik faktörleri üzerinde durmaktadır (Dwyer, 2005).

Evlilik ilişkisi üzerinde etkili olan interpersonal faktörlerin başında, eşlerin problem çözme davranışları gelmektedir. Bu araştırmacıların odaklandıkları ana faktör, eşlerin ne tip problemler veya çatışmalar yaşadıkları değil, yaşadıkları problemlere nasıl yaklaştıkları ve nasıl çözümledikleriyle ilgilidir. Bu gruptaki araştırmalar evlilikte problem çözme, çatışma yönetimi, iletişim tarzları gibi konulara odaklanmaktadır. Çatışmalar esnasında düşmanlık, çatışmadan kaçınma ve karşılıklı olarak negatif sözlü ve sözsüz tavırlar sergileme eğiliminin, düşük evlilik doyumuyla alakalı olduğu görölmektedir (Dwyer, 2005).

Evlilik ilişkisi üzerinde etkili olan intrapersonel faktörlerin başında ise, evlilik doyumuyla ilgili kişilik özellikleri gelmektedir. İntrapersonel faktörler üzerinde çalışan araştırmacılar, kişilerin ilişkilerine yansıyan kişilik faktörlerinin eşlerinin verdiği tepkilere yansıdığını ve bunun da dolaylı yoldan evliliği etkilediğini ortaya koymaktadır. Bu konuyla

ilgilenen araştırmacılara göre partnerin kişilik özellikleri, ilişkinin nasıl yürüdüğünü anlama konusundaki en önemli anahtardır. Ayrıca evliliğin kalitesi ve istikrarını da doğrudan etkilemektedir. Sinirlilik, dışadönüklük ve uzlaşımcılık evlilik doyumuyla doğrudan ilişkili kişilik faktörleri arasında yer almaktadır. Eşlerden birinin veya her ikisinin negatif tavırlı olması, öfke ve sinirlilik, evlilik problemlerine yol açtığı gibi boşanma sebepleri arasında da yer almaktadır. Gerek interpersonal, gerekse de intrapersonel faktörleri bir arada ele alan araştırmalara da rastlanmaktadır. Partnerlerin kişilik yapıları evliliğin ilk yıllarındaki ilişki kalitesi üzerinde etkili olurken, interpersonal faktörler, ilişkinin geleceği ve devamı üzerinde etkili olabilmektedir (Dwyer, 2005).

Ailenin tüm yaşam dönemlerinde karşılaşabilecekleri, problemlere sebep olan yaşam olayları, beklenen ve beklenmeyen faktörler olarak iki başlık altında toplanabilmektedir. Beklenen stres yaratıcı yaşam olayları aşağıda yer almaktadır (Segrin, 2004):

1. Evliliğe uyum sağlamak (yeni evlilik, evlilik hayatının gerekliliklerine uyum sağlamak).
2. Ebeveyn olmanın evliliğe etkileri (evlilik doyumunun azalması, geleneksel cinsiyet rollerine ait beklentilerin yarattığı sıkıntılar, çocukların büyümesiyle birlikte evlilik ilişkisinin değişen doğasına uyum sağlamak).
3. Yetişkin ocukların evden ayrılmalarına uyum sağlamak (ocukların evden ayrılmasının yarattığı boşluk duygusuyla mücadele etmek, *boş yuva* sendromunu atlatmak, artık kendileri gibi birer yetişkin olan çocuklarının büyüdüğünü kabul edebilmek ve aralarındaki ilişki sisteminin yeniden düzenlenmesi).
4. Çiftlerin yaşlılığa alişması (emeklilik, sağlık problemleri, eş ölümü, dulluk v.b.)

Diğer grupta yer alan beklenmedik stres yaratan yaşam olayları, önceden kestirilemeyen zaman içerisinde ortaya çıkabilecek problem durumlarını içermektedir. Bu problem durumlarını ise aşağıdaki ana başlıklar altında toplanabilir (Segrin, 2004):

1. Evlilik problemleri (iftin evlilikten aldığı doyumun değişmesi, karı koca ilişkisindeki olumsuzluklar, anlaşmazlıklar, eleştiri veya suçlama gibi olumsuz iletişim paternlerinin yarattığı sorunlar, tartışmadan kaçma, çatışma zmleyememe gibi iletişim problemleri, iletişimde olumsuz mesajların yer alması, eşin davranışlarını olumsuz olarak yorumlama).

2. Ayrılıklar (askere gitme, hapse girme, iş durumu gibi sebeplerle aileden ayrı kalma, anlaşmazlık sebebiyle ayrı yaşama, boşanma).

Çiftler evlilikle birlikte kendi ailelerinden ayrılmakta ve aile yaşam döngüsünün ilk evresi içerisine girerek, yeni bir aile formunun temellerini oluşturmaya başlamaktadırlar. Evlilik yaşantısı içerisindeki bireyin ilk olarak kendi ihtiyaçları, eşi, ailesi ve arkadaşları arasındaki dengeyi oturtması gerekmektedir. Ayrıca bireyin çift ilişkisi içerisinde kendi bireyselliklerinden ziyade, “biz” bilinciyle var olmayı öğrenmesi, bunun içinde ait olma duygusunu taşımaya alışması gerekmektedir. İlk çocuğun doğumuyla beraber bu sefer eşlerin, kendileri, eşleri ve çocukları arasındaki dengeyi oturtma görevleri etken olmaktadır. Bu da çift için, aile kavramlarıyla ilgili her türlü sürecin yeniden düzenlenmesi anlamına gelmektedir. Kendi aileleri, işleri ve arkadaşları v.b.den oluşan sosyal dünyalarıyla ilgili sınırlarını yeniden çizmeleri gerekmektedir. Eşlerin bebeğin doğumuyla birlikte değişen hayatlarında karşılama gereken öncelik artık bebeğin ihtiyaçları olmuştur. Çift bir yandan yeni hayatlarının gerektirdiği sorumluluklara uyum sağlamaya çalışırken, diğer yandan da ebeveyn olmanın getirdiği sorumluluklara uyum sağlayacaktır (Wilkinson, 1998).

Çocuğun değişen ihtiyaçlarının karşılanması, bu ihtiyaçları kimin karşılayacağı, ev-iş yaşantısı-evlilik dengesinin oturtulması, çocuğun büyümesiyle birlikte ortaya çıkan yeni sorumluluklardır. Okul öncesi ve okul çağlarındaki çocuklar, sıklıkla problemler ortaya koymaktadırlar. Bu problemlerle başa çıkmakta zorlanan ebeveynler ise, anksiyete, depresyon veya yalnızlık duygularına kapılmaktadırlar. Ergenlik çağında çocuğu olan çiftleri ise yeni sorumluluklar ve yeni bir uyum süreci beklemektedir. Çocukluktan ergenliğe geçişte yaşanabilecek olası sorunlarla başa çıkma, otonomi, kontrol ve sorumlulukların yeniden düzenlenmesi, ebeveynin bir ergen olarak çocuklarını kabul edebilmeleri ve davranışlarına gösterecekleri tolerans, ergenlik çağına özgü problemlerle başa çıkma ve bu yapı içerisinde çiftin evlilik ilişkilerini yeniden düzenlemeleri gerekmektedir (Wilkinson, 1998).

Çocukların evden ayrılmaları ise yeni bir yaşam krizi olması itibariyle, çift için yeni bir uyum sürecini başlatmaktadır. Bu süreç, son çocuğun da evden ayrılmasına kadar devam eden bir süreyi kapsamaktadır. Ebeveyn bu dönemde *boş yuva sendromu* ile karşılaşmaktadır. Bu dönem içerisinde halletmesi gereken görevler arasında, bu sendromu atlattırmasının yanı sıra, bir yetişkin olarak çocuğunu kabul etme ve onunla hayatta daha fazla eşitliğe sahip olduğunu anlama, evlilik yaşantıları ve kendileriyle ilgili ihtiyaçlarının yeniden gözden geçirilmesi gibi problemlerle başa çıkmak zorunlulukları vardır. Çocukların evden



ayrılmasından sonra, eşlerin arasındaki evlilik ilişkisi yeniden önem kazanmaya başlar. Çünkü kırklı yaşlardaki pek çok ebeveyn, çocuklarının evden ayrılmasından sonra, artık evde çocuksuz yaşayan bir çift olduklarının farkına varmaya başlarlar. Çocuk yetiştirmek gibi büyük bir sorumluluğun omuzlarından kalkması, dikkatlerini yeniden eşlerine ve evliliklerine odaklayabilmeleri için onlara bir fırsat olmaktadır. Bu evrenin atlatılmasının ardından evlilik doyumu yükselmekle birlikte, bu seferde çift, emeklilik, yaşlanmanın getirdiği sağlık problemleri, eşlerden birinin vefatı gibi problemlerle uğraşmak zorunda kalmaktadır (Segrin, 2004 ; Wilkinson, 1998 ; Aydın, 2002).

Gottman (1999; Segrin, 2004'den aktarma) ise aile içi çatışmaları *çözümlü* ve *sürekli* olmak üzere iki gruba ayırmaktadır. Çözümlü çatışmalar, ailenin bu sene yaz tatilini nerede geçireceği, yıl başı gecesi nerede ve nasıl eğlenileceği gibi ortak bir noktanın bulunarak çözülebileceği çatışma durumlarıdır. Sürekli gruptaki çatışma durumları ise ailenin hayatı boyunca aileyle beraber var olabilen, kişilik, değerler, rol beklentileri gibi konulardan kaynaklanabilen çatışma durumlarıdır. Aile yaşamı boyunca tekrar ve tekrar bu problemlerle karşılaşmaya devam eder ve çoğu zaman profesyonel bir yardım almadığı takdirde bu çatışma durumunu çözümleremez. Aileye yapılacak yardımlarda, bu çatışma durumlarıyla başa çıkmayı öğrenebilmesine, gerekli stratejileri ve rutinleri oluşturabilmesine yardımcı olmak gerekmektedir (Segrin, 2004).

Aile içi çatışma konuları, *içerikle ilgili konular* (ev işlerinin paylaşımı, para v.b.) ve *ilişkiyle ilgili konular* (aşk, güç, ebeveynlik v.b.) olmak üzere de gruplanabilir. Araştırmalar genelde, arkadaşlar, din ve kıskançlıktan kaynaklanan çatışmaların zaman içinde azalma gösterdiğini, cinsellik, iletişim ve eğlence ile konulardan kaynaklanan çatışmaların ise, zaman içinde artış gösterdiğini ortaya koymaktadır (Segrin, 2004).

Aile konusunda gerçekleştirilen araştırmalar, aile içi ilişkilerle ilgili bazı önemli faktörler ve süreçler olduğunu ortaya koymaktadır. Bu faktörler, aile üyelerinin sergiledikleri davranışlarla doğrudan ilgilidir. Aile ve evlilikle ilgili problemler üzerinde çalışılırken bu faktörlerin dikkate alınması gerekmektedir. Aile ve evliliklerle ilgili en yaygın problem alanları aşağıdaki gibi özetlenebilir (Bray, 1995):

1. İletişim: Literatürde sağlıklı aile fonksiyonları arasında en fazla yer alan problem alanı, aile ve evliliklerde yaşanan iletişim problemleri olmaktadır. İletişim problemleri genellikle aile üyelerinin sözlü ve sözsüz davranışları birbirlerine karşı

ne şekilde sergiledikleriyle ilgili olmaktadır. Aile içi iletişim, aile üyelerinin birbirlerine karşı ihtiyaç ve isteklerini net bir şekilde ortaya koyabilme ve kendilerini net bir şekilde ifade edebilme yeteneği, aile üyelerinin birbirlerine karşı ilgili olması, birbirlerini uygun bir şekilde yanıtlayabilmeleri ve diğerlerinin bakış açısından kendisini görmeye istekli olabilmek öğelerini içerir. Sağlıklı iletişim aile üyelerinin birbirlerine karşı yeterli özeni göstermelerini, aralarında ortak paylaşımların gelişmesini ve sözel iletişimlerinin mümkün olduğunca net ve direkt olmasını gerektirir. Aile üyelerinin birbirlerine yeterli dikkati sarf etmemeleri, aile üyeleri arasında ortak anlamlılığın eksikliği, dolaylı ve maskeli bir sözel iletişimin varlığı, genellikle sağlıklı aile içi iletişimin göstergeleri sayılmaktadır. Aile içi iletişim problemlerinin varlığı, aile içi çatışma ve etkisiz problem çözme becerilerini de beraberinde getirmektedir.

2. Çatışma: Aile içinde çatışmanın varlığı sadece aile fonksiyonlarında değil, aynı zamanda bireysel ve evlilikle ilgili fonksiyonlarda da bozukluklar olabileceğinin bir göstergesidir. Aile içi çatışmaların derecesi, eleştirel bir ortam veya hafif dereceli anlaşmazlıklardan, sözel saldırılar ve fiziksel şiddete kadar varabilen bir dağılıma sahiptir. Çatışmaların varlığı ailenin birbiriyle negatif etkileşimlerini arttırmakta, anlaşmazlık ve uyumsuzlukları çoğaltmaktadır. Çatışma aynı zamanda eşlerin birbirlerine karşı sergiledikleri negatif tavırlardan da etkilenip kızışabilmektedir. Çatışmaların kızışması veya yatışması, temelde bireylerin savunucu veya destekleyici bir iletişim içinde olup olmamaları ile alakalıdır. Aile üyelerinden birinin kendisini eleştiriliyor olarak algılaması, direkt olarak savunucu iletişimi doğurmaktadır. Kişinin verdiği savunucu bir cevap ise karşı tarafın da kendisini eleştiriliyor olarak algılayıp onun da savunucu bir cevap vermesine sebep olmaktadır. Bu savunucu iletişim kısır döngü sürdükçe, çatışmanın seviyesi de gittikçe artmaktadır. Aile üyelerinden birisinin kendisini eleştiriliyor olarak algılasa bile, destekleyici veya empatik nitelikli bir cevap vermesi durumunda, karşısındaki ya eleştiriyi kesmekte yada daha nötr ve hatta destekleyici bir ifadeyle iletişime devam etmektedir. Bu da çatışma döngüsünün kırılmasına sebep olmaktadır. Ayrıca çatışmanın alakalı olduğu diğer konular arasında, ailevi stresler, depresyon, anksiyete, aile üyeleri arasındaki zayıf iletişim ve aile üyelerinin problem çözme becerilerindeki eksiklikleri sayılabilir. Aile içi çatışma konusunda gerçekleştirilen ilk araştırmalar, çatışmanın aile fonksiyonlarına zarar verdiğini ortaya koymuştur. Ancak son yıllarda, sıklıkla çatışma eğiliminde olan ancak

çatılmalarını çözümlenmeyi başarabilen evli çiftlerle gerçekleştirilen araştırmalar, bu çiftlerin evlilik doyumlarının, çatışmadan kaçınan çiftlerden çok daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak araştırmaların ortaya koyduğu bir diğer konu da yoğun çatışmaların yaşandığı ailelerde, aile üyelerinin çeşitli sağlık problemlerinin olduğu geçeğidir. Ebeveynler arasındaki çatışma, çocuklarda davranış problemleri yaratan bir faktör olarak da karşımıza çıkmaktadır.

3. **Problem Çözme:** Etkili problem çözme becerileri, problemin ne olduğunun net bir şekilde tanımlanması, problem üzerinde tartışma, alternatif çözümler üretme ve bu konular üzerinden aile üyelerinin problemlerle başa çıkabilmelerine yardım etme sürecidir. Aile içinde yaşanan problemlerin çözümünde en temel nokta, ailenin problem çözme becerisine sahip olmasıdır. Problem çözme, ailenin problemin üstesinden gelebilme kapasitesidir. Problem çözme yeteneği, sağlıklı aile fonksiyonlarını destekleyici bir nitelik taşımaktadır. Yaşanan her problem sonuçta ailenin tümünü ilgilendirir. Ayrıca sağlıklı ailelerin sağlıksız aile yapılarından daha az problem yaşadıkları düşünülemez. Sadece, sağlıklı aileler, sağlıksız ailelerden daha başarılı bir şekilde problemleriyle başa çıkabilmektedirler. Etkili problem çözme aynı zamanda aile içerisinde iyi bir iletişim ortamının varlığıyla ve anlaşma becerileriyle ilgilidir. Aile içerisinde etkisiz problem çözmenin var olması, çocuklarda ve ergenlerde davranış problemlerini arttırmaktadır.
4. **Karşılıklı Sevgi ve Bağlılık:** Karşılıklı sevgi ve bağlılık, aile üyelerinin kendilerini duygusal açıdan diğerlerine ne derece yakın veya uzak hissettiği ile alakalıdır. Bu boyut, ailenin birbirlerine karşı yakın ve alakalı oluşundan, birbirlerinden kopuk ve alakasız oluşlarına kadar uzanan geniş bir alana sahiptir. Ailenin birbirlerine sağladıkları destek, yakınlık, paylaşılan ortak ilgiler ve arkadaşlar, ailenin karşılıklı sevgi ve bağlılık derecesi hakkında ipucu değer taşımaktadır. Birbirlerine bağlı aile fertlerinin oluşturduğu aileler, birbirlerinin sınırlarına daha fazla saygı göstermektedirler ve birbirlerinin duygularına karşı hassas ve duyarlı davranmaktadırlar. Birbirlerinden kopuk aile fertlerinin ise oldukça katı sınırları vardır, duygusal içerikli mesajları eksiktir ve aile içindeki alt sistemlerin birbirleriyle iletişim eksiklikleri vardır. Bağlılık, duygusal yakınlık ve sevgi ile alakalıdır. Yapılan araştırmalar, bağlılık kavramının çatışma ile de yakından alakalı olduğunu göstermektedir.

5. Sevgi Gösterme ve Duygularını İfade Etme: Aile üyelerinin birbirlerine karşı gösterdikleri sevgi ve bu sevgiyi ifade edebiliyor olmalarıyla ilgilidir. Sevgi gösterme ve duygularını ifade etme, aile ilişkileri konusunda üzerinde en çok ölçüm yapılan iki konudur. Duygusal bağ kavramına çok yakın olmakla birlikte, aile üyelerinin birbirlerine sevgilerini gösterebilmelerini de içerir. Aynı zamanda ailenin ortak ruh hali (*mood*) ve duygusal tonunu da içeren bir kavramdır. Bu kavram ailenin varolan durumu algılamasına ve sözel iletişime önem vermemesine bağlı olarak değişebilir.
6. Duygusal Yakınlık: Yakınlık, çiftin arasındaki gönüllü yakınlaşma duygusudur. Eşe duyulan yakınlık hissi esnasında birey, kendi benlik sınırlarını korur. Bağlanma durumunda ise kendi benlik sınırının istemsiz olarak yok olması söz konusudur. Bağlanma durumunda yakınlık hissinden çok duygusal olarak eşle bir olma, bütünleşme duygusu yaşanmaktadır. Yakınlığın temel bileşenleri, eşe duyulan güven, aşk, kendini yeterli düzeyde açıklayabilme ve bağlılıktır. Yakınlık kavramı üzerinde etkili olan faktörlerden bir tanesi de saygıdır. Saygı, eşlerin kendilerini başarılı bir şekilde ifade edebildikleri ve bireysellik duygusunun devam ettiği ilişkilerde var olabilmektedir.
7. Farklılaşma (*differentiation*) Ve Bireyselleşme: Benin farklılaşması ve bireyselleşmesi, bireyin ailesine karşı aşırı bir sorumluluk hissine kapılmadan veya kendisi için önemli olan diğerlerine zarar vermeden, ailesinden özerk bir şekilde davranabilmesi yeteneğidir. Duygusal bütünleşme, bireyselleşmenin zıt kutbudur. Duygusal bütünleşme aile orijinine karşı duygusal bağlanmanın çözülememiş olmasından kaynaklanmaktadır. Bireyselleşme ise, bireyin aile kökeninde yer alan kendisi için önemli bireylerden farklılaşmasıdır. Duygusal bütünleşmenin aile veya çift ilişkisine yansımaları, genellikle ilişki amaçlarında özerkliğin azalması ve bireyin kendisi için önemli olan diğerleriyle karşılıklı etkileşiminde daha fazla duygusal tepkinin varolmasıyla kendini gösterir. Ayrıca tek başına sorumluluk almaktan kaçınma veya diğerleri adına çok fazla sorumluluk yüklenme davranışıyla da kendini göstermektedir.
8. Üçgen: Üçgende iki kişi kendi anksiyeteleri ve duygusal bütünleşmeleriyle başa çıkabilmek için, üçüncü bir kişiyi ilişkilerine dahil ederek *şamar oğlanı* gibi kullanır ve bu yolla aralarındaki gerilimi dağıtmaya çalışırlar. Duygusal bütünleşme ve üçgen, benliğin farklılaşmadığının bir göstergesidir. İlişkide duygusal olarak

bütünleşmiş olmak bireylerde duygusal problemlere yol açmakla beraber, bağın olduğu kişiyle pozitif etkileşim yaşanmakta, oysa üçgenin diğer parçası olan günah keçisi problemler yaşamakta ve diğer ikisiyle de ilişkisi problem doneleri taşıyabilmektedir. Üçgen genellikle ebeveynler arasında çatışmanın bir göstergesi olabilmektedir.

9. Stres: Ailede stres, hem aile içi fonksiyonların hem de ailenin dışarıdaki sosyal ilişkilerinin bir ürünü ve süreci olarak yaşanmaktadır. Stresi istenmeyen olumsuz yaşam koşulları ve yaşam mücadelesi yaratmaktadır. Ailede düşmanlık ve çatışma da, stres yaratan faktörlerden birisi olabilmektedir. Aile içinde yoğun stresin var olması, problem çözme ve iletişimi engelleyici bir faktör olmaktadır.
10. Roller: Roller ailenin görevlerini ve ihtiyaçlarını gerçekleştirebilmesi için karşılıklı etkileşiminde yer alan beklentiler ve tekrarlayan paternlerdir. Genellikle aileler için beş tür rol tanımlanmaktadır; ailenin ihtiyaçlarını karşılama rolü (beslenme, barınma v.b.), bakım ve destek sağlama rolü (duygusal destek, rahatlık v.b.), yaşam becerileri geliştirme rolü (gelişimin desteklenmesi ve başarı açısından), aile sisteminin yönetilmesi ve devam ettirilmesi rolü (liderlik, karar verme, mali kaynaklar v.b.) ve evli çiftler arasındaki cinsel mutluluk rolü. Yaşam stilleri ve aile kompozisyonlarındaki tüm değişmelere rağmen, yapılan araştırmalar kadının evlilikteki çocuğun bakımını üstlenme, ev işlerini yerine getirme gibi geleneksel rolünün hala devam ettiğini göstermektedir. Ev işlerinin eşler arasında ortak olarak paylaşıldığı evliliklere ise çok az rastlanmaktadır. Roller sağlıklı bir şekilde yerine getirildiği zaman ailenin ihtiyaçları karşılanabilmektedir. Ailede işlev bozuklukları, genellikle rollerin katı bir şekilde tanımlanmış olmasından veya ailenin ihtiyaçlarını yeterince karşılayamamasından kaynaklanmaktadır. Rol sınırları katı olmayan, belirlenmiş ve benzer roller üstlenebilen çiftlerin evliliklerinden daha fazla doyum sağladıkları görülmektedir.

Evlilik sorunları ve boşanmayla ilgili risk faktörlerini ise, genel olarak iki grup altında toplamak mümkündür; *statik faktörler* ve *dinamik faktörler*. Statik faktörler değiştirilmesi daha zor olan, dinamik faktörler ise daha kolayca değiştirilebilir nitelikte faktörlerdir. Evlilik problemleri söz konusu olduğunda, değişime daha açık olduğu için genelde dinamik faktörler üzerinde durulmaktadır. Örneğin yıkıcı nitelikteki karşılıklı etkileşim paternleri, evlilik ilişkisinin pozitif elementlerini yıpratıcı dinamik risk faktörleri olarak karşımıza çıkmaktadır ve bu sebeple, çiftlerle çalışılırken, gerek önleyici gerekse de terapötik müdahalelerde sıklıkla

üzerinde durulmaktadır. Aynı şekilde eğlence ve arkadaşlık, evlilik ilişkisini koruyucu yönleri sebebiyle, pozitif nitelikli dinamik faktörlerdir. Bu özellikleri sebebiyle çiftlerle çalışılırken hedef noktalar olarak kullanılmaktadırlar. Aşağıdaki tabloda evlilik problemleri ve boşanma konusundaki statik ve dinamik risk faktörleri yer almaktadır (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005):

**Tablo 2.2.1. Evlilik Problemleri ve Boşanma Konusundaki Statik ve Dinamik Risk Faktörleri**

<b>Statik Faktörler</b>	<b>Dinamik Faktörler</b>
Bazı kişilik özellikleri	Karşılıklı etkileşimde tehlike sinyalleri (kışkırtma, değer vermeme, negatif yorumlama, tartışmadan kaçınma...)
Ebeveyn boşanması	
Geçmiş yaşantılar	İletişim ve çatışma yönetim becerisi
Daha önceki boşanmalar	Fiziksel şiddet
Dini konularda ayrılıklar	Gerçekdışı beklentiler
Erken yaşta evlenme	Bağlılık ve motivasyon
Ekonomik statü	
Psikopatoloji	
İrkçılık	

Kaynak: Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005.

Literatürde evlilik problemlerini ortaya koymak üzere düzenlenmiş çeşitli araştırmalara rastlanmaktadır. Araştırma sonuçları, evlilik stresi üzerinde etkili olan pek çok faktör ortaya koymaktadır. Lawrence, Eldridge, Christensen, (1998) evlilikte çeşitli problemlerin yaşanmasına sebep olan en önemli faktörler arasında, depresyon, nevroz ve dürtüsellik saymaktadırlar. Segrin (2004) ise çiftlerin en fazla belirttikleri, en yaygın iletişim problemleri arasında, eşinin bakış açısını anlayamama, eşini suçlama, eleştirme veya aşağılama konularını belirtmektedir. Araştırmalara göre sorunlu çiftler, genellikle birbirlerine karşı daha az ödüllendirici, daha fazla cezalandırıcı davranışlar sergilemektedirler. Birbirlerine karşı daha fazla can sıkıcı, gücendirici tavırlar sergileyebilmekte ve karşılık verme eğiliminde olmaktadır. İlişki fonksiyonu bozuk çiftlerin iletişim becerilerinde eksiklikler görülmekte, ayrıca etkili problem çözme becerilerinin de yeterli düzeyde olmadığı anlaşılmaktadır (Montag, 1993).

Storaasli ve Markman (1990), evliliğin ilk yıllarında yaşanan ilişki problemlerini incelemişlerdir. Çalışmada, aile gelişim dönemlerinin üç tanesinde, çiftler arasında yaşanan ilişki problemleriyle ilgili betimsel bir bilgi sağlamak amaçlanmaktadır. Bir diğer amaç ise, bu gelişim basamaklarının görevleri içerisinde yaşanan değişikliklerin sebep olduğu ilişki problemlerinin doğasını incelemektir. Araştırmaya %65'i nişanlı, %35'i ise evlilik planları yapan. 131 gönüllü çift katılmıştır. Boylamsal olarak gerçekleştirilen çalışmada katılımcılara, *İlişki Problem Envanteri (Relationship Problem Inventory)* ve *Evlilik Uyum Testi (Marital Adjustment Test)* uygulanmış, sonuçlar MANOVA ve ANOVA analizlerinden geçirilmiştir. Akrabalar, kıskançlık, arkadaşlar ve din, evlilik öncesindeki en şiddetli problem alanlarını oluşturmaktadır. Ancak bu alanlardaki hassasiyet, evlendikten sonra anlamlı bir şekilde düşüş göstermektedir. Sonuçlar, anlaşmazlıklarla başa çıkma, çatışma yönetimi ve samimiyetin desteklenmesinin, evliliğin gelişimsel dönemlerinde ortaya çıkan problemlerle başa çıkmayı kolaylaştırdığını göstermektedir

Bradbury ve arkadaşları (1996) tarafından gerçekleştirilen bir başka araştırmada da, çiftlerin eş olma davranışlarıyla, problem çözücü iletişimleri açısından, kendilerine yönelik algıları arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Araştırma, a) eşlerden hiç birisini depresyon veya evlilik stresi içerisinde olmadığı grup, b) eşlerden hiç birisinin evlilik stresi içinde olmadığı fakat kadın eşin depresyonda olduğu grup, ve c) kadın eşin depresyonda olmadığı fakat her iki eşin de evlilik stresi içinde bulunduğu grup olmak üzere üç grup üzerinde sınılanmıştır. Uyumsuzluk göstergesi olarak, kadınların çok az pozitif, çok fazla negatif davranış sergiliyor olmaları göz önüne alınmıştır. Araştırma sonuçları, evlilik ile ilgili bir konuda tartışılırken, stresli evlilik yaşantısına sahip çiftlerle, normal çiftler arasında tartışma esnasında sergilenen davranışlar açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Evlilik stresi yaşayan çiftlerde, eşin sergilediği kasıtlı veya bencilce negatif yüklü davranışlar, stres yaşamayanlara göre daha fazla gözlerine batmakta, ve yaşadıkları evlilik sorunlarından eşlerini sorumlu tutma eğilimi göstermektedirler (Bradbury, Beach, Fincham, Nelson, 1996).

Çiftin veya ailenin problem yaşamaları kadar, yaşadıkları problem ve çatışmaları nasıl sonlandırdıkları da önemli bir konudur. Tartışmaların sonlanma biçimleri ailenin veya çiftin problemi uzun süre taşıma veya problemin çözülmüş olması üzerinde etkilidir. Aileler veya çiftlerle çalışırken üzerinde durulması gereken konulardan bir tanesi de, çatışmalarının nasıl sonuçlandığını bulmak ve gerekirse daha etkili paternlerle yer değiştirmelerini sağlamaktır.

Araştırmacılara göre, aile içi çatışma konuları, genellikle dört yolla sonuçlanmaktadır (Segrin, 2004):

1. Boyun eğme: Taraflardan birinin diğerinin fikirlerini kabul etmesi.
2. Uzlaşma: Herkesin kabul edebileceği ortak bir noktada uzlaşma.
3. Bırakma: Hiçbir uzlaşmaya varamadan, çatışmanın çözümsüz olarak ortada bırakılması.
4. Geri çekilme: Tartışmaktan kaçınma veya tartışmayı yarım bırakma (odayı terk etme, dinlememe gibi).

Evlilikte yaşanan streslerin evlilik ilişkisine olumsuz yansımaları araştırmalarla belgelenmekle birlikte, bazı durumlarda stres yaşantısının çifti birbirine yaklaştırdığı görülmektedir. Örneğin pek çok araştırma sonucuna göre çiftlerden birinin yaşadığı ağır bir hastalık durumu çifti birbirine daha fazla bağlayabilmektedir (Bradbury, Fincham, Beach 2000).

Güçlü ve sağlıklı bir aile yapısı, zannedildiğinin aksine tamamen problemsiz değil, tam tersine strese ve krizlere açıktır. En mükemmel aile yapısı bile, yaşam boyu muhakkak sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu tip ailelerin pozitif duygusal iletişim ve birbirlerine ait olma duygusuna sahip oldukları ve bu sayede kriz durumlarını daha başarılı bir şekilde atlatabildikleri görülmektedir. Stres söz konusu olduğunda genellikle stresin yarattığı olumsuzluklar akla gelmektedir. Ancak, stresin aynı zamanda uyarıcı bir özelliği olduğu ve gelişime yardımcı bir rol oynayabildiği de göz ardı edilmemelidir. Başarılı bir stres yönetimi, aile içi ilişkileri ve iletişimi geliştirici ve pozitif yönde değiştirici olabilir. Ailenin geliştirebileceği en etkili başa çıkma yolu, *ortaklaşa başa çıkma* tarzıdır. Bu tip bir başa çıkma tarzında aile üyeleri problemi “benim problemim” veya “senin problemin” olarak değil, “bizim problemimiz” olarak algırlar. Problemin sorumluluğunu ortak olarak yüklenirler. Bu tip bir başa çıkma tarzını kullanan ailelerin stres faktörünü kolaylıkla yenebildiği görülmektedir. Stres bazı aileler için yıkıcı bir faktör olabilirken, bazıları için ise geliştirici bir faktör olabilmektedir. Bu da tamamen ailenin stresle başa çıkmak için ne yaptığı ve nasıl bir tarz geliştirdiği ile alakalıdır (DeFrain, Cook, Gonzales-Krue, 2005 ; Segrin, 2004)

Tüm bu bilgiler ışığında ülkemizdeki duruma göz atacak olursak, Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre ülkemizde evlilik ilişkisi içerisinde eşler arasında en fazla sorun yaşanan konular aşağıda yer aldığı gibidir:



**Tablo 2.2.2: Türkiye’de Evliliklerde En Çok Sorun Yaşanan Konular**

<b>Sorun</b>	<b>%</b>
Kumar alışkanlığı	% 1.7
Alkol alışkanlığı	%4.7
Sigara alışkanlığı	%18.4
Ev ve çocuklar ile ilgili sorumluluklar	%34.8
Gelirin yeterli olmaması	%31.6
Harcamalar konusunda	%31.2
Kıskançlık konusunda	%21.9
İş ile ilgili sorunların eve taşınması nedeniyle	%12.4
Giyim tarzı konusunda	%12.7
Görüşülen kişiler konusunda	%11.0
Kadının/erkeğin ailesi ile ilişkiler konusunda	%10.8
Dini görüşlerin farklılığı nedeniyle	%4.1

**Kaynak: Aile Yapısı Araştırması, 2006**

Görüldüğü gibi en fazla sorun yaşanan alanlar %34.8 ile ev ve çocuklar ile ilgili sorumluluklar, %31.6 ile gelirin yeterli olmaması, %31.2 ile harcamalar, %21.9 ile kıskançlık konularında dağılım göstermektedir. Diğer problem alanlarının her birinin de dikkate değer olduğu görülmektedir. Ayrıca Türkiye’de bireylerin %12.6’sı ailelerini çok mutlu, %65.1’i mutlu, %20.1’i orta düzeyde mutlu olarak değerlendirirken, %1.8’i mutsuz, %0.4’ü ise çok mutsuz olarak değerlendirmektedir.

### **2.2.2. Evlilikte Sevgi Yitimi Ve Boşanma:**

Evlilikte, 18'inci yüzyılın sonlarında başlayıp 21'inci yüzyıla kadar devam eden değişim, boşanma olgusunu da ortaya çıkarmıştır. Günümüzde evlilikler, 18. yy.ın evliliği bir işbirliği olarak görme eğiliminden farklı olarak, mutluluk kaynağı olarak algılanmakta ve aşk bittiğinde evliliği sona erdirmek tercih edilmektedir (Coontz, 2005).

Her sistemde olduğu gibi evlilik kurumu da kendi içinde sorun üretebilen bir sistemdir. Zaman içinde çekirdek ailenin kurumsallığı sürdürme zorlukları başladıkça, yeni bir model olan *boşanmış aile* ortaya çıkmıştır. Çekirdek ailenin boşanmış aileye dönüşmesindeki en önemli nedenlerin başında, etkileşimin azlığı ve bu nedenle çocuklara sunulabilecek davranış modellerinin kısıtlı olması gelmektedir. Ekonomik ortaklık, işbölümü, duygudaşlık, çocuk bakımı ve eğitimindeki ortaklık ve bireysel gelişim için gerekli eğlence, sosyal yaşam v.b. gibi alanların tamamının karı kocanın üzerinde olması, tüm bu konularda işleyen bir sistem kuramayan çiftler için başlı başına sorun kaynakları olabilmektedir. Ailenin fonksiyonlarını yerine getirmede yetersiz kalan çift, çatışma ve anlaşmazlıklar neticesinde ayrılma noktasına gelebilmektedir. Bir tepki olarak ortaya çıkan boşanmış aile, çekirdek ailenin doğurduğu bir yeniden yapılanma modelidir. Bu yeniden yapılanma esnasında her kültürün kendine özgü çözüm ve uygulamalar yoluna gitmesi gerekmektedir (Eser, 2000).

Huang (2005), Çin, Tayvan, Japonya, Kore, Malezya, Hindistan gibi Asya ülkelerinde boşanma oranlarındaki artışı incelediği makalesinde, bu ülkelerdeki boşanma oranlarında meydana gelen artışı, hızlı ekonomik gelişme, şehirleşme, Asya ülkelerinde meydana gelen kültürel değişimler, bu ülkelerdeki kadının eğitim ve iş olanaklarının eskiye göre artmış olması, kadının ekonomik özgürlüğündeki artış, bu ülkelerde boşanma hukukunda meydana gelen yumuşama, eskiden aileler arasında algılanan evliliğin gittikçe çift arasında algılanan bir sürece dönüşmesi, görücü usulü evliliklerin yerini romantik evliliklere bırakması olarak yorumlamaktadır. Ayrıca Huang (2005) doğu toplumlarında boşanmalarının artmasını, doğu toplumlarına özgü geleneksel büyük ailenin ve bu ailenin evli çiftin arasındaki çatışmalara müdahale etme özelliğinin artık yitirmeye yüz tutmuş olmasına da bağlamaktadır.

*Evlilik bağı*, çiftleri ilişkilerini geliştirmeleri konusunda motive eden bir faktördür. Aynı zamanda boşanma düşüncesinin önündeki en önemli engelleyici faktörlerden bir tanesidir. Buna rağmen evlilik ilişkisinin niteliğini değiştirmek konusunda yeterli olamamaktadır. Oysa çiftlerin günlük yaşamları üzerinde etkili olabilecek dört önemli faktör, çiftlerin arasındaki ilişkiyi geliştirmek açısından etkili olabilmektedir (Worthington, 1990):

1. Çiftlerin aralarındaki yakınlık-mesafe örüntülerinin yeniden düzenlenmesi,
2. Aralarındaki iletişimi geliştirmeleri,
3. Çatışmalarını daha yapıcı bir şekilde çözümlayebilmeleri,
4. Birbirlerini kırıp incitmelerine sebep olan paternleri değiştirmeleri.

Her sorunlu çift, ilişki içerisinde pek çok probleme sahiptir. Ancak problemler en çok bu dört alan üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu nokta, danışma ortamında çiftleri değerlendirmek açısından kritik bir öneme sahiptir. Worthington (1990) çiftlerle çalışılırken, çiftlerin beraberliklerindeki güçlü ve zayıf yönleri değerlendirme ve seansların sonunda geri bildirimler vermenin önemi üzerinde durmaktadır. Ayrıca çiftlerin güçlü ve zayıf yönlerini yazılı bir rapor halinde sunmalarını önermektedir. Böylece, ilişkilerini sürdürmelerine yardımcı olabilecek potansiyel amaçlar ortaya konulmuş olacaktır.

Evlilikte boşanma eğilimi, evliliğin problemlili olduğunu ve boşanma olasılığını düşünme gibi, evlilik ilişkisinin bilişsel yönünü ve arkadaşlarıyla yada eşyle boşanma olasılığı hakkında konuşma ve eşten ayrılma gibi davranışları birlikte içermektedir. Eşler arasında mutsuzluğun yoğunluğu, boşanmaya yol açabilir (Yılmaz, 2001).

Kertsen (1990) aralarındaki şiddetli geçimsizliğe rağmen boşanmayı seçmeyen çiftler üzerinde bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çalışmanın amacı, evlilikte sevginin azalma sürecinin birbirini takip eden basamakları olup olmadığının ortaya konulmasıdır. Evlilik problemi yoğun olan 49 evli çift üzerinde gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına dayanılarak, evlilikte azalan sevgiyi kapsayan üç faz olduğu saptanmıştır. Sonuçlar, evlilik sağaltımlarında, müdahalenin her bir faza yönelik olarak farklı amaçlarla yapılması ve farklı müdahale tekniklerini içermesi gerektiğini göstermektedir. Çalışmada, evlilikte sevgi bağının azalması, çok boyutlu bir yapı içerisinde ele alınmıştır. Duygusal öğeler (kişinin eşine karşı hisleri), biliş (kişinin eşi ve ilişkisi hakkındaki düşünceleri) ve davranış (kişinin sergilediği ne tip hareketlerin kişinin ilişkisinden kaynaklandığı) üzerinde durulmaktadır. Araştırmanın bir diğer amacı ise, eşler arasında sevginin azalması konusunda çiftlerle çalışılırken etkili olabilecek müdahale yolları önerebilmektir. Çiftlerden bir tanesi boşanmayı ciddi bir şekilde düşündüğünde, yani sevgi azalması boyutunun son basamağında, çiftlere yapılacak yardımlar yetersiz kalabilmektedir. Bu sebeple Kernsten (1990), eşler arasında azalmakta olan sevginin derecelendirilerek, her bir basamağında etkili olabilecek müdahale tekniklerinin belirlenmesi gerektiğini belirtmektedir. Araştırmada “*Evlilikte Sevgisizlik Skalası*”ndan (*Marital Disaffection Scale*) bazı maddeler kullanılmıştır. Bunların arasında,

aşklarının derecesi, eşine olan sevgisi, eşine duyduğu cinsel istekliliği, evlilikte yaşanmış olan kırıcı yaşantılar, eşiyile zaman geçirmeye karşı duyduğu isteklilik boyutlarını temel alan beş ana konu üzerinde durulmuştur. Katılımcılarla, eşlerine karşı duygusal bağlarını kaybetmeleri ve eşlerine duydukları sevgide meydana gelen değişiklikler konusunda bir ön görüşme yapılmıştır. Bu görüşmelerde, evliliklerinde dönüm noktası olabilecek ve eşlerine duydukları sevginin azalmasına sebep olmuş konu ve olayları hatırlamaları üzerinde durulmuştur. Bu konuların hatırlanması, katılımcıların eşlerine duydukları sevginin azalmasında etkili olan manidar duygu, düşünce ve davranışlarını tanımlayabilmelerini kolaylaştırmıştır. Bu görüşmelerin ardından, katılımcılara uygulanmak üzere Likert tipi bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin amacı, evlilikte sevgi azalmasının derecesini tespit etmektir. Ölçek, şefkat, bağlılık ve kişinin eşine karşı duygusal yakınlık isteği bileşenlerini ölçmek üzere tasarlanmıştır.

Sonuçlar, evlilikte sevginin azalma sürecini içeren üç ayrı safhayı ortaya koymaktadır. Safhalar, başlangıç safhası, orta safha ve son safha olarak tanımlanmıştır. Başlangıç safhası, deneklerin verdikleri yanıtlara bağlı olarak, öfke ve incinme duygularıyla karakterize edilmektedir. Bu duyguların, eşin gösterdiği “umulmadık” bir davranış neticesinde doğduğu görülmektedir. Her iki duyguda, diğer iki safha içinde yer alan duygulardır. Ancak bu aşamada “umudun” henüz mevcut olduğu görülmektedir. Diğer safhalarda ise umut, nadiren görülmektedir. Yine bu aşamada evliliğin devamına dair hala iyimser bir düşünce yapısına sahip olunduğu tespit edilmiştir. Bu aşamada problemleri çözmeye yönelik teşebbüsler sıklıkla görülmektedir. Kişi probleme ait duygularını eşine anlatma çabası içerisinde. Problem çözmeye ilişkin tavırlara diğer safhalarda da rastlanmaktadır. Ancak bu ilk safhada kişi, eşini memnun etmeye yönelik davranışlar sergileme çabasını da hala sürdürmektedir. Hiçbir denek bu aşamada eşinin duyarsızlığından söz etmemiştir (Kersten, 1990).

Orta safha boyunca kızgınlık ve incinmişlik duygularının ağır bastığı görülmektedir. Birinci safhadan taşınan öfke duygusunun bu evrede artarak devam ettiği ve daha yoğun bir şekilde yaşandığı görülmektedir. Bu aşamada, “duyarsızlık”, başlangıç safhasından daha çok ifade edilen bir özellik olarak dikkat çekmektedir. Duyarsızlığın artması, bağlılık ve aşkı yıpratmış gibi, evlilikte sevginin yitirilmesi sürecinin de tipik bir göstergesi olmaktadır. Bu aşamadaki bireyler, evliliklerine dair bedelleri ve ödülleri olumsuz bir algıyla değerlendirmektedirler. Evliliği bitirmeye yönelik düşüncelerin bu aşamada ortaya çıktığı gözlenmektedir. Bu safhadaki evliliği bitirme düşünceleri genellikle, yeni bir daire bakma planları, yeni bir iş bulma çabaları veya bir avukatla bağlantı kurma şeklinde ifade

edilmektedir. Kişilerin evliliklerini bitirme düşüncelerinin, eyleme geçmeden çok önce tasarlanmaya başlandığı bilinmektedir. Problem çözme çabalarının artık daha kesin ve iddialı bir tavır içinde sergilendiği dikkat çekmektedir. Eşini memnun etmeye yönelik çabalar ise hemen hemen hiç görülmemektedir (Kersten, 1990).

Son safhaya gelindiğinde ise, öfke duygusunun yine en çok ifade edilen duygu olduğu görülmektedir. Bununla beraber incinmişlik duygusunda manidar bir gerileme söz konusudur. İncinmişlik duygusunun azalmasıyla beraber, duyarsızlaşma en çok ifade edilen ikinci duygu durumu olarak göze çarpmaktadır. Bu aşamadaki denekler, kendilerini eşlerinden duygusal anlamda uzaklaşmış olarak hissettiklerini belirtmektedirler. Boşanma düşüncelerinin diğer safhalara nazaran daha sıklıkla ifade edildiği gözlenmektedir. Bireylerin çoğu boşanma düşüncesi ile mücadele halindeyken, bir kısmı da, ayrılık planları içerisindedir. Evliliğin geleceğine dair umutlarınsa sönmeye başladığı görülmektedir. Orta safhada boşanma düşüncelerine rastlanmakla beraber, bu aşamada evliliği sonlandırmaya yönelik eylemlere başvurulduğu gözlemlenmektedir. Bu aşamada deneklerin ayrılma-kalma düşüncelerinin iki değerliliği ile mücadele halinde oluşları da dikkat çekicidir. Bireyler her ne kadar evliliklerinin kurtulamayacağına inanıyor olsalar da, evlilik danışmanına başvurulara bu aşamada daha çok rastlanmaktadır. Ancak evliliğin sona erdirilmesinin de yardımı gerektiren bir süreç oluşu, bu aşamaya yön veren temel duyguyu oluşturmaktadır (Kersten, 1990).

Evlilik danışmanlığı içerisinde değerlendirilmesi gereken bir diğer konuda, boşanma kararı almış veya almayı düşünen çiftlere yardımcı olabilmektir. Böylesi bir durumda danışmanın veya terapistin rolünün ne olacağı –ayrılığı desteklemek mi yoksa desteklememek mi?- pek çok araştırmacı tarafından tartışılan bir konudur.

Genellikle önerilen, eğer çiftlerden sadece birisi boşanmayı istiyorsa, boşanma kaçınılmaz bir durum olmadığı müddetçe, danışmanın genellikle evliliğin devamını destekleyici bir tavır sergilemesidir. Çiftlerin veya çocukların, evlilikte yaşanan çatışmalardan dolayı gördükleri psikolojik zararın aşikar bir şekilde ortada olmasına rağmen, danışmanın boşanma hakkında karar vermesi yinede çok zor olmaktadır. Aslında stresli bir evliliği yürütmektense boşanmayı seçmenin daha iyi olduğuna dair çok kesin kanıtlar yoktur. Boşanmalar pek çok yetişkin ve çocuk açısından oldukça zor ve stresli olabilmektedir. Eşlerden birinin boşanma kararına karşılık diğerinin devam etmek istemesi durumunda terapistin tavrının ne olacağı, tartışmalı bir durumdur. Aslında böyle bir durum, çeşitli

kurallardan ziyade, danışmanların olay hakkındaki yargılarına kalmaktadır (Wallerstein, Blakeslee, 1989).

Evlilikte karşılıklı sevginin yitirildiği son safhalarda, genellikle bir uzmana ihtiyaç duyulmasının sebebi, çiftlerin, “evliliği onarmak mı yoksa boşanmak mı” ikileminde, bir karar verme noktasına gelmiş olmalarıdır. Sprenkle (1988), bu karar verme sürecinde çiftlere yardımcı olabilecek çeşitli müdahaleleri yeniden ele almıştır. Bunlardan bir tanesi Saltz (1985) tarafından “*boşanma terapisi*” veya “*evlilik terapisi*”ne bir alternatif olarak geliştirilen “*evlilik değerlendirmesi*” isimli müdahale tekniğidir. Karar verme süreci üzerinde çalışırken terapist, kişinin bireysel ihtiyaçlarının evlilik ilişkisi içerisinde karşılanıp karşılanmadığını belirlemeye çalışır. Bir diğer müdahale tekniği ise çiftin boşanma/kalma düşünceleri arasında bir denge oluşturmasına yardımcı olmaya çalışan bir *denge* tekniğidir. Bu teknik çiftlerin, her iki alternatif açısından elde edebilecekleri kazançları ve alacakları riskleri sistematik bir şekilde değerlendirmelerini sağlar. Böylece çiftlere, “evliliği onarmayı” veya “boşanmayı denemeyi” seçme noktasında kolaylıklar sağlar. Kullanılan tekniklerden bir diğeri olan psikodrama ise çiftlere, boşanmayı seçme veya evliliğe devam etme kararı aldıkları takdirde yaşayabilecekleri muhtemel durumları, hayali bir yolla yaşama şansı verir.

Ayrılık veya devam kararı süreci içerisindeki çiftlere yardımcı olan bir diğer teknik ise “*yapılandırılmış ayrılık (structured seperation)*” tekniğidir. Bu teknik, ortak olarak yazılan kuralların açıkça belirtildiği bir anlaşmayı ve ayrılma meselesinin ana noktalarını içermektedir. Burada amaç, çiftlerin bir müddet birbirlerinden ayrı zaman geçirmelerini sağlayarak, bu sürecin sonucunda boşanma veya devam kararı alabilmelerini kolaylaştırmaktır. Eğer çiftler zaten ayrılma kararının kesin olarak alındığı bir noktaya gelmişlerse, “*yapılandırılmış ayrılık*” bu durumda uygun bir müdahale tekniği olmamaktadır. Bu durumda sağaltımın amacı, ilişkiyi tamir etmek değil, ayrılığı kolaylaştırmak olabilmektedir. Burada dikkat edilmesi gereken nokta, her iki çiftte boşanma kararı aldıkları takdirde, ancak o zaman terapistin boşanma konusu üzerinde çalışmasının daha uygun olacağıdır (Worthington, 1990).

Eşlerin arasındaki problemler üzerinde çalışan danışmanların kullandıkları yöntemlerden bir tanesi de *affedicilik* üzerine çalışmaktır.

Pek çok problemlili ilişki içerisinde, bir incinmişlik hikayesi yer almaktadır. Genellikle çiftlerin birbirlerine karşı yerine getirdikleri veya eksik bıraktıkları görevleri vardır. Bunun

sonucunda da ortaya incinmiş duygular çıkmaktadır. Bu noktada danışmanın çiftler arasında “affedici” bir tavır geliştirmeye çalışması gerekmektedir. Çiftlerin aralarındaki yakınlığı arttırıp, mesafeleri azaltmaları, iletişim becerilerini arttırmaları, daha üretici bir şekilde çatışmalarını çözümlayebilmeleri, eski davranış paternlerini yıkarak yerine yenilerini koyabilmeleri, birbirlerine karşı duydukları güveni geliştirmeleriyle doğrudan alakalıdır. Bu sebeple aralarında daha önce yaşanan ve incinmelere sebep olan yaşantıları affedici bir şekilde karşılamalarının desteklenmesi, özellikle Hıristiyan evlilik terapilerinde oldukça önem verilen bir konudur (Worthington, 1990).

Problemlili ilişkilerin temel karakteristiklerinden bir tanesi, eşlerin birbirlerinin negatif davranışlarına, negatif cevaplar vermesiyle süregelen anlaşmazlık ve çatışmalar, diğeri de eşlerden birisinin pozitif davranışlarına dahi negatif cevaplar veren diğeri eş ve yaşanan problemlerdir. Böylesi bir birliktelikte bir müddet sonra terapiye başvurulsa bile yaşananların kırgınlığı, ilişkinin onarılmasını güçleştirebilmektedir. Üstelik affediciliğin aynı hareketlerin tekrarlanması anlamına geldiğine inanan bireyler için, eşinin daha önceki davranışlarını affetmek çok daha zor olmaktadır. Oysa eşin davranışlarını affetme yoluyla geliştirilen ilişkilerin, bireylerin fiziksel ve zihinsel dağınıklıklarına dahi etkileri olduğu görülmektedir. Uzman bir danışmanın desteği ve yönlendirmesiyle karşılıklı olarak geliştirilen affedicilik neticesinde yeniden yapılanan ilişki, hızla gelişmekte ve kalitesi artmaktadır. Ayrıca araştırmalar affedicilik ve evlilik doyumu arasında da anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir (Fincham, Beach, 2001).

Genellikle bireyler evlilik için mükemmel insanı arama eğilimindedirler. Affedicilik ve karşısındakini olduğu gibi kabul edebilme, evlilik ilişkisi içerisinde problem çözümlenmenin en önemli adımlarından bir tanesidir. Affediciliğin yer almadığı bir beraberlikte ilişki bir müddet sonra bozulmaya başlamaktadır. Çatışma durumları kafi miktarda anlayış ve affedicilikle çözümlenemediği takdirde, ilişkide karşılıklı sevgi bağının gelişmesi mümkün olamamaktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Eşini kabul edebilme, çiftlerle evlilik ilişkisini geliştirmek üzere çalışılırken oldukça işe yaramaktadır. Kabul, sağlıklı bir evlilik ilişkisi içerisindeki en önemli elementlerden bir tanesi olarak görülmektedir. Oturmuş evliliklere ait araştırmalar incelendiğinde, eşlerin birbirlerini oldukları gibi kabul etmiş çiftler oldukları gözlenmektedir. Gerek eşlerin gerekse de aile üyelerinin birbirlerini yeterince kabul etmemeleri, aile ve evlilik içerisinde yer alan çatışma kaynaklarından bir tanesidir. Yapılan araştırmalar, eşlerin birbirlerini kabulleri

konusunun desteklenmesinin, evlilikte duygusal yakınlık ve evlilik doyumu kavramları üzerinde doğrudan etkili olduğunu göstermektedir. Hatta birbirini kabul eden çiftler, çeşitli yaşam krizlerini veya boşanmayı çok daha kolay ve sağlıklı bir şekilde atlatabilmektedirler (Coutta, 2001).

Sorunlu çiftler genellikle birbirleriyle ilişkilerinde birbirlerine sıkıntı verici, incitici ve suçlayıcı bir tarz içerisindedirler. Bu nokta da danışman çiftlerin “affediciliklerini” destekleyici bir tavır içerisine girer. Genellikle çiftler, öncelikle birbirlerini affetme konusunda direnç gösterirler. Bu sebeple öncelikle itiraflar üzerinde çalışmak ve itiraflar neticesinde çiftlerin birbirlerini incitici tavırlarının bir listesini yapmalarını sağlamak faydalı olmaktadır. Bir sonraki basamaktaysa, listedeki maddeler üzerinde tanımlamalar yapmak ve sorular sormak suretiyle çalışmalar yapılmaktadır. (Worthington, 1990).

### **2.2.3. Evlilikte Şiddet:**

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre, eşiyle anlaşmazlık yaşaması durumunda eşlerinin genellikle sesini yükselttiğini belirten kadınların oranı %31.3, sesini bazen yükselttiğini belirtenlerin oranı %34.9, çok nadir sesini yükseltir diyenlerin oranı %9.6, bu tepkiyi hiçbir zaman vermediğini belirtenlerin oranı %24.2’dir. Katılımcıların %92.2’si eşlerinin hiçbir zaman fiziksel şiddet veya zor kullanmadığını belirtirken, %3.6’sı çok nadir, %3.2’si bazen, %0.9’uda genellikle şiddete maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir. Evli erkekler, son bir yıl içinde eşleriyle anlaşmazlık yaşama durumunda eşlerinin genellikle %39.5 sessiz kaldığını, %14 oranında eşlerinin seslerini yükselttiğini, %9.9 oranında kendilerine küstüğünü belirtmişleridir. Eşlerinin bazen kendilerine küstüğünü belirtenlerin oranı ise %27’dir. %45.7’si hiçbir zaman karılarının kendilerine seslerini yükseltmediğini belirtirken, %0.3’ü karılarının kendilerine fiziksel şiddet kullandığını belirtmişleridir.

Evlilikte şiddetin varlığı üzerine yoğunlaşan araştırmalar şiddetin var olduğu evliliklerde, çiftler arasında ne gibi karşılıklı etkileşim paternleri sergilendiği üzerinde durmaktadır. Ayrıca şiddetin var olmadığı evliliklerdeki karşılıklı etkileşim paternleriyle arasındaki farklılıkları ortaya koyma çabası da dikkat çekmektedir (Bradbury, Fincham, 2000).



Bu araştırmalardan bir tanesi, Byrne ve Arias (1997) tarafından gerçekleştirilen, evlilik doyumu ve evlilikte şiddet arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmadır. Araştırma, ilişki içerisinde negatif davranışlar sergileyen eşin, negatif davranışlarını bir nedene bağlayarak hafifletme eğiliminin ve davranışlarının sorumluluğunu ne derece taşıdığının, evlilik doyumu ve evlilikte şiddet arasındaki ilişki açısından incelenmesi üzerine yapılanmış bir araştırmadır. Ortalama  buçuk senedir evli 66 çift üzerinde çalışılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, artan evlilik doyumsuzluğu, evlilikte yaşanan şiddet olaylarının sıklığı ile anlamlı bir şekilde ilişkilidir. Evlilik doyumu ve fiziksel saldırganlık sergilenmesi arasındaki ilişki sadece kadınlar açısından anlamlı bulunmuştur. Hareketin eş tarafından bir sebebe bağlanması, kadınlar açısından hafifletici bir etken değildir. Öte yandan, kadınlar eşlerinin negatif davranışlarına, kendi olumsuz hareketlerinin sebep olduğuna inandıkları zaman, ilişki doyumları daha yüksek olabilmektedir. Hareketleri eşleri tarafından kusurlu olarak algılanan kadınlar, eşleri tarafından fiziksel agresyona daha fazla maruz kalmaktadırlar. Fiziksel şiddet kullanılması evlilik doyumsuzluğu üzerinde doğrudan bir etkidir.

Depresyon ve boşanmaların en önemli sebepleri arasında, evlilikte şiddet davranışı gösterilmektedir (Lippitt, 2005). şiddet eğilimindeki eşler, kendi negatif davranışlarını mazur görme eğilimindedirler. Eşlerine karşı negatif davranışlar sergileyen kocalar ise, bu hareketlerini bir nedene bağlama davranışı göstermektedirler. (Byrne , Arias, 1997). Ayrıca evlilikte şiddet konusunda gerçekleştirilen araştırmaların vardığı bir diğer önemli nokta da alkol kullanımının eşler arasında fiziksel şiddeti arttırdığı gerçeğidir (Bradbury, Fincham, 2000).

### **2.3. Türkiye’de Aile Ve Evlilik Yapısı:**

Türkiye doğu ve batı kültürlerinin keşişme noktasında yer alan bir ülke olma özelliğini taşımaktadır. Günümüzde Türk ailesi, hem batı görünümlü biçimiyle, hem de geleneksel kalıplar içindeki görünümüyle, tam bir geçiş ailesi olma özelliği göstermektedir (Aydın, 2000).

Türk ailesi tarihi gelişimi içinde, nceki Türk toplumlarıyla günümüz Türk toplumu arasında bazı değişimlere uğramakla birlikte, hala toplumumuzun en önemli ve en küçük

toplumsal birimi olma özelliğini korumaktadır (Ekşi, 2005). Endüstriyel ve teknolojik gelişmelerinde etkisiyle hızla değişmekte, tüm değişim ve gelişimlerin sosyolojik yansımaları aile ve evlilikleri etkilemektedir.

Ülkemizde aile, ailenin değişen yapısı, Türk aile yapısına ait fonksiyonlar, özellikler v.b. konularının sıklıkla araştırıldığı görülmektedir. Ancak aile konusundaki araştırmaların çeşitliliğine rağmen, evlilik ilişkilerinin aynı yoğunlukta ele alındığı söylenemez. Türkiye’de evliliklerle ilgili araştırmalar, yabancı literatürde rastlandığı kadar çeşitli ve çok sayıda değildir (Aydoğan, 1992 ; Topaç, 1995 ; Duyan, 2000 ; Gül, 2004).

Ülkemizde görülen genel aile tiplerini Yavuzer’e göre (2001) aşağıda yer aldığı gibidir;

*Çekirdek Aile:* Karı koca ve evlenmemiş çocuklardan oluşan ev halkı.

*Ataerkil Geniş Aile:* Aile başkanı ve karısıyla, evli oğulları, gelinleri yada evli oğul ve diğer bekar çocukların veya tek bir evli oğul, gelin ve torunların birlikte oturmaları.

*Geçici Geniş Aile:* Aile başkanının kendi ana babası (yada bunlardan biri), bekar kardeşleri, karısının bu tür yakınları yada her ikisinin diğer akrabalarının bulunması. Bu tür akrabalarından birkaçı bir arada bulunabileceği gibi, yalnız biri de olabilir.

*Parçalanmış Aile:* Ölüm, boşanma, ayrı yaşama gibi nedenlerle, karı yada kocanın birinin yada her ikisinin bulunmadığı aile. Dul anne ve evlenmemiş çocukların yada büyükanne ve evlenmemiş torunlarının birlikte oturması.

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre Türk aile yapısının %80.7’si çekirdek aile, %13’ü geniş aile ve %6’sı tek kişilik hane halkından oluşmaktadır.

Türkiye’de evlilikler resmi nikah yoluyla gerçekleşmekte ve kabul görmektedir. Dinsel kuralların biçim kazandırdığı köylerimizde evlenmenin tek ve ön koşulu olan dini nikahın, zaman içerisinde yeni değerlerin kabul edilmesi, kentleşme eğilimleri, kitle iletişim araçlarının etkileri, yasal zorunluluklarla birlikte, dinsel nikahın yanı sıra resmi nikahında kıyılma istekleri artış göstermiştir (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002). Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre

Türkiye’de bireylerin yapmış oldukları evliliklerin %85.9’unda hem resmi hem de dini nikah kıyılmış, %9.7’sinde sadece resmi nikah kıyılmış, %3.7’sinde ise sadece dini nikah kıyılmıştır. %0.6 oranında ise nikahsız yaşama söz konusudur.

Monogami evliliğinin söz konusu olduğu ülkemizde, evliliklerin Medeni Kanun’a uygun olarak yapılması gerekmektedir. Medeni Kanun’a göre akdedilen evlilikler toplumun örf normuna da uygun sayılmakta ve toplum tarafından kabul görmektedir. Ancak Medeni nikahla evlenen çiftlerin, dini nikahla da evliliklerini örfi normlarla pekiştirmeleri sıkça görülen bir uygulamadır (Gökçe, 1978).

Türkiye’de evliliğin anlamına ülkemizde gerçekleştirilen araştırmaları baz alarak göz attığımızda, evlilik genel olarak, karşı cinsten biriyle beraber sosyal yönden kabul edilebilir şekilde yaşamı paylaşmak ve çocuk sahibi olabilmek amacıyla gerçekleştirilen bir anlaşma olarak görülmektedir (Gül, 2004). Bu tanımlama bağlamında Türk toplumunun %63’ü evliliğin en önemli sebebinin çocuk sahibi olmak olduğunu belirtmektedir (D.P.T., 1989).

Türk kültüründe eş seçiminden başlayarak evlilik ilişkisini ve şekillerini düzenleyen yazılı veya sözlü olarak kuşaktan kuşağa aktarılan gelenek ve kurallar vardır. Türk kültüründe evlenme eğilimi oldukça yaygındır. Erkeğin iş güç sahibi olması ve askerliğini yapmış olması evlenmek için hazır olmanın ön şartları arasında görülmektedir. Öte yandan evlenecek çocuklar arasında sıra söz konusu olmaktadır. Önce büyükler sonra küçüklerin evlenmesine izin verme eğilimi olmakla birlikte, ağabey dururken kız kardeşin evlenmesine izin verilebilmektedir (Aydoğan, 1992).

Türk Medeni Kanunu’nun 185. maddesi gereği, evlenmeyle eşler arasında evlilik birliği kurulmuş olur. Eşler bu birliğin mutluluğunu el birliğiyle sağlamak ve çocukların bakımına, eğitim ve gözetimine beraberce özen göstermekle yükümlüdürler. Eşler birlikte yaşamak, birbirine sadık kalmak ve yardımcı olmak zorundadırlar. 186. maddeye göre ise, eşler oturacakları konutu birlikte seçerler ve birliği beraberce yönetirler. 187. maddeye göre, kadın evlenmekle kocasının soyadını alır, ancak evlendirme memuruna veya daha sonra nüfus idaresine yapacağı yazılı başvuruyla kocasının soyadı önünde, önceki soyadını da kullanabilir. Madde 188’e göre, eşlerden her biri ortak yaşamın devamı süresince, ailenin sürekli ihtiyaçları için evlilik birliğini temsil eder. Madde 192’ye göre, eşlerden her biri meslek veya iş seçiminde diğersinin iznini almak zorunda değildir. Ancak meslek ve iş seçiminde ve

bunların yürütülmesinde evlilik birliğinin huzur ve yararı göz önünde tutulur. Madde 195'e göre ise, evlilik birliğinden doğan yükümlülüklerin yerine getirilmemesi veya evlilik birliğine ilişkin önemli bir konuda uyuşmazlığa düşülmesi halinde, eşler ayrı ayrı veya birlikte hakimin müdahalesini isteyebilirler. Hakim eşleri, yükümlülükleri doğrultusunda uyarır, onları uzlaştırmaya çalışır ve eşlerin ortak rızası ile uzman kişilerin yardımını isteyebilir. Madde 197'ye göre, eşlerden biri ortak hayat sebebiyle kişiliği, ekonomik güvenliği veya ailenin huzuru ciddi biçimde tehlikeye düştüğü sürece, ayrı yaşama hakkına sahiptir. Birlikte yaşamaya ara verilmesi haklı bir sebebe dayanıyorsa hakim, eşlerden birinin istemi üzerine birinin diğerine yapacağı parasal katkıya, konut ve ev eşyasından yararlanmaya ve eşlerin mallarının yönetimine ilişkin önlemleri alır. Eşlerden biri, haklı bir sebep olmaksızın diğerinin birlikte yaşamaktan kaçınması veya ortak hayatın başka bir sebeple olanaksız hâle gelmesi üzerine de, yukarıdaki istemlerde bulunabilir. Eşlerin ergin olmayan çocukları varsa hâkim, ana ve baba ile çocuklar arasındaki ilişkileri düzenleyen hükümlere göre gereken önlemleri alır (Türk Medeni Kanunu, [www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html](http://www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html)).

Demografik göstergelerden biri olan kaba evlenme oranlarının son on yıllık trendi incelendiğinde, 1997 yılına kadar dalgalanmalarla birlikte değişmeyen bir yapı, bu yıldan sonra ise bir azalma eğilimi göstermektedir. 2000 yılı verilerine göre Türkiye'de kaba evlenme oranı binde 6.84'dür. (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005)

**Tablo 2.3.1. Türkiye'de Kaba Evlenme Oranları**

<b>Kaba Evlenme Oranı, 1998-2000 Yılı</b>	<b>Yıl Ortası Tahmini Nüfus</b>	<b>Evlenme Sayısı</b>	<b>Evlenme Oranı(%)</b>
1998	65 157	485 035	7,44
1999	66 293	475 613	7,17
2000	67 420	461 417	6,84
2001		453 213	6,61
2002		447 820	6,43

Kaynak: Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005)

Yedi coğrafi bölge bazında kaba evlenme oranlarına bakıldığında, Karadeniz Bölgesi'nin binde 7.62 ile en yüksek, Doğu Anadolu Bölgesi'nin ise binde 5.62 ile en düşük evlenme oranına sahip olduğu görülmektedir. Bu oran Ege Bölgesi'nde 7.18, İç Anadolu Bölgesi'nde 6.99, Marmara Bölgesi'nde 6.91, Akdeniz Bölgesi'nde 6.80, Güneydoğu

Anadolu Bölgesi'nde ise 6.14 olarak gözlenmektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Türkiye'de evli bireylerin %95.7'si bir defa, %4'ü iki defa, %0.3'ü üç yada daha fazla sayıda evlilik yapmıştır (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2006).

Türkiye'de evlenme yaşına baktığımızda, 22.11.2001 tarihli yeni Türk Medeni Kanunu'nun 124. maddesine göre kanuni evlenme yaşı, kadın erkek farkı gözetmeksizin 17 olarak belirlenmiştir. Kırsal kesimdeki kadınların evlenme yaşlarında bir artış olduğu gözlenmektedir (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002). Yaş gurubuna göre evlenme yüzdesi incelendiğinde, kadınların yaklaşık yüzde 90'ının erkeklerin ise yaklaşık yüzde 80'inin 30 yaşından önce evlendiği gözlenmektedir. Evlenmelerin büyük bir kısmının gerçekleştiği bu yaşlarda, kadınların 20-24, erkeklerin ise 25-29 yaş grubunda daha fazla yoğunlaştığı görülmektedir. Diğer taraftan 20 yaşına kadar evlenenlerin oranına bakıldığında erkeklerin yüzde 4'ü kadınların ise yüzde 26'sının bu yaşa kadar evlendiği dikkati çekmektedir. Bu da kadınların erkeklere nazaran daha erken yaşta evlendiklerini göstermektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005). Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre Türkiye'de evlilik yapan kadınların %58.7'si, erkeklerin ise %58.2'si ilk evliliğini 18-24 yaşları arasında yapmaktadır. Ülkemizde gerçekleştirilen bir araştırmaya göre ise ülkemizde kadınların ilk evlenme yaşı ortalama olarak 18-22, erkeklerde ise 23-28 olarak tespit edilmiştir. Aynı araştırmanın dikkati çeken bir başka noktası, ülkemizde 18 yaşın altında evlenen kadınların oranının %26 olarak tespit edilmiş olmasıdır. Buna karşılık 18 yaşın altında evlenen erkeklerin oranı %1.6'dır (Duyan, 2000).

Yaş grubu ve eğitim durumuna göre ilk defa evlenenlerin yüzdesine bakıldığında ise, 20 yaşından küçük evlenmelerde ilkökul mezunu olan kadın ve erkeklerin daha fazla paya sahip olduğu gözlenmektedir. 20-24 yaş grubunda ise ortaokul ve lise mezunlarının evliliklerinde bir azalma, ilkökul mezunlarında bir artma görülmektedir. 23-34 yaş grubundaki erkeklerin yüzde 15.78'i, kadınların yüzde 17.30'u yüksekokul ve fakülte mezunu olup, diğer yaş gruplarıyla karşılaştırıldığında bu pay en yüksek seviyededir. 35 yaşından büyük ilk defa evlenen kadınlar içinde okuma yazma bilmeyen ve okuma yazma bilip bir okuldan mezun olamayanların payı diğer yaş gruplarına göre önemli bir artış göstermektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Medeni durumu evli olan nüfus, tüm yerleşim yerlerinde en fazla paya sahiptir. İl merkezlerinde evli olan nüfusun oranı yüzde 60, ilçe merkezlerinde yüzde 59 ve köylerde yüzde 62'dir. Türkiye genelinde evli olan kadınların oranınının 35 yaşına kadar erkeklerden daha yüksek olduğu, bu yaştan itibaren ise evli erkeklerin oranınının daha yüksek olduğu görülmektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Yerleşim yerlerine göre, cinsiyet arasında en önemli farklılık hiç evlenmemiş nüfusta görülmektedir. Hiç evlenmemiş kadınların oranı, il merkezlerinde yüzde 30, ilçe merkezlerinde yüzde 31, köylerde ise yüzde 29'dur. Erkeklerde bu oran il merkezlerinde yüzde 40, ilçe merkezlerinde yüzde 41 ve köylerde yüzde 36'dır (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Eşi ölmüş kadın nüfusun oranı, eşi ölmüş erkek nüfusun oranından tüm yerleşim yerlerinde daha yüksektir. Türkiye genelinde eşi ölmüş kadınların oranı %8, erkeklerin oranı ise % 1'dir. Boşanmış nüfusun oranı tüm yerleşim yerlerinde oldukça düşüktür (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Türkiye'de doğurgan çağdaki kadın başına düşen ortalama çocuk sayısı 1945-1960 döneminde sürekli olarak artarken, 1960 yılından sonra sürekli bir azalma göstermektedir. 1960 yılında doğurgan çağdaki her 1000 kadına 698 çocuk düşerken, 2000 yılında her 1000 kadına 362 çocuk düşmektedir. Kadın başına düşen çocuk sayısı son 40 yıl içinde yaklaşık %48 oranında azalma göstermiştir. 1970 yılında "45-49" yaşındaki kadınlar ortalama 5.2 çocuk dünyaya getirmiş iken, 2000 yılında aynı yaş grubundaki kadınlar ortalama 3.9 çocuk dünyaya getirmişlerdir. Nüfusun doğurganlık düzeyi incelendiğinde, köylerde bulunan "15-49" yaş grubundaki kadınların, il merkezleri ve ilçe merkezlerinde bulunan aynı yaş grubundaki kadınlardan daha fazla çocuk doğurduğu görülmektedir. Bu durum, köylerde bulunan özellikle "20-29" yaş grubundaki kadınların, il merkezlerindeki ve ilçe merkezlerindeki aynı yaş grubundaki kadınlara göre daha yüksek doğurganlık düzeyine sahip olmasından kaynaklanmaktadır. İl merkezlerinde "15-49" yaş grubundaki bir kadın 2.2 çocuk doğururken, ilçe merkezlerinde aynı yaş grubundaki bir kadın 2.6 çocuk, köylerde ise 3 çocuk doğurmaktadır. Türkiye genelinde toplam doğurganlık hızı 2.5'tir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Ülkemizdeki yıllık boşanma oranının binde 1'den daha az olması nedeni ile, boşanma oranlarının uluslararası karşılaştırılması yapıldığında, ülkemizdeki boşanma oranlarının, diğer

ülkelerdeki boşanma oranlarından oldukça düşük olduğu görülmektedir. Bunun en önemli nedeni; Türkiye’de dini ve ailevi bağların sağlamlılığı ve geleneklere bağlılığın yanında, kırsal kesimde dini nikahla meydana gelen evliliklerdeki ayrılıkların istatistiklere yansımamasıdır. Yaş grubu ve cinsiyete göre boşanma yüzdesi incelendiğinde, boşanma olaylarının yaklaşık yüzde 58’inin 25-39 yaş grubu erkeklerde ve 20-34 yaş grubu kadınlarda meydana geldiği görülmektedir. Boşanan kadınların, erkeklere göre daha genç yaş yapısına sahip olmasının, kadınların erkeklere nazaran daha erken yaşta evlenmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Eşlerin yaşlarına göre boşanma yüzdesi incelendiğinde, boşanmaların %75.49’unda erkeğin yaşının kadının yaşından daha büyük olduğu görülmektedir. Ancak, %17.06 kadar boşanma olayında kadının daha yaşlı olduğu, %7.45 kadar boşanma olayında ise kadın ve erkeğin aynı yaşlarda olduğu görülmektedir. Çocuk sayısına göre boşanma yüzdesi incelendiğinde, boşanmaların %43.85’inin çocuksuz ailelerde görülmesi, çocuk varlığının boşanmayı önleyen bir unsur olduğunu göstermektedir. Evlilik süresine göre boşanma yüzdesi incelendiğinde, Türkiye’de boşanmaların %44.89’unun evliliğin ilk 5 yılı içinde meydana geldiği görülmektedir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005).

Boşanma, hukuki olarak evliliğin sona erdirilmesidir. Türk toplumu, dünyanın köklü ve sağlam aile geleneklerine sahip toplumlarından birisidir. Boşanma sebepleri arasında, "şiddetli geçimsizlik", "terk", "zina", "sosyoekonomik yetersizlik", "cana kast", "kötü muamele", "akıl hastalığı", "şan, şöhret" gibi unsurlar yer almaktadır. Türkiye’de boşanmalar, erkeklerde 25-39, kadınlarda ise, 20-34 yaşları arasında yoğunluk göstermektedir. Meydana gelen boşanmaların %44.8’i, evliliğin ilk beş yılında gerçekleşmiştir. Bu sebeple ilk beş yıl, evlilikte kritik yıllar olarak nitelendirilebilir. Boşanmaların yaklaşık yarısına yakınının çocuksuz ailelere ait olduğu düşünülürse, çocuk varlığı, aileyi muhafaza eden önemli bir unsur görünümündedir. Çocuğun sevgi ve şefkat ihtiyacını karşılayan ailenin muhafaza edilmesi, korunması ve geliştirilmesi bu sebeple önemli görülmektedir (Yıldırım,2004). Ancak tüm bu açıklamaların yanı sıra, ataerkil yapının hızla terk edildiği ve geleneksel geniş aileden çekirdek aileye, dolayısıyla eşitlikçi aile yapısına hızla geçiş yapıldığı Türkiye’de boşanma oranları da artarak değişmektedir (Kağıtçıbaşı, 1990).

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2005 yılı verilerine dayalı olarak, nedenlere göre boşanma yüzdesinin son on yıllık trendi incelendiğinde, Türkiye’de boşanmaların en önemli nedeninin geçimsizlik olduğu görülmektedir. Boşanma nedeni olarak

ikinci ve üçüncü sırada terk ve zina gelmekte olup her iki nedende de dalgalanmalarla birlikte azda olsa bir düşüş olduğu görülmektedir. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre ise erkeğin karısını aldatmasını kesin boşanma sebebi olarak gören erkeklerin yüzdesi %57.6 iken, kadınlarda bu oran %60.6'dır. erkeğin karısına kötü muamelede bulunması, alkolik yada kumarbaz olması kadınların %71.2'si, erkeklerin ise %70.4'ü tarafından boşanma nedeni olarak görülmektedir. Kadınların %12.7'si, erkeklerin ise %13'ü kadının çocuğunun olmamasını boşanma nedeni olarak değerlendirirken, erkeğin çocuğunun olmamasını boşanma nedeni olarak görenlerin oranı erkeklerde %7.2, kadınlarda ise %8.7'dir.

Bu bölümde ülkemizin kendi geleneksel yapısına özgü evlenme şekillerinin ortaya konulmasında da fayda görülmektedir. Ülkemizde yaygın olan evlenme şekillerinden birisi *görücü usulüyle evlenmedir* (Duyan, 2000 ; İmamoğlu, 1991). DPT'nin 1987 Türk Aile Yapısı Araştırmasına göre Türkiye genelinde eş seçiminde kişinin kendisi ve eşi ile birlikte karar verenlerin oranı %43.23'tür. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre ise kadınların yapmış oldukları evliliklerin %36.2'sinde evlilik görücü usulüyle ve ailesinin kararıyla, erkeklerin yapmış olduğu evliliklerin %35.2'sinde evlilik bireyin kendi seçimi ve ailesinin onayıyla gerçekleşmiştir. Görücü usulüyle evlilikler ailelerin çocukları adına eş seçmeleriyle olmaktadır. Özellikle kırsal kesimde oğullarını evlendirmek isteyen aileler, yakınlarıyla birlikte *kız aramaya* çıkarlar. Bu adete *kız arama*, *görücülük*, *görücüye çıkma* gibi isimler verilir (Aydoğan, 1992). Ülkemizde görücü usulüyle evlenmelerin yaygın olmasına karşılık boşanma oranlarının düşüklüğü ilgi çekicidir. Boşanmaların azlığı, ailelerin mutlu bir yaşam sürdürmeleriyle mi yoksa, içinde buldukları ve karşı karşıya kaldıkları durum ve engelleri aşamamalarından mı kaynaklanmaktadır? Genelde Türk ailelerinin genel karakteri olan, *kol kırılır yen içinde kalır* felsefesi, anlaşmazlıkların dışarıya aksettirilmesini engelleyici bir rol oynamaktadır (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002). İmamoğlu'nun (1991) araştırmasında görücü usulüyle evlenen çiftlerle anlaşarak evlenen çiftler arasında yaptığı kıyaslamaya göre, anlaşarak evlenen çiftler evliliklerini daha olumlu değerlendirmekte, evliliklerinde dostluğun, paylaşmanın, iletişim, sevgi, saygı ve takdir duygularının daha fazla olduğunu ifade etmektedirler.

Türkiye'de yaygın olarak rastlanan evlenme şekillerinden bir tanesi de *akraba evlilikleridir*. Akraba evliliği Türkiye'de geleneksel alt yapı ile uzun zamandan beri süreklilik



gösteren bir olgudur. Akraba evliliğinden kast edilen, kardeş çocuklarının ve kardeş torunlarının evliliğidir. Akraba evlilikleri Türkiye genelinde (Ankara hariç) baba soyundan genişlemektedir. Bu ailelerin çocuklarında, herhangi bir nedenden kaynaklanan sakatlık ve hastalık oranı %7'dir. Bu yüksek sakatlık oranına rağmen akraba evlilikleri halen ülkemizde tercih gören bir evlenme şekli olma özelliğini sürdürmektedir. Devlet Planlama Teşkilatı 1987 yılı verilerine göre akraba evliliği ile evlenenlerin oranı %17'dir. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre ise Türkiye genelinde 18 yaş ve üstü evli bireyler içinde akraba evliliği yapanların oranı %20.9'dur. Güney Anadolu Bölgesi'ndeki evli bireylerin %40.4'ünün akraba evliliği yaptığı görülmektedir. Bu oran İstanbul'da 15.3 iken, en düşük oranın %4.8 ile Batı Marmara Bölgesi olduğu görülmektedir.

Türkiye'de akraba evliliği yapan bir grup denek üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcı kadınlara ve erkeklere, *akraba evliliği yapmaktan dolayı mutlu olup olmadıkları* sorulmuştur. Araştırmaya katılan kadınların %80'i akraba evliliği yapmaktan memnun olduklarını belirtmiş, gerekçeler arasında da %72'si, eşlerini sevdiklerini ve iyi anlaştıklarını, %28'i ise eşlerinin tanıdık olmasından memnuniyet duyduklarını, yabancı biriyle evlenmektense, tanıdıkla evlenmeyi tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Akraba evliliği yapmaktan dolayı memnun olan erkeklerin oranı ise %83'tür. Erkeklerin gerekçeleri arasında ise, %87'si eşlerini seviyor olmalarını, %13'ü ise adetleri devam ettirmenin önemli olduğunu belirtmişlerdir. Eğitim ve yaşam düzeyi yükseldikçe, akraba evliliklerinin de sıklığında azalmalar görülmektedir (Ayan, Beder-Şen, Ünal, Yurtkuran, 2001 ).

Türk Kültürü'nde yer alan yaygın evlenme şekillerinden biri olan *kız kaçırma* yoluyla evlenmelere de değinmekte fayda görülmektedir. Kız kaçırma, Türk kültüründe en eski evlenme geleneklerinden birisidir. Özellikle eski Türklerde evlenme, kız kaçırma ve yağma biçiminde olmaktaydı. Kaçırma geleneğinde kahramanlıkla aşkı birleştiren bir yapı görülmektedir. Bu iki öge Türk kültüründe çok yaygındır. Kız kaçırma geleneksel olarak Türk kültüründe yaygın bir evlenme şekli olarak yer aldığı gibi, yurdun çeşitli yörelerinde bu konuda farklı farklı uygulamalara rastlanabilmektedir. Türkiye'deki başlık parası geleneğinden ötürü, ekonomik krizlerde artış gösteren kız kaçırma olayı, adli makamları çok uğraştıran bir suç olmasına rağmen, genelde evlenme vaadiyle yapıldığından aileler arasında fazla bir sorun yaratmamaktadır. En önemlisi, kişilerin evlenmesinde bireysel seçime yol açması işlevi nedeniyle de etkinliğini sürdüren bir gelenektir. İlginç olan bir diğer husus ise, bu geleneğin yurt dışında yaşayan Türkler arasında da yaygın olmasıdır (Tezcan, 2003).

Bu gün kız kaçırma, kırsal kesim ailesinde yaygın gelenekler arsındadır. Ayrıca kent yaşamının gecekondulu ve varoş kesimlerinde de sıkça rastlanmaktadır. Kız kaçırma evlenme yada yuva kurma amacıyla meydana gelen toplumsal bir olaydır. Evlenme çağında bulunan bir kız ve erkeğin iki taraflı olarak, aile yada ailelerine danışmadan yuva kurması demektir. Kırsal kesimin kalkındırılması, eğitimin yaygınlaştırılması, kentleşme ve sanayileşme hareketleri, kız kaçırma olaylarının azaltılmasındaki en önemli faktörler olarak görülmektedir (Tezcan, 2003).

Dünyanın bir çok ülkesinde görülen evlenme ile ilgili en yaygın kültürlerden birisi olan *başlık parası* ülkemizde de oldukça sık rastlanan bir kültür kalıbıdır. Ülkemizin çeşitli bölgelerinde görülmekte, özellikle Doğu Anadolu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerimizde sıklıkla rastlanmaktadır. Başlık parası, evleneceği erkeğin yada akrabalarının, kız babası yada akrabalarına yaptığı, toplumlara göre değişen hukuksal ve toplumsal uygulamaları içeren, armağan niteliğinde bir ödemedir. Yapılan araştırmalar başlık parası geleneğinin ülkemizde halen devam etmekte olduğunu göstermektedir (Ayan, Beder-Şen, Ünal, Yurtkuran, 2001). Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre Türkiye genelinde evlenirken başlık parası verilme oranı %16.8'dir. kırsal kesimde bu oran %23.5'e kadar çıkmakta, kentsel yerlerde ise %13 olarak tespit edilmektedir. 65 ve daha yukarı yaştaki bireylerde evlilik için başlık parası verenlerin oranı %28.7 iken, 25-34 yaş grubunda bu oran %7.9'a, 18-24 yaş grubunda %10.2'ye düşmektedir.

Ülkemizin çeşitli bölgelerinde rastlanan bazı yerel evlenme şekillerine değinmekte de fayda görülmektedir. Bunlardan bir tanesi, *levirat* denilen evlilik şeklidir. Levirat; dul kadının ölmüş olan kocasının erkek kardeşiyle evlenmesi/evlendirilmesidir. Bir erkek öldüğünde geride eşi ve çocukları kalıyorsa, bunlara daha iyi bakacak ve aile bütünlüğünü de bozmayacak bir evlilik yaptırılma amacına yönelik olarak yapılan bu evlilikler genelde evliliği yapanlardan çok ailenin kararıyla gerçekleşmektedir. Ülkemizde rastlanabilen bir diğer evlenme şekli ise *sororat* olarak literatürde yer alan evlenme şeklidir. Sororat tipi evlilikte, karısı ölen erkeğin, ergen olan baldızı ile evlenmesi kastedilmektedir. Sororat, çocuklara en iyi anneliği yapacak kişinin, çocukların teyzesi olabileceği düşüncesinden hareketle yapılır ve burada da amaç, kız alıp veren ailelerin arasında kurulmuş olan akrabalık ilişkisinin devamını sağlamaya yöneliktir. Burada evliliğin bireysel işlevlerinden çok toplumsal işlevleri birinci düzeyde bir hedef olduğundan, bu evliliklerde ailenin kararı daha ön plandadır. Levirat ve sororat tipi evliliklere ülkemizin Diyarbakır, Mardin, Şanlıurfa gibi

illerinde rastlanmaktadır. Ancak konuyla ilgili çok sayıda araştırmaya rastlanmamaktadır (Bağlı, Sever, 2005).

Rol dağılımı açısından Türk aile ve evlilik yapısına göz attığımızda, Türkiye’de erkek egemen toplum yapısının sürdüğü, bu olgunun kırsal kesimde daha da yaygın olarak kabul gördüğü söylenebilir. Her ne kadar Medeni Kanun’da eşitlik vurgulansa da, evlilik bağıyla oluşan ailelerde erkeğin aile reisi olması adeta bir zorunluluk ve beklenti olarak görülmektedir. Kırsal kesim genelinde, elde edilen gelirin kullanımı, çocukların sorumluluk ve alışkanlıklarının belirlenmesi ve çevre ile ilişkilerde alınacak kararlar, genelde aile reisi olarak erkeğin denetimindedir ve erkek ailede mutlak otorite olarak kendini göstermektedir (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002).

Türkiye’de kırsal kesimde yaşayan kadın, gerek geleneksel yapısı, gerekse de uğraşı biçiminin farklılığı nedeniyle, şehirde yaşayan Türk kadınından ayrı olarak ele alınıp incelenmek zorundadır. Ülkemizde kentli kadınların aksine kırsal kesimdeki kadınların büyük çoğunluğu aktif nüfus içerisinde, yani çalışan ve üreten insanlar arasında yer almaktadır. Türkiye’de kırsal alandaki kadın için üretim ve ev işleri bir arada yürümektedir. Tarımda gezici ve geçici olarak çalışan kadın işçilerin, gerek sayıları yönünden gerekse de ekonomik yaşama sağladıkları katkılarına koşut bir biçimde önemsendikleri söylenemez. Üretim kadının, geleneksel ev kadını rolüne ek olarak taşıdığı, kadınlık görevine özgü bir rol olarak algılanmaktadır. Üretime katkıda bulunması evlilikteki geleneksel bakış açısını değiştirmemekte ve eşitlikçi bir statü sunmamaktadır. Tarımdaki kadınlar, üretim faaliyetlerinin büyük bir bölümünü, küçük aile işletmelerinde ücretsiz aile işgücü olarak yerine getirmektedir. Aile işgücü özelliğine uygun olarak kadın, çalışmalarını karşılığında işgücüne ya doğrudan katılır veya ücretli olarak başka işletmelerde çalıştığı zaman, çalışmasının karşılığını alır ve bunu genelde ailenin reisi olan erkeğe verir. Kadının bu çerçevede yaptığı işlerin büyük bölümü, kadının geleneksel rol ve görevleri gereğince yerine getirilmesi zorunlu görülen faaliyetler olarak değerlendirilmektedir. Tarımla uğraşan ailelerde yapılacak işler konusunda erkek ve kadın açısından geleneklere dayalı bir işbölümü vardır. Kadının hangi işleri yapacağı ve ne zaman yapacağı genellikle belirlenmiştir (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002).

Türkiye’de kadınlar, toplum ve aile yaşamının her alanında, üretimde, eğitimde, sağlıkta, gıda ve beslenme alanında, erkeklere göre daha fazla sorumluluk yüklenmektedirler. Kırsal kesimdeki kadının aile içindeki rolüne göz attığımızda, günlük rutinleri arasında,

temizlik, çocuk bakımı, ekmek yapma, yakacak temini, gıda ve beslenme gibi ev işleri yanında, bitkisel ve hayvansal üretim, el sanatları etkinlikleri, tarım dışı işler ve gelir getirici faaliyetlerde bulunma (pazarda satmak için mal üretimi, tarım dışı ücretli işçilik, pazarlama faaliyetlerine katılım v.b.) bulunmaktadır. Kadının yaptığı ev dışı iş, kırsal yapılanma modelinde ev işlerinin bir uzantısı olarak görülmekte ve çoğunlukla ekonomik faaliyet sınıfına alınmamaktadır. Türkiye’de kadınların özellikle köy yaşamında erkeğe oranla daha fazla çalışması, içinde doğup büyüdüğü sosyal değerler açısından doğal sayılmaktadır (Kazgan, 1982).

Türkiye’de geçerli gelenek ve görenekler gereği, 1970’li yıllara kadar, kırsal kesimde evlenme sonrası yeni çiftin oturacağı ev baba eviydi. İş ve çalışma koşullarıyla değişen dünya görüşü bu geleneği zorlamakta, evlilikle birlikte yeni çiftin yeni bir ev açarak kendi evlerinde oturma eğilimini arttırmaktadır. Bu gün yeni evli çiftlerin baba evinde oturma oranı %20 ve hatta %10’lara kadar inmiştir. Aile kurulması aşamasında ve eş seçiminde baba ve anneye yüklenen görücü usulüyle kızın seçimi rolünde de, yavaş yavaş bir değişim söz konusu olmuştur. Kız istemelerde karar, anne-babalardan çok kendilerine bırakılmaya başlanmıştır (Yıldırak, Gülçubuk, Gün, Olhan, Kılıç, 2002).

Kağıtçıbaşı’nın (1979) Türkiye’de her iki cinsiyete ilişkin beklentiler ve değerler konusunda yaptığı araştırmalara göre, ülkemizde kadınlar evliliği, erkelerden daha önemli görmekte ve işlerinden çok ailelerine öncelik vermektedirler.

Ülkemizdeki evliliklerin işlevleri, yapısı, çiftlerin ilişki biçimleri ve problemlerine yönelik daha fazla sayıda araştırmanın yapılmasının, ayrıca kent yaşamındaki çiftlerle kırsal kesimdeki evli çiftler açısından gerekli karşılaştırmaların yapılmasının, kültürümüze özgü evlilik ilişkisini geliştirme programları ve grup çalışmaları oluşturabilmek açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

#### **2.4. Evlilik Doyumu Ve Evlilik Doyumunu Belirleyen Faktörler:**

İlişkiyle ve evliliği geliştirmeye ilgilenen araştırmacıların, programcıların ve evlilik danışmanlarının en çok ilgi duydukları konuların başında evlilik doyumu gelmektedir. Evlilik

doyumunu oldukça geniş ve üzerinde çok tartışılan bir konudur (Lippitt, 2005 ; Kirby, 2005 ; Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Evlilik doyumuyla ilgilenen araştırmacılar arasında evlilik doyumunun ortak bir tanımının bulunmadığı görülmektedir.

Evlilik doyumunu, evlilikteki karşılıklı etkileşimin algılanan kalitesine bağı olarak, kişiler arasında karşılıklı etkileşim faktörlerine dayalı, sübjektif bir deneyimdir (Robert, 2005).

Evlilik doyumunu kişinin çift ilişkisine dayalı olarak duyduğu tatmin ve mutluluk duygusunun derecesidir (Nicholas, 2005).

Evlilik doyumunu bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1986).

Evlilik doyumunu kişinin evliliği hakkındaki duyguları, evliliğine yönelik bakış açısı ve algısıdır. Kişinin evlilik doyumunun ve evlilik kalitesinin yüksek olması evliliğinin güçlü olduğu anlamına gelmektedir (Kirby, 2005).

Synder (1997)'e göre evlilik doyumunu, kişilerin evliliklerinden duydukları memnuniyetsizlik, ilişkideki stresin varlığı, çiftin arasındaki iletişim, birlikte zaman geçirme, maddi konularda anlaşmazlık ve rol oryantasyonu ile alakalıdır.

Pek çok evli çiftin evlilikten beklentisi olan evlilik doyumunu, geniş çaplı, sübjektif, durumsal ve nispeten sabit olarak, kişinin kendisinin veya eşinin evliliği hakkında ne hissettiğidir. Bireyin evlilik doyumunu hakkında bilgi edinmenin en iyi yolu, evlilik doyumunu çeşitli boyutlarıyla değerlendiren, bireysel olarak cevaplanabilen, yapılandırılmış ölçekler kullanmaktır (Fincham, Bradbury, 1987).

Farklı ekollerden gelen çeşitli bilim adamlarının evlilik doyumunu konusunda gerçekleştirdiği çalışmalar, özellikle 1990'dan itibaren dikkatleri çekmeyi başlamıştır. Son yıllarda evlilik doyumunu kavramının temel bileşenlerini ortaya koymak amacıyla pek çok araştırma gerçekleştirildiği görülmektedir. Evlilik doyumuna gösterilen bu önem, evlilik doyumunu kavramının, hem bireysel ruh sağlığı hem de aile ruh sağlığı açısından oldukça önemli bir faktör olmasının anlaşılmasıyla, artmaya devam etmektedir. Üstelik evlilik

doyumunu yüksek, mutlu birlikteliklerin oluşturduğu sağlıklı ailelerin artması, toplumsal açıdan da sağlıklı bir toplumun varlığına işaret etmektedir (Bradbury, Fincham, 2000 ; Chapin, Chapin, Sattler, 2001). Evlilik doyumunun yüksek olması ve eşlerin birbirlerine bağlılıkları, uzun süreli beraberlikler için bir gösterge olarak kabul edilmektedir (DeMoss, 2004).

Evlilik doyumunu ortalamaları çan eğrisi özelliği göstermekte, zaman içerisinde azalma eğilimine sahip olmakla beraber ilerleyen yıllarda tekrar artan bir yapı sergilemektedir. İlerlemiş yaşlarda, doyumunu içeren pek çok boyutta bir artış söz konusudur. (Robert, 2005 ; Orbuch, 1996).

Evliliğin ilk altı yılı içerisinde evlilik doyumunu büyük ölçüde azalmaktadır. Hatta ilk yıl ile ikinci yıl arasında oldukça büyük değişiklikler meydana gelmektedir. Araştırma sonuçları, evlilik problemlerinin özellikle ilk üç yıl içerisinde ortaya çıktığını ve daha sonraki yıllarda yaşanan problemlerin bu ilk üç yıl üzerine inşa edildiğini göstermektedir. Bu sebeple çiftin ilk yıllardaki yaşantılarının, ilişkilerinin geleceği ve gelecekteki doyumları açısından oldukça önemli ve kritik olduğu söylenebilir. Evliliğin ilk yıllarında nasıl bir gelişim meydana gelmekte ve iletişim nasıl bir değişime uğramaktadır? Çiftin ilk günlerde birbirlerine duydukları yakın ilgi ve konuşma isteğini kaybetmeleri, problemlerin çözümü konusunda fikir ayrılıklarının ortaya çıkması, çatışmaların gittikçe daha incitici ve çözümsüz bir hale dönüşmesi, ilişkiyi içinden çıkılmaz bir görünüme sokmaktadır (Noller, Feeney, 2002).

Evliliğin ilk yılından itibaren evlilik doyumunu gibi ilişki fonksiyonu üzerinde etkili olan paternlerde ne gibi bir değişimin meydana geldiğini ortaya koymakta fayda görülmektedir. Her şeyden önce ilişkinin niceliğinde ve niteliğinde meydana gelen değişimler, evlilik doyumunu azaltmakta ve ilişki fonksiyonunu zedelemektedir. Yapılan araştırmalar hem kadınlar hem de erkekler açısından evliliğin ilk yıllarındaki iletişim ve ilişki doyumunun bir arada, ilişkinin geleceği üzerinde etkili faktörler olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmalarda çiftlerin kendi evliliklerini değerlendirirken, demografik ve kişisel değişkenlerden ziyade, eşleriyle aralarındaki günlük etkileşimi göz önünde bulundurdıkları görülmektedir. Ayrıca evlilik öncesi çiftin arasındaki iletişimin kalitesi de evlilik doyumunu üzerinde doğrudan etkili faktörler arasında yer almaktadır. Mutlu çiftler genellikle tartışma konularını daha açık, tanımlayıcı ve doyurucu bulduklarını belirtmektedirler. Evlilik problemleri olan çiftler ilişkilerinde çok daha fazla çatışma yaşamaktadır. Halihazırdaki ilişki doyumunun yaşanan çatışmaların sıklığıyla da ilgili olduğu görülmektedir. Çiftin arasında yaşanan fikir ayrılıklarının yarattığı gerilim ilişkinin diğer boyutlarına da taşınmaktadır.

Evlilikteki çatışmalar ve ilişki doyumsuzluğu üzerinde en önemli belirleyici faktörlerden birisi, evlilik öncesinde yaşanan çatışmaların sıklığıdır. Eşlerden birinin tartışmaya meyilliyken diğerinin çatışmayla başa çıkma tarzı olarak sürekli tartışmadan kaçınan bir tavır sergilemesi, çiftlerin karşılıklı olarak sevgilerini dışa vurmayan bir tavırlarının olması gibi faktörlerde evlilik doyumunu azaltan etkenler arasında yer almaktadır (Noller, Feeney, 2002).

Evlilikte sevgi paylaşımının azalmaya başladığı orta safhalarda çiftler, evlilik doyumsuzluklarını gidermek üzere teşebbüslerde bulunmakta, fakat anlamlı bir değişiklik gerçekleştirmeleri mümkün olamamaktadır. Bu basamakta sağaltımın amacı, karşılıklı pozitif duygu alışverişini arttırmak, negatif ve incitici duygu alışverişini azaltmak olmalıdır. Eğer bu safhada davranış değişikliği ortaya çıkmazsa birey, ilişkinin geleceği ve tamir olabileceği hakkındaki umutlarını yitirmektedir (Kertsen, 1990).

Rosen-Grandon (1999) evlilik doyumunu üzerinde etkili olan üç ana etmen sıralamaktadır:

1. Yeterli miktarda karşılıklı sevgi,
2. Eşlerin yeterli derecede birbirlerine bağlılıkları,
3. Eşlerin ebeveyn olmak ve taşıdıkları inançlar konusunda tatminkar bir ilişki içerisinde olmaları.

Fitzpatrick ise (1988) evlilik doyumunu üzerinde etkili olan özellikleri ve mutlu çiftlerin karakteristik yapılarını aşağıdaki gibi sıralamaktadır:

1. Daha fazla pozitif sözsüz mesaj kullanmak.
2. Daha fazla fikir birliği içinde olmak ve karşısındakini onayladığını belli etmek.
3. Anlaşmazlıklar üzerinde daha fazla tartışma.
4. Çatışmaktan kaçınma.
5. Birbirlerine karşı destekleyici davranışlar sergileme.
6. Karşılıklı uzlaşma.
7. Kullanılan sözsüz mesajlarda tutarlılık.
8. Birbirine karşı daha az eleştirici olma.
9. Memnuniyet oranının memnuniyetsizlikten daha yüksek olması.

Sternberg (1988, Chapin, Chapin, Sattler, 2001'den aktarma) sağlıklı ve mükemmel aşkın teorisini öne sürmüştür. Bu konuda ortaya koyduğu üç temel bileşenin;

1. Sıkı dostluk,
2. Tutku,
3. Bağlılık,

olduğunu araştırmalarıyla ortaya koymaktadır. Sıkı dostluk ve tutku aynı zamanda evlilik doyumunu üzerinde son derece etkili birer faktör olarak yer almaktadır.

Yapılan araştırmalar, evliliklerinde doyuma ulaşmış başarılı çiftlerin birbirleriyle daha iyi arkadaş olabilen, boş zamanlarını beraberce paylaşabilen ve bu konuda birbirlerine zaman ayıran, tartışmalarında ılımlı, ortak fikir paylaşımları olan ve sıkı dostluk ve tutkunun önemini kendileri de vurgulayan çiftler olduklarını göstermektedir. Ayrıca araştırmalar, iletişim becerileri yüksek olan çiftlerin evlilik doyumlarının da yüksek olduğunu göstermektedir. İletişim problemlerinin yoğun olduğu durumlarda evlilik doyumsuzluğu da artmaktadır. Evlilik problemlerinin ortaya çıkmasında çatışma yönetim stilleri veya evlilikte problem çözme becerilerinin etkili olduğu bilinmekle beraber, nasıl bir etki yaratabildiği henüz tam olarak anlaşılmış değildir. Bununla beraber, evlilik doyumuyla çatışma çözme stilleri arasındaki bağlantıyı araştıran pek çok çalışma yürütölmektedir. Ayrıca evlilik doyumsuzluğuna yol ačan özel evlilik faktörlerinin neler olduğu da araştırma konuları arasında yer almaktadır. Evlilik problemleri üzerinde etkili faktörler araştırıldığı kadar, ileride doğabilecek evlilik problemlerini önceden tahmin etmeye yarayacak faktörlerin neler olabileceğini keşfetmekte araştırmacıların ilgi alanları içerisinde yer almaktadır. Sonuçta evlilik doyumsuzluğu çok çeşitli sebeplere bağlı ve karmaşık bir olgudur (Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

1980'lerden itibaren evlilik doyumunu üzerinde gerçekteştirilen araştırmalara göz atıldığında, genelde evlilik doyumunu azaltan veya arttıran faktörleri ortaya koymaya yönelik çabalar üzerinde yoğunlaşıldığı görölmektedir. Evlilik doyumunu üzerinde etkili olan bilişsel faktörler, eşlerin uyumsuz davranışları ve bu davranışların sebepleri, evliliğin kötüye gitme süreci, çiftin problem çözme becerisindeki eksiklikler, kişilik faktörleri, özsaygı, depresyon gibi faktörler, eşe karşı sergilenen fiziksel şiddet, sağlıklı evlilik fonksiyonlarının neler olduğu, eşlerin duygusal olarak kendilerini ifade edişleri, sağlıklı bir aşk-sevgi modeli, evlilik doyumunda iletişim becerilerinin etkisi, evlilik doyumunda çatışmanın rolü, zaman içerisinde evlilik fonksiyonlarında meydana gelen değişimler, en çok incelenen konular arasında yer almaktadır. Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik olarak tasarlanan modeller, grup çalışmaları, evlilik doyumunu arttırma ve evlilik ilişkisini geliştirme programları, bu araştırmaların



sonuçlarına bağlı olarak geliştirilmektedir (Bradbury, Fincham, 2000 ; Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Bradbury, Fincham ve Beach (2000) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise evlilik doyumunun doğası ve evlilik doyumunu belirleyen etmenler üzerine bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Evlilik doyumu konusundaki araştırmalar 1990'lerden itibaren hız kazanmaya başlamıştır. Evlilik doyumu konusundaki son on yıllık araştırmaları inceleyen Bradbury, Fincham ve Beach (2000) araştırma sonuçlarının özellikle üç ana başlığı vurguladığını ortaya koymaktadır. Bunlar;

1. Evlilik üzerinde etkili olan kişiler arası süreçler; bilişsel süreçler, karşılıklı etkileşim, fizyoloji, davranış paternleri, sosyal destek ve şiddet davranışının varlığıdır,
2. Evlilik üzerinde etkili olan faktörleri, mikro faktörler (çocukların varlığı, yaşam krizleri, yaşam döngüsündeki geçişler v.b.) ve makro faktörler (ekonomik faktörler, eşten duyulan memnuniyet v.b.) olarak ikiye ayırmak mümkündür,
3. Evlilik doyumunun kapsam ve ölçümünü iki boyutta toplamak mümkündür. Sosyal-bilişsel yaklaşım ve yörünge (*trajectory*) temelli yaklaşımlar. Araştırmacılar evlilikte önleyici ve klinik ortamlarla ilgili araştırmaların artırılması konusuna dikkat çekmektedirler.

Bireysel faktörler ve ilişkinin gelişen yapısı evlilik doyumu üzerinde etken faktörler arasında yer almaktadır. Bireysel faktörler arasında ise, evlilik fonksiyonlarını etkileyen kişisel nitelikler, tutumlar ve bağlanma stilleri yer almaktadır. Bireysel nitelikler üzerinde en fazla, kişinin evlenmeden önceki kişisel gelişim hikayesi etkili olmaktadır. Bu nitelikler eşlerin evlilik ilişkilerindeki karşılıklı etkileşim süreçlerine taşınmakta ve birbirlerinden sağlayacakları doyum üzerinde etkili olmaktadır. İlişkinin gelişen yapısı ise, ilişkinin zaman içerisinde aşamalı olarak uğradığı değişim sürecini yansıtmaktadır. Çiftin birbirine olan yakınlık seviyesindeki değişimler, aralarındaki psikolojik mesafedeki değişimler veya hayatın ani değişimlerine uyum sağlamaya çalışırken yaşanan gelişmelerin ilişkinin gidişatını etkilemesi, ilişkideki gelişim süreçleri arasında sayılabilir. Tüm bu faktörler ise evlilik kalitesi ve evlilik doyumu üzerinde doğrudan etki yaratan faktörlerdir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan bir diğer özellikte kişiler arası karşılıklı etkileşim paternleridir. Bu faktörleri açıklamaya çalışan çeşitli araştırmalar, çiftlerin tartışma ve

problem çözüme esnasında birbirlerine karşı sergiledikleri davranışların neler olduğu üzerinde durmaktadır. Mutlu çiftlerin sergiledikleri davranışların mutsuz çiftlerle karşılaştırılması sonucunda elde edilen bulgulara göre, evlilik doyumları düşük olan çiftler birbirlerine karşı çok daha negatif tavırlar sergilemekte, eşlerden birinin sergilediği negatif bir davranışa diğeri aynı şekilde karşılık verme eğilimi göstermektedir. Çiftlerin uyumsuz davranış kalıpları, yaşadıkları problemlerin çözümü esnasında sergiledikleri negatif tavırları arttırmakta, bu da evlilik doyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Bradbury, Fincham, 2000).

Araştırma bulguları, depresyona müsait bireylerin evlilik doyumlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu bireylerin düşük problem çözme becerileri, ilişkilerini negatif algılama eğilimleri, eleştirilere karşı aşırı hassas olmaları ve sosyal destek algılarındaki eksiklikler, ilişkilerini de olumsuz yönde etkilemekte ve evlilik doyumlarını düşürmektedir. Ayrıca depresyonlu bireylerin kendiliklerinden ilişkide sorun yaratma eğiliminde oldukları da görülmektedir. Ancak yapılan araştırmalar, evlilik terapisinin, özellikle depresyonlarının ilişkilerindeki doyumsuzlukla alakalı olduğunu düşünen bireyler açısından oldukça faydalı sonuçlar verebildiğini, hatta evlilik doyumunun artmasıyla birlikte kişni depresyonunu da azalttığını ortaya koymaktadır. Eşlerden bir tanesinin problemlili olduğu durumlarda kullanılabilecek çeşitli teknikler mevcut bulunmaktadır. Örneğin kişinin eşinin kendisine olan bağlılığına dair algısını geliştirmek veya yakınlık duygusunu arttırmak bu yollar arasındadır (Wenzel, Harvey, 2001).

Evlilik doyumu karmaşık bir süreç olmakla beraber, teorik ve empirik araştırmalar çiftin arasındaki karşılıklı etkileşim paternlerinin merkez rol oynadığını kanıtlamaktadır. Araştırmaların yoğunlaştığı inceleme alanlarından bir tanesi de eşlerin evlilik doyumları ve evlilik kaliteleri üzerinde etkili olan negatif ve pozitif davranışlarının ortaya konulmasıdır. Evlilik doyumunu doğrudan etkileyen pozitif davranışlar arasında karşılıklı kabul, eşin hareketlerini onaylama ve fikir uzlaşımı sayılabilir. Evlik doyumunu düşüren en bariz negatif tavırlar arasında ise, suçlama, eleştiri ve baskı yer almaktadır. Eşin üzerinde baskı kurma gibi negatif içerikli davranışlar, evlilik doyumunu düşürmekle birlikte, çiftin öfkesini ifade edebilmesi gibi bir davranışın uzun süreli evlilikleri destekler bir nitelik taşıdığı görülmektedir (Feeney, 2002)

Pek çok araştırmacıya göre evli çiftlerin yaşadıkları problemlerle başa çıkma konusundaki yetersizlikleri, evlilik doyumsuzluğunu yaratan en önemli etkidir. Hem kadınlar hem de erkekler açısından en fazla sorun yaşanan problem alanlarının ise para,

iletişim, cinsellik ve akrabalar olduğu konusunda ortak bir fikir birliği görülmektedir. Aile gelişim dönemleri içerisinde yaşanan değişimler, problemlerin en çok ortaya çıktığı dönemler olarak görülmektedir (Storaasli ; Markman, 1990).

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörlerden bir tanesi de ilişkiye dair geliştirilen kognisyonlardır. İlişkiye dair geliştirilen algısal süreçler ve ilişki hakkındaki fonksiyonel olmayan inanışlar, ilişkinin doğası ve ilişki standartları üzerinde etkilidir. Bireylerin sahip oldukları kişisel şemalar, romantik ilişkilerindeki kognisyonları üzerinde de etkili olmaktadır. Genelde doyum düzeyleri düşük olan çiftler, eşlerinin negatif davranışlarına karşı daha hassas davranmaktadırlar ve bu davranışları doğrudan özümleyerek hafızada tutma eğilimindedirler. Yapılan araştırmalar negatif partner şemalarının, düşük evlilik doyumuyla ilişkisini ortaya koymaktadır. Bu tip bireyler eşlerine yönelik negatif hatıralara ve yaşantılara karşı daha duyarlı davranmakta, pozitif yaşantıları ise unutmakta veya reddetmektedirler. Eşlerinin daha pozitif özelliklerini dikkate alarak tanımlayan bireylerin evlilik doyumlarının da daha yüksek olduğu görülmektedir (Whisman, Delinsky, 2002).

Evlilik doyumunu etkileyen özelliklerden bir diğeri de eşlerin geçmişleridir. Eşlerin geçmiş yaşamlarıyla evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen Bradbury, Fincham ve Beach (2000), kişilerin ebeveynlerinin boşanmış olması, kendi ebeveynlerinin iletişim stilleri, eşin önceden depresyonlu veya patoloji sahibi olması ve bağlanma stillerinin, evlilik doyumu üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedirler. Ayrıca çiftlerin gelir durumları, işleri, evlenme yaşları ve cinsiyetleri de evlilik doyumu üzerinde etkili olan demografik değişkenler arasında yer almaktadır.

Kişinin evlilik doyumunu geliştirebilmek için temelde, iletişim, problem çözme, çiftlerin birbirlerine verdikleri destek ve davranış değişikliği üzerinde çalışmak gerekmektedir (Robert, 2005). Worthington'a göre (1990) evlilik doyumu, çiftler arasındaki yakınlığı artırıcı çalışmalarla, aralarındaki iletişimi geliştirerek, çatışma yönetim becerilerini kazandırarak ve geçmişteki ve şimdiki incinmeler için birbirlerini affetmek konusunda verilecek bir destekle arttırılabilmektedir.

Evlilik doyumuyla ilgili araştırma konularının yoğunlaştığı bir diğer alan ise, yaşlı çiftlerin evlilik doyumlarıdır. Evliliğin ilk yıllarında yüksek olan evlilik doyumu, çocukların bakımı, iş hayatı gibi faktörlere bağlı olarak zaman içinde azalma göstermekte, ancak yaşamın ileriki yıllarında ve yaşlılıkta tekrar artışa geçmektedir. Yaşlı insanların evlilik problemlerinin

ve çatışmalarının varlığına işaret eden araştırmalara rağmen, yaşlılık evlilik doyumunun geçmiş yıllara göre arttığı, evlilik stresinin daha az yaşandığı yıllar olarak gösterilmektedir. Çocukların evden ayrılmasından sonra yaşanan *boş yuva sendromunu* atlatan çift, yeni hayatlarını yeniden organize etme çabası içerisine girmektedir. Ayrıca bu dönemin dikkat çekici bir diğer özelliği ise, çiftin hayatlarında ilk kez gün be gün bir arada olmaya başlamalarıdır. Böylesi sürekli bir beraberliğin doğurduğu bazı problemlerin yaşanması muhtemeldir. Bu noktada çiftin birlikte problem çözme becerilerinin gelişmiş olup olmaması oldukça önemlidir. Ayrıca, biyolojik fonksiyonlara bağlı olarak cinsel fonksiyonlarda azalmalar meydana gelmektedir. Çiftten çifte değişen derecelerde azalma devam etmekte, nihayetinde çift cinsel ilişkiyi tamamen terk etmektedir. Yapılan araştırmalar yaşlılıkta cinsel ilişkiyi terk etme davranışının biyolojik faktörlerden etkilendiği kadar, toplumsal faktörlerden de etkilendiğini, yani yaşlı bireyin cinselliği terk etmesini, kendisinden beklenen bir davranış olarak algıladığını göstermektedir. Ayrıca bu yaş grubu üzerinde yapılan araştırmalar, yaşlı çiftlerin evlilik doyumlarıyla sağlık sorunları arasında da anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Trudel, Turgeon, Piché, 2000 ; Condie, S.J. 1989).

Yapılan araştırmalar sağlam ve doyum seviyesi yüksek bir evlilik birlikteliğinin, bireyin hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını desteklediğini ortaya koymaktadır. Karşılıklı olarak yüksek evlilik doyumuna sahip çiftlerin sahip oldukları yüksek doyumun kendilerine pek çok fayda sağladığı görülmektedir. Evlilik doyumları yüksek çiftlerin stres seviyeleri düşük, yaşam mutlulukları yüksek ve olumsuz yaşam koşullarına karşı dayanıklılıkları daha fazladır. Stresli evlilik yaşantısı içerisinde doyum seviyesi düşük olan eşlerin, zihinsel ve fiziksel sağlıkları risk altında bulunmakta, hatta aynı riski çocukları dahi taşımaktadır (Kirby, 2005). Evlilik doyumunun kişilerin fiziksel sağlıkları üzerindeki etkilerini ortaya koymaya yönelik olarak gerçekleştirilen araştırma sonuçları, kişilerin evlilik etkileşimlerinin, kan basıncı değişimleri üzerinde doğrudan etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Çiftlerin birbirlerinin konuşmalarını dinledikleri esnada kan basınçlarında, kalp atım hızlarında ve deri reaksiyonlarında değişiklikler meydana gelmektedir. Evlilik doyumu yüksek olan bireylerin fiziksel sağlıkları, doyum seviyeleri düşük olan çiftlere göre daha yüksektir. Yeni evli çiftler üzerinde yapılan araştırmalar, birbirlerine karşı düşmanca tavırlarının artmaya başlamasıyla birlikte, hipofiz ve adrenal hormonlarında da artış olduğunu göstermektedir (Bradbury, Fincham, 2000).

Sonuç olarak pek çok araştırmacı tarafından ortaya konan evlilik doyumunu etkileyen belli başlı etmenleri aşağıdaki ana başlıklar altında gruplayabiliriz (Synder, 1997 ; Rosen-Grandon, 1999 ; Chapin, Chapin, Sattler, 2001 ; Storaasli ; Markman, 1990 ; Feeney, 2002 ; Bradbury, Fincham, 2000 ; Fitzpatrick, 1988):

1. Evlilikte sevgi , aşk, ve duygusal bağı,
2. Problem çözücü iletişim tarzının derecesi,
3. Evlilikte çatışma çözüme becerilerinin varlığı,
4. Evlilikte şiddet,
5. Birlikte zaman geçirme,
6. Maddi konulardan kaynaklanan anlaşmazlıklar,
7. Cinsel doyumsuzluk,
8. Evlilikte cinsiyet rollerinin ve rol beklentilerinin karşılanması,
9. Çiftlerin kendi aile orijinlerinden şimdiki ilişkilerine taşıdıkları unsurlar,
10. Çocuklardan kaynaklanan ve evliliğıe yansıyan problemler.

Evlilik doyumunu etkileyen tüm bu faktörler, aşağıda ayrıntılı bir şekilde ele alınmıştır.

#### **2.4.1. Evlilik Doyumu, Sevgi ve Aşk:**

Eşler arasında algılanan sevginin miktarı ve bu sevginin eşe yansıtılması, evlilik doyumunu üzerindeki etkili faktörlerden bir tanesidir.

Evlilik ilişkisi içerisinde sevgi, hareketler veya kullanılan sözcüklerle eşe yansıtılmaktadır. İlişkinin başlangıcında çiftler birbirlerine olan sevgilerini sıklıkla dile getirmekte ve çeşitli yollarla birbirlerine göstermektedirler. Bu şüphesiz ilişkiyi cazip kılan noktalardan bir tanesidir. Karşılıklı sevgiye ve bu sevginin karşılıklı gösterimine dayalı bir iletişim, evlilik ilişkisinin başarılı bir şekilde devamı ve geliştirilebilmesi için en gerekli ana noktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Evlilikte sevginin azalması, evliliğin sona ermesinde baş rolü oynayan bir faktör olarak görülmemektedir. Bununla beraber, ayrılık ve boşanma düşünceleri, aralarındaki sevgi bağı azalmış eşler arasında daha çok görülmektedir. Sevgi azalması deneyimi, genellikle karşılıklı olarak her iki çiftte değil, tipik olarak bir tanesinde ortaya çıkmakta veya eşlerden birinde diğerine oranla daha yoğun olarak yaşanmaktadır. Eşlerin birbirlerine duydukları sevginin azalması, genellikle evliliğin içinin boşalmasıyla sonuçlanmaktadır (Kernsten, 1990).

Sevgideki azalmanın derecesinin saptanması, evlilik terapisinde merkez rol oynar. Sevgisizliğin boyutu hakkındaki bilgi, evlilik terapistine, çalışacağı çiftin motivasyonu ile ilgili bilgi sağlar. Bu da duygusal bağları yeniden inşa edecek olan terapist için önemli bir faktördür. Sevgi yitiminin birbirini takip eden bir örüntü içinde ilerliyor oluşu, terapi açısından kullanılabilir bir nitelik taşımaktadır. Pek çok araştırmamanın ortak görüşüne göre, ilişkiyi bitirme kararı, genellikle çiftlerden birinin yaşadığı doyumsuzluk, problem çözme, tartışma ve çatışma çözme becerilerinin eksikliğine bağlı olarak alınan bir karar olmaktadır (Kernsten, 1990).

Eşler arasındaki mutluluk, bireyin evliliği hakkındaki doyum hissidir. Kişinin hem evliliği hakkındaki genel duygularını (genel olarak mutlu olma, evliliğini üç yıl öncesi ile karşılaştırma ve aşkın gücü gibi) hem de ilişkisinin belli yönleri hakkındaki duygularını (anlaşma, aşk ve sevgi miktarı, eşyle ayı fikirde oldukları şeylerin miktarı ve cinsel ilişki gibi) içerir (Yılmaz, 2001).

Başarılı bir evlilik için öncelikle romantik aşk ilişkisi ve gönüllü bir eş seçimi temel kriterler olarak gözükmektedir (Robert, 2005). Yeni evli çiftlerde görülen romantik mutluluk, evlilik yaşantısının devamını sağlamaktadır. Pek çok çift uzun yıllar boyunca aşk ve sevginin devam edeceğini ummakta ve evlilik istikrarı açısından aşkın çok önemli bir element olduğunu düşünmektedir. Evliliğin bitirilmesi konusunda en önemli sebep, aşkın kaybedilmiş olması olarak gösterilmektedir (Albrecht, Bahr & Goodman, 1983 ; Bloom & Holges, 1981; Kelly, 1982). Ayrıca pek çok çift, romantizmin evlilik doyumları üzerinde etkili bir faktör olduğunu belirtmektedir. Romantik bir ilişki içerisindeki çiftlerin iletişim seviyelerinin daha iyi olduğu görülmektedir. Böyle bir ilişkinin en önemli göstergesi olarak, çiftler birbirlerine karşı sevecen davranmaktadırlar. Aşk genellikle flört zamanında ve evliliğin ilk başlarında kendiliğinden yer alan bir unsur olmakla birlikte, evlilik rutini içerisinde etkililiğini yitirmektedir. Oysa evlilik doyumu, uzun süreli romantik alışkanlıklarla doğrudan alakalıdır (Rosen-Grandon, 1999).

Araştırmalar mutlu çiftlerinde üzüntü, kavga, geçimsizlik yaşadığını, hatta ilişkilerinde kavga dövüŖe bile rastlandığını ortaya koymakta, üstelik bu çiftlerin problemlerini her zaman başarıyla çözümlenemediğini de doğrulamaktadır. Buna rağmen mutlu olabilen bu çiftleri mutsuz çiftlerden ayıran temel farklılık ise, bu çiftlerin aralarındaki duygusal bağılılığı uzun süre koruyabilmiş olmaları ve tartışmalardan sonra bu bağı tamir edip yenileyebilme becerileridir. Araştırmalar, ilişkilerinde daha doyumlu olan kadınların, duygusal dışavurumlarının da daha yumuşak olduğunu göstermektedir. Bu tip ifadesi olan kadınların kocalarının da, savunucu iletişime geçmek veya duymazdan gelmek yerine, eşlerinin şikayetlerini oturup dinleme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Tepkisiz kalmak veya sürekli eleştirmek gibi düşmanca ve olumsuz ilişki şekillerinin varlığı, ilişkiyi strese sokan temel faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır. Doyumlu bir beraberliğin ana teması, olumsuz duygularını kontrol altına alabilen, duygusal anlamda birbirine bağı ve duygusal olarak kendini güvende hisseden eşlerin varlığını gerektirmektedir. Eşlerin birbirlerine bağı olduğu güçlü duygusal birlikteliklerde, birey hem kendisini hem de eşini bilişsel olarak net bir şekilde algılayabilmektedir (Johnson, 2005).

Çiftler arasındaki *duygusal yakınlık (intimacy)* dinamik bir süreçtir. Duygusal yakınlık kavramını en iyi karşılayan değişkenlerden bir tanesi, eşler arasındaki sevgi iletişiminin niteliğidir. Çiftler duygu, düşünce ve davranışlarındaki farklılıkları keşfederek, bu farklılıkları kabul etme yoluyla, birbirlerine duygusal anlamda yakınlaşmaktadır. Duygusal yakınlığın var olduğu ilişkiler, iki insan arasındaki yakın deneyimlerin paylaşılması yoluyla gelişmekte ve bu deneyimlerin sürekliliği yoluyla kalıcı olabilmektedir. Eşin duygusal yakınlığının, ilgi ve desteğinin yetersizliği ve empatik iletişimde sorunların var olması, evlilik ilişkisi içerisinde var olması gereken sevgi kavramında bir eksiklik olarak algılanmaktadır (Synder, 1997 ; Coutta, 2001).

Kingsbury ve Minda (1988) çiftlerin evliliklerini bitirme veya devam kararı almalarında etkili olan en önemli göstergenin, beraberliklerindeki yakın ilişki, sevgi ve aşka bağı olduğunu belirtmektedir. Üstelik bu değişkenler, kendini ifade etme, çatışma çözümlenme, uygun davranışlar geliştirme gibi faktörlerden çok daha önemli gözükmektedir. Beraberliğin devamında *duygusal bağı* motive edici bir faktör olduğu da tespit edilmiştir.

Duygusal bağı evlilik ilişkisinde merkezi bir rol oynar. Bu bağı gelişmesi veya yok olması üzerinde etkili olan faktörlerin tespit edilmesi, bu açıdan önem taşımaktadır. Evlilikte sevginin azalması, büyük ölçüde duygusal bağı azalması, eşe duyulan ilginin azalması,

duygusal soğuma, eşe karşı ilgisizliğin ve aldırmaazlığın artması olarak yorumlanabilir. İlişkilerin başlangıcında eşlerin birbirlerine karşı bazı pozitif duygularını dışa vurdukları var sayılmaktadır. Evlilikte sevginin azalması olgusundan, nötr etkenlerin pozitif etkenlerle yer değiştiriyor olması kastedilmektedir. Bağımsızlık, karşılıklı bağıllık, maddi kazanç, güç, sosyal yükümlülük, kültürel beklentiler, diğere motive edici faktörler arasında yer almaktadır. Pek çok çift, ilişkilerinin başlangıcında romantizm, aşk, güven veya şefkat gibi pozitif duygular üzerinde tartıştıklarını ifade etmektedir. Ancak ilerleyen aşamalarda bu pozitif duygular nötrleşmektedir (Kernsten, 1990).

Çiftin arasında romantik bağlanmanın olup olmaması da ilişki kalitesi ve evlilik doyumunu arttıran veya azaltan etkenler arasında yer almaktadır. Romantik bağlanma temelde iki boyutun varlığından etkilenen bir süreçtir. Kişinin eşiyile arasında yakınlığın mı yoksa gerginliğin mi var olduğu konusu, romantik yaklaşmayı etkilemektedir. Üstelik yapılan araştırmalar, romantizm konusunda erkeklerin yakınlıktan, kadınların ise gerginlikten çok daha fazla etkilendiklerini ortaya koymaktadır. Erkeğin kendini eşine yeterince yakın hissetmemesi evlilik ilişkisinde, cinsiyet rolleri *mesafeli erkek* ve *yapışık (clingy) kadın* imajlarıyla belirlenmiş eş ilişkisini yaratmaktadır. Aralarında yeterince yakınlık geliştirmiş olan çiftler, birbirlerine karşı açık, birbirlerini daha fazla onaylayan, birbirlerine karşı daha fazla ilgili ve ilişki içerisinde daha fazla ortak uzlaşımları olan çiftlerdir. İlişkilerinde gerginlik seviyesi yüksek olan çiftler ise, birbirleriyle daha fazla çatışan, birbirlerinin üzerinde baskı ve egemenlik oluşturmaya çalışan çiftlerdir (Feeney, 2002).

Evlilik hayatı boyunca eşlerin birbirlerine yakınlık seviyesi değişmekte, gelişmekte, zaman içerisinde artmakta veya azalmaktadır. Evliliğin ilk yılları yakınlığın ve eşle kurulan kontakın daha yoğun olduğu, mutluluk duygusunun en yüksek seviyede yaşandığı, romantizmin yoğun olduğu, sözlü sevgi ifadelerinin sıklıkla yaşandığı yıllardır. Çocukların doğumu ise, çiftin birbirlerine duydukları yakınlık duygusunun yavaş yavaş düşüşe geçmesine sebep olmaktadır. Ebeveyn olma sorumluluklarının çiftlerin ilgi ve dikkatlerini birbirlerinden ziyade çocuklarına yöneltiyor olması, aralarındaki ilişkinin kalitesini etkilemekte ve dolayısıyla doyumunu düşürmektedir. Bununla birlikte, çocukların evden ayrılma ve eşlerin emekli olma yaşlarının yavaş yavaş geldiği evliliğin orta basamaklarında (ortalama 40-55 yaşları arası), eşler arasında yaklaşmanın yeniden artmaya başladığı görülmektedir. Bu yılları kapsayan araştırmalar, çiftlerin evlilik doyumlarının da yeniden yükselmeye başladığını göstermektedir. Genelde eşler arasında yakınlık duygusu yüzünden yaşanan tartışmalarda,



eşlerden bir tanesi yeterince yakın olamamaktan yakınırken, diğeri duygusal olarak mesafeli durmaktadır. Bu durumda *sürekli talep eden bir eşe karşılık sürekli geri çekilen diğeri eş ilişki biçimi (demand/withdrawal)* ortaya çıkmaktadır. Bir diğeri alternatifte, çiftin sürekli savunucu bir ilişki biçimi geliştirmesi olabilir. Üstelik araştırmalar bu tip ilişki biçimlerinde, cinsiyet rollerinin de oldukça belirleyici olduğunu göstermektedir. Genelde sürekli ilgi talep eden ve ilgiyi bulamadığı için yakınlık ve eleştiren kadına karşılık, duygusal olarak mesafeli ve geri çekilen erkek modellerine rastlanmaktadır. Çoğunlukla çiftlerin evlilik terapisine başvurma sebepleri duygusal yakınlıkla ilgili farklılıklarının yarattığı problemler neticesinde olmaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Duygusal yakınlığın var olduğu ilişkilerde eşlerin birbirlerinin temel ihtiyaçlarını karşılama konusunda hassasiyet gösterdikleri gözlenmektedir. İlişki içerisinde yer alan ve yakın duygusal ilişkiyi destekleyen basit temel ihtiyaçlar, şu şekilde özetlenebilir (Ferguson, Thurman, 1993):

1. Dikkat: Karşısındakinin düşüncelerini anlamak, onun ilgi alanlarına eğilmek ve desteklemek, karşısındakinin dünyasının içine girebilmek.
2. Kabul: Karşısındakinin pozitif mesajlarını fark etmeye ve kabul etmeye hazır olma, karşısındakinin olumlu mesajlarını görebilme.
3. Minnettarlık (Övgü): Eşine karşı duyduğu minnettarlığı (müteşekkiriği), kelimeler ve davranışlarla yansıtabilmek.
4. Destek: Herhangi bir problem veya güçlük karşısında yanında olabilmek, destek vermek.
5. Cesaretlendirme: Bir amaç doğrultusunda pozitif yönde destekleyici ve teşvik edici olabilmek.
6. Sevgi-Şefkat: Şefkatli bir iletişim ve fiziksel temas içeren bir yakınlık.
7. Onaylama: Takdirini yansıtmak, pozitif onay, destek vermek, olumlu düşünme ve konuşma.
8. Güvenlik (Huzur): İlişkide istikrarlı bir uyumluluk, zarar görmeyeceğini bilme.
9. Avutma (Empati): Kullanılan kelimeler, yansıtılan duygular ve dokunma yoluyla yanında olduğunu, anladığını hissettirebilmek ve müşfik bir şekilde avutabilmek.
10. Saygı: Karşısındakine değer vermek ve bu değeri ifade etmek.

Bu ihtiyaçlar ilişki içerisinde karŐılandığında ilişki doyumlu bir hal almaktadır. Eğer bu ihtiyaçlar karŐılanmazsa çift hayal kırıklığı yaşamakta ve duygusal yakınlık bastırılmaktadır.

Evlilik ilişkisi içerisinde bir diğer önemli konuda saygı konusudur. Her bireyin kendine ait saygı tanımının belirlenmesi, saygıya dair eşinden beklentilerinin tespit edilmesi ve çiftlerin birbirlerine nasıl saygı göstereceklerini öğrenmeleri gerekmektedir. Çiftlerin birbirlerine karşı gösterdikleri karşılıklı saygı, ilişkiyi çok daha doyumlu bir hale getirmektedir (Rosen-Grandon, 1999).

#### **2.4.2. Evlilik Doymu ve İletişim:**

Aile içi iletişim ile ilgili çalışmaların, II. Dünya SavaŐı yıllarına dek uzanan bir geçmişi bulunmaktadır. Son yıllarda fonksiyonel ve fonksiyonel olmayan yani sağlıklı ve sağlıksız ailenin tanımlanmasıyla beraber, aile iletişimiyle ilgili çalışmalar daha da hız kazanmış bulunmaktadır. Aile iletişim süreci ve fonksiyonlarını anlayabilmenin en iyi yolu, ailenin mevcut problemlerini ortaya çıkartmak ve bu problemlerin neden var olduğunu anlamaktır. Ayrıca, mutlu bir evliliğin ne anlama geldiğinin tanımlanması, sağlıklı ocuk yetiştirmeyle ilgili ebeveyn davranışları gibi konuların da aydınlatılması gerekmektedir (Segrin, 2004).

Çift arasındaki iletişim problemleri söz konusu olduğunda kastedilen, eşlerin birbirleriyle fikir paylaşımları, duygusal paylaşımları, karar verme davranışları ve problem zmlenme yöntemleridir. Tüm bu özellikler aslında, her türlü iletişimin can damarıdır (Noller, Feeney, 2002). EŞler arasındaki problemler, çabuk sinirlenme, kolayca incinme hissi, kıskançlık, kimseyle konuŐmama, evde çok bulunmama, savurganlık, iki yada psikoaktif ilaç kullanma gibi eşlerin kişisel özellikleri yada davranışlarının evlilikte problem yaratıp yaratmadığı ile ilgilidir (Yılmaz, 2001).

Yapılan araştırmalar, iletişim becerisi yüksek çiftlerin evlilik doymularının da yüksek olduğunu, iletişim problemleri yaşayan çiftlerin ise evlilik doymularının daha düşük olduğunu doğrulamaktadır. Hatta evlilik doymu üzerinde etkili olan en önemli faktör olarak, eşlerin arasındaki iletişim becerisi gösterilmektedir. Çiftlerin evlilik terapisine başvurma sebeplerinin başında ise yine iletişim problemleri gelmektedir (Westerop, 2002 ; Cornelius, 2004).

Genellikle ilişkinin başlangıcında çiftler birbirleriyle saatlerce konuştuklarından bahsederler. Ancak iletişim çoğu zaman, ilginç bir diyalogdan çok daha fazlasını gerektirir. İletişim her şeyden önce karşısındakinin düşüncelerini, fikirlerini, duygularını ve görüşlerini dinlemekle başlar. Evlilik ilişkisi içerisindeki iletişim, her şeyden önce karşısındakinin en yakın arkadaşı ve sırdaşı olmayı, kişinin kendisini eleştirilmekten korkmadan ifade edebilmesini gerektirir (Rosen-Grandon, 1999).

Pek çok araştırma, sorunlu çiftlerin birbirlerine karşı incitici ve zarar verici davrandıklarını, ancak karşı cinsten yabancı birine karşı gayet iyi bir iletişim kurabildiklerini göstermektedir. Sorunlu çiftler genellikle nasıl davranmaları gerektiğini bilen ancak eşlerine karşı yapıcı olmayan davranış kalıplarını kullanmayı alışkanlık haline getirmiş bireylerdir (Noller, 1984). Destekleyici evlilik ilişkilerinde çiftler problemlerine adeta bir *takım ruhu* ile yaklaşmaktadırlar. Birbirlerine karşı destekleyici bir tavır sergilemeyen çiftler, problemlerine eleştirel bir tarzda yaklaşmakta ve *sen ve ben birbirimize karşı* yaklaşımını benimsemektedirler. Oysa destekleyici bir ilişki geliştirebilmiş olan çiftler problemler karşısında *ikimiz beraberce tüm dünyaya karşı* şeklinde bir yaklaşım benimsemektedirler (Rosen-Grandon, 1999).

Evlilik doyumu ve iletişim arasındaki ilişkiyi belirleyen faktörlerden bir tanesi de çiftlerin bireysel olarak evliliklerini algılayışlarıyla ilişkilidir. Kişinin evliliğine dair pozitif veya negatif algısı, ilişkinin gidişatını da aynı yöne etkilemektedir (Westerop, 2002).

Doyumlu ve doyumsuz çiftleri birbirinden ayırmak üzere yapılan çalışmalarda, gözlenebilen davranışların ötesinde çok daha güçlü süreçler içerebilir. Çiftlerin birbirlerine karşı sergiledikleri sözsüz davranış özellikleri, diğer eş tarafından çok çeşitli şekillerde yorumlanabilmektedir. Yapılan yorumun niteliği ise, doğrudan ilişki doyumuna yansımaktadır. Eşlerin birbirlerine karşı sergiledikleri pozitif ve negatif davranışların nitelikleri, evlilik doyumu üzerinde doğrudan etkili olan faktörlerdir (Reis, Fitzpatrick, 2002).

Long ve Angera (1999, Kışlak, Çabukça, 2002'den aktarma) çiftlere verilen empati eğitimden altı ay kadar sonra eşini daha empatik olarak algılayan eşlerin ilişkilerinden aldıkları doyumunda arttığını belirlemişleridir. Etkili bir evlilik terapisi için empatinin önemi büyüktür. Eşlerin karşılıklı olarak empati kurmalarını sağlamaya çalışmak eş terapilerinin önemli bir basamağıdır. İlişkinin başarılı bir şekilde devam edebilmesi, karşısındakiyle

başarılı bir empati kurabilmekle alakalıdır. Başarılı bir empatinin varlığı, çiftlerin birbirlerine karşı duygu ve düşüncelerini tam olarak yansıtabilmeleri için gereklidir (Wenzel, Harvey, 2001).

Çiftlerin yaşadıkları iletişim problemleri ve evlilik doyumu üzerine gerçekleştirilen araştırmaların yoğunlaştığı konulardan bir diğeri de cinsiyet farklılıklarının çiftlerin iletişim problemlerine yansımalarıdır. Yapılan araştırmalar genellikle kadınların duygusal olarak daha talepkar olduklarını, erkeklerin ise kendilerini duygusal olarak daha fazla geri çektiklerini göstermektedir. Bu da çiftin arasında yaşanan iletişim güçlüklerini arttırmaktadır (Westerop, 2002).

#### **2.4.3. Evlilik Doyumu, Çatışma ve Problem Çözme Becerisi:**

Çatışma iki veya daha fazla kişi arasında birbirine zıt amaçlar, çözüm yetersizliği veya herhangi bir engellenmenin varlığı dolayısıyla yaşanan bir çeşit mücadele durumudur. Aile içi çatışmalarla ilgilenen araştırmacılar temelde, iletişimin ilişki boyutuna odaklanmaktadır. Genelde üzerinde durdukları noktalar, çatışma durumlarında ailenin birbirleriyle nasıl iletişimde buldukları, bunun aralarındaki ilişkiye nasıl yansıdığı, hangi konuda anlaşamadıkları, anlaşmazlık durumunda ne yaptıkları veya çatışmalarını nasıl bir yolla çözdükleridir. Aile içi çatışma, her türlü aile için mutlaka var olan, kaçınılmaz bir durumdur. En başarılı ve mutlu ailelerde bile zaman zaman çatışma konularının var olması beklenen bir durumdur (Segrin, 2004).

Eşler arasındaki anlaşmazlık, ilişkideki sözel ve fiziksel çatışmanın yoğunluğu ve miktarı olarak tanımlanmaktadır. Eşler arasındaki doyum ve eşler arasındaki çatışma kavramları birbirine zıt kavramlar olarak görülmesine rağmen, mutsuz evlilikler daima çatışma ile tanımlanamamaktadır. Çoğu evlilikte doyumlu olan çift, çatışma içinde olabilmektedir (Yılmaz, 2001).

Araştırmalar mutsuz çiftlerin evliliklerinin ilk yıllarında daha yoğun olarak çatışma yaşamakla beraber, evlilik çatışmalarını çözmek için oldukça gayretli ve istekli olduklarını, daha yapıcı ve olumlu bir ortam yaratmaya gayret ettiklerini, evliliklerinin üzerinden iki sene geçtikten sonra ise, ilk zamanlara göre çok daha yıkıcı davrandıklarını ortaya koymaktadır (Segrin, 2004).

Yaş faktörü göz önüne alınarak değerlendirildiğinde, genel olarak genç çiftler yaşlı çiftlere nazaran çok daha agresif olabilmektedirler. Bu durumda çatışma çözümleme konusunda genç çiftlerle yapılacak çalışmalar oldukça önem taşımaktadır. Çiftlerin çatışma durumlarına çeşitli tepkiler verdikleri görülmektedir. Eşlerin birbirlerini eleştirmeleri, hakimiyet kurma eğiliminde olmaları, tartışmadan kaçınmaları, sözel saldırganlık eğiliminde olmaları, genelde çatışmalarla başa çıkma yolları arasında yer alan eş davranışlarıdır. Bu tip başa çıkma tarzları, eşlerin evlilik doyumlarının azalma sebepleri arasında yer almaktadır. Zaman içerisinde çiftin arasındaki sözsüz mesajların içerikleri de değişmekte, pozitif mesajlar yerini daha negatif veya nötr olanlara bırakmaktadır. Bu durumda çiftlerin birbirlerine yönelik olumlu mesajlarını arttırmaya teşvik edilmeleri, evlilik doyumu açısından olumlu bir gidişat sağlayacaktır (Noller, Feeney, 2002).

Araştırmalar, kadınların erkeklerden daha fazla tartışma konusu açmaya eğilimli olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca kadınlar daha fazla tartışmayı talep eden (*demand*) erkeklerse tartışmadan kaçınan geri çekilen (*withdrawal*) bir yapı sergilemektedirler. Kadınlar erkeklerden daha fazla tartışma konusu ortaya atmakta ve değişim konusunda daha baskıcı bir tutum sergilemekte, erkekler ise çatışmaya daha karşı koyucu bir tavır sergilemektedirler (Segrin, 2004).

Ancak araştırmacıların üzerinde durduğu bir diğer noktada, çatışmaların zaman zaman aile ve evlilik ilişkisini geliştirebilen bir niteliği de olduğudur. Bazı yoğun çatışmalı evli çiftlerin evlilik uyumları daha yüksek çıkmaktadır. Çatışma ve tartışma aslında normal bir ilişkinin doğasında vardır ve bir anlamda problemlerin çözümü için gereklidir. Süregelen bir ilişki içerisinde çatışma, tartışma ve ardından çözüm bulma, ilişkinin doğasında yer alan rutinlerdir (Masuda, Duck, 2001 ; Segrin, 2004).

Çatışmaları konusunda konuşmak, genellikle her çiftin ilgi duyduğu bir konudur. Ancak, çiftlerin arasında çıkan tartışmalarda, çiftlerin genellikle tartışmanın asıl sebebinden uzaklaşma eğiliminde olduklarını unutmamak gerekmektedir. Çoğu zaman çiftlerden birinin temel konudan sapmasına karşılık, diğeri onu esas tartışma konusuna geri çekmeye çabalamaktadır. Genellikle bireylerin teslim olma duygusundan hoşlanmamaları, uzlaşmayı zorlaştırmaktadır. Bu durumda da evlilik ilişkisi içerisinde çatışmaların nasıl çözüldüğünün öğrenilmesine ihtiyaç duyulmaktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Gotmann (1994) evlilikte çatışma çözümü konusunda üç sağlıklı stil tanımlamaktadır:

1. Onaylama: Çiftlerin kendi ortak doyumlarını sağlama konusunda uzlaşmalarını sağlayarak aralarındaki farklılıkları ılımlı bir şekilde tartışabilmeleri.
2. Yaşandı-Bitti: Ateşli bir şekilde tartışmaya ve çözüm üretmeye alışık çiftler, aslında tartışma yoluyla birbirlerine bağlanmaktadır. Bu onlar için bir iletişim yolu olmaktadır.
3. Çatışmadan kaçınma: Bu durumda çiftler, aralarındaki farklılıklara karşı koyabilmeyi başarabilmektedirler. Aralarındaki farklılıkları minimize edebilmekte ve *anlaşmazlıkta anlaşabilmeyi* başarabilmektedirler.

Gotmann'a (1994) göre, tanımladığı bu stiller, kişilerin evlilik içerisindeki interaksiyon sürecine uyum sağlayabildiklerinin göstergesidir. Bu çatışma çözüm stillerinin evlilik içerisinde yer alması, mutlu bir evliliğin göstergesi olabilmektedir.

Son yıllarda gerçekleştirilen pek çok boylamsal çalışma, eşe karşı sergilenen düşmanca davranışların, evlilik doyumunu erezyona uğratmakta önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir (Roberts, 2000). Crabb (1982), öfkeye hakim olma konusunda çiftlere yol gösterici beş rehber önermektedir. Öncelikle öfkeye kapılmaya başladığında, “yavaş” olmayı tavsiye etmektedir. Kişinin o andaki öfkesinin farkında olmasının önemini vurgulamaktadır. Eşinin amacının ne olduğunu düşünmek, ve uygun amaçlar doğrultusunda sorumluluklar üstlenmek, diğer önemli faktörler arasındadır. Ayrıca olumlu amaçlara hizmet ettiği müddetçe, çiftlerin birbirlerine olumsuz duygularını açıklamaları gerektiğini belirtmektedir.

Evlilik ilişkilerindeki kritik noktalardan bir tanesi de *güç* kavramıdır. Güç kavramı, karar verme, aylık harcamalar, çatışma çözümleme gibi çeşitli yaklaşımları bünyesinde barındıran bir kavramdır. Bazı evliliklerde güç ilişkisi eşit bir zemin üzerine kurulu olabileceği gibi, bazı evliliklerde güç çatışmaları veya bir tarafın egemenliği söz konusu olabilmektedir. Evlilik ilişkisi içerisinde güç, çok çeşitli yollardan sergilenebilir. Ancak odak noktası, kimin gücü etkili şekilde elinde tuttuğu ve karar verenin kim olduğudur. Güç gösterimi bazen tartışmayı reddetmek veya manipülatif davranışlar sergilemek gibi dolaylı yollarla da olabilmektedir (Reis, Fitzpatrick, 2002).

Stuart, (1980), çiftlerin arasında çatışmaya sebep olan konularda karar verme sorumluluğunu üstlenmeyle ilgili algılarını ortaya koymak amacıyla bir “*güç grafiği (powergram)*” geliştirilmiştir. Bu teknik, çatışmaların temel konularının belirlenmesine ve

çiftlerin amaca yönelik farklılıklarının ortaya konulmasına yardımcı olur. En çok kullanılan diğer teknikler arasında, *rol oynama*, *doğrudan tartışma*, *canlandırma*, *rol değiştirme*, *model alma*, *videodan izleme* sayılabilir (Worthington, 1990).

Evlilikte çatışma çözümlemenin bir diğer önemli faktörü ise, çiftlerin birbirlerine karşı negatif tavırlar sergilemekten kaçınmaları ile alakalıdır (Stanley, Trathen, 1994). Kişinin etkin çatışma çözme becerisine sahip olduğunun en önemli göstergesi, negatif tavır ve davranışlarını kontrol altına almayı başarabilmesidir. Bazı çiftler arasında ise çatışmalar, eşler arasında sözel veya fiziksel şiddetin görüldüğü zorba davranışlarla halledilmektedir. Çiftlerin arasındaki çatışmaların, evin içindeki şiddeti kışkırtması, ilişki içerisinde kalıcı yaraların oluşmasına sebep olmaktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Bazı eşler, bir çeşit çatışmayla başa çıkma tekniği olarak, eşlerinin isteklerini kendi duygularını görmezden gelerek yerine getirmeye çalışmaktadırlar. Böylesi bir yaklaşım, çatışmayı önleyici ve barışçıl bir yöntem olarak gözükebilir fakat, aslında, kişinin kendi içinde bastırıldığı bir öfkenin yavaş yavaş oluşmasına sebep olmaktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Bireyler ilişkilerin başlangıcında evlilik problemlerinin kendilerinden de kaynaklanabileceği noktasını göz önüne alırken, eşler arasında sevginin azalmasıyla beraber, yaşanan olumsuzluklardan eşi sorumlu tutmak eğilimi de artmaktadır. Bilişsel bir yaklaşım içerisindeki terapist veya danışmanın, kişinin sadece eşini suçlamaya odaklaşmasından uzaklaşmasına yol göstermesi gerekmektedir (Baucorn, 1987 ; Jacobson, 1984).

Çözüm üretme ve problem çözme becerilerindeki eksiklikler, hassas konuları tartışma konusunda gösterilen hassasiyet sebebiyle problemlerin tartışılmıyor oluşu gibi konular, ilişkiyi olumsuz yönde etkilemekte ve evlilik doyumunu düşürmektedir (Synder, 1997). Tabii ki çiftlerin her zaman bir konu üzerinde aynı görüşe sahip olmaları beklenemez. Ancak evlilik doyumunu açısından ortak bir hayat görüşü veya en azından önemli meselelerde temel bir fikir birliğinin gerekli olduğu kabul edilebilir. Özellikle ilişki içerisinde önemli bir yer tutan para, boş zamanları değerlendirme, evde zaman geçirme, ebeveynlik ve iletişim gibi konularda ortak bir görüşe sahip olmak, ilişkiyi geliştirici bir rol oynamaktadır. Çiftler temelde aynı görüşe sahip olmayabilirler. Ancak her türlü tartışmanın çatışma ve münakaşayla sonuçlanması, ilişkiyi yıpratmaktadır. Sonuçta sağlıklı bir ilişkide, temelde eşle genel bir

fikir birliği içerisinde olmak gerekmektedir. Bu da ancak, çiftlerin karşılıklı *ödiin vererek* anlaşmaya varmayı öğrenmeleriyle mümkün olmaktadır (Rosen-Grandon, 1999).

Genellikle işlevsel olmayan evliliklerde, çiftlerin problem çözümünü kolaylaştırıcı davranışları daha az, problem çözümünü engelleyici davranışları ise çok daha fazla sergiledikleri görülmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar, sorumluluk almaktan kaçınan ve uyumsuz davranışlar sergileyen çiftlerin, aynı zamanda, çatışma çözümünü de engelleyici bir tavra sahip olduklarını göstermektedir. Örneğin, evlilik problemleri açısından uyumsuz tavırlar sergileyen karı kocaların, problemlerini yapıcı bir şekilde oturup tartışma alışkanlığına sahip olmadıkları ve negatif davranışları sıklıkla sergiledikleri görülmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar, uyumsuz özellikler gösteren bayanların, kocalarının bakış açılarını reddetme eğilimine sahip olduklarına ve çok az pozitif tavır sergilediklerine işaret etmektedir (Bradbury, Beach, Fincham, Nelson, 1996).

Çiftlerle gerçekleştirilen bilişsel çalışmalar, sebepleri tartışabilmeleri için sorular sormak, evlilik ilişkisi içerisinde yer alan çevresel faktörler, çift etkileşimi, her bir partnerin sergilediği davranışlar gibi problemlerin açıklanması konularını içermektedir. Müdahalenin amacı, problemin gelişimine katkı sağlayan her türlü faktörün çiftler tarafından fark edilmesini sağlamaktır. Problemin sebepleri üzerinde odaklaşmış bir yaklaşım neticesinde, kişilerin kendilerini problemin kaynağı olarak algılayıp utanç duymaları da engellenmiş olmaktadır. Kişinin negatif davranışlarını böylesi bir alternatif dahilinde değerlendirmek, problemle alakalı duygusal içerikli güçlüklerin çözümüne yardımcı olmakta ve problemlerin daha yumuşak bir atmosfer içerisinde algılanmasını kolaylaştırarak etkili bir problem çözme basamağına zemin oluşturmaktadır. Böylece eşlerin dikkatleri, pozitif davranışlar üzerine daha kolaylıkla çekilebilir ve her bir davranış için eşin iyi niyeti daha kolaylıkla vurgulanabilir (Baucorn, 1987 ; Jacobson, 1984).

#### **2.4.4. Evlilik Doyumu Ve Birlikte Zaman Geçirme:**

Birlikte zaman geçirme, özellikle çiftin boş zamanlarını ne derece beraber geçirdikleri ve aralarında varolması beklenen arkadaşlık ilişkisinin varlığı ile tanımlanmaktadır. Eşlerin boş zamanlarını beraber paylaşabilmeleri konusundaki eksiklikleri ve ortak ilgilere sahip olmamaları, evlilik doyumu üzerinde etkili olabilmektedir. Eşler arasındaki etkileşim, yemek



saatleri, alışveriş, arkadaşları ziyaret ve eğlence yerlerine gitme gibi, karı kocanın günlük faaliyetlerde ne kadar birlikte vakit geçirdiklerini içerir (Synder, 1997 ;Yılmaz, 2001).

Eşlerin arasında var olması beklenen arkadaşlık, aynı zamanda duygusal yakınlığında bir göstergesidir. Çiftin aralarındaki yakınlığın göstergesi olan birlikte zaman geçirme kavramını, iki özelliğe bakarak yorumlamak mümkündür (Synder, 1997):

1. Eşlerin boş zamanlarını birbirleriyle paylaşıp paylaşmadıkları
2. Eşlerin ilgi duydukları ortak ilgi konularının olup olmaması.

Eşlerin yeterince beraber zaman geçirip geçirmediklerini ve bunun evlilik doyumuna yansımalarını değerlendirmek amacıyla dört faktör ölçülmektedir (Chapin, Chapin, Sattler, 2001):

1. Eşle yetersiz zaman geçirme,
2. Boş zaman ilgilerinde eksiklikler,
3. Kişinin kendi ilgi alanlarındaki faaliyetlerine eşinin katılımını istemesi,
4. Kişinin boş zamanlarını eşiyile paylaşmaktan hoşlanmaması.

Bu faktörler, çiftlerin birbirlerinin aktivitelerini, değerlerini ve ideallerini istekli bir şekilde paylaşması, paylaşmaya istekli ve hevesli olması gerektiğini ortaya koymaktadır. Evlilikte her iki çiftte birlikte zaman geçirmenin önemine inanırsa ve bunun değerini anlarsa, eş ilişkisi içerisindeki güçlükler daha kolay çözümlenebilmektedir (Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Çiftlerin birbirleriyle günlük olayları paylaşma ve sohbet etmeye ayırdıkları zaman, flört dönemlerinde ve evliliğin ilk günlerinde oldukça yoğun ve fazla iken, zaman içerisinde bu paylaşımlarda bir azalma meydana geldiği görülmektedir. Yeni evli çiftler haftada yaklaşık 14 saatlerini birbirleriyle konuşma ve paylaşımlara ayırmaktadırlar. Ancak bu paylaşımların gün be gün azalma eğiliminde olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar, mutlu çiftlerin mutsuz çiftlere nazaran birbirleriyle daha fazla beraber vakit geçirdiklerini, daha fazla sohbet ettiklerini, kişisel problemleri üzerinde konuşmaya daha fazla vakit ayırdıklarını ve tartışmalarının daha kısa sürdüğünü göstermektedir (Noller, Feeney, 2002).

Eşlerin yeterince bir arada zaman geçirmemeleri ve bu konudaki iletişim eksiklikleri ile sorunlu evlilik arasında anlamlı bir ilişki gözükmemektedir. Birlikte zaman geçirmek kadar

birlikte geçirilen zamanın kalitesi de evlilik doyumu üzerinde etkili bir faktördür. Birlikte geçirilen zaman, evlilik doyumunun temel taşlarından bir tanesidir (Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Araştırmalar birlikte zaman geçirmenin ve ortak paylaşımlarda bulunmanın aynı zamanda evlilik ilişkisini geliştirici bir rol oynadığını göstermektedir. Aynı şekilde beraberce eğlenceli bir aktiviteye katılma, boş zamanları eşile paylaşma, evlilik doyumuyla pozitif yönde alakalı bulunmaktadır. Çiftin beraberce eğlenmesi, birlikte ortak bir şeyleri paylaşmaları, ilişki üzerinde koruyucu bir etki yaratmaktadır. Çünkü bu tip aktiviteler, çiftin birbirine bağlılığını desteklemekte ve eşler arasında bir yakınlık oluşturmaktadır. Ancak seçilen aktivitenin her iki eş tarafından da istenen ve zevk alınan bir aktivite olması, amacına ulaşabilmesi için önemli bir faktördür. Çiftlerin beraberce zevk almadıkları veya zorla yaptıkları bir aktivite ise, daha fazla çatışmaya sebep olabilmektedir (Segrin, 2004).

Danışmanın, çiftin birlikte zaman geçirme konusunda nasıl bir yapılanma içine gireceklerini açık bir şekilde ifade etmelerine ve tanımlamalarına, bu konuda yapılanabilmelerine yardımcı olabilmesi gerekmektedir. Üstelik, çiftlerin her ikisi de birlikte geçirilen zamandan tatmin olduklarında ve geçirilen zaman çiftin önem verdiği aktivitelerle değerlendirildiğinde, evlilikle ilgili diğer problem alanlarında da bir gelişme olabilmektedir. Genelde davranışsal evlilik terapisi, çiftlerin beraberce katılabilecekleri aktiviteler, iletişim ve problem çözme becerileri geliştirmelerine yönelik davranış anlaşmalarıyla çiftlere yardımcı olabilmektedir. Ancak tüm bunların yanı sıra, eşlerin zaman zaman tek başlarına yapacakları programlara yer verilmesi de önemli görülmektedir (Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Ülkemizdeki durumu değerlendirebilmek açısından Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göz atıldığında, Türkiye’de ailelerin düzenli olarak bir araya geldikleri zamanlar, %73.4 ile sabah kahvaltısı ve %88.8 ile akşam yemeğidir. Hafta sonlarında ise ev halkının %90.2 gibi yüksek bir rakamı bir araya gelmektedir. Ev halkının beraber gerçekleştirdikleri faaliyetler incelendiğinde ise, ilk sırada %28.1 ile alışverişe gitmenin yer aldığı görülmektedir. %64.7’sinin ara sıra akraba ziyaretlerine, %58.4’ünün de ara sıra komşu ziyaretlerine gittiği görülmektedir. %40.6’sı ara sıra pikniğe giderken, %52.4’ü pikniğe hiç gitmediklerini belirtmişlerdir. Dışarıda sık sık yemeğe çıkanların oranı %5, ara sıra yemeğe çıkanların oranı %25.9’dur. %68.6’lık bir kesimin ise, dışarıda yemeğe hiç çıkmadıkları tespit edilmiştir. Ev halkının %2.8’i beraberce sinema ve tiyatroya giderken, %12.9’u ara sıra gitmekte, %84.3’ü ise beraberce sinema ve

tiyatroya hiç gitmemektedir. Bu veriler ışığında, ülkemiz aile ve evlilik hayatı açısından beraber nitelikli ve doyurucu zaman geçirme faktörünün geliştirilmesi gerektiği değerlendirilebilir.

#### **2.4.5. Evlilik Doyumu, Maddiyat ve İş Hayatı:**

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğeri de, para idaresi konusundaki problemlerin ilişkiye yansımından kaynaklanmaktadır. Maddi açıdan kendini güvende hissetmeme, eşin paranın idaresi konusundaki becerisine güvenmeme veya maddi konular yüzünden çıkan tartışmalar, evlilikte doyumsuzluk yaratan faktörler olarak karşımıza çıkabilmektedir (Synder, 1997).

Çok az aile bütün isteklerini karşılayacak gelire sahip olsa da yaşam döngüsü içerisinde ihtiyaçların gerekliliğinin ve önceliğinin belirlenmesi gerekmektedir (Çopur, Şafak, 2003). Hızlı sosyal, ekonomik ve yapısal değişimler tüm toplumsal kurumlarla birlikte aile kurumuna da etkilemektedir. Aile kurumunun en temel fonksiyonlarından birisi olan ekonomik fonksiyonu da bu değişimlerden dolayısıyla etkilenmektedir. Ailenin yoksullaşması, ailenin toplumsal konumunu, rollerini, aile bütçelerini, iş gücüne katılım biçimlerini, ev içi sorumlulukların dağılımını, ailenin varlık durumunu, ailenin toplumsal çevreyle ilişkilerini ve toplumsa yaşama katılım eğilimlerini değiştirmekte dolayısıyla tüm bunlar aile dinamiklerine de yansımaktadır. Ailenin yoksullaşmasına paralel olarak aile içi roller ve ilişkiler değişmeye, eşler arasındaki uyum ve ahenk bozulmaya başlamakta, hatta yoksulluk boşanmayı gündeme getirebilmektedir (Günindi-Ersöz, 2003).

Ailede gelirin kullanım biçimi, aile yaşamının hayati elementlerinden bir tanesidir. Yaşam kalitesinin yükseltilmesi için paranın kullanımının bu gün ve gelecek için planlanması, tüketim ve tasarruf arasında başarılı bir dengenin kurulması gerekmektedir (Çopur, Şafak, 2003). Bu konunun başarılı bir şekilde yürütülemediği ailelerde, gelirin paylaşımı ve idaresi konusunda yaşanan problemler, doğrudan karı koca arasındaki ilişkilere yansımaktadır.

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre Türkiye’de bireylerin sahip oldukları müstakil ev yada apartmanların %11.5’i kadınların %28.3’ erkeklerin adına kayıtlıdır. Kadınların %80.2’sinin, erkeklerin ise %39.6’sının üzerine kayıtlı herhangi bir gayrimenkul yada araç bulunmamaktadır.

Kerkmann, Lee, Lown ve Allgood (2000) paranın idare ediliş şeklinin, eşin bütçe idaresini iyi yapıp yapmadığına dair algılamının, çiftin maddi sıkıntı içinde olup olmasının ve maddi sıkıntının boyutunun, evlilik doyumuyla doğrudan alakalı olduğunu bulmuşlardır.

Aileler tasarrufta bulunamamış veya bulunmamışlarsa yada gelirlerine oranla daha fazla harcama yaparlarsa, ihtiyaçlarını karşılamak için borçlanmak durumunda kalabilirler. Borç ailenin ekonomik güvenliğini sarsabilecek bir faktördür ve bu durum evlilik ilişkisini de dolayısıyla yansıyacaktır. Ancak ailenin borçlanması aile için sarsıcı bir durum olabileceği gibi, ailenin hedeflerine ulaşmasına yardımcı bir durum da olabilmektedir (Çopur, Şafak, 2003).

Çiftlerin mali konulardaki anlaşmazlıklardan kaynaklanan problemlerinin olması durumunda, bu konuların çözümüne yönelik gerekli iletişim becerilerini kazanmaları gerekmektedir. Bu amaçla çiftler bütçe idaresini öğrenebilecekleri eğitim çalışmalarına katılabilecekleri gibi, evlilik ilişkisini geliştirme programları içerisinde de bu konuya yer verilebilir (Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

İş yaşantısından alınan doyumun evlilik doyumuna üzerindeki etkileri de, üzerinde durulması gereken bir diğer önemli konudur. İş ve evlilik ilişkisi arasındaki bağlantıya dikkat çeken pek çok araştırma, işin sağladığı maddi gelirin, işten alınan doyumun, işin kişiye tanıdığı boş zaman süresinin, işin zorluk derecesinin, yarattığı stres yükünün, emniyetli olup olmasının, kişinin işinde ehil olup olmasının ve toplam iş yükünün, evlilik ilişkisi ve evlilik doyumuna üzerinde doğrudan etkili faktörler olduğunu ortaya koymaktadır. Aynı şekilde evlilikle ilişkili faktörlerde kişinin iş yaşamı, kalitesi ve doyumuna üzerinde etkili rol oynayabilmektedir. Örneğin, evlilik kalitesi, negatif/pozitif evlilik etkileşimi, sağlıklı evlilik faktörlerine sahip olup olmamak veya evlilikte yaşanan problem durumlarının varlığı da iş doyumuna üzerinde etkili olabilmektedir (Weaver, 1997 ; Odell, Cochran, Lawrence, Gartin, 1990).

Kişinin iş doyumuna evlilik doyumunun bir göstergesi olabileceği gibi, özellikle erkek eşin ailesiyle birlikte geçirdiği zamanın azlığı, evlilik doyumunu düşürmektedir (Odell, Cochran, Lawrence, Gartin, 1990).

Bu sebeple çiftlerle çalışılırken, bütçe idaresi kavramına yaklaşımlarını gözden geçirmek ve gerekirse bu konuda uzlaşmalarına yardımcı olmak, öte yandan da iş ve aileye ayırdıkları zamanın dengelenmesini sağlamak gerekmektedir.

#### **2.4.6. Evlilik Doyumu ve Cinsellik:**

Cinsel ilişkinin evlilik doyumu üzerinde doğrudan ve dolaylı olarak pek çok önemli etkileri bulunmaktadır. Cinsel ilişkinin istenilen düzeyde olması çiftleri anksiyeteden uzaklaştıran, birbirlerine yakınlaştıran, sıcaklık, sevgi ve koruma hisleri doğuran bir duygulanım oluşturabilmektedir. Cinsel ilişkide meydana gelebilecek aksaklıklar ise, doyum eksikliği, sevlmeme korkusu, güçsüzlük deneyimi, erkeklik/kadınlık rollerini algılamada değersizlik hissi, çekilme, izolasyon, anksiyete, gerginlik, sıkılgnlık veya radikal olma gibi sonuçlar doğurabilmektedir (Dokur, Profeta, 2006).

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 açabilmektedir (Synder, 1997).

Cinsellik ve mahrem ilişki, evlilik ilişkisinin en önemli malzemeleri arasında yer almaktadır. Cinselliğin evlilik ilişkisi içerisinde çok can alıcı ve bağlayıcı bir gücü bulunmaktadır. Cinsellik ve mahremiyet ilişkileri gelişmiş olan çiftler, aralarında aşk ilişkisi olan, birbirlerine değer veren ve birbirlerini cezbedebilen çiftlerdir. Cinsellik eşler arasında derin bir kişisel bağ yaratabilmektedir. Evlilik ilişkisi içerisinde cinselliğin yeterli kalite ve sıklıkta yer almaması, kişinin eşini kişisel olarak reddettiğini yansıtan bir unsur da olabilmektedir (Rosen-Grandon, 1999).

Üstelik eşler arasındaki çatışmaların bir kısmı cinsel ilişkileri üzerinden yaşanabilmektedir. Cinsel anlaşmazlıklar ilişkiden bağımsız olarak değil, ilişki bütünü içerisinde ele alınmalıdır. Eşlerin birbirlerine davranışları, cinsel ilişkilerindeki davranışlarında da gözlenmektedir. Eşler arasında cinsel çatışmalar çeşitli şekillerde

gelişmektedir. Karı koca isteklerini açıkça ifade edebiliyorlarsa çatışmaların çözümü kolaylaşmaktadır. Ancak eşlerin isteklerini birbirlerine açıkça ifade edememeleri, çatışmaların çözümünü güçleştirmektedir. Eşler ilişkilerinin tanımlanması sorununu çözüp, isteklerini birbirlerine açıkça söyleyebilme yürekliliğini kazandıklarında, ilişkiden aldıkları doyum artmaktadır. (Dokur, Profeta, 2006).

Bu durumda evlilik doyumunu artırma grup çalışmalarında, eşlerin birbirlerine karşı spontanlığının desteklenmesi ve birbirlerine karşı açık olmalarının vurgulanması önemlidir.

#### **2.4.7. Evlilik Doyumu Ve Rol Beklentileri:**

Evlilik doyumunu üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğeri de, evlilik ilişkisi içerisindeki rollerin çiftler için anlamı ve rol beklentilerindeki uyumsuzluklardır. Çiftlerin evlilik ve ebeveynlik rolleri karşısında geleneksel bir tutumunu yoksa eşitlikçi bir tutumunu benimsedikleri, evlilikteki bazı ortak görev ve sorumluluklar üzerinde etkili olabilmektedir. Burada esas önemli sorun, eşlerin geleneksel veya eşitlikçi bir bakış açısına sahip olmalarından ziyade, birbirlerinden farklı bakış açılarına sahip olmalarından kaynaklanan gerginlikleridir. Evlilik doyumunu üzerinde etkili olabilen rol beklentileri konusu üç başlık altında ele alınmaktadır (Synder, 1997):

1. Ev işlerinin paylaşımı ve çocuk bakımındaki sorumluluklar,
2. Evlilikte eşit statüye sahip olup olmamak (ailenin reisinin kim olduğu sorusu gibi),
3. Eşlerin çalışma özgürlükleri ve kariyer fırsatlarında eşit haklara sahip olup olmamaları.

Erkeklerin ev işlerine katkısı ve kadınların ev içinde üstlendiği görevler, çiftler arasında karşılıklı bir anlayış meselesi olarak yorumlanabilir. Ancak, aile rollerinin paylaşımı, cinsiyet rolleri açısından eşitlikçi yaklaşımlara sahip ailelerde, geleneksel ailelerden daha iyi gerçekleşmektedir (Wilkie, 1998).

Ülkemizde ev işlerinin paylaşımında genelde geleneksel iş bölümü görülmekte ve ev işlerinin daha çok kadının sorumluluğunda olduğu gözlenmekte, tamir, bakım gibi işler ve faturaların ödenmesi gibi konularda erkeklere daha fazla sorumluluk yüklendiği görülmektedir. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine

göre Türkiye’de sofranın kurulup kaldırılması işini %2.4 oranında erkekler, %74.1 oranında kadınlar, geri kalanını da alenin diğer fertleri veya akrabalar üstlenmektedir. Evde yemek yapan erkeklerin oranı %2 iken, kadınlar %87.1 oranında yemek işini üstlenmişlerdir. Ütü yapan erkeklerin oranı %2.2 iken, bu oran kadınlarda %84.3’tür. Günlük yiyecek alışverişini %33.3 oranında erkekler üstlenirken, bu oran kadınlarda %37.7’dir. Aile üyelerinin beraberce alışverişe çıktığı ailelerin oranı ise %26.8’dir. Aylık faturaların ödenmesi ise %69.1 ile erkeklerde %17 ile kadınlarda, %10.2 oranında ise ailede ortaklaşadır. Küçük bakım, onarım, tamir gibi işleri %68.4 oranında erkekler, %6.7 oranında kadınlar üstlenmekte, ailelerin %6.4’ü beraber üstlenirken, geri kalanı bir başka akrabadan veya ücret karşılığı dışardan yardım almaktadır.

Wilkie (1998) aile ile ilgili işlerin ortak paylaşımı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere 382 evli çift üzerinde bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırmada, ev işlerinin paylaşımında cinsiyet faktörüne bağlı tercihler açısından, empati, eşitlik algısı ve güç dengesinin, etkili değişkenler olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmaya katılan ailelerin %57’sinde kadınlar tam gün çalışmaktadır. Ev işlerinin paylaşımı, rol tercihleri, yetki verme (evde iş bölümünü kimin planladığı), ev işleri paylaşımında eşitlik algısı ve evlilik doyumu üzerine çeşitli ölçümler gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, eğitim, evlilik süresi, 6 yaşın altında çocuk sahibi olmak, empatinin etkisi, kontrol değişkenleri olarak yer almıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, ev işlerinin paylaşımı konusunun kadınlar üzerinde, ekmek parası kazanılması görevinin ise erkekler üzerinde yoğunlaşmasının her iki grup açısından benzer olumsuz etkiler yarattığı görülmektedir. Ev işlerinin tipik cinsiyet rollerine uygun olarak üstlenildiği durumlarda, adaletsizlik algısının yükseldiği ve evlilik doyumunun azaldığı görülmektedir. Ev işlerinin paylaşımında geleneksel rollere sahip olmak, çiftlere bir takım faydalar sağladığı gibi, bazı bedeller ödemelerini de gerektirmektedir. Ekmek parasının kazanılması konusunda daha eşitlikçi bir paylaşım, evlilik doyumu açısından kocalara kadınlardan daha fazla fayda sağlamakta, ev işlerinin ortak paylaşımı ise, kadınlara daha fazla kazançlar sağlamaktadır. Ev işleri konusunda ortak paylaşım ve rol tercihlerinin evlilik doyumu üzerindeki etkisi, adalet algısıyla doğrudan bağlantılıdır. Fakat “adil” olanın ne olduğu sorusu, karı-kocalar açısından değişmektedir. Sonuçlar, evlilik doyumunun kadınlar ve erkekler açısından farklı yollarla elde edildiğini ve *aile görevlerinin* her iki grup içinde farklı anlamlar taşıdığını göstermektedir. Her iki çiftten birinin adil olarak kendi üzerine düşenden fazlasını yaptığını düşünmesi doyumsuzluğa sebep olmaktadır. Cinsiyet norm ve deneyimleri, neyin adil olmadığına tanımlanmasına katkı sağlamaktadır. Yetki verme konusu

ise, ev işleri paylaşımının adil olarak algılanması ile doğrudan ilişkili olarak görülmektedir. Yapılacak işleri kim planlarsa, o kişi kendisini daha adaletli bir paylaşım içinde hissetmektedir.

Bu noktada esas problem, çiftlerin zaman içerisinde karşılıklarına çıkan, maddi kaynaklı, çocuklardan veya iş ortamından kaynaklanan veya aile üyelerinden birinin ihtiyaçlarına bağlı olarak değişen rolleriyle alakalıdır. Geçen zaman içerisinde çiftler, ilişkilerinde birbirlerine karşı çok çeşitli roller üstlenmek zorunda kalırlar. Bazı durumlarda da, yaşanan olaylara bağlı olarak değişmesi gereken rolün, beklenildiği ölçüde değişmemesi, bireylerin üstlenmeleri beklenen rolü üstlenmemiş olması, problemlerin esas kaynağını oluşturmaktadır. Bu noktada evlilik doyumu açısından esas önemli olan, eşlerin beraber ve işbirliği içerisinde çalışabilmeleri, birbirlerine destek olabilmeleri, gerektiği zaman rolleri açısından esnek davranabilmeleridir. Değişim desteklendiği zaman evlilik tipik olarak sağlam ve sevgi dolu bir hale gelmektedir. Aslında bir takım çalışması olarak ele alınabilecek olan evlilik, takım üyelerinin birbirlerine karşı sorumluluklarını en iyi şekilde yerine getirebilmelerine bağlıdır (Rosen-Grandon, 1999).

Aryee ve arkadaşları (1999), çoğu evli hatta çocuk sahibi olan kadınların iş ortamlarında hızla artan sayısına dikkat çekmekte, iş ve ailenin karşılıklı dayanışmasıyla bireylerin aile içindeki karşılıklı rollerini nasıl koordine ettiklerini anlamının önemine değinmektedirler. Çeşitli araştırmalarda, iş ve aile meselelerindeki rol farklılıklarının temelini oluşturan farklı beklentilerden dolayı, bu konulardan kaynaklanan çatışma yaşantılarına daha çok odaklanılmaktadır. Literatür incelediğinde, karşılıklı rol çatışmalarının iki ayrı yönde ele alındığını görülmektedir. İş-aile kaynaklı çatışmalar ve aile-iş kaynaklı çatışmalar. İş-aile çatışmaları, bireyin iş ortamındaki rolünün, aile rolündeki performansı etkilemesinden kaynaklanmaktadır. Örneğin, bireyin uzun iş saatleri dolayısıyla çocuğunun ödevlerine yardım edememesi, iş-aile çatışmalarını arttırabilir. Aile-iş çatışmaları ise, kişinin aile içindeki rolünün, iş ortamındaki performansını etkilemesi anlamını taşır. Örneğin, çocuğunun hastalığından dolayı işe gidemeyen bir bireyin kendisini aile-iş çatışması içerisinde bulabileceği düşünülebilir. Sonuçta, roller arasında çatışma durumunun, iş ve aile arasında bir uyumsuzluğun göstergesi olduğu, rahatlıkla söylenebilir.

Aryee ve arkadaşları (1999) gerçekleştirdikleri araştırmada, kişilerin iş ve aile ilişkileri açısından yaşam kalitelerinin ve psikolojik sağlıklarının içerdiği stres faktörlerinin, birbirlerine sergiledikleri negatif davranışların bir sonucu olabileceği hipotezi üzerinde



durmuşlardır. Toplumsal gelişmeler neticesinde çok çeşitli aile tipleri (her iki eşinde çalıştığı aileler veya tek ebeveynden oluşan aile yapıları gibi) ortaya çıkmaktadır. Öte yandan eğitilmiş kadınların sayısındaki artış, cinsiyet rollerindeki eşitliğin farkındalığını da arttırmaktadır. Her geçen gün daha fazla sayıda kadın iş hayatına atılmaktadır. Sonuçta aile tiplerinin bu çeşitliliğinin, stres faktörlerini çoğaltması aslında beklenen bir sonuçtur. Son yıllarda en fazla dağılmanın görüldüğü aile yapısı ise, her iki eşinde çalıştığı ebeveynlerin oluşturduğu aile yapılarıdır. İş-aile ve aile-iş kaynaklı roller arası çatışma durumlarında, genelde üzerinde durulan iki tip başa çıkma stratejisi, duygusal odaklı başa çıkma stratejisi ve problem odaklı başa çıkma stratejisi stillerini kullanmak, problemi hafifletmekte ve kişinin psikolojik sağlığını olumlu yönde desteklemektedir. Duygusal odaklı başa çıkma stratejisinde kişi, problem ve stres olarak algıladığı yaşantılardan kaçınma, uzak durma gibi mekanizmalar kullanır ve böylece problemin yarattığı duygusal stresten uzak durur. Problem odaklı da ise bunun tam tersi olarak, kişi problemi anlama konusunda çaba gösterir ve stres kaynağını yok etmeye çalışır. Araştırma sonuçlarına göre, duygusal ve problem odaklı başa çıkma stratejileri, iş ve aile doyumu ile doğrudan ilişkilidir. Fakat yaşam doyumu ile sadece duygusal odaklı başa çıkma stratejileri alakalı bulunmuştur. Duygusal odaklı başa çıkma stratejilerinin iş-aile çatışmaları ve iş doyumu üzerindeki hafifletici etkisini kabul etmekle beraber, başa çıkma davranışlarının genellikle etkisiz olduğu düşünülmektedir. Stres yaratan durumlarda eşlerin birbirlerine sağladıkları yeterli destek ise, stres reaksiyonlarını azaltıcı bir etken olmaktadır (Aryee, Luk, Leung, Lo, 1999).

#### **2.4.8. Evlilik Doyumu Ve Eşlerin Ailelerinin İlişkiye Etkileri:**

Çiftlerin evlilikten beklentilerini ve evlilik ilişkilerindeki problemleri tanımlamaya yardımcı olan bir diğer bakış açısı da, *kuşaklar arası (transgenerational)* bir boylamda evlilik ilişkisini incelemektir. Çiftlerden bir tanesi, kendi ailesi içerisinde karşılayamadığı bir beklentiyi evlilik ilişkisinde telafi etmek çabasıyla, eşine yöneltebilmektedir. Geçmişte aile içerisinde yaşanan olaylar neticesinde ortaya konulmamış duygu ve çatışmalar, şimdiki evlilik ilişkisi içerisinde eşe yansıtılabilmektedir. Bu sebeple eşlerin evliliklerini başarıyla sürdürebilmeleri için, kendi orijinal çekirdek ailelerinden duygusal anlamda boşanmayı başarabilmeleri gerekmektedir (Paul, Paul, 1986). Öte yandan yapılan araştırmalar, bireyin kendi ebeveyninin evliliğini mutlu ve başarılı olarak algılamasının kendi evlilik mutluluğu başarısını doğrudan etkilediğini de ortaya koymaktadır (Sporakowski, 1995).

Eşlerin ailelerinin ilişkilerine yansımalarından kaynaklanan problemler, ülkemizde batı kültürlerine oranla daha fazla yaşanan bir problem alanı olarak göze çarpmaktadır. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre kadınların %15.6'sı, erkeklerin ise %13.4'ü, erkeğin eşinin ailesiyle geçinememesi durumunu boşanma nedeni olarak görmektedir. Aynı şekilde kadının eşinin ailesiyle geçinememesi de kadınların %13.8'i ve erkeklerinde %12'si tarafından boşanma sebebi olarak görülmektedir. Ayrıca ülkemizde eşinin ailesiyle ilgili konularda sorun yaşadığını belirten bireylerin oranı %10.8'dir. Aşağıdaki tabloda aile fertleri ve yakın akrabalarla ilişkilerin değerlendirilme yüzdeleri görülmektedir. Eşin ailesi ve eşin akrabalarıyla çok iyi düzeyde geçindiğini belirtenlerin ortalamannın altında yüzdeler yer aldığı görülmektedir.

**Tablo: 2.4.1. Aile Fertleri Ve Yakın Akrabalarla İlişkiler (%)**

	Toplam	Çok iyi	İyi	Orta	Kötü	Çok kötü
<b>Toplam</b>						
Eşinin diğer akrabaları	100	18.4	69.7	9.8	1.6	0.5
Diğer akrabalar	100	22.4	67.0	9.4	1.0	0.3
Eşin kardeşleri	100	22.5	67.3	7.2	2.3	0.6
Eşin babası	100	28.1	62.4	6.2	2.4	0.9
Eşin annesi	100	28.4	62.0	6.7	2.1	0.9
Kardeşler	100	34.9	57.9	5.4	1.4	0.4
Baba	100	42.5	51.4	4.3	1.2	0.6
Anne	100	45.9	50.7	2.6	0.7	0.2
Eş	100	45.8	47.2	6.2	0.5	0.4
Çocuklar	100	51.4	46.1	2.1	0.3	0.1
<b>Erkek</b>						
Eşinin diğer akrabaları	100	18.2	69.3	10.5	1.6	0.4
Diğer akrabalar	100	20.9	66.4	11.1	1.2	0.4
Eşin kardeşleri	100	23.3	67.9	6.6	1.8	0.4
Eşin babası	100	28.3	63.3	5.6	2.1	0.8
Eşin annesi	100	28.9	63.3	5.3	1.6	0.8
Kardeşler	100	32.8	58.3	6.7	1.8	0.4
Baba	100	42.6	50.5	5.1	1.2	0.6
Anne	100	45.7	50.5	2.9	0.8	0.2

Eş	100	48.3	46.4	4.8	0.3	0.3
Çocuklar	100	51.2	46.1	2.3	0.4	0.1
<b>Kadın</b>						
Eşinin diğer akrabaları	100	18.7	70.0	9.2	1.6	0.6
Eşin kardeşleri	100	21.8	66.8	7.7	2.8	0.8
Diğer akrabalar	100	23.8	67.5	7.6	0.9	0.2
Eşin annesi	100	27.7	60.5	8.2	2.7	1.0
Eşin babası	100	27.9	61.5	7.0	2.8	1.0
Kardeşler	100	37.0	57.5	4.2	1.0	0.3
Baba	100	42.4	52.2	3.5	1.2	0.7
Eş	100	43.2	48.0	7.5	0.8	0.5
Anne	100	46.2	50.8	2.2	0.6	0.2
Çocuklar	100	51.5	46.1	2.0	0.3	0.1

**Kaynak: Başbakanlık Aile ve Sosyal araştırmalar Genel Müdürlüğü,  
Aile Yapısı Araştırması, 2006.**

Huang'ın (2005) Asya ülkelerindeki evlilikler üzerine gerçekleştirdiği araştırmanın sonuçlarına göre, Çin, Tayvan, Japonya, Kore, Malezya, Hindistan gibi Asya ülkelerinde aileler, evlilikler üzerinde diğer költürlere göre daha fazla söz sahibi olabilmektedir. Bu ülkelerdeki evli genç kadınların en büyük problemi, eşinin annesiyle, yani kayınvalidesiyle yaşadığı güç çatışmaları olarak belirtilmektedir. Ayrıca Huang (2005), Asya kökenli evliliklerde çiftlerin bireyselliklerinin daha sınırlı olduğunu, bu ülkelerde evliliğin sadece iki çiftin değil, iki ailenin birlikteliği anlamına geldiğini belirtmektedir. Ancak son yıllarda modernleşme hareketlerinin ve ekonomik özgürleşmenin etkisiyle beraber, ailenin bireyselleşmesi söz konusu olmaya başlamış, çekirdek aile geniş ailenin baskı ve etkilerinden uzaklaşmaya başlamıştır. Ayrıca Huang (2005) günümüzde Asya evliliklerinin artık çok daha fazla aşk birlikteliğine dönüştüğünü, ailelerin organize ettiği görücü usulü evliliklerde azalma olduğunu da tespit etmektedir.

Son yıllarda gerçekleştirilen boylamsal çalışmalar, genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin evlenmek, yeni bir işe girmek gibi kritik yaşam dönemlerinde ailelerine daha fazla yaklaştıklarını kanıtlamaktadır. Benzer şekilde boylamsal araştırmalardan elde edilen sonuçlara dayalı olarak, ergenliğin sonlarından genç yetişkinliğe geçiş döneminde genç yetişkinin kendi ailesiyle olan ilişkisi, eskisine göre çok daha saygılı, muhabbetli, anlayışlı ve

ortak paylaşımlı bir hal almaktadır. Ebeveynlerinde genç yetişkin çocuklarına karşı daha önceki dönemlere nazaran daha pozitif davrandıkları, çocuklarının evliliğine kendi soylarının devamı niteliğinde önem verdikleri ve evlenmemiş veya boşanmış çocukları için ise endişe duydukları araştırma sonuçlarında görülmektedir. Ayrıca batı kültürlerine ait araştırma sonuçları, evlendikten sonra evli bayanların evli erkeklere göre çok daha fazla kendilerini ailelerine yakınlaşmış hissettiklerini göstermektedir (Noller, Feeney, 2002). Ancak bu dönemde özellikle eşlerden birisinin ebeveynlerine parasal yada duygusal açıdan bağlı kalması, kendi evlilik ilişkisine yansıyan bir takım sorunlara neden olmaktadır (Tümer, 1998).

Evli çiftin evlilik sonrasında ailelerine yakınlaştıkları bir diğer dönemde ilk bebeğin doğumunun hemen ardından yaşanan dönemdir. Bebeğin doğumuyla birlikte eşlerin aileleriyle ve diğer akrabalarıyla görüşmelerinin sıklığının arttığı bildirilmektedir. Çiftin aileleriyle görüşmeleri hamilelik döneminden ziyade doğumun hemen ardından artmaktadır. Bu arada aile dışındaki bireylerle görüşme sıklıkları dikkate değer bir şekilde azalmaktadır. Çeşitli araştırma bulgularıyla doğrulanabilen bu durum, ne kadar az görüşülse de hısım akrabalık bağlarının sosyal ilişkide bulunulan diğerlerine göre çok daha sağlam olduğunu doğrulamaktadır (Bost, Cox, Payne, 2002).

David Olson (1981; Velidedeoğlu, 2006'dan aktarma), bir yada iki yıllık evli bin çifti gözlemleyerek, dokuz tip evlilik belirlemiştir. Bu evlilik tiplerinden bazılarında kişinin eşinin ailesiyle iletişim kalitesi belirtilmektedir:

1. *Kocanın yönlendirdiği bağımsız tip evlilik* en genel evlilik tipidir. Erkek söz sahibidir ve çatışmalar az olmaktadır.
2. *Kocanın yönlendirdiği ortak evlilik*, duygusal ilişkinin orta düzeyde olduğu bir yapıya sahiptir. Her ne kadar tartışma olsa da çözümler erkeğin tercihi yönünde kabul edilmektedir. Çiftler birbirlerinin ailesiyle iyi geçinmektedir.
3. *Paylaşılmış liderlikte ortak evlilik*, ortalama düzeyde aşkın ve çatışmanın olduğu evlilik tipidir. Kararlar ortak alınmaktadır.
4. *Kadının yönlendirdiği bağımsız tip evlilik*, kadının görüşü ve tercihlerinin ön planda olduğu kocanın ekonomik olanağının zayıf olduğu evlilik tipidir. Koca kendi annesi ve eşinin ailesiyle iyi geçinmektedir.
5. *Kadının yönlendirdiği bağımlı tip evlilik*, bazı sorunlar olsa bile duygusallığın daha yoğun yaşandığı evliliklerdir.

6. *Kadının yönlendirdiği cana yakın evlilik*, her şeyin yolunda olduğu, ortalama düzeyde duygusal ilişkinin bulunduğu, erkeğin zaman zaman eşinin liderliğini paylaştığı evlilik tipidir.
7. *Kadının yönlendirdiği yüzleştirici evlilik*, kadının ev kadını, anne rollerini tercih ettiği, evlilikte arada bir sorun yaşanmakta, duygusal yakınlık orta düzeyde bulunmaktadır. Çiftler birbirlerinin aileleriyle iyi geçinmektedirler.
8. *Kocanın yönlendirdiği yüzleştirici evlilik*, erkeğin baskın olduğu evlilik çeşididir. Erkek eşinin çalışmasını istemez. Koca kayınvalidesiyle sorunlar yaşamaktadır. Kadın çalışıyorsa kendi işini ve eşinin işini beğenmez.
9. *Kocanın yönlendirdiği çatışmalı evlilik*, bir çok sorun içerir. Kadın ailenin gelirinden hoşnut değildir. Çalışıyorsa kendi işinden de şikayetçidir. Çiftler birbirlerinin aileleriyle sorunlar yaşamaktadır.

Eşlerin aile ve akrabalarının evlilik ilişkilerine yansımaları evlilikler açısından özellikle ülkemizde ciddi problemler yaratabilmektedir. Ancak literatür bu konuyu aydınlatarak önlemler alabilecek kadar araştırma içermemekte ve bu konuda ayrıntılı araştırmalara gerek olduğu anlaşılmaktadır.

#### **2.4.9. Evlilik Doymu Ve Çocukların İlişkiye Etkileri:**

Evlilik doymu üzerinde etkili olan faktörlerden bir tanesi de çocukların evlilik ilişkisine yansımalarıdır. Çocukların varlığının çift ilişkisi üzerindeki etkileri kadar, çocuk yetiştirme sorumluluğundan kaynaklanan çatışmalar da, çiftin doyum seviyesi üzerinde etkili olabilmektedir.

Çocukların evlilik doymuna etkisi genellikle çocukların davranış problemlerinin yarattığı gerginliklerin evlilik ilişkisine yansımaları, çocuklara verilecek terbiye ve eğitim konusunda eşle aynı fikirlerde olmama, eşlerden birinin çocuklarla yeterince ilgilenmemesi, çocuk yetiştirme konusunda eşit sorumluluğa sahip olmama gibi konulardan kaynaklanmaktadır (Synder, 1997).

Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre ülkemizde erkeklerin %87'si, kadınların ise %81.4'ü çocukların eşleri birbirlerine yakınlaştırdığını düşünmektedir. Erkeklerin %33.8'i kadınların ise %33.6'sı çocuk sahibi olan

kadınların olmayanlara göre daha itibarlı olduğunu düşünmektedir. Kadınların %32.6'sı erkeklerin ise %31.3'ü erkek çocuğun kadının itibarını arttırdığını düşünmektedir. Ayrıca eşle sorun yaşanan konuların yüzdesine bakıldığında, ev ve çocuklarla ilgili sorumluluklardan kaynaklanan sorunların %34.8 ile ilk sırada yer aldığı görülmektedir.

Chapin, Chapin ve Sattler'in (2001) araştırmalarına göre çocuk yetiştirme konusunda yaşanan çatışma, eşlerin en yüksek stres puanı elde ettikleri çatışma konusunu oluşturmaktadır. Ayrıca evlilik problemlerinin doğmasında en yüksek muhtemel faktör olduğu görülmektedir.

Çocukların doğumuyla birlikte evlilik doyumu da azalmakta, çocukların ergenlik dönemine denk gelen dönemde ise düşük miktara ulaşmaktadır. Bu dönemlerde karı-kocanın evlilikten aldıkları doyum, yaşam döngüsünün diğer dönemlerine göre daha düşüktür (McCubin, 1990).

Evlilik yaşam döngüsünün farklı basamakları, birbirinden farklı çatışma konuları içermektedir. Çiftler evlendikleri zaman bireysel becerilerini evlilik ilişkilerine taşırlar ve çift olma becerisini geliştirirler. Bu konudaki başarıları ise, etkili ebeveyn olma becerilerini etkiler (Lower, 2005). Bu sebeple her dönemin kendine özgü yapısına uygun müdahale teknikleri geliştirmek gerekmektedir. Literatüre göre evlilik yaşam döngüsü içerisindeki en önemli basamak, çiftin çocuk yetiştirme deneyimiyle karşı karşıya geldiği basamaktır. Çocukların evlilik yaşantısına katılması, anne babanın evlilik kalitelerinde düşüş meydana gelmesi demektir. Tipik olarak çift, kadının hamileliğinin son üç ayında yüksek evlilik doyumu yaşamaktadırlar. Bebeğin doğumunu takip eden ilk beş ay içerisinde çiftin evlilik doyumu yavaş yavaş düşmeye başlar. Ancak bu düşüş geçicidir ve bebeğin üç ila dokuz ayı arasında tekrar gelişme gösterir. Fakat çocuğun büyümeye başlamasıyla beraber artan sorumluluk, çocuk yetiştirme konusundaki tartışmaları da beraberinde getirir ve eşlerin dikkatlerini birbirlerinden çok çocuk üzerinde toplar. Bebeğin doğumuyla birlikte evlilik doyumunda meydana gelen azalmanın bir sebebi de, artan iş yükünün eşlerden birinin görevi olarak algılanması veya eşin bu konuda eşitsizlik hissetmesinden kaynaklanmaktadır. Ayrıca ortaya çıkan maddi problemler, yaşanan anksiyete, çocuklara yöneltilen ilginin eşin arasındaki paylaşımları azaltması, doyumсуuzluğu da arttırmaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Lower, 2005).

Bununla birlikte, çocukların okula başladıkları dönemden itibaren, çocukların evden ayrıldıkları döneme kasar geçen sürede, boşanma düşünceleri azalmaktadır. Çocukların okul öncesi dönemleri ve evden ayrıldıkları dönemlerde ise boşanma düşüncelerinin arttığı görülmektedir (Lawson, 1989).

Çocuğun bakımıyla ilgili işlerin paylaşımı, çocukların nasıl disipline edileceği, ebeveynin çocuklarına yönelik olarak farklı beklentiler içinde olmaları çiftin arasında sıklıkla tartışma yaratan konular olmaktadır. Evlilik ilişkisine yansıyan çocuk yetiştirme problemlerine en iyi yaklaşımın davranışçı ekol olduğu düşünülmektedir. Ancak özellikle önerilen yaklaşım öncelikle eşler arasındaki problemlerin ele alınarak halledilmesi, ardından çocuk yetiştirmeyle ilgili problemlerin ayrıca ele alınmasıdır. Öncelikle çiftin problemlerin çözümü konusunda kendilerini güçlü ve yeterli hissetmeleri, daha sonra gerçekleştirilecek çalışmalarda çocuklarıyla olan ilişkilerine odaklanmalarını kolaylaştırmaktadır. Çocukların davranış problemlerini tedavi etmek üzere ebeveyn eğitim programları sıklıkla kullanılmaktadır ancak bu problemlerin evlilik uyumsuzluğu açısından ele alınması konusu genellikle göz ardı edilmektedir. Genelde ebeveyn ve terapist çocuğun değiştirilmesi arzu edilen davranışı üzerine yoğunlaşarak bu davranış üzerinde çalışmaktadırlar. Oysa yapılan araştırmalar, çocukta davranış problemleri evlilik uyumsuzluğuyla bir ardada bulunduğu takdirde, evlilik-çocuk odaklı bütünleştirici bir müdahalenin, tek başına bir aile eğitim programından çok daha etkili olduğunu göstermektedir. Okul çağında çocukları olan çiftlere uygulanan bir başka yaklaşımda doğrudan aile terapisi yaklaşımıdır. Çeşitli şekillerde uygulanan aile terapisi teknikleri olmakla beraber, hemen hepsinde terapistler ailede yabancılaşıma, evlilikte yabancılaşıma, aile içindeki sınırların güçlendirilmesi, aile içi hiyerarşi gibi konuları ele almaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Okul öncesi çocuğa sahip aileler arasında gerçekleştirilen bir araştırmada, eşlere 25 sorudan oluşan *Yakın İlişki Skalası (Intimate Relations Scale)*, ailelerin çocuklarına yönelik farklı disiplin yöntemlerini tespit eden *Kardeş Envanteri* ve çocukların davranışlarını tespit etmek amacıyla *Çocuk Davranışları Sıfat Listesi (Child Behavioral Checklist)* uygulanmıştır. Çocuklara gösterilen disiplin açısından eşler arasındaki evlilik ilişkisi değerlendirildiğinde, annenin büyük çocuğa karşı daha disiplinli bir tavır sergilerken, babanın her ikisine de eşit davrandığı yada bunun tam tersi olarak babanın büyük çocuğa karşı daha disiplinli bir tavır sergilerken annenin eşit davrandığı ailelerde, karı koca arasında daha fazla evlilik çatışması

olduğu tespit edilmiştir. Disiplin koyucu tavrın küçük çocuktan çok, büyüğüne yönelik olması dikkat çekicidir (Volling, Elins, 1998).

“Evlilik çatışmaları ve çocuklar” konusu, kendi içinde kısır döngü bir konudur. Çocuklar evlilik çatışmaları üzerinde etkilidir, evlilik çatışmaları da çocukları etkiler. Ailelerin çocuklarla ilgili çatışmalarda en fazla belirttikleri problem durumu ise, kardeş kavgalarıdır (Segrin, 2004).

Sayger, Horne ve Glaser’in (1993) belirttiğine göre, sosyal öğrenme modeline dayalı aile terapisi, agresif çocuklu ailelerle gerçekleştirilen “çocuklarda davranış değişikliği ve çocuk bakımı”yla ilgili çalışmalarda, oldukça başarılı sonuçlar elde edebilmektedir. Araştırmacılar gerçekleştirdikleri çalışmada, davranışların genelleştirilmesinin, çocukların okulu, genel olarak aile ilişkileri, bu ilişkilerin evlilik doyumu üzerindeki etkisi, ve depresyonun aile basamağı üzerindeki etkilerini içeren bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çocukların öğretmenlerinden alınan bilgiler, sosyal öğrenme modeline dayalı olarak gerçekleştirilen ailelere yönelik sağaltım çalışması neticesinde, çocukların davranışlarında değişikliklerin meydana geldiği şeklindedir. Ayrıca sağaltımdan önce düşük evlilik doyumu gösteren çiftlerin, sağaltım neticesinde evlilik doyumlarında bir artış olduğu ortaya konulmaktadır. Çalışmanın bir diğer önemli sonucu ise, ailelerin birbirlerine daha yakın ve bağlı, kendilerini daha kolaylıkla ifade edebilen ve daha az çatışma yaşayan aileler haline gelmiş olmalarıdır. Ailesel depresyon ölçümlerinin puanları ise çalışma öncesine göre daha düşüktür ve bu basamakta da bir azalma görülmektedir (Sayger, Horne ve Glaser, 1993).

Eşler arasındaki çatışma, çocuğun uyumunu etkileyen önemli bir faktör olarak da göze çarpmaktadır. Eşler arasındaki huzursuzluklar, başta çocuklar olmak üzere, tüm aile fertlerini olumsuz olarak etkilemektedir. Dolayısıyla eşler arasındaki uyum ve çocuğun uyumu arasındaki ilişki sıklıkla araştırılan konuların başında gelmektedir. Eşler arasındaki çatışmayla, çocuğun uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, çocuklardaki saldırganlık, anti-sosyal davranış, kaygı gibi kavramlarla arasında pozitif ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca eşler arasındaki çatışmayla ergenlerin aldıkları bilişsel ve sosyal yeterlilikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Yılmaz, 2001).

Eşler arasındaki çatışmanın içeriği çocuk yetiştirme konusunda ise ve bu konuda eşler arasında anlaşmazlık varsa, bu anlaşmazlık çocuklara yönelik tutumlara yansımakta ve bu da tutarsız uygulamalara yol açmaktadır. Anne babanın tutarsız uygulamaları ise, çocukta



olumsuz davranışların ortaya çıkabilmesine neden olabilmektedir. Eşler arasındaki çatışmanın nasıl çözümlendiği de çocuklar açısından önemli olmaktadır. Yapılan araştırmalarda, çatışmalarını başarılı bir şekilde çözümlleyen eşlerin, çocuklarına problem çözme konusunda iyi model oldukları belirtilmektedir. Aralarındaki çatışmayı çözümsüz olarak algılayan çiftlerin çocuklarının da, aynı şekilde mutsuz oldukları ve okulda uyum problemleri gösterdikleri tespit edilmiştir (Yılmaz, 2001).

Evlilik doyumunu düşüren önemli etkenlerden bir diğeri de, çiftlerin kronik hastalığa sahip çocuklarının bulunması durumudur (Walker, Johnson, Manion, Cloutier, 1996).

## **2.5. Evlilik Doyumunun Ölçülmesi Ve Evlilik Doyum Ölçekleri:**

Evlilik doyumunun ölçülmesi çalışmaları, Terman'ın 1938 yılında yayınlanan evlilik konusundaki ilk çalışmasıyla başlamıştır. Evlilik araştırmalarında evlilik doyumunu tipik olarak eşlerin mutlulukları, genel doyum düzeyleri, evlilik ilişkileri ve eşlerini değerlendirmeleri üzerinden ölçülmektedir. Ayrıca evlilik doyumunu, evlilik uyumu ve evlilik kalitesi gibi bazı ilgili değişkenler vasıtasıyla da ölçülebilmektedir (Kirby, 2005). Evlilik doyum envanterlerinin kullanımlarının özellikle klinik ortamlarda ve evlilik terapilerinde hızla yaygınlaşmaya başladığı görülmektedir (Fowers, Olson, 1993).

Aile ve çift fonksiyonlarını ölçmeyle ilgili en çok kullanılan yöntemlerden bir tanesi, ölçek ve envanter kullanımlarıdır. Eşler, anketler ve ölçeklerdeki ifadeleri derecelendirme yoluyla, ilişkileri hakkında bilgi verirler. Daha çok kalem kağıt testi şeklinde katılımcıların kendi kendilerine cevaplayacağı yapıda hazırlanmaktadır. Katılımcının var olan durumu okuyarak, kendisine en uygun derecelemeyi işaretlemesi şeklinde yapılmaktadır (Segrin, 2004).

Evlilikle ilgili araştırmalar neticesinde evlilik doyumunu ölçmek üzere çok çeşitli ölçekler geliştirilmiş ve çeşitli araştırmalarda kullanılmıştır. Geliştirilen ölçeklerin hemen hemen hepsi de birbirleriyle anlamlı ilişkiler göstermektedirler. Yurt dışında en çok kullanılanlar arasında *Locke-Wallas Evlilik Uyum Testi (Marital Adjustment Test-MAT)*, *Spanier'in Çift Uyum Ölçeği (Dyadic Adjustment Scale-DAS)*, *Snyder'in Evlilik Doyum Envanteri (Marital Satisfaction Inventory-MSI)*, *Roach, Frazier ve Bowden'in Evlilik Doyum Ölçeği (Marital Satisfaction Scale-MSS)*, *Norton'un Kaliteli Evlilik İndeksi (Quality Marriage*

*Index-QMI*) ve *Schumms'un Kansas Evlilik Doyum Ölçeği* (*Kansas Marital Satisfaction Scale-KMSS*) bulunmaktadır (Kirby, 2005).

Bu araştırma dahilinde geliştirilmiş olan Evlilik Doyum Ölçeği yapısal olarak kurgulanmadan önce yurt dışında yaygın olarak kullanılan benzer ölçekler incelenmiştir. Yurt dışındaki araştırmalarda sıklıkla rastlanan benzer ölçekler hakkında bilgi verilmesinde bundan sonraki araştırmalara yol göstermesi açısından fayda görülmektedir (Carrano, Cleveland, Tinkew, Moore, 2003):

1. Dyadic Adjustment Scale: DAS (Çift Uyum Skalası): Spanier tarafından 1976 yılında geliştirilmiştir. Çiftin arasındaki fikir birliğini ve ortak görüşlülüğü ölçen bir ölçektir. 32 maddeden oluşmakta, 4 farklı alt boyutu içermektedir; çiftin arasındaki anlaşma, çift doyumunu, birbirlerine verdikleri destek ve sevgi ifadeleri. Çiftler derecelendirme tipi yanıtlamalarla değerlendirmelerini yaparlar. Türkiye'de geçerlik ve güvenirlik çalışması Yavuz tarafından 1995 yılında yapılmıştır.
2. ENRICH: Enriching and Nurturing Relationship Issues , Communication and Happiness-Marital Satisfaction Scale: (İlişkiyi Geliştirme ve Zenginleştirme, İletişim ve Mutluluk-Evlilik Doyum Ölçeği) Olson, Fournier ve Druckman tarafından 1985 yılında geliştirilmiştir. ENRICH üç ölçek halinde kullanılan yaygın bir ölçektir. Birinci ölçek idealistik saptırma ölçeğidir. Kişinin evliliği hakkında gerçek olmayan düşünce yapısını ve eşine yönelik idealize edilmiş abartılı görüşünü ortaya koymaktadır. İkinci ölçek yukarıda adı geçen ve evlilik doyumunu ölçen 10 maddeden oluşmaktadır. Beşli Likert tipi bir değerlendirmeyi içerir. Son ölçek ise kişisel nitelikleri ölçmeye yöneliktir.
3. Index of Marital Satisfaction: IMS: (Evlilik Doyum İndeksi): Hudson tarafından 1997 yılında geliştirilmiştir. Evlilikten alınan doyumunu ve ilişki mutluluğunu ölçmeye yönelik, yedili derecelendirmeyi içeren 25 sorudan oluşmaktadır.
4. Kansas Marital Satisfaction Scale: KMS: (Kansas Evlilik Doyum Ölçeği): Schumm tarafından 1986 yılında geliştirilmiştir. Yedili derecelendirmeyi içeren üç sorudan oluşmaktadır. Evlilikten alınan doyumunu, eşten alınan doyumunu ve eşle ilişkiden alınan doyumunu araştırmaktadır.

5. The Locke-Wallace Marital Adjustment Test: LWMAT: (Locke-Wallace Evlilik Uyum Testi): Locke-Wallace tarafından 1959 yılında geliştirilmiştir. 15 soruluk bir ölçektir. Üç bölümden oluşmaktadır. Eşle birliktelikten duyulan mutluluk, eşle fikir ayrılıkları ve anlaşmazlıklar, boş zamanların nasıl değerlendirildiği, eşle yakınlık gibi konular ölçülmektedir.
6. The Marital Satisfaction Scale: MSS: (Evlilik Doyum Skalası): Roach, Frazier ve Bowden tarafından 1981 yılında geliştirilmiştir. 48 maddeden oluşan beşli Likert tipi bir ölçektir. Eşle iletişim, evlikten beklentiler, cinsel ilişkiden duyulan tatmin, eşe duyulan sevgi ve güven gibi konular ölçülmektedir.
7. Relationship Assessment Scale: RAS: (İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği): Hendrick tarafından 1988 yılında geliştirilmiştir. Beşli derecelendirmeyle ölçülen toplam yedi maddeden oluşmaktadır. Sorular ilişki ve ilişki problemlerini ortaya koymaya yönelik olarak tasarlanmıştır.
8. Marital Satisfaction Inventory-Revised: MSI: (Evlilik Doyum Envanteri): Synder tarafından 1981 yılında geliştirilmiştir. 1997 yılında revüze edilmiştir. Doğru-yanlış şeklinde cevaplanan 150 soruluk oldukça ayrıntılı bir envanterdir. Tutarsızlık, geleneksellik, genel stres, etkili iletişim, problem çözücü iletişim, agresyon, eşle birlikte zaman geçirme, maddi konularda anlaşmazlık, cinsel tatminsizlik, cinsiyet rolüne uyum, aile orijinininden yansıyan problemler, çocuklardan kaynaklanan tatminsizlik, çocuk yetiştirme konusunda anlaşmazlık olmak üzere 13 alt boyuttan oluşmaktadır. Her iki eşe uygulanmakta ve sonuçlar bir profil üzerinde değerlendirilmektedir (Synder, 1997).

## **2.6. Aile Ve Evlilik Danışmanlığı/Terapisi, Aile Ve Evliliğe Müdahale Teknikleri:**

Bu bölümde, öncelikle aile ve evliliğe müdahale tekniklerini ve aile ve evlilik danışmanlığı metotlarını daha iyi anlayabilmek için gerekli olan, aile ve evlilik terapilerinde kuramsal olarak en çok kullanılan yaklaşımlara yer verilmiştir. Ardından aile ve çiftlerle çalışılırken sıklıkla kullanılan tekniklere değinilmiştir. Evlilik ilişkisini geliştirme programları ve grup çalışmalarında ise, dünyada sıklıkla kullanılan eğitim ve danışma gruplarına yer

verilmiş, içerikleri tanıtılmıştır. Evlilik öncesi danışmanlığı yaklaşımı ise ayrı bir bölüm olarak ele alınmıştır.

### **2.6.1. Aile ve Evlilik Terapisinde En Çok Kullanılan Yaklaşımlar:**

Bu bölümde aile ve evlilik terapisinde en çok kullanılan yaklaşımlara yer verilmiştir. Bu yaklaşımlar sırasıyla, Psikodinamik ve Bowenyan Aile Terapileri, Yaşantısal Aile Terapisi, Davranışçı ve Bilişsel Davranışçı Aile Terapileri, Yapısal Aile Terapisi, Sistemik Aile Terapisi, Stratejik Aile Terapisi, Çözüm Odaklı Aile Terapisi, Naratif Aile Terapisi başlıklarında ele alınmıştır. Ardından bu ekollerin ışığında gelişmiş olan aileye müdahale teknikleri ve aile danışmanlığına yer verilmiştir. Daha sonra evlilik terapisinde en çok kullanılan yaklaşımlar arasında yer alan Geleneksel Davranışçı Çift Terapisi, Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri, Davranışçı Sistemik Çift Terapileri, Duygusal Odaklı Çift Terapisi ve İntegratif Davranışçı Çift Terapisi tanıtılmış ve evliliğe müdahale tekniklerine yer verilmiştir.

**2.6.1.1. Psikodinamik ve Bowenyan Aile Terapileri:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991):

Psikodinamik ve Bowenyan aile terapileri, ailelerle çalışılırken kullanılan en temel iki yaklaşımdır. Psikodinamik aile terapisi ilk olarak Nathan Ackerman tarafından geliştirilmiştir. Bireysel psikanalizin temel prensiplerini aileye uygulayan bir yaklaşımı içerir. Psikiyatristler arasında oldukça yaygın olarak kullanılan ve değer verilen bir yaklaşımdır. Murray Bowen ise, psikanaliz eğitimi almış bir psikiyatristtir. Kendi tecrübesi ve psikanalizi birleştirerek geliştirdiği yaklaşımı, aileler ve özellikle çiftlerle çalışırken başarıyla uygulamıştır. Psikodinamik aile terapisinin en önemli teorisyenleri arasında Sigmund Freud, James Framo, Robin Skynner, Nathan Ackerman, Theodore Lidz, Donald Williamson, Ivan Boszormenyinagy, Norman Paul ve Lyman Wynne gelmektedir. Bowenyan aile terapisi içinde yer alan önemli isimler arasında ise, Murray Bowen'dan başka, Michael Kerr ve Ed Friedman sayılabilir.

Gerek psikodinamik teori gerekse de Bowenyan teori, özellikle ailelerdeki bilinçaltı güçlerin önemini vurgulamaktadır. Her ikisinin de teori ve terapi teknikleri aynıdır. Psikodinamik oryantasyonlu aile terapisi, psikanaliz ve sistem yaklaşımının eklektik bir bileşiminden oluşmaktadır. Bowenyan teori, sistemik bir yaklaşımı esas almaktadır. Özellikle kişiye kuşaklararası bir bakış açısıyla yaklaşmayı önemle vurgulamaktadır. Bowenyan teori çiftlerle ve ailelerle çalışırken bilişsel stratejilerden yararlanırken, psikodinamik aile terapisi içgörü odaklı çalışır. Her iki yaklaşımda da terapist bir koç, bir öğretmen, bir katalizör olarak çalışır. Her ikisi de bilinçaltı süreçleri vurgulamaktadır. Bu sebeple terapi uzun zamana yayılmaktadır. Bowenyan teori danışanlarına önceki kuşaklardan kendisine aktarılmış olan problemleri davranışlarını yeniden düzenleme şansı verir. Öte yandan psikodinamik yaklaşım, danışanların savunma mekanizmalarının baskılarından kurtulmalarını sağlar. Her iki terapidde kavramsal ve ayrıntılıdır. Her ikisi de aile yaşantısı üzerinde etkili olabilecek geçmişe ait, sosyal ve çocukluk yaşantıları ve problemlerinin yarattığı bilinçaltı baskıların önemine değinmektedir. Psikanalitik teori kökenli her iki yaklaşımda kendi terminolojilerine sahiptir. Her iki yaklaşımda uzun süreli terapiyi gerektirmektedir. Yaklaşık 20 seans kadar sürmektedirler.

Psikodinamik terapinin temel amacı, ailenin bilinçaltı süreçlerine dayalı bozuk karşılıklı etkileşimlerini kırmak ve bu sayede bireylerin problemlerine yeni çözümler getirebilmektir. Terapötik teknikler arasında, rüya analizleri, transferans, yüzleşme, güce odaklanma ve aile geçmişi yer almaktadır. Aile üyelerine, bilinçaltını yeniden yapılandırma ve içgörü kazanma yoluyla yardımcı olunmaktadır.

Bowenyan terapi ise, terapötik teknikler, genogramlar, aile yansıtmaları, kişi kişiye iletişim, benin ayrımlaşması gibi teknikleri içermektedir.

**2.6.1.2. Yaşantısal Aile Terapisi:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991; Nazlı, 2000).

Yaşantısal aile terapisi 1960'ların hümanistik-varoluşçu psikoloji hareketinin ışığı altında ortaya çıkmıştır. Kuramın başlıca öncüleri arasında Virginia Satir, Carl Whitaker, Peggy Papp, Bunny Duhl, Fred Duhl gibi isimler sayılabilir. Kuramın öncüleri, terapi yaşantısının deneysel ve yaşantısal olması gerektiğini savunmaktadırlar.

Yaşantısal aile terapistleri, aile problemlerinin duyguların bastırılmasından kaynaklandığını düşünürler. Ailedeki bireyler duygularının farkında değildir. Eğer duygularını fark ederlerse, duygularını bastırırlar. Duygular yaşanmadığı zaman, ailenin bir veya daha fazla üyesinde duygusal rahatsızlık ortaya çıkar. Bu tip atmosferde aile üyeleri birbirlerinden uzaklaşırlar ve başka meşguliyetler, aile dışı aktiviteler edinirler. Bu tür davranışlar ise ailede fonksiyonelsizliğe yol açar.

Duyguların bastırılmasının yanı sıra, ailede problemlere yol açan diğer faktörler arasında, katılık, güdüleri görmezden gelme, farkındalık eksikliği, duygusal bozukluk ve eksiklikler ve savunma mekanizmalarının etkisi sayılabilir. Danışmada bireye veya çift ilişkisine odaklanmak esas alınmaktadır.

Terapinin genel amaçları; gelişimi, değişimi, yaratıcılığı, esnekliği, spontanlığı ve eğlenceyi desteklemek, gizli kalanları netleştirmek, çiftler arasındaki duygusal yakınlığı arttırmak ve aralarındaki soğukluğu kırmak, savunma mekanizmalarını kırmak, özsaygıyı geliştirmek olarak belirlenmiştir. Terapi boyunca aile üyelerinin kendileri ve diğerleri hakkında farkındalık kazanmaları, kendilerinin ve diğer aile üyelerinin duygularının farkına varmaları, yapılandırılmış egzersizler yoluyla aile içindeki savunma mekanizmalarının kırılması ve gelişim esastır.

Yaşantısal yaklaşımın terapötik teknikleri arasında, heykelleştirme, aile koreografisi, düzgün iletişim becerileri öğretme, oyun terapisi, çocuk terapisi, espri, kukla kullanımları, sanat terapisi, rol-playing, yeniden yapılandırma, duyguların paylaşımı ve duygusal olarak güçlü bir atmosfer yaratma, öneriler getirme ve direktifler verme sayılabilir.

Bu yaklaşımda terapistin rolü, terapistin kendi kişiliğini ortaya koymasıyla başlar. Terapist açık, spontan, empatik, duyarlı ve şefkatli olmalı, kabul ediciliğini karşı tarafa hissettirmelidir. Aileyle riski paylaşma konusunda istekli olmalıdır. Aile üyelerine duygularını net bir şekilde ifade edebilecekleri yeni iletişim becerileri öğretmelidir. Terapi süresince aile üyeleri, ihtiyaçları ve duyguları hakkında daha fazla farkındalık kazanırlar.

Virginia Satir'in geliştirdiği terapi sistemi ise, üç basamaklı bir yapı içermektedir;

1. Ailenin güvenini kazanmak için *aileyle bağlantı kurmak (making contact)* gerekmektedir. Bunun için de değerlendirme ve işlem planı yapmak gerekir.

2. Danışman spesifik sorularla veya spesifik tekniklerle ailenin fonksiyonlarına karşı yeni bir farkındalık geliştirilmesine yardımcı olur. Satir bunu *karışıklık (chaos)* olarak tanımlamaktadır.
3. Aile üyelerinin kazandıkları yeni davranışları, terapötik çevrenin dışında da kullanmalarını sağlamak gerekmektedir. Satir bu durumu da *bütünleşme (integration)* olarak tanımlamaktadır.

Gelişim ve duygulara önem veren Carl Whitaker'ın geliştirdiği terapi sisteminde ise, bireylere hem ait olma hem de özgürlük duygularını yaşatmak amaçlanmaktadır. Whitaker danışma sürecinde teknikten ziyade yaratıcılık ve spontanlığa önem vermektedir.

**2.6.1.3. Davranışçı ve Bilişsel Davranışçı Aile Terapileri:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991 ; Segrin, 2004 ; Hahlweg, Markman,1988 ; Nazlı, 2000) :

Davranışçı terapistler, terapötik ortamda ailelerle çalışırken, öğrenme teorisinin kurallarını uygulamaktadırlar. Operant ve klasik koşullanma prensiplerini ise, ailedeki değişimi sağlamak için uygulamaktadırlar. Ivan Pavlov, John B. Watson ve B.F. Skinner'in davranışçı yaklaşımla ilgili çalışmalarının sonucunda gelişmiş olan yaklaşımın aile terapisi açısından önemli diğer isimleri arasında, Albert Bandura, Neil Jacobson gibi isimler yer almaktadır.

Yaklaşımın temelinde davranışı sürdürmenin veya durdurmanın mümkün olduğu, uyumsuz davranışların yerine yenilerinin konulabileceği görüşü yer almaktadır.

Davranışçı aile terapisinin dört temel formu bulunmaktadır;

1. Davranışçı ebeveyn eğitimi,
2. Davranışçı evlilik terapisi,
3. Cinsel bozuklukların tedavisi,
4. Fonksiyonel aile terapisi.

Tüm bu yaklaşımlarla birlikte ise genellikle bilişsel davranışçı metotlar kullanılmaktadır. Davranışçı yaklaşıma ek olarak bilişsel yaklaşımların temel katkısı, rasyonel

ve irrasyonel düşünceler üzerine odaklanmasıdır. Çift veya aile üzerinde meydana gelebilecek davranış değişikliğini desteklemek amacıyla, çift veya ailenin davranış veya problemle ilgili irrasyonel inanışlarını değiştirmek üzere çalışılmaktadır. Davranışçı ve bilişsel davranışçı terapi tekniklerinin kullanıldığı pek çok sağıltım çalışmasında, pekiştirme, yeniden yapılandırma, model alma, rol oynama, düşünceleri durdurma, operant koşullanma, kontrat yapma, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirme, klasik koşullanma, koçluk, biçimlendirme, tablolaştırma, irrasyonel düşünce değiştirme, sistematik duyarsızlaştırma, jeton biriktirme en sık kullanılan metotlar arasında yer almaktadır.

Terapist müdahale esnasında direkt ve dikkatli davranır. Bir davranış pekiştirici olmanın yanı sıra, bir öğretmen veya bir uzman olarak yer alır. Esas odak noktası ailenin terapi ortamına taşıdığı problemlerdir. Aile üyeleri terapi esnasında davranışlarını değiştirmeyi veya geliştirmeyi öğrenirler.

Bilişsel ve bilişsel davranışçı terapinin temel vurguları;

1. Görünen davranışın ve problemlerin tedavi edilmesi,
2. Yeni sosyal becerilerin öğrenilmesi ve işe yaramayanların elenmesi,
3. Cezalandırmadan ziyade, pozitif kontrol ve eğitim sistemleri hakkında bilgilendirmeyi tercih etmek,
4. Çeşitli davranışçı teknikler arasından basit, pragmatik ve işe yarar olanı seçmek,
5. Kısa süreli tedavi yaklaşımıdır.

Davranışçı ebeveyn eğitimlerinde öncelikle davranışsal analiz yöntemiyle, planlama yapılmaktadır. Yaklaşım özellikle ebeveyn olma becerilerinin geliştirilmesine yönelik olarak planlamaya önem vermektedir. Bu amaçla ebeveynler aşağıdaki üç alanda eğitilirler:

1. Çocuklarının davranışını gözlemlene ve kaydını tutmayı öğrenirler.
2. İstenmeyen davranışa karşı tepkisiz kalma olarak tanımlanabilecek etkili ceza yöntemini uygularlar.
3. Etkili pekiştirme yöntemlerini öğrenirler.

Fonksiyonel aile danışması ise, temellerini davranışçı ekolden alan bir tekniktir. Cole Barton, James Alexander ve Bruce Parson tarafından geliştirilmiştir. Fonksiyonel aile danışması aile üyelerinin görünür davranışlarının yanı sıra, görünmeyen gizli davranışlarını değiştirmekle de ilgilenir. Yalnızca ailenin güncel davranışlarını değil, aile üyelerinin öznel



düşüncelerini de değiştirmeye çalışır. Fonksiyonel aile danışmanları sorunlu davranışların neden ortaya çıktığını, ayrıca nasıl ve neden aile üyeleri tarafından devam ettirildiğini araştırmaya çalışırlar.

Davranışçı metotların terapötik ortamda rahatlıkla uygulanmasıyla beraber, özellikle çift terapileri arasında hızla yayılmış ve rağbet görmüştür. Davranışçı çift terapistleri çiftler arasındaki olumlu davranışların pekiştirilmesi yoluyla çift ilişkilerindeki problemleri davranışların yerine yenilerini koymayı amaçlamaktadır. Davranışçı ve bilişsel davranışçı çift terapilerine ilgili bölümde ayrıntılı olarak yer verilmiştir.

**2.6.1.4. Yapısal Aile Terapisi:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991 ; Segrin, 2004 ; Nazlı, 2000) :

Yapısal Aile Terapisi, Salvador Minuchin ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Braulio Montalvo, Thomas Todd, Charles Fishman Duncan Stanton önemli isimler arasındadır. Aile yapısına odaklanması sebebiyle bu ismi almıştır. Ailenin hiyerarşisi, sınırları, dış çevre, alt sistemler gibi aile yapısına ait çeşitli boyularla ilgilenmektedir. En belirgin görüşleri, ailenin yaşam döngüsü içerisinde sürekli değişen deneyimlere maruz kaldığıdır. Ailenin sağlığı, mutluluğu ve fonksiyonelliği, bu değişimlere gösterdiği uyumla doğru orantılıdır. Minuchin, sağlıklı aile fonksiyonlarında, sınırların bozuk olması, güç dengesizlikleri ve uygunsuz düzenlemeler yattığına dikkat çekmektedir. Aile içinde sınırlar zayıf bir şekilde düzenlendiğinde tipik olarak çocuklar ebeveyn gibi, ebeveynler de çocuk gibi davranmaya başlamaktadırlar. Minuchin, ebeveynlerle çocuklar arasında net bir sınır olması gerektiğini vurgulamaktadır. Güç dengesizlikleri ise, aile üyelerinden birinin olması gerekenden fazla bir güce sahip olması ile başlamaktadır. Uygunsuz düzenleme durumlarında ise, aile üyelerinden bir veya bir kaçını bir takım oluşturarak, diğeri veya diğerlerine karşı davranmaya başlamaktadırlar. Bu tür koalisyonlar ailelerde sıklıkla görülmekle birlikte, sert bir hal aldığına, istenmeyen durumlar yaratabilmektedir. Bu tip yapısal bozukluklar daha çok *iç içe (enmeshed)* ve *kopuk (disengaged)* ailelerde görülmektedir.

İç içe aileler birbirlerinin meselelerinin çok fazla içine girmekte, birbirlerinin ruh durumlarına anında tepki vermektedirler. Bir birey veya aile olarak etkili fonksiyonları olamamaktadır. Bu tip aileler, aile üyeleri arasında yeterli sınırların oluşmamış olmasından

dolayı ciddi problemler yaşayabilmektedirler. Bunun tam zıttı olarak da kopuk aileler ise birbirlerine karşı yeterli ilgi ve yakınlığı gösterememektedirler.

Yapısal aile terapisinin temel amacı, aile ünitesini yeniden düzenlemektir. Bu amaçla ailenin daha fonksiyonel bir etkileşim geliştirebilmesi için terapist yol gösterici bir rehber, yönetici rolü oynar. Terapi süreci, *katılım*, *değerlendirme* ve *yeniden yapılandırma* süreçlerini içerir. Katılım, terapistin bir çeşit lider niteliğinde, bir süreliğine aile sistemine dahil olması anlamına gelmektedir. Değerlendirme süreci içinde ise terapist, ailenin var olan sınırlarını, sınırların esnekliğini, karşılıklı etkileşim paternlerini, alt sistemlerin ve koalisyonların varlığını, ailenin sorunlu üyelerinin davranış problemlerini ve var olan semptomlarını aile içinde nasıl sergileyip devam ettirdiklerini değerlendirir. Yeniden yapılanma aşaması ise daha karmaşık bir aşamadır ve terapistin aile içinde yeni farkındalıklar oluşturmasını, ailede bir değişim yaratmasını ve yeni davranış örüntülerini yapılandırmasını içerir. Tüm bu tekniklerin kullanılmasındaki ortak amaç, aile içerisinde yeni ve fonksiyonel sınırlar oluşmasına yardımcı olmak ve aile içindeki bozuk karşılıklı etkileşim paternlerini daha doyurucu bir hale getirmektir.

Terapistin görevi, aile haritasını ortaya çıkartmaktır. Aile sisteminde her üyenin aile etkileşiminin nasıl olduğu hakkında bir algılayışı vardır. Bunlar aile haritasına yansıtılarak aile danışmasında bir araç olarak kullanılabilir. Bu nedenle yapısal terapistler, ailenin yapısal problemlerini birkaç basit problemle yapmış oldukları aile haritasına çıkarırlar. Bu haritalar ailede nelerin değişmesi gerektiği konusunu netleştirir. Terapist ve aile seans boyunca aktif çalışmaktadır. Seanslar şu andaki problem üzerine odaklanır. Genelde altı aya yakın bir süre çalışmayı gerektirir. Bazı seanslar arasında ev ödevleri verilebilir.

**2.6.1.5. Sistemik Aile Terapisi:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991 ; Nazlı, 2000 ; Aktaş, 2004 ; Tüzer, 2001 ; Schwab, 2000) :

Sistemik aile terapisinin en önemli isimleri arasında, Mara Selvini Palazzoli, Peggy Papp, Luigi Boscolo gibi isimler yer almaktadır. Aile terapistleri arasında sıklıkla kullanılan yöntemlerden bir tanesidir. Özellikle kısa süreli ve spesifik bir yaklaşım olması, terapistlerin işini kolaylaştırmaktadır. Uygulanan yaklaşım ve teknikler açısından stratejik yaklaşımı da

içermektedir. Sistemik (Milan) aile terapisi, terapistin değişime stratejik, yani planlı şekilde odaklanmasını öngören, problemin çözümüne sistemik bakış açısıyla yaklaşan bir teoridir. Bu yaklaşımda terapist bir uzman olarak yer alır. Suçlamadan uzak bir yaklaşım benimser.

Sistem Teorisi, aile üyeleri arasındaki karşılıklı ilişkiye odaklanmıştır ve aile terapisine bütünlendirici bir yaklaşım getirmiştir. Sistemik aile terapisi yaklaşımı 1950'lerden beri psikiyatri ve psikoterapinin pek çok alanında etkisini göstermiştir. Sistem yaklaşımı, aileyi çevresiyle ve birbirleriyle ilişki ve etkileşim içinde bulunan parçaların oluşturduğu dinamik bir bütün olarak ele alır. Aile birim ve sistem olarak kendisini oluşturan parçaların özelliklerinin toplamından daha fazlasına sahiptir. Sistemi bütün olarak etkileyen herhangi bir şey, üyelerini de tek tek etkileyecektir. Ailede yer alan alt sistemlerin (anne, baba, çocuklar...) bir işlevi, dolayısıyla bir amacı vardır ve her aile kendine özgü bir amaç etrafında şekillenir. Toplum içinde yaşayan aile, hem içindeki üyeleri hem de dışındaki büyük sistemle karşılıklı bağılıkları sayesinde varolmaktadır. Bu ilişki dış sistemde meydana gelen değişikliklerin aile sistemine de yansımaya neden olmaktadır Tüm sistemler gibi aile sistemi de homeostatik dengesini korumaya çalışır. Bunun içinde aileler iletişim örüntüleri, sınırlılıklar, rol esnekliği, alt sistem ittifakları ve kuralları çerçevesi içinde, kendilerine özgü ve birbirinden farklı tarzlar geliştirirler. Ailenin bir üyesinde ciddi bir hastalık olduğunda, ailenin homeostatik dengesinde bir değişim olur. Böyle bir dengesizlik durumunda sistem yeni duruma uyum sağlama eğilimine girer. Ailenin duygusal enerjisi sistemin dengesini yeniden kurmaya yöneltilir (Aktaş, 2004 ; Tüzer, 2001).

Aile sistem teorisi üç ana noktayı vurgulamaktadır (Schwab, 2000):

1. Aile bir sistemdir. Aileyi organizasyonel bir bütün olarak ele almak, aile sisteminin davranışlarını anlamak konusunda en iyi yoldur. Aile üyelerinin davranışları, birbirleriyle geliştirdikleri etkileşim ve iletişim paternlerinin bir ürünüdür. Aynı şekilde evlilik sorunları, aile içindeki iletişim kanallarında var olan fonksiyon bozukluklarının bir ürünüdür.
2. Aile denge ve istikrar eğiliminde bir sistemdir ve değişime karşı dirençlidir. Aile sahip olduğu denge ve homeostasisi devam ettirme eğilimindedir.
3. Sistemik gelişim aileyi açık bir sistem haline getirir.

Aile danışmanlarının sistem yaklaşımı içerisinde göz önünde bulundurdıkları temel noktalar şu şekilde özetlenebilir (Aktaş, 2004):

1. Aileler, kendilerini oluşturan bütünün toplamından daha farklı bir yapılanma özelliği gösterirler.
2. Aile sistemini ve alt sistemleri ayakta tutan ve yönlendiren kurallar sistemi vardır.
3. Her sistemin onu nasıl bir fonksiyona sahip olduğunu anlamada yardımcı olacak sınırları vardır.
4. Sınırlar bütünüyle geçirmez değil, yarı-geçirgen özelliğe sahiptir.
5. Aile sistemleri göreceli olarak dengeli ve durağan bir yapı içerisindedir. Ancak bu durağan yapısı, onun gelişip değişmeyeceği anlamına gelmez. Gelişim ve değişim oldukça doğaldır ve değişime neden olan bir çok sistem içi ve dışı faktör vardır.
6. Sistemin parçaları arasındaki iletişim ve geri bildirim, sistemin fonksiyonelliği için oldukça önemlidir.
7. Aile içindeki bireylerin davranışlarının nedenlerini bir nedensellik ilişkisi ile açıklamak yeterli değildir.
8. Aile sisteminde diğer açık sistemler gibi çok sayıda farklı başlangıçlar, benzer sonuçlar ortaya çıkarır.
9. Aile sisteminin de diğer açık sistemler gibi amacı vardır.
10. Aile sistemi bir çok alt sistemden (anne-baba alt sistemi, kardeşler alt sistemi) oluşmuştur.

Aile içindeki alt sistemler arasında da belli sınırlar vardır. Anne-baba, çocuklar, ebeveynler gibi alt sistemlerin kendi içlerindeki sınırları doğaldır. Öneli olan alt sistemler arasında karşılıklı olarak işleyen bir iletişim sisteminin varlığıdır. Bu sınırların varlığı anne babanın kendi meselelerini çocuklarına yansıtmadan yada onlar üzerinden mesaj vermeden halledebilmelerini gerektirir. İletişimde karşılıklı geribildirimlerin rahat olarak şiddete dönüşmeden verilebilmesi, alt sistemlerin birbiriyle uyumunu ve tüm sisteme katkısını ifade eder (Aktaş, 2004).

**2.6.1.6. Stratejik Aile Terapisi:** (Gladding, 2002 ; Goldenberg, Goldernberg, 1985 ; Barker, 1986 ; Gurman, Kniskern, 1991 ; Nazlı, 2000) :

Stratejik Aile Terapisi, ailelerle çalışan terapistler arasında en popüler olan yaklaşımdır. Kısa süreli, spesifik, pozitif ve aileler tarafından da ilgi duyulan bir yaklaşımdır. En önemli teorisyenleri arasında, MRI (Mental Research Institute), Milton Erickson, Gregory Bateson, Paul Watzlawick, John Weakland, Jay Haley yer almaktadır.

Teori, bireylerin ve ailelerin hızla değişebileceğine inanmaktadır. Terapi yaklaşımı basit ve pragmatiktir. Semptomatik davranışların ve katı kuralların değişimine odaklanır. Yeniden şekillendirme (varolan probleme farklı bir açıdan baktırma), direktifler (görev veya ödevler verme), paradokslar (hastaya bir şey yapmasını söyleme), -miş gibi yapmak (korktuğu, yaşamak istemediği, sorunlu bir davranışı sergilemelerini-yaşıyormuş gibi yapmalarını istemek) gibi çeşitli yaratıcı teknikler kullanılmaktadır. Çiftler veya bireylerle çalışılırken bu tekniklerden bir veya bir kaç seçilerek kullanılmaktadır. Ancak aile bir sistem olarak ele alınır. Davranışa odaklanmanın amacı, halihazırdaki problemi çözümlenebilir. Bu şekilde değişimin desteklenmesi sağlanır. Tanımlanabilir davranışsal amaçlar hedeflenir. İçgörüyü önem verilmez.

Terapinin yaklaşım açısını aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür;

1. Semptomlara pozitif bakış açısıyla yaklaşmak,
2. Sağaltımın kısa süreli olması (yaklaşık 10 seans),
3. Halihazırdaki problemleri davranışın değiştirilmesi,
4. Her bir ailenin kendi spesifik ihtiyaçlarına uygun olarak çalışılması,
5. Yenilikçi, yaratıcı tekniklerin kullanılması,
6. Esnek, gelişimci ve yaratıcı yaklaşımlar.

Terapistin rolü, ailenin değişime olan direncini kırmasına yardımcı olabilmek ve problemin çözümüne yönelik stratejileri planlamaktır. Dirençle başa çıkmanın bir yolu da ailenin problemine yönelik pozitif kabuldür. Problemin net bir şekilde tanımlanmasına önem verilmektedir. Ardından problemin çözümüne yönelik daha önce denenmiş olan tüm çözümler ortaya konulur. Somut çözümlerin tanımlanmasından sonra, değişimi sağlayacak olan stratejiler uygulamaya konulur. Terapist bu süreç içerisinde ailenin problemleri davranışlarına yol açan karşılıklı kısır döngü etkileşimleri kırmaya çalışır.

Stratejik terapi, ailenin etkileşim paternlerine ait geçmiş örüntülerle ilgilenmez. O andaki problemleri davranışın değiştirilmesi üzerinde çalışır.

### 2.6.1.7. Çözüm Odaklı Aile Terapisi:

(Gladding, 2002 ; Weiner-Davis, De Shazer, Gingerich, 1987 ; De Shazer, Berg, Lipchik, Nunnally, Molnar, Gingerich, Weiner- Davis, 1986):

Çözüm odaklı terapi, son 20 yıl içerisinde Milwaukee, Wisconsin'deki Brief Family Therapy Center'ın (Kısa Aile Terapileri Merkezi) öncülüyle gelişmiş bir sistemdir. Terapinin önde gelen isimleri arasında Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg sayılabilir. Çözüm odaklı terapide, De Shazer'in çalışmaları neticesinde, danışanın ortaya koyduğu problemler üzerine odaklanmak yerine, çözüm üzerinde odaklanılır ve işe yarar çözümler aranır. Çözüm odaklı terapi, pragmatik minimalist bir yaklaşımla terapiye yaklaşır ve kısa sürede olumlu sonuçlara ulaşmayı hedefler. Danışana çözüm üretmek, bilimsel bir puzzle'ın parçalarını çözmek olmamalıdır. Daha ziyade danışanın algılarında, yaşamında ve karşılıklı etkileşim paternlerinde bir değişim yaratmak önemlidir ve bunun içinde en etkili yol, danışanın mevcut olan kendi kaynaklarını kullanmaktır. Danışanlar, kendi problemlerinin üstesinden gelebilecek potansiyele ve daha doyumlu bir gelecek için alternatifler üretebilme yeteneğine sahiptirler. Hatta danışanlar, arzu ettikleri değişimi yaratabilmek için ne gibi güçler ve kaynaklar kullanabileceklerini belirleyebilme yeteneğine de sahiptirler. Bill O'Hanlon, Eve Lipchick, Scott Miller ve Patricia O'Hanlon kuramın diğer önemli isimleri arasındadır.

Çözüm odaklı aile terapisi, stratejik aile terapisinin bakış açısından kaynaklanarak oluşturulmuş bir modeldir. Yaklaşık 5 ila 6 seanslık kısa yapısı sebebiyle oldukça ilgi görmektedir. Gerçekliğin sadece gözlenebilen şey olduğuna inanır. Sorunlu davranışlarla ilgili istisnai durumlara odaklanarak çalışmaktadır. İstisnalardan kasıt, bireyin veya ailenin az da olsa problemle başa çıkmayı başardıkları veya bu konu için çaba gösterdikleri durumları kapsamaktadır. Küçük de olsa yaşanan değişimler, hipotetik çözümler tek tek ortaya konulur. Şimdi ve burada ilkesi vurgulanır. Problemin geçmişiyle ilgilenilmez. Ailenin değişime istekli olduğu kabul edilir.

Tedavinin amaçları;

1. Aileye çözüm aramasında yardımcı olmak ve bu amaçla ailenin kendi içinde var olan güçlerini kullanmasını sağlamak,

2. Ailenin değişimin önemli olduğunu kavramasına yardımcı olmak ve küçük değişimlerin bile önemli olduğunu anlamalarını sağlamak doğrultusunda çerçevesidir.

Terapist terapi esnasında katılımcıdır. Aileyle beraber problemin çözümü üzerinde bir dedektif gibi çalışır. Dinleme kabul esastır. İstisnâsi durumların tek tek tespit edilmesine yardımcı olur. Çözüm odaklı terapi, problemin aile ve birey üzerindeki etkilerini anlama konusunda farklı bir yaklaşım sunar ve kişinin kendi problemini çözebilme yeteneğine sahip olduğu fikri üzerine yapılır. Bu yaklaşım bireyin doğuştan sahip olduğu kaynaklarla ve güçlerle ilgilenir. Patoloji üzerinde durmaz ve insanı hasta olarak kabul etmez. Danışanın mevcut kaynaklarını kullanmasının önemine değinir ve mevcut kaynaklar yardımıyla danışanın kendi ihtiyaçlarıyla karşılaşmasının, daha doyurucu bir yaşam açısından önemini vurgular. Probleme odaklanmaktansa, problemle başa çıkılabilen anlar üzerinde odaklanır. Çözüm odaklı terapi, klasik terapilerde problemi aslında terapistin kendisinin yarattığını savunmaktadır. Terapist problemi teşhis etmeye çalışırken, aslında fark etmeden kendi yaklaşımını da empoze etmektedir. Çözüm odaklı terapi, bu tuzaktan kurtulmak için hedefi danışanın belirlemesini ister. Problemin nadiren de olsa yaşanmadığı zamanlarda, bireyin kullandığı kendi kaynaklarını tanımlamak ve yapılandırmakla ilgilenir.

#### **2.6.1.8. Naratif Aile Terapisi: (Gladding, 2002):**

Terapinin kurucuları Avustralya'dan Michael White ve Yeni Zelanda'dan David Epston'dır. Naratif terapi, postmodernist ve sosyal yapılandırma perspektifine dayalı bir tekniktir. Ailenin ve bireyin kendi hikayelerinden yola çıkarak, aileyi desteklemek ve güçlendirmek amacıyla çalışır.

Naratif terapi, aile birimiyle, ailedeki alt sistemlerle ve bireyin kendisiyle çalışır. Terapinin amacı aileye kendi hayatlarının senaryosunu yeniden yazabilmelerinde yardımcı olmaktır. Böylece onları problemin egemenliğinden kurtararak değişime yönlendirir.

Problemlerin, ailenin veya kişinin dışında algılanmasını sağlamak gibi yaratıcı bir bakış açısına sahiptir. Aileyi problemlili olarak görmek yerine problemi dışsallaştırarak mücadele edilebilir bir hale getirir. Ailenin probleme bir takım ruhuyla yaklaşmasını sağlar ve bunun için ailenin kendi kaynaklarını ve güçlerini kullanır.

Naratif terapi teknikleri içinde yer alan problemin dışsallaştırılması tekniğiyle terapist, problemi bireyden veya aileden ayırır. Problemin dışsallaştırılması amacıyla en çok kullanılan teknik ise probleme bir isim verilerek yapılmaktadır. Örneğin enkopresis problemi olan çocuğun bu problemine, *sinsi ayıcık (sneaky poo)* gibi bir isim verilerek çocuğun bu sinsi ayıyla mücadele etmesi sağlanır. Böylece çocuk artık problemin kendisi olmaktan çıkar ve problem mücadele edilebilecek bir hal alır. Aile ile çalışılırken de kullanılan bu teknik, ailenin problemin karşısında işbirliği içinde çalışmasını ve problemin karşısında bir bütün olabilmelerini kolaylaştırmaktadır. Terapist problemin ailenin üzerindeki etkileriyle birlikte, ailenin de problem üzerinde etkileri olabileceğini de göz önünde bulundurarak çalışır ve ailenin dikkatini bu konuya çeker. Problemlerle başa çıkmanın başarılabilir olduğu istisnai durumlara dikkat çekmek de önemlidir.

Terapistin kullandığı çeşitli tekniklerden bir tanesi de mektuplardır. Terapi seansları sonunda aileye yazılan mektuplar, naratif terapinin önemli bir parçasıdır. Terapi seansının bir özetini içeren mektuplar, danışanın istediği zaman tekrar okuyarak terapi seansı üzerinde düşünmesini kolaylaştırır. Böylece terapist ve birey veya aile arasındaki iletişim devam etmiş olur. Ayrıca mektuplar, seanslara katılmak istemeyen aile üyelerinin sorumluluk almasını da sağlayabilmektedir.

Sıklıkla kullanılan tekniklerden bir tanesi de kutlamalar ve sertifikalardır. Genelde terapinin sonunda kullanılırlar. Seansların sonunda verilen sertifikalar, ailenin veya bireyin probleminin üstesinden geldiğinin belgeleri olarak terapinin önemli bir parçasını oluşturmaktadırlar. Aynı şekilde oturumlar küçük bir kutlama ile de sonlandırılabilir.

### **2.6.2. Aileye Müdahale Teknikleri ve Aile Danışmanlığı:**

Aile danışması teorik bir modele dayalı olarak yürütülür. Danışma sürecinde danışman, ailenin ne denli fonksiyonel olduğunu, nelerin yanlış gittiğini, ve yanlış gidenlerin değişmesi için neler yapılabileceğini anlayıp tanımlamak durumundadır (Aktaş, 2004).

Aile ve evlilik danışmanlığında aileyi ve çifti değerlendirmek üzere çeşitli değerlendirme teknikleri kullanılmaktadır. En çok kullanılan bazı değerlendirme teknikleri aşağıda yer almaktadır (Sporakowski, 1995):



1. Gözlem yöntemleri: Görüşme, teyp kullanma, ilişki interaksyonunu anlamaya yönelik hazır yaşantı durumları sunma, çifte ve aileye rol ve oyun oynatma.
2. İlişkiye ait grafik sunumlar: Genogram veya aile ağaçları, aile fotoğrafları veya aile heykeli gibi teknikler.
3. Tarihsel yöntem: Olayların geçmişini sorgulamaya yönelik araştırmalar.
4. Aileyle ilişkili konuların canlandırılması: İlişki örüntülerini yansıtıcı projektif uygulamalar (örneğin hikaye kullanımları, rol-playingler).
5. Öfke, karakter ve kişilik ölçümleri: Aile üyelerinin bu konular açısından durumları ve birbirleriyle karşılaştırılmalarına yönelik kontrol listeleri v.b. kullanımı.
6. Evlilik kalitesi, doyumu ve mutluluğunun ölçümüne yönelik teknikler.
7. Aile adaptasyon ölçümleri.
8. Stres ve başa çıkma tarzları, beklentiler, hayal kırıklıkları.
9. Aile ve ebeveynlik becerilerinin ölçümü.
10. Diğer yöntemler: Örneğin, cinsel fonksiyonların ölçümü, boşanmaya uyum gibi.

Aileyi veya çifti tanıma-değerlendirme sürecini içermeyen bir aile veya çift terapi yaşantısı, bir arabanın haritası olmadan seyahate çıkmasına benzer. Terapistin veya danışanın ailenin nereden gelip nereye gittiğini bilmeye ihtiyacı vardır. Aile neredeydi, şimdi nerede ve hangi yöne gitmek istiyor? Öncelikle terapist, kendi içinde bu soruları cevaplayabilmelidir. Terapistin bir ailenin değerlendirmesini yapması demek, ailenin meselelerini anlamaya çalışması ve böylece işe yarar yollar geliştirerek aileye müdahale etmesi demektir. Aile değerlendirmesi, işe yarar bir müdahaleyi içermesi bakımından hem bir ürün hem de bir süreçtir (Wilkinson, 1987).

Aile değerlendirme metotları, aslında oldukça yenidir. 1960'lardan önce çok az aile değerlendirme metodu olduğu görülmektedir. Günümüzde bir çok aile terapisti bir tek aile üyesinden elde edilen verilerle aileyi değerlendirmeye çalışmaktadır. Aile ile çalışmaya başlamadan önce, tüm aileyi tam olarak değerlendirmek terapistin gözetimi açısından önemli bir konudur. Bu amaçla, davranış kontrol listeleri, spesifik semptomlara ait ölçüm skalaları (depresyon, anksiyete gibi), bireysel görüşme teknikleri, kişilik envanterleri ve projektif

testlerin ailelerle çalışmak üzere yeniden adapte edilmeleri, artık bir gereklilik halini almış durumdadır (Deacon, Piercy, 2001).

McPhatter (1991) ailenin değerlendirilebilmesi için aşağıdaki gibi bir listeyi önermektedir:

1. Ailenin probleminin ne olduğunu tam olarak açığa çıkarmak,
2. Ailenin bu problemi nasıl algıladığını anlamak.
3. Aile dinamiklerinin ve aile fonksiyonlarının problem üzerindeki etkisini tam olarak anlamak.

Diğer araştırmalar ayrıca, aile üyelerinin kişilik özelliklerini, ailenin beklentilerini, pekiştireçleri, problem çözme ve karar verme paternlerini, terapiye karşı tutumlarını, başa çıkma ve adaptasyon stratejilerini, değerlerini ve günlük rutinlerini de bilmek gerektiğini vurgulamaktadır. Ailenin değerlendirilmesi esnasında aynı zamanda kuşaklar arası geçmişi, ailenin stres kaynaklarını, son zamanlarda yaşanan stres yaratıcı olayları, sağlık durumlarını ve intihar, istismar, şiddet gibi konulardaki risk göstergelerini de göz önüne almak gerekir. Terapist hangi verinin aileyi anlamak konusunda daha fazla yardımcı olabileceğine karar vermek ve etkili bir davranış değişikliği için plan yapmak zorundadır. Ayrıca tüm bu verilerin nasıl toplanacağı konusunda da bir karara varmak zorundadır (Deacon, Piercy, 2001).

Değerlendirme, terapistin, aile veya çift hakkındaki sübjektif ve objektif görüşlerini bir araya toplayabilmesine ve bunun neticesinde ailenin ihtiyacına uygun bir terapi planı ve kontrat geliştirebilmesine yardımcı olur. Ayrıca güçlü bir müdahale aracıdır. Terapist değerlendirme sürecini aileyi değerlendirmek ve destek vermek amacıyla kullanabileceği gibi, terapi sürecinin devamlılığını desteklemek içinde kullanabilir. Örneğin değerlendirme sayesinde, kendisini ilk kez bir yardım süreci içerisinde bulan aileyi sürece katmak ve alıştırmak için ona geri bildirimler verebilir, sorunlarını değerlendirebilir ve bir ümit oluşturabilmelerini sağlayabilir Terapist değerlendirme sürecini sadece terapinin başlangıç aşamasında değil, terapi boyunca da kullanabilir. Bu sayede, ailenin sürecini takip edebilir, amaçları tekrar gözden geçirebilir, ailenin değişmekte ve gelişmekte olan sürecini takip edebilir, veya terapi süreci boyunca kendisini değerlendirebilir. Ayrıca terapist sorduğu sorular yardımıyla, aileyi kendi meseleleri hakkında farklı yollar üzerinde düşünmeye teşvik etmiş olur. Bu amaçla terapistin aile hakkında yeterli bilgiyi elde etmiş olması çok önemlidir (Deacon, Piercy,2001).

McPhatter (1991) terapistin değerlendirme için ne tip bilgiler toplaması gerektiğini sistemli bir şekilde ortaya koymaktadır:

1. Problem: Problemin hikayesi, tanımı, problem için harcanan çabalar, geçmiş çözümler ve danışanların problemin çözümü için sahip oldukları motivasyon.
2. Ailenin organizasyonu: Ailenin üyeleri, ailenin geçmişi, güç ve hiyerarşi sistemi, sosyoekonomik ve kültürel durumu.
3. Aile fonksiyonları: Aile yaşam döngüsü, rolleri, kuralları, iletişimi, problem çözme becerileri, amaçları.
4. Ailenin güçlü olduğu yönleri ve kaynakları.
5. Terapiden ne bekledikleri.

Ayrıca terapistin, çiftlerin veya aile üyelerinin kişisel karakterleri, aileden beklentileri, destekleri, problem çözme, karar verme becerileri, terapiye yönelik tavırları, başa çıkma ve adaptasyon becerileri, değerleri ve günlük rutinleri konusunda bilgi toplaması da süreç açısından faydalı olacaktır. Son on beş yıl içinde, aile değerlendirme teknikleriyle ilgili bir takım süreçler göze çarpmaktadır. Örneğin bazı araştırmacılar, aile dinamikleri hakkında aile üyelerinin bireysel algılarını tespit etmek üzere bir kalem kağıt testi geliştirmişlerdir. Ayrıca *Aile Uyumluluğu ve Birliği Değerlendirme Ölçeği*, *Aile Değerlendirme Planı*, *Beavers-Timberlawn Aile Sağlığı Ölçeği* ve *Aile Kökeni Ölçeği* bunların arasında sayılabilir. Ancak yapılan araştırmalar, klinisyenlerin bu tip envanterleri, aile değerlendirmeleri ve davranış değişikliği planlarında zannedildiği kadar çok kullanmadıklarını ortaya koymaktadır. Çoğu zaman ailelerle ilgili araştırmaların, klinik değerlendirme yöntemlerine çevrilmesi güç olmaktadır. Ölçülen değişkenler ise genellikle bağlılık, iletişim gibi niteliksel olarak ifade edilmesi zor, spesifik değişkenlerdir. Aile değerlendirmesi, kuşaklar arası hikayenin, son zamanlarda yaşanan gerginliklerin, tıbbi sağlık durumunun, intihar veya istismar göstergesi olabilecek riskler taşıyıp taşımadıklarının bilinmesini de gerekli kılmaktadır (Deacon, Piercy, 2001 ; Deacon, 1998).

Wilkinson (1998), aile değerlendirilmelerinde özellikle üzerinde durulması gereken noktaları aşağıdaki şekilde özetlemektedir:

1. Ailenin gelişimsel özelliklerinin ortaya konulması açısından, yaşam döngüsü ve yaşam evresi olarak hangi basamakta olduğunu açıklanması.

2. Sağlıklı ve sağlıksız aile arasında son derece büyük farklılıklar olması dolayısıyla, ailenin her iki açıdan da, farklı kuramlar açısından farklı yöntemlerle, ayrıntılı olarak incelenmesi.
3. Aile yapısı, ailenin bağlanma stili, güç, aralarındaki duygusal bağ, dış faktörler inançlar, yaşam döngüsü ve stres faktörleri açısından ele alınması ve aileye en uygun yöntemin seçilmesi.

Aile değerlendirmesi konusunda en çok işe yarar ve en fazla bilgi sağlayıcı metotlar arasında *nitel aile değerlendirme teknikleri* yer almaktadır. Nitel değerlendirme tekniklerinin her birinin, kendine özgü avantajları bulunmaktadır. Bu avantajları şu şekilde sıralayabiliriz (Deacon, Piercy, 2001):

1. Aktif kendini yansıtmaya: Aile üyeleri tipik olarak ailelerini ve birbirlerini daha iyi anlayabilmeyi arzu ederler. Genellikle nitel değerlendirme tekniklerinin içinde yer almaktan hoşlanırlar. Çünkü bu teknikler kısa sürede aile hakkında oldukça fazla bilgi veren tekniklerdir. Dahası, böylesi bir değerlendirme süreci içerisinde bütünün bir parçası olarak yer almak onlara zevk verir.
2. Değerlendirme ve terapi birbirini tamamlayan bir bütüne dönüşür: Terapistler açısından olaya baktığımızda, araştırmaların ve değerlendirme yöntemlerinin birbirini tamamlaması oldukça önemli görülmektedir. Nitel değerlendirme yöntemleri yavaş yavaş terapi sürecini aktif olarak içinde yer almaya başlamıştır. Terapistler doğal olarak aileyi nitel değerlendirme teknikleri içinde izlemek istemekte ve buradan elde ettikleri bilgiyi terapi içerisinde kullanmaktadırlar. Gerçek yaşam kurgularıyla sunulan bu teknikler, kendi dış geçerliliklerini de kendiliğinden inşa etmektedirler.
3. Terapist kendi teorisine ve yönelimine uygun bir nitel değerlendirme tekniği seçebilir: Kendi teorik oryantasyonuna bağlı olarak danışman, ailevi fonksiyonların bazı yönlerine diğerlerinden daha fazla odaklanabilir. Örneğin, yapı, düzen, güç dengesizliği veya kuşaklar arası aktarım, danışmanın diğerlerinden daha fazla üzerinde durduğu konular olabilir. Danışman, değerlendirme yöntemleri içerisinde kendi teorik alt yapısına en uygununu kullanabilir.

4. Nitel değerlendirme paylaşılmış bir değerlendirmedir: Geleneksel değerlendirme yöntemlerinde değerlendirici genellikle, standardize edilmiş bir araç yardımıyla, aile üyeleriyle paylaşılmadan elde edilen veriler kullanır. Bu şekilde elde edilen bilgi, terapisti aile üyelerinde daha güçlü bir konuma sokmakta ve terapistle aile arasında bir hiyerarşinin oluşmasına sebep olmaktadır. Öte yandan nitel bir metot daha fazla katılımı destekleyicidir. Terapist ve aile arasındaki hiyerarşiyi azaltarak daha açık bir değerlendirme süreci yaratır. Ayrıca terapist aile işbirliğini de destekleyici niteliktedir. Nitel değerlendirme tekniklerinin kullanılması aile üyelerini değerlendirme sürecinin doğrudan içine sokar ve bu da bilgini ortaya çıkışını kolaylaştırır.
5. Nitel değerlendirme yetki vericidir: Aile bireyleri değerlendirme süreci içine aktif olarak katıldıkları zaman genellikle kendilerine yetki verildiğini hissederler. Bu da danışanların terapi süreci içerisinde aktif rol almalarını kolaylaştırır. Böylece hem terapi esnasında hem de terapi dışında direkt bir değişim süreci kendiliğinden başlamış olur.
6. Nitel değerlendirme yöntemleri ailenin değerlendirme ve terapi sürecine olan bağlılıklarını artırır: Aile üyeleri kendi değerlendirme süreçleri içerisinde bizzat yer aldıklarında, kendi terapi süreçlerine daha fazla bağlanmakta ve değerlendirmelerin kesin ve açık olmasına yardım etmektedirler.
7. Nitel değerlendirme ailenin birbirleriyle olan iletişimini ve birbirlerine karşı anlayışlarını desteklemektedir: Aile üyeleri nitel değerlendirme verilerini birbirleriyle paylaştıkları zaman, her bir aile üyesi bir diğeri hakkında bir şeyler öğrenmeye başlar. Gerçektende çoğu zaman aileler, resim çizme, metafor kullanma gibi teknikler vasıtasıyla, tek başlarına bir seansa katılmalarından çok daha fazla hassas bilgiyi paylaşmış olurlar. Ayrıca ailelerinin statik bir sistem olmadığını, her bir aile üyesinin bir diğeriyle oldukça farklı bir yaşantı içerisinde olabileceğini öğrenirler.
8. Nitel değerlendirme ailenin kendilerini bir bütün olarak ve içinde buldukları şartlar açısından zengin hissetmelerini sağlar: Standardize testler, hiçbir zaman ailenin yaşayan bir sistem olduğunu tam olarak hissettiremezler. Oysa nitel metotlar, kurallarıyla, normlarıyla, değerleriyle

v.b. ailenin yaşıyan bir sistem olduğunu, bir kağıdın üzerinde gözlenemeyecek kadar canlı ve etkileşim halinde olduğunu gösterirler.

9. Nitel değerlendirmeler, farklı ailelerle çalışılırken esneklik sağlarlar: Nitel metotlar farklı kültürlerden ve etnik gruplardan gelen, farklı sosyoekonomik seviyedeki, aralarında yaş farkı olan veya aile üyeleri aynı cinsten olan yada engelli bir aile bireyine sahip ailelerle çalışırken esneklik sağlar. Terapist, içeriği veya kullandığı dili, nitel değerlendirme teknikleri çerçevesinde duruma göre değiştirebilme şansına sahiptir.
10. Nitel değerlendirme ailenin sahip olduğu kendine özgü yapıyı ortaya koyar: Bir terapist için aileyi kendi özel yapısı, geçmişi ve kendine özgü anlamı dahilinde anlamak son derece önemlidir. Nitel değerlendirme teknikleri terapistte, ailelerin sahip olduğu dünya görüşünü ve kendine özgü yapısını olduğu gibi ve net bir şekilde görebilme şansı sunar.

Aile terapisi içerisinde problemin doğasına ve terapistin rolüne bağlı olarak değişen çeşitli terapötik yaklaşımlar ve metotlar bulunmaktadır. Ancak son yıllarda eğilim bir metoda bağlı olarak çalışmaktan ziyade, daha çok ailenin yapısına bağlı olarak değişen, ailenin ihtiyaçlarına yönelik en doğru metodun seçilmesinin gerektiği yönündedir. Çeşitli metotların esnek bir kombinasyonunun kullanımının en etkili yöntem olduğuna dair çeşitli kanıtlar bulunmaktadır. En yaygın olarak kullanılan nitel teknik görüşme tekniği olmakla birlikte, terapistler diğer yaratıcı tekniklere de sıklıkla başvurumaktadırlar. En fazla kullanılan nitel değerlendirme teknikleri arasında, *sanat tasarımları, rol oynama, benzetmeler (metaforlar), fotoğraf tekniği, hikaye anlatma, müzik, canlandırma ve temsiller, aile heykeli ve diğer standart projektif teknikler, boş sandalye, aile konseyi toplantıları, psikodrama, çeşitli yaratıcı danışmanlık yaklaşımları, ve görsel sanatlar* sayılabilir (L'Abate, Bagarozzi, 1993 ; Wilkinson, 1998 ; Deacon, Piercy, 2001 ; Bowman, 2003 ; Gadding, 2002).

Aile bireyleri projektif tekniklerle çalışırken, kendilerine dair farkında olduklarından çok daha fazla bilgi yansıtırlar. Yinede kullanılan teknikler arasında bazı küçük farklılıklar bulunmaktadır. Her şeyden önce bunlar formal yapıda testler değildirler. Sergilenen davranışlar ölçülebilir nitelikte değildir. Ayrıca bu süreçler, aileyi kategorize etmek veya diyagnos için kullanılamaz. Yine de bu teknikler, ailenin bizzat kendisinden bilgi edinebilmenin en kolay yoludur (Deacon, Piercy, 2001).

Ailelerle çalışılırken kullanılan değerlendirme teknikleri içerisinde en yaygın olanları aşağıda yer almaktadır.

Aile değerlendirme yöntemleri içerisinde en yaygın olanı, *görüşme tekniği*dir (Wilkinson, 1998 ; L'Abate, Bagarozzi, 1993). Aile danışmanlığında önceden yapılandırılmış veya yarı-yapılandırılmış görüşme formları sıklıkla kullanılmaktadır. Aile ortamı içerisinde ne olup bittiğinin net bir şekilde ortaya konulması açısından önceden yapılandırılmış, amaca uygun bir formun kullanılmasında fayda görülmektedir.

Sıklıkla kullanılan bir diğer bilgi edinme yöntemi de *soru listesi*dir. Son yıllarda geçerlik ve güvenilirlik sınamaları gerçekleştirilmiş pek çok soru listesi, aile ve çift değerlendirilmelerinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Evlilik konusunda oluşturulan ilk soru listesi 1959 yılında Locke ve Wallace tarafından kullanılmıştır. Aile fonksiyonlarını ölçmeye yönelik soru listeleri oluşturma çabalarının ise, 1970'lerden itibaren başladığı görülmektedir. Bunlar içerisinde en yaygın olarak kullanılanı ise, Olson tarafından geliştirilen *Aile Ortamı Ölçeği'dir (Family Environment Scale: FACES)* (Wilkinson, 1998).

Aile değerlendirmelerinde kullanılan bir diğer yöntem ise, *doğal gözlem*dir. Aile veya çiftin klinik ortamdaki davranış ve tepkilerinin gerçek yaşamdan farklı olduğunun fark edilmesi üzerine önem kazanmıştır. Ailenin problemi yaşadığı çevre içerisinde değerlendirilmesinin önemi üzerinde durmaktadır. Aile değerlendirmelerinde kullanılan projektif testler ise, oldukça özgür ve esnek bir yanıt formatında bireylerin bilinçaltı süreçlerini açığa çıkartmalarını kolaylaştırıcı yöntemleri içermektedir. Oyunlar, resimler, rol oynama teknikleri gibi geniş bir kullanım alanına sahip olan projektif teknikler, aile veya çiftin iletişim güçlüklerini kolaylıkla gözler önüne serebilen ve duygusal olarak kendilerini ifade edebilmelerini kolaylaştıran tekniklerdir (Wilkinson, 1998).

Yapısalıcı, stratejik ve kuşaklararası çalışan aile terapistleri, ailelerle çalışırken birbirine benzer teknikler kullanırlar. Bu tekniklerin çoğu, aile ile çalışılırken bilgi elde edebilmek amacıyla kullanılmaktadır. Tekniklerin amacı tedaviden çok, aileyi seferber edebilmektir. Bu müdahale tekniklerinin nerede ne zaman ve nasıl kullanılacakları daha çok terapistin profesyonel hükümlerine ve kişisel becerisine kalmıştır. Bu teknikler içerisinde en çok kullanılanlardan bir tanesi de genogram tekniğidir. Terapistler geleneksel olarak, ailenin geçmişi, kuşaklar arası etkiler ve aile karakteristikleri hakkında nitel bilgiler elde etmek amacıyla *genogramlar* kullanırlar. Genogram tekniği aile ve evlilik danışmanlığı

süpervizyonlarında da sıklıkla önerilen tekniklerden bir tanesidir. Genogram terapist, ailenin genel tavır ve tutumları üzerinde belirleyici rol oynayan aile menşeyini tanıma konusunda, en çok yardımcı olan tekniktir. Terapist genogram yoluyla aile bireyleriyle çalışırken ailenin fonksiyonlarını da yakından tanıma şansını elde eder. Genogram daha çok terapinin başlarında kullanılan bir tekniktir. Ailenin geçmişine dair grafik bir resim oluşturmayı sağlar. Ailenin temel yapısını ve demografik özelliklerini ortaya koymayı kolaylaştırır. Semboller yoluyla üç kuşağa ait toplu bir bilgi elde edilmiş olur. İsimler, evlilik tarihleri, boşanmalar, ölümler, önemli yaşam olayları ve ilgili diğer faktörler yer almaktadır. Aile hakkında oldukça geniş bir bilgi toplanmasını, terapistin aileyi kavramasını, hem ailenin hem de terapistin, terapinin başlarında durum hakkında bir içgörü kazanabilmelerini sağlar (McGoldrick & Gerson, 1985 ; Bowman, 2003).

Ayrıca ailenin geçmişine ilişkin “*zaman çizelgeleri (timeline)*”inden yararlanmak mümkündür. Özel konular üzerinden, aile üyelerinin karşılıklı etkileşimlerinin ve ilişkilerinin izlerini yakalamak için kronolojik bir grafiğin kullanılması bu yöntemlerden bir tanesidir. Bu tip bir grafik kolonlardan oluşmaktadır. Kolonlarda her bir aile üyesinin ismi ve aile içinde vuku bulmuş olan önemli konuların sıralı bir listesi yer almaktadır (ölüm, doğum, mezuniyet, hastalık v.b.). Her bir aile üyesi, olayın meydana geldiği zamandaki yaşını ve olaya verdiği tepkileri, isminin karşısındaki kutuya yazar. Bu yolla aile üyeleri, terapistle beraber, ailenin geçmişi üzerinde tartışmaya başlarlar. Terapist bu bilgileri, ailenin şu anda yaşamakta olduğu problemler üzerinde geçmişin etkilerini değerlendirmek amacıyla kullanabilir. Ayrıca terapist olayın zaman içerisindeki interpersonal ve intrapersonal etkilerini rahatlıkla görebilir. Örneğin terapist bir aileyle çalışırken, böyle bir yöntem sayesinde, evin kızında görülen ayrılık anksiyetesinin, annenin depresyonu ile aynı anda ortaya çıktığını ve tüm bunlarında, dedenin ani vefatından hemen sonra yaşandığını ortaya çıkartabilir (Deacon, Piercy, 2001).

Bazı terapistler *genogramları, zaman çizelgelerini (time lines) ve yaşam çizelgelerini (lifelines)* aynı zamanda ailenin dini, etnik kökeni, cinsiyet rollerine ait değer ve beklentileri, cinsiyet rolleri ve kültür açısından bilgi toplamak amacıyla kullanırlar. Terapistler bu yolla, aile üyelerinin belirli konularla ilgili geçmişlerini bir zaman çizelgesi üzerinde yapılandırmış olur. Timeline, kağıt üzerinde yatay çizgiler çizilerek oluşturulur. Genellikle geçmişten günümüze doğru yapılır. Terapist, kuşaklar arası aktarım yoluyla geçen kültürel değerler, geçmişten gelen aile mitleri ve kuralları, aile kökeni paternleri, çeşitli kuşaklar ve alt sistemler üzerinde etkili olan dini değerlerin etkileri, aile ilişkileri veya karakteristiğini değiştirmiş olan



krizler, aile üyelerinin bireysel olarak yaşadıkları stres kaynakları gibi konularda aileye sorular sorarlar (Deacon, Piercy, 2001).

Tedavinin yanı sıra koruyucu ruh sağlığı hizmeti de verebilen *psikodrama*, çiftlerle ve ailelerle çalışılırken kullanılabilen tekniklerden bir tanesidir. Çiftlerle ve ailelerle çalışmada esas olan grup dinamikleri, seçimler, sosyometrik örüntüler ve var olan patolojiler, psikodrama sahnesinde kolaylıkla anlaşılabilen ve bunlara müdahale edilebilmektedir. Psikodrama da aile ve çift tedavilerinde şu an var olanın sergilenmesinde ve gözlemlenenin altında yatan anlam üzerinde odaklaşılır. Aileye ve çifte müdahale edilirken, *çoklu aile düzeni* yada *tekli aile modeli* denilen teknikler kullanılır (Altınay, 2000).

Terapistlerin aile rolleri, ritüelleri, iletişimleri ve problemleri hakkında bilgiler edinebilmek amacıyla kullandıkları psikodrama ve rol oynama yoluyla ailenin bu konudaki interaksyonları sergilemeleri sağlanabilmektedir. Örneğin aile üyelerinden geçmişte yaşanmış ve kendileri için problem olduğunu düşündükleri, bir dövüş, ailevi bir beceri, bir aile yemeği veya anlaşmazlık gibi belirli bir konuyu yeniden sergilemeleri istenir. Aile üyelerinin konuyla ilgili birbirlerinden farklı algılamalarını ortaya çıkarabilmek için, terapist, gözlemlediği aile interaksyonları doğrultusunda, aile üyelerine farklı sorular yöneltebilir. Yönergeler vasıtasıyla, bir aile üyesi, diğer bir aile üyesini, yaşanan olayı yeniden canlandırabilmek için, aktör olarak kullanır ve terapistte yaşanan olayla ilgili inanışlarını sergiler. Ardından diğer aile üyesi, aynı senaryoyu kendi açısından sergiler. Böylece aynı senaryo üzerindeki farklı deneyimler (yaşantılar) üzerinde tartışılabilir (Deacon, Piercy, 2001).

Terapist ayrıca aile dinamiklerini izleyebilmesini kolaylaştıracak bir pencere sağlaması amacıyla, *rol playing* yoluyla aileden bir tatillerini, tipik bir günlerini, akşam yemeği esnasındaki hallerini, yatma zamanı ritüellerini, bir seyahatlerini v.b. sergilemelerini isteyebilir. Bundan yola çıkarak terapist, aile üyelerinin birbirleriyle nasıl iletişim kurduklarını, gücü kimin elinde tuttuğunu, aile üyelerinin birbirlerini nasıl etkilediklerini, birbirlerini nasıl başlarından savdıklarını, kimin ne yaptığını, problemlerin nasıl başladığını, çeşitli problemler esnasında aile bağlarının ne yönde olduğunu değerlendirebilme şansını elde eder (Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Deacon, Piercy, 2001).

Aile değerlendirmeleri arasında sıklıkla kullanılmaya başlanan tekniklerden bir tanesi de *sanat terapisi*dir. Çizme, boyama ve kil çalışmaları yoluyla, danışman, danışanlar hakkında

hem bilgi toplar, hem de onlarla bağlantı kurmuş olur. Bu teknikle özellikle, terapi esnasında sınırlı sözel beceriye sahip olan çocukla bağlantı kurmak daha kolay olmaktadır. Sanatsal aktiviteler, bir yandan terapistte bir değerlendirme tekniği sunarken, öte yandan danışanlar için terapötik bir deneyim ortamı yaratmaktadır. Genellikle danışanlar kendilerini sanat yoluyla ifade ettikleri zaman daha az anksiyete sergilemektedirler (Oster, Gould, 1987).

Sanat yoluyla danışanlar beyinlerinin daha fazla yaratıcı daha az mantıksal işlevler içeren kısmı olan sağ beyinlerini kullanmaktadırlar. Bu da savunmalarını azaltarak kendilerini çok daha rahat ve fazla ifade edebilmelerine olanak sağlamaktadır. Sanat yoluyla, odak noktası danışanın kendisi veya probleminden uzaklaşarak sanatsal yapının üzerinde toplanmaktadır. Böylece süreç aile için çok daha zevkli bir hale gelirken, birbirleriyle pozitif yönde bir bağlantı kurmalarına da hizmet etmektedir. Sanatsal bir aktivite her yaştan ve her yetenekten aile bireyini rahatlıkla bir araya toplayabilmekte, terapi esnasında tüm aile bireylerine çok daha fazla eşitlikçi bir ortam yaratabilmektedir. Ayrıca terapistin aileye zorla giren bir kişi gibi algılanmasını da azaltmaktadır (Deacon, Piercy, 2001).

Sanat terapisti genelde aileden, kendi ailelerinin bir resmini çizmelerini ister. Aile dilerse bu resmi soyut şekillerle veya çiziktirerek de yansıtabilme özgürlüğüne sahiptir. Eğer ailenin çizim yeteneği veya sanatsal becerisi çok az ise, terapist direkt olarak, ailelerine ait bir şeyler çiziktirmelerini söyleyerek başlayabilir ve böylece ailenin bu konudan dolayı stres duyması önlenmiş olur. Ardından terapist her bir aile üyesinden tek tek ne çizdiğini anlatmasını ister. Bu süreç, her bir bireyin ailesini nasıl gördüğünü öğrenme konusunda terapistte yardımcı olur. Daha sonra terapist aynı resmi bir diğer aile üyesinin yorumlamasını ister ve böylece de aile üyelerinin birbirlerine yönelik karşılıklı algılarını ve duygularını ortaya çıkartmış olur. Ayrıca aile üyelerinden seçtikleri herhangi bir konuda bir duvar resmi yapmaları istenebilir. Bu faaliyette aile üyeleri konu seçiminde tamamen serbesttirler. Örneğin bir aile komşularının resmini yapmayı tercih ederken, bir diğeri, bir çiçek bahçesini resmetmeyi tercih edebilir. Aile üyelerinin beraberce gerçekleştirecekleri böylesi bir çalışma esnasında terapist, onları birbirleriyle karşılıklı işbirliği ve iletişim içerisindeyken gözlemleyebilme şansını elde eder. Kimler işbirliğine daha yatkın, aile kararlarını nasıl alıyor, üyeler bireysel olarak ne gibi roller sergiliyorlar, ne gibi problemler ortaya çıkıyor gibi durumlar böylesi bir çalışma esnasından terapist tarafından rahatlıkla gözlemlenebilmektedir. Çizim bittikten sonra terapist, ortaya çıkan eser, yaşanan süreç ve aile üyeleri arasındaki karşılıklı etkileşim özellikleri hakkında sorular sorar (Deacon, Piercy, 2001).

Wadeson (Deacon, Piercy, 2001'den aktarma), sanat çalışmalarını, çiftlerle çalışırken, ilişkileri hakkında bilgi edinme yolu olarak kullanmaktadır. Wadeson çiftlerden beraberce ortak bir resim çizmelerini ister. Ancak resmi çizerken çiftlerin birbirleriyle hiç konuşmamaları gerekmektedir. Böylece terapist konuşmadan gerçekleştirilen ortak resim vasıtasıyla, çiftlerin sözsüz iletişimlerini ve çatışma çözme becerilerini izleme imkanı elde etmiş olur. Çiftler ortak resmi oluştururken konuşmadan, diğerinin çizimlerini tamamlama ve düzenleme yoluyla, kendileriyle ve partneri ile ilgili algılarını ortaya koyarlar, ilişkilerinin soyut anlatımlarla sergilenmesi yoluyla karşılıklı olarak ilişkiye bakış açılarını ortaya koyarlar, ailenin portrelerini sergileyerek aile kökenlerini ve ilişkileri ortaya koyarlar ve çiziktirmeler yoluyla karşılıklı etkileşimlerinin altında yatan gerçekleri sergilerler. Ayrıca terapistler sanatsal süreçleri, cinsel tacizi değerlendirmek, ikinci evliliklerin yaşandığı ailelerdeki rolleri değerlendirmek, bilişsel yetenekleri ortaya çıkartmak ve bireylerin etkili bir şekilde kendilerini ifade edebilmeleri amacıyla da kullanabilirler.

Sanatsal aktivitelerin kullanılması konusundaki diğer çalışmaları aşağıdaki gibi sıralayabiliriz (Deacon, Piercy, 2001):

1. Amaç oluşturmak: Aileden önce hali hazırda ailelerinin resmini yapmaları, sonra da sahip olmayı arzu ettikleri ailenin bir resmini yapmaları istenir. Ardından her iki aile arasında ne gibi farklıklar olduğunu açıklamaları istenir. Daha sonra hangi alanlarda değişime ihtiyaç duyulduğuna dikkat çekilir.
2. Kişilerin kendilerine yönelik algılarının değerlendirilmesi: Aile üyelerinden kendilerini çizmeleri ve değerlendirmeleri istenir.
3. Aile içindeki rollerin değerlendirilmesi: Aile üyelerinden kendi ailelerine ait bir resim çizmeleri ve evlerinde tipik olarak ne yapıyorlarsa resmede onu yansıtmaları istenir.
4. Aile yapısı ve rollerini değerlendirmek: Aile üyelerinde yaşadıkları evin kat planını çizmeleri istenir. Çizim esnasında, ev eşyalarını ve objeleri de yerli yerine oturtturarak çizmeleri istenir. Daha sonra üyelere, neden o eşyaların o odada olduğu, her bir odada tipik olarak neler yaşandığı, çeşitli odalarda yaşanan havanın (ruh hallerinin) nasıl olduğu, odalara ait kuralların neler olduğu, ev içerisinde her bir bireyin özel mekanının veya favori köşesinin nerede olduğu, evin

karşılıklı etkileşimin veya özerkliğin en çok yaşandığı bölümlerinin hangileri olduğu (giriş, bahçe, toplantı odası v.b.) sorulur.

Aile ve çiftlerle çalışırken kullanılan tekniklerin oldukça geniş bir repertuara sahip ve yaratıcı nitelikte teknikler oldukları göze çarpmaktadır. Bu tekniklerden bir tanesi de “*Aranıyor İlanı*” tekniğidir. Bu değerlendirme tekniğinde terapist, her bir aile bireyinden aile üyeleri veya aile özelliklerine ait bir “aranıyor” ilanı hazırlamasını ister. Örneğin aile üyeleri, “mükemmel bir aile aranıyor” veya “bir çocuk aranıyor”, “bir eş aranıyor”, “mutlu bir evlilik aranıyor” veya “daha iyi bir iletişim aranıyor” yada “problemlere çözüm aranıyor” gibi bir aranıyor ilanı üzerinde çalışabilirler. Bu teknik eğlenceli olduğu kadar, ortaya çıkartıcı bir tekniktir. Terapist bu tekniği, beklentileri, ümitleri ve değerleri ortaya çıkartmak ve değişimin yönünü belirleyebilmek için kullanabilir (Deacon, Piercy, 2001).

*Aile Konseyi Tekniği*, genelde aileye ev ödevi olarak verilen ve aile içi duyguların paylaşımlarını desteklemek amacıyla düzenlenen haftalık özel aile toplantılarını içerir. Aile üyeleri haftanın önceden kararlaştırılmış belirli bir gün ve saatinde bir araya gelerek, önceden belirlenmiş kurallar dahilinde birbirleriyle paylaşımlarda bulunurlar, aile ortak kararlar almaları desteklenir ve kendilerini birbirlerine ifade etme şansı elde ederler. Böylesi bir ev ödevine ailenin tümünün katılması ve iletişimlerinin desteklenmesi önemlidir. Aile üyeleri toplantılar esnasında önceden belirlenmiş bazı basit kurallara uymaları konusunda bilgilendirilirler. Katılımcıların duygularını rahatça ifade ederek problemlerine çözüm bulabilmeleri için kendilerini rahat hissetmeleri ve sözleri kesilmeden konuşmaları en önemli kuraldır (Smith, Stevens-Smith, 1992).

Kullanılan bir diğer yaratıcı teknikte “*Güdümlü İmajinasyon (Hayal Kurma)*” tekniğidir. Bu teknik ailelerin kendileri ve ilişkileri hakkında daha fazla şey öğrenebilmeleri ve daha fazla şey keşfedebilmeleri amacıyla kullanılan bir tekniktir. Güdümlü imajinasyon gibi bir aktiviteyi kullanmak, aileye ve terapistle değişim süreci içerisinde kullanılabilecek önemli kaynakları keşfetme ve tanımlama imkanı sağlar. Bir imajinasyon yaratarak, kendi tartışma konuları dahilinde nasıl bir karşılıklı etkileşim süreci geliştirdiklerini görebilmelerini sağlar. İmajinasyon aileye veya çiftlere, tartışma ortamlarına dışardan bir gözle bakabilme imkanı sağlar. İmajinasyon esnasında, birey kendi davranışı vasıtasıyla, mevcut olan tipik çatışma paternlerini kırma yollarını keşfetmeye başlar. Bu teknikte unutulmaması gereken nokta, bu aktivitenin bir sonraki adım olan “müdahale”ye direkt olarak bağlı oluşudur. Oluşturulan imajinasyonun ardından, sağlıksız paternleri kırmaya yönelik deneyimlerin

kazandırılması gerekmektedir. İmajinasyon tekniği, aile üyelerine, ilişkilerine dair daha fazla şey keşfetme şansı verir. Ailenin problem alanlarını keşfedebilmelerinin yaratıcı bir yoludur (Deacon, Piercy, 2001 ; Jacobs, 1992).

“İmajinatif hikayeler”, aile dinamikleri hakkında bilgi edinebilmenin bir diğer yoludur. Aile üyeleri bir çocuk hikayesi veya oyunundan bir parçayı beraberce canlandırabilirler ve ardından rollerini nasıl seçtiklerini tartışırlar. Sergiledikleri dramadan benzetmeler kullanarak, aile interaksyonları ve ilişkileri hakkında bilgiler edinebilirler. Örneğin aile “Oz Büyücüsü” oyununu seçti diyelim. Terapist aile üyelerine neden içlerinden birinin özellikle “cadı” rolünü veya “büyücü” rolünü, “Teneke Adam”ı yada “Ödlek Aslan”ı seçtiğini sorabilir. Genellikle aile üyeleri, aile içindeki rollerine benzer roller seçmektedirler ve seçtikleri karakterler yoluyla, birbirleriyle olan ilişki biçimlerini sergilemektedirler. Daha sonra terapist aile üyelerine, hikayede ne gibi bir değişiklik yapmak istediklerini sorar. Veya eğer isterlere, hikayeyi yeniden yazabileceklerini yada sonunu değiştirebileceklerini söyler. Bu sayede aile, terapiye yönelik amaçlarını değerlendirebilme şansını elde etmiş olur (Jacobs, 1992 ; Deacon, Piercy, 2001).

Bir başka teknik olan “fotoğraf tekniği”de, terapistlerin ailenin geçmişi, yapısı ve hayatlarındaki önemli konularla ilgili olarak ayrıntılı bilgi edinebilecekleri bir teknik olarak kullanılmaktadır. Örneğin aile için önemli olan yıldönümlerinden aileden bir kolaj oluşturmaları istenebilir. Pek çok aile önemli günlerini fotoğraflarla belgelemektedir. Bu sayede terapist ailede dikkat çekici değişimlerden haberdar olabilir. Ayrıca terapist hiç fotoğraf çekilmemiş dönemleri de ipucu olarak kabul edebilir, çünkü bu dönemler muhtemelen, aile içinde ağır streslerin ve zor zamanların göstergesidir. Genellikle fotoğraflara bakmak, ailede güçlü duyguları çağrıştırmaktadır. Her bir aile üyesinin konuyla ilgili duyguları ve aile içindeki yeri hakkında terapistte bilgi verir. Fotoğraflar, geçmişte yaşananlar hakkında terapistte bilgi sağlarken, aynı zamansa ailenin halen yaşanmakta olan problemlerine karşı sergileyecekleri potansiyel tavırlara da ışık tutar (Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Deacon, Piercy, 2001).

Terapistlerin hem aile hakkında bilgi edinebilecekleri, hem de bir müdahale aracı olarak kullanabilecekleri bir diğer teknik de, “aile heykeli” tekniğidir. Aile heykelleştirmesi tekniğinde aile üyelerinin çeşitli pozisyonlar almaları sağlanarak, birbirleriyle olan ilişkilerini temsil etmeleri sağlanır. Bu yolla terapistin aile içi dinamikler hakkında fikir edinmesi amaçlanır. Aile heykeli tekniğinin standart versiyonunda, aile üyelerinden birisi bir diğerinin

herhangi bir durumda nasıl görüldüğünü betimlemek amacıyla, ona yönlendirmelerde bulunarak diğerinin vücudunu bir heykel gibi kullanır ve vücudunun nasıl durmasını istediğini söyleyerek onu yönlendirir ((Bowman, 2003 ; Deacon, Piercy, 2001 ; Smith, Stevens-Smith, 1992).

Geştalt Terapisinin sıklıkla kullanılan *boş sandalye yöntemi* de aile terapistlerinin başvurduğu teknikler arasında yer almaktadır. Genelde eşlerin birinin diğerine veya aile üyelerinin birbirlerine hislerini rahatça yansıtabilmeleri için kullanılabilir gibi, aile üyeleri arasında terapiye katılmayan bireyleri temsil edebilmek için de kullanılabilir. Bu yöntemle aile üyeleri, eşler, ebeveynler veya çocuklar duygularını ifade edebilme şansı yakalamaktadırlar (Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Jacobs, 1992).

Aile değerlendirmelerinde bazı özel durumlara yönelik özel tekniklerle de çalışmak mümkündür. Örneğin Vandvik ve Eckblad (1994), step ailelerle çalışılırken kullanılmak üzere “*iki ev tekniği (two houses technique)*” isimli bir yöntem geliştirmişlerdir. Bu teknikte terapist çocuktan her iki evinin de resmini çizmesini ve her iki eve ait aile üyelerini resimlerde göstermesini ister. Daha sonra terapist bu resimler üzerinden çocuğa bir takım sorular yöneltir. Her iki ailenin birbiriyle karşılıklı etkileşiminin nasıl olduğu ve her iki aileye ait çocuğun bakış açısının ne olduğu konusunda, sorduğu sorular yardımıyla bilgi edinir (Deacon, Piercy, 2001).

Aile terapistleri ve aile danışmanları, ailelerle çalışırken, geniş bir yelpazeye yayılmış olan çeşitli teknikler içerisinde ailelerin yapı ve ihtiyaçlarına en uygun olanını seçip çalışmaktadırlar.

### **2.6.3. Evlilik Terapisinde En Çok Kullanılan Yaklaşımlar:**

Çift terapilerinin temel amacı, eşler arasında uyum ve doyumu artırarak ilişkinin niteliğini iyileştirmek ve bu süreç sırasında eşlerden birinde veya ikisinde görülen uyumsuz tutum ve davranışları olabildiğince azaltmak veya ortadan kaldırmaktır. Bu amaca ulaşabilmek için eşlerin iletişim ve uzlaşma becerilerini geliştirmek, sınır ve sorumluluklarını netleştirmek, davranış repertuarları genişletmek ve esnetmek gerekir (Sungur, 2000).

Günümüz çift terapilerinin en fazla etkilendiği terapi ekolleri aşağıda yer aldığı gibidir.

### **2.6.3.1. Geleneksel Davranışçı Çift Terapisi (Traditional Behavioral Couples Therapy):**

Terapistlerin aile ve çift ilişkilerini geliştirme yaklaşımları içerisinde en çok kullandıkları yöntemlerden birisidir. Üstelik Geleneksel Davranışçı Çift Terapisi, tüm dünya ülkeleri tarafından en çok bilinen ve kullanılan yöntemlerinde başında gelmektedir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Montag, 1993).

Davranışçı Çift Terapisi'nde, evlilik doyumsuzluğunun, çiftin arasındaki negatif davranışların pozitiflere oranla daha fazla sergileniyor olmasından kaynaklandığı kabul edilmektedir. Negatif davranışların daha fazla sergileniyor olması ise tipik olarak iki sebepten kaynaklanmaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998):

1. Problem çözme ve iletişim gibi etkili davranış becerilerini kullanmada eksiklik;
2. Eşlerin birbirlerine sağladıkları destekte çöküntüler meydana gelmesi-ki bu süreç bir zamanlar memnuniyetle karşılanan davranışların artık ödüllendirilmiyor olmasından kaynaklanmaktadır.

Bu bakış açısından yola çıkan Davranışçı Çift Terapistleri, ilişki doyumunu yeniden restore etmek ve çiftlerin davranışlarında anlamlı değişiklikler yapmak üzere çalışmaktadırlar. Geleneksel davranışçı ekol prensiplerini takip eden Davranışçı Çift Terapistleri, çiftlerin pozitif davranışlarını destekleyerek kalıcı davranış değişiklikleri yaratmaya odaklanmaktadırlar. Teorik olarak pekiştirmeler terapist tarafından verilmekte ve istenilen davranışlar pekiştirilmektedir. Pozitif davranışların arttırdığı kazançlara dikkat çekilerek partnerlerin davranışları içselleştirmeleri sağlanmaktadır. Pozitif davranışların tekrarlanma sıklığına bağlı olarak evlilik doyumunu da yükselmektedir. Davranışçı Çift Terapisi değişim yaratma konusunda üç davranış stratejisi kullanmaktadır. Davranış değiş-tokuşu, iletişim eğitimi ve problem çözme eğitimi. Buna ek olarak da, doğal terapi ortamında öğrenilen ve kazanılan becerileri desteklemek amacıyla, seanslar boyunca ev ödevi yaklaşımı benimsenir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Montag, 1993).

Davranışçı Çift Terapistleri davranış değiş-tokuşunu desteklemek üzere geliştirilmiş çeşitli müdahale teknikleri kullanmaktadırlar. En çok kullanılan değiş-tokuş yöntemlerinden birisi, çiftlerle beraber ilişkiyi geliştirmek üzere oluşturulacak bir listeyi kullanmaktır. Çiftler listeden seçilen davranışları sergilemeleri karşılığında ödüllendirilmektedirler. Terapist, tartışmaya yol açmayacak, basit, uygulaması kolay ve spesifik olarak oluşturulmuş olan bu listeyi uygulamaları konusunda çiftleri cesaretlendirir ve gelecek seansa kadar davranışın görülme sıklığını arttırmak üzere ilişkiyi yapılandırır. Gelecek seansta terapist ev ödevlerinin gerçekleştirilip gerçekleştirilmediği konusunda partnerlerden bilgi alır. Bu tip bir yaklaşımın genel amacı kısa sürede çift ilişkisi üzerinde etkili bir değişim yaratarak, çiftin değişim isteğini desteklemektir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Montag, 1993).

İletişim eğitiminde ise terapist çifti etkili konuşmacı ve etkili dinleyici olma becerilerini geliştirmek üzere eğitir. Konuşma becerilerini geliştirme konusunda esas amaç, çiftlerin birbirlerine söylemek istediklerini imalarla veya suçlamalarla değil, direkt olarak anlatmalarını sağlamaktır. Göz kontağı geliştirme, açıklamalı konuşma, onaylama, yansıtma ve konuşmacıyı özetleme yoluyla aktif bir dinleyici olmalarını sağlamak amaçlanmaktadır. Çiftler seans esnasında bu becerileri geliştirmek üzere çalışırken, terapist pozitif davranışları ödüllendirme ve pekiştirme yoluyla geri dönütler verir. Negatif davranışların neden değiştirilmesi gerektiği konusunda mantıklı açıklamalar ve yönlendirmeler yaparak davranış değişikliklerini destekler. Davranışçı terapinin doğası gereği terapist çok fazla yönlendirici olmaktan kaçınarak çiftin terapistle bağlanmasını engeller (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Problem çözme eğitiminde ise terapist çiftle etkili problem çözme becerilerini geliştirme ve ortak kararlar verme konusunda çalışır. Terapist öncelikle çiftlere problem çözme konusunda ideal yaklaşımı tanımlar. Bunun için de öncelikle problemin tanımlanması, ardından problemin çözümü aşamasına geçilmesi öğretilir. Problemin tanımlanması aşamasında çiftlerin çatışmaların varlığı konusunda kendi katkılarını fark etmeleri, bir seferde konuyu dağıtmadan sadece bir tek konu üzerinde tartışmayı öğrenmeleri, tartışma esnasında yorum yapmayı öğrenmeleri üzerinde çalışılmaktadır. Problemin çözümü esnasında çift olası çözümler üzerinde beyin fırtınası yapar, her bir öneriyi değerlendirir ve sonuçta ortak bir çözüm üzerinde hemfikir olurlar. Çözüm spesifik ve partnerlerin her ikisine de değişim konusunda sorumluluk yükleyen bir nitelikte olmalıdır. Problemin çözümü konusunda başarılı olmak için, her iki eşte, işbirlikçi bir yaklaşım içerisinde kendi üzerlerine düşen sorumluluğu



üstlenerek, birbirlerine uyum sağlamaya ve uzlaşmaya çalışırlar (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Bilinmesi gereken bir diğer önemli noktada, yaşlı çiftler genç çiftlere nazaran davranışçı çift terapisinden daha az fayda sağlamakta ve daha fazla başarısız olmaktadır. Yabancı literatürde bu durum yaşlı çiftlerin geleneksel cinsiyet rollerine daha fazla bağlı olmaları ve bu sebeple değişime daha fazla direnç göstermeleriyle açıklanmaktadır (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

Gerçekleştirilen çok sayıda araştırma sonucu, Davranışçı Çift Terapisinin hem alkolik çiftlerin bağımlılıktan kaynaklanan evlilik problemleri, hem de alkolizm problemi üzerinde de, son derece etkili bir teknik olduğunu ortaya koymaktadır (Hahlweg, Markman, 1988).

Ayrıca Madde bağımlısı erkek denekler ve eşleriyle gerçekleştirilen bir araştırmada (Fals-Steward, Birchler, O'Farrell, 1996), Davranışsal Çift Terapisi'nin etkililiği sınanmıştır. Eşleriyle beraber Davranışsal Çift Terapisi alan çiftlerin, sadece kocaların terapi aldığı gruba nazaran, eşleriyle daha olumlu ilişkiler geliştirebildikleri görülmüştür. Terapi sonucunda eşlerine karşı daha pozitif bir uyum geliştirdikleri ve eşleriyle birlikte geçirdikleri zamanın arttığı görülmüştür. Ayrıca Davranışsal Çift Terapisi sonucunda, madde bağımlısı erkek eşin madde kullanım periyodlarında azalma, maddeye başvurmadan geçirdiği zamanlarda ise artış görülmüştür.

Davranışçı Çift Terapisi, uygulanan danışma seansları boyunca çiftlerin ilişki doyumları üzerinde anlamlı bir gelişme sağlamaktadır. Bununla beraber yapılan araştırmalar, bu çiftlerin sağaltımın hemen ardından yüksek doyum puanları elde etmekle beraber, sağaltımdan bir iki sene sonra stres seviyelerinin yeniden yükseldiğini ortaya koymaktadır. Araştırmalar katılımcıların sadece %50'sinin iki sene sonrasında da ilişki doyumlarını koruyup sürdürebildiklerini göstermektedir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Montag, 1993).

Davranışçı çift terapinin etkililiğinin sınındığı araştırma sonuçları, davranışçı çift terapisinin tüm çiftler üzerinde yüzde yüz başarılı olamadığını göstermektedir. Ayrıca yaklaşık iki sene sonrasında terapisinin etkililiğinin devam etmediği görülmektedir. Bu sebeple genellikle önerilen davranışçı tekniklerin tek başına kullanılmaması, beraberinde özellikle bilişsel yaklaşım gibi destekleyici alternatif tekniklere baş vurulmasıdır (Montag, 1993).

### **2.6.3.2. Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri (Cognitive Behavioral Couple Therapy: CBCT):**

Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri, çiftlerin duygusal ve davranışsal tepkilerinin eşlerinin davranışlarına ilişkin yorum ve değerlendirmelerinden etkilendikleri gerçeğinin keşfedilmesiyle hız kazanmıştır. Pek çok araştırma, eşin davranışına neden bulma ve eşten beklentiler gibi bilişsel yapıların, evlilik doyumunu üzerinde doğrudan belirleyici olduklarını göstermektedir (Montag, 1993).

Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri'nde, Davranışçı Çift Terapisi'nde uygulanan benzer teknikler kullanılmakla beraber, eşlerin hatalı bilişsel süreçlerini yeniden yapılandırmak üzere, kognitif yeniden yapılandırmaya yönelik müdahale tekniklerine de yer verilir. Kognitif Davranışçı Çift Terapistleri beş tip biliş üzerinde odaklanırlar; eşin davranışlarını üzerine alınmak, standartlar, seçici dikkat, inançlar ve beklentiler (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Montag, 1993).

Sosyal öğrenme teorisi ve sosyal değiş-tokuş teori temelli pek çok teknik kullanılmaktadır. Davranışçı ve Bilişsel Davranışçı Çift Terapileri, problemlili çiftler üzerinde oldukça başarılı sonuçlar elde etmekte, ilişkideki stresi azaltma konusunda diğeri terapi tekniklerine nazaran daha etkili sonuçlar yaratabilmektedir. Çift veya ailelerin sağaltımı konusunda davranışçı yaklaşımın temel çıkış noktası, aile üyelerinin, birbirlerinin iyi veya kötü davranışlarını devam ettirmeye eğilimli olduklarıdır. Çiftlerle çalışmalarında, bireylerin davranışlarının farkına varmalarıyla, istenmeyen davranışların azaltılarak, istenilen davranışların geliştirilmesi üzerinde çalışılmaktadır. İstenmeyen davranışların karşılıklı olarak değiştirilmesi grup oturumları yoluyla desteklenmektedir. Evlilikten alınan doyumunu artırma noktası temel alınarak, çiftlerle bu doğrultuda problem çözme ve iletişim becerilerini geliştirme konusunda çalışılmaktadır. Eşlerin birbirleriyle iletişimleri esnasında, iletişimi sıkıntıya sokabilecek, birbirlerinin sözünü yarıda kesme, konuyu saptırma veya suçlama gibi davranışlarının farkına varmalarını sağlama, bu tip davranışlarını minimuma indirmelerinin ilişki üzerindeki olumlu etkilerini fark etmeleri, programın en temel noktalarıdır (Segrin, 2004 ; Hahlweg, Markman,1988).

Davranışçı teknikler içerisinde en çok kullanılan yöntemlerden bir tanesi de, çiftler arasında kontrat yapmaktır. Eşlerin karşılıklı olarak davranışlarını değiştirme konusunda anlaşmaları sağlanmakta ve değiştirdikleri davranışlarını ödüllendirici tekniklere

başvurulmaktadır. Daha sonra ise *ortak kabul* ve *kendini ayarlama (self-regulation)* üzerinde çalışılmaktadır. Ortak kabul konusunda yapılan çalışmalar, çiftlerin birbirlerini kabul edebilmelerini ve özellikle, kişiliklerinde değiştirmeleri mümkün olmayan yönlerinin eşleri tarafından kabul edilmesini kolaylaştırmak amacını gütmektedir. Kendini ayarlama ise, karşısındakinin pozitif davranışlarını arttırmak üzere kişinin kendi davranışlarını değiştirebilmesi üzerinde çalışma amacıyla gerçekleştirilmektedir (Segrin, 2004 ; Hahlweg, Markman,1988).

### **2.6.3.3. Davranışçı Sistemik Çift Terapileri:**

İngiltere’de Maudsley Hastanesi’nde geliştirilmiş olan Davranışçı Sistemik Çift Terapileri, Stuart, Jacobson ve Morgolin’in davranışçı yaklaşımları ile, Minuchin ve Selvini Pallozoli’nin sistemik yaklaşımları birleştirilmiştir. Sorunların nedenlerinden çok nasıl çözüleceği üzerinde durur. Temel amacı, çiftin mevcut sorunları, eşlerin birinden kaynaklanan bir sorun olarak görmeleri yerine, eşler arasındaki ilişkinin kendisinden kaynaklanan sorunlar olarak görmelerini sağlamaktır. Benimsenen ve çifte benimsettirilmeye çalışılan *hastalık modeli* değil *etkileşim modelidir*. Eşler ayrı ayrı değil bir sistem olarak ele alınır. Yaklaşımın *sistemik* olarak adlandırılmasının sebebi budur. Terapist eşlerin kendisinden çok, eşler arası ilişkiye odaklanır. Terapistin ilgi ve müdahale odağı, yakınma olarak getirilen sorunlar ve şimdiki durumdur. Eşlerin öz geçmişleri her zaman incelenmez ve eğer incelenecekse, bu işlem terapinin daha sonraki evrelerine bırakılır. Çünkü geçmişle bu gün arasında her zaman çizgisel bir bağlantı kurulabilse bile, geçmişe yönelik bir tedavi mümkün olmayabilir. Yaklaşımın temel ilkeleri (Sungur, 2000):

1. Terapist *şimdi ve burada* etkileşimine odaklanır,
2. Terapist çiftin sorunlarla başa çıkma yöntemlerini anlamaya ve eğer uygunsa sistematize etmeye, değilse değiştirmeye çalışır,
3. Terapist çiftle birlikte bir sonraki oturuma kadar yürütülecek ev ödevlerini belirler,
4. *İletişim eğitimi ve karşılıklı uzlaşma becerileri* üzerinde en çok durulan konulardır.

Bu yaklaşım çifte sorun çözme, iletişim ve uzlaşma becerileri kazandırmayı temel hedef aldığından, çifti kendi kendilerinin terapisti yapmaya yönelik öğretisi büyük önem taşır.

Terapinin bir başka özelliği de müdahalenin çiftin gereksinimlerine uygun bir şekilde düzenlenebilmesidir. Çiftin gereksinimlerine bağlı olarak bazen uzlaşma, bazen iletişim, bazen de paradoksal yöntemler kullanılan bu yaklaşım, hangi tür soruna hangi türden bir yaklaşımın daha uygun olacağının belirlenmesi yönünden de çağdaş bir terapötik yaklaşımı simgeler (Sungur, 2000).

#### **2.6.3.4. Duygusal Odaklı Çift Terapisi (Emotionally Focused Couple Therapy, EFT)**

Evlilikle ilgili müdahale teknikleri içerisinde en çok kullanılan tekniklerden bir tanesi de, Duygusal Odaklı Terapi'dir. Duygusal Odaklı Terapi, deneysel yaklaşımla, sistematik yaklaşımın sentezinden oluşmuş bir müdahale yaklaşımıdır ve evli çiftlere de uygulanmaktadır. Duygusal Odaklı Terapi'nin klinik uygulamalarda oldukça işe yarar sonuçlar verdiği görülmektedir. Temel amacı, eşlerin karşılıklı etkileşim süreçlerini geliştirerek, yeniden aralarında temel bir duygusal bağlanma yaratabilmektir. Duygusal odaklı çift terapisi, terapinin başarılı olabilmesi için, çiftin arasındaki duygusal etkileşim ve yakınlığın artırılmasının en önemli koşul olduğunu savunmaktadır. Duygusal Odaklı Terapi, çiftlerin özellikle iletişim, yakınlık ve etkileşim ile ilgili problem alanları üzerinde etkili sonuçlar vermektedir. Stres yaratan durumlar karşısında, çiftlerin bağlanma davranışlarında artış gözlenmektedir. Duygusal Odaklı Terapi hatalı bağlanma davranışlarının yeniden düzenlenmesine yardımcı olmaktadır (Walker, Johnson, Manion, Cloutier, 1996 ; Greenberg, Johnson, 1988).

Duygusal Odaklı Terapi'de davranış değişikliklerini içeren dokuz basamaklı bir sistem uygulanmaktadır. Birbirini takip eden bu basamaklar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Walker, Johnson, Manion, Cloutier, 1996):

1. Çatışma konularının tek tek belirlenmesi.
2. Karşılıklı negatif etkileşim döngüsünün açıklanması.
3. Kabul edilmeyen duyguları fark etmek.
4. Problemi, bağlanma ihtiyacı ve duygular bağlamında yeniden tanımlamak.
5. İnkâr edilen ihtiyaçların ortaya çıkartılıp desteklenmesine yardımcı olmak.

6. Eşin yaşantılarını kabul etmeyi desteklemek üzere yeni etkileşim paternleri oluşturmak.
7. İhtiyaçların dışı vurulmasını kolaylaştırmak ve etkileşimi yeniden yapılandırmak.
8. Yeni çözümler belirlemek ve bunları hayata geçirmek.
9. Ortaya çıkan yeni pozisyonlara destek vermek.

Terapist, seanslar esnasında eğer lüzum görürse, bir önceki basamağa geri dönebilir.

### **2.6.3.5. İntegratif Davranışçı Çift Terapisi (Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT):**

İntegratif Davranışçı Çift Terapisi aynı zamanda *kabul teorisi* olarak da bilinmektedir. Integrative Behavioral Couple Therapy, ilişkide pozitif bir değişim yaratabilmek amacıyla, temelde eşlerin birbirlerini kabullerini destekleyici niteliklere sahip bir terapi tekniğidir. Çiftin arasındaki anlaşmazlığı ve uyuşmazlığı değiştirmeye çalışmaktan ziyade, yeni bir bakış açısı kazanmalarını sağlayarak aralarındaki farklılıkları kabul etmeleri üzerinde çalışılmaktadır. İntegratif Çift Terapisi'nde (Integrative Couple Therapy) çiftler, üzüntüleri, korkuları, yalnızlık duyguları gibi, daha yumuşak (*soft*) duyguları üzerinde konuşmaları konusunda cesaretlendirilirken, öfke, kızgınlık, küskünlük gibi daha sert (*hard*) duyguları üzerinde konuşturulmazlar. Çiftler eşlerinin yoğun ve sert duygularını savunuculukla karşılama eğilimindeyken, eşlerinin korunmasız veya zayıf duyguları karşısında empati ve şefkat duyabilmektedirler. Eğer terapist çiftlerin birbirleriyle yumuşak duygularını paylaşımlarını destekler ve beslerse ve eşlerde birbirlerinin duygularına şefkatle karşılık verirlerse, suçluluk duygusu yerine yakınlık duygusu kendiliğinden gelişmeye başlar. İntegratif Çift terapisinin etkililiği üzerine yapılan araştırmalar, terapistin evlilik doyumunu arttırmak ve eşin negatif davranışlarını kabul etmek konusunda başarılı olduğunu ortaya koymaktadır. İntegratif Çift Terapisi'nin eşlerin yumuşak duygularını destekleyen yapısı, doğrudan kabul duygusunu arttırmakta ve evlilik stresini azaltmaktadır. İntegratif Çift Terapisi'nin bu yaklaşımı Duygusal Odaklı Çift Terapisinin (Emotional Focused Couple Therapy) *yumuşatma* tekniğine çok benzemekle beraber, Duygusal Odaklı Çift Terapisi daha çok bağlanmayla ilişkili duygulara odaklanmasıyla ayrılır. Eğer terapist çiftle alışırsen davranış değişikliğinin ötesinde daha geniş çaplı bir değişim amaçlıyorsa, sadece davranışçı yaklaşım yeterli olmamakta,

davranışçı tekniklerin, kognitif veya duygusal odaklı yaklaşımlarla desteklenmesi gerekmektedir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998).

İntegratif Davranışçı Çift Terapisi, çiftin birbirlerine karşı duyduğu yakınlık, empati, acıma, şefkat, merhamet gibi duygularını destekleyerek birbirlerini kabullerini kolaylaştırmaktadır. Kabul kavramına odaklanma yoluyla çifte birbirlerinin davranışlarını anlama konusunda yeni bir bakış açısı kazandıran İntegratif Davranışçı Çift Terapisi, aslında bu yeni bakış açısıyla birlikte çifte bu davranışı nasıl değiştirebileceğini düşünme fırsatı yaratmış olur. İntegratif Davranışçı Çift Terapisi terapisti, bir yandan çiftin aralarındaki yıkıcı iletişimi azaltırken diğer yandan çiftin aralarındaki yakınlık ve ilişki doyumlarını arttırmakta, böylece çiftin arasındaki uyumsuzlığa yeni bir çerçeve çizmektedir. Böylece terapist, çiftin ilişkilerindeki problemlerin esas kaynağı olan yıkıcı iletişim davranışlarını fark edip değiştirmelerine yardım etmektedir. Genellikle çift terapileri tipik olarak, eşlerin birbirlerine karşı saldırganca davranışlarını değiştirmek üzerine çalışmaktadır. Bu davranışlar, ev işlerini aksatmak gibi aktiviteler veya karşılıklı etkileşim eksikliği gibi yerine getirilmeyen görevler yada eleştiri gibi sözel davranış problemleri olabilmektedir. Integrative Behavioral Couple Therapy de ise, çiftlerin karşılıklı olarak birbirlerinin duygusal mesajlarını ve birbirlerine karşı sergiledikleri saldırganca davranışları anlamaları yoluyla birbirlerinin farklılıklarını kabullenmeleri sağlanmaktadır. Eğer çift aralarındaki problemi çözümsüz olarak algılıyorsa, çifte aralarındaki anlaşmazlığa yeni bir gözle bakmayı öğretmektedir. Öncelikle çiftlerin birbirlerine karşı saldırganca davranışlarını değiştirebilmeleri, ilişki üzerinde zedeleyici davranışlarını azaltmaları üzerinde çalışmaktadır. İntegratif Davranışçı Çift Terapisi açısından en önemli noktalardan bir tanesi, çiftin arasındaki kabulü desteklemenin, birbirlerine karşı bir boyun eğcilik olarak algılanmamasını sağlamaktır. Eşlerden herhangi birinin gönülsüzce diğerine boyun eğmesi değil, aralarındaki yakın ilişkinin desteklenerek, birbirlerini kabul etmelerinin kolaylaştırılması ana hedeftir (Wheeler, Christensen, 2002).

#### **2.6.4. Evliliğe Müdahale Teknikleri ve Evlilik Danışmanlığı:**

Aile psikolojisiyle ilgilenen araştırmacıların en çok ilgi duyduğu araştırma alanlarının başında evlilik ve evliliğe müdahale teknikleri gelmektedir. Evlilikte var olan problemlere ve çatışma durumlarına müdahale edilmediği zaman büyüyen sorunlar, aile ve evlilikte şiddete ve boşanma sorunlarına dönüşmektedir (Pinsof, 2005 ; Coutta, 2001).

Berger ve Roloff (1982), evli bir bireyin davranışlarını değiştirmeye karar verdiğinde, bu davranışların bir kısmını değiştirmeyi başarsa bile, sahip olduğu bazı negatif tavırları değiştirmek konusunda başarılı olamadığını ifade etmektedir. Bu durum, evli çiftlerin davranış değişikliklerinin profesyonel bir yardımla desteklenmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Pek çok evlilik terapisi okulunun kullandığı tekniklerle, çiftler birbirlerine karşı farklı davranışlar sergilemeleri konusunda kışkırtılmaktadırlar. Aslında farklı bakış açılarına sahip terapistler ve danışmanlar, sıklıkla aynı teknikleri kullanırlar fakat, çeşitli sebeplerden dolayı teknikleri birbirlerinden farklı amaçlar için kullanırlar. Sonuç olarak, danışmanların aynı tekniklerden elde edecekleri faydalarda farklı olacaktır. Aslında önemli olan tek başına tekniğin kendisi değil, tekniği kullanmadan önce ve kullandıktan sonra terapistin ne yaptığıdır. Bir terapist amaç ne olursa olsun her hangi bir yaklaşımdan yola çıkarak bir teknik kullanabileceği gibi, eklettik bir yaklaşımı da benimsemiş olabilir. Kullanılan teknik her ne olursa olsun, önemli olan (Worthington, 1990);

1. Kullanılan tekniğin terapötik amaca katkısının olup olmadığı,
2. Danışmanın değerler yapısına uygun olup olmadığıdır.

Evlilik terapistlerinin, danışmanların ve evlilik konusunda araştırma yapan araştırmacıların, her zaman için evlilikteki bozulma veya çöküntüyü sistemli bir süreç dahilinde incelemeye ihtiyaçları vardır. Evlilik terapisi açısından, evlilikte sevginin yitimi konusunun, her biri farklı amaçlara hitap eden farklı evreleri vardır. Evlilikte yitirilen sevginin hangi basamaklara sahip olduğunu bilmek, terapistin ihtiyaca uygun bir model oluşturmasına ve her bir aşamanın kendine özgü hedeflerini saptamasına yardımcı olur. Yapılan araştırmalarda, evliliğin bozulması yönündeki basamaklar, eşin cazip olarak algılanmaması, daha sonra evliliği sonlandırıcı engeller üzerinde odaklanma ve nihayetinde de etraftaki diğer çekici alternatiflere dikkatin artması şeklinde sıralanmaktadır (Kernsten, 1990).

Evlilik danışmanlığında, danışmanın rolünün “öğretici” olmaktan ziyade, çiftleri farklı davranmaya kışkırtan bir nitelikte olması önemlidir (Noller, 1984). Çiftlerin iletişimlerini değerlendirebilmek için, mülakat tekniği ile beraber, seans boyunca çeşitli konularda tartışmalarını sağlamak yararlı olabilmektedir. Worthington, (1990) iletişimin üç basamakta değerlendirilebileceğine değinmektedir. O’na göre bir danışman iletişimin semantiği ve anlamıyla ilgilenmelidir. Çünkü iletişim problemleri, aslında sözlü veya sözsüz davranışların

yanlış anlaşılmasına bağılı olarak gelişmektedir. Ayrıca bir danışman iletişimin sentaksıyla da (söz dizimi) ilgilenmelidir, çünkü problemler kişilerin birbirleriyle nasıl iletişim kurduklarına bağılı olarak da gelişebilmektedir. İletişimin pragmatığı ise bir diğer önemli konudur. İletişimin pragmatik etkileriyle olduğu kadar, özellikle çiftler arasındaki veya aile içindeki güç dengesiyle de ilgilenmek önemlidir. Ailede karar verme süreci, genelde gücü kimin elinde bulundurduğu ile alakalıdır. Kim kime direktifler yöneltiyor veya kim gücü elinde bulunduruyor, ne gibi kararlar alınıyor ve bu kararları kim alıyor? Hiçbir evlilik danışmanı sadece bir tek basamak üzerinde çalışmak istemez çünkü her türlü iletişimde, basamakların tümü mevcuttur. Bununla beraber pek çok danışman, iletişim içerisindeki problemlerle ilgilenirken, bir alana diğerinden daha fazla eğilebilir (Segrin, 2004).

Pozitif bir değışim sağlayabilmek her açıdan çok önemlidir. Eşlerin kendi çabalarıyla ortaya koymaya çalıştıkları küçük değışimler ise, oldukça kısa ömürlü olmaktadır. Tatminsiz ve şikayetçi tavırların çoğalmasını önleyebilmek için, bunların yerine geçebilecek açık ve net tavırların tanımlanması gerekmektedir. Değışmeyi arzu eden çiftlerle, davranışlarının altında yatan gerçek nedenleri bulmak konusunda çalışılırken, bir yandan da memnuniyetsizlik yaratan davranışlarını değıştirmek veya azaltmak konusunda çalışılması faydalı olmaktadır (Stuart, 1980).

Mace ve Mace (1977) çiftlerin evlilik potansiyellerini değerlendirebilmeleri ve ilişkilerini geliştirebilmeleri açısından evlilik ilişkisine ait on alan tanımlamaktadırlar:

1. Ortak amaçlar ve değerler,
2. Gelişime açıklık,
3. İletişim becerileri,
4. Çatışmayı yönetebilme,
5. Karşılıklı sevgi ve takdir,
6. Cinsiyet rollerinde uyuşma,
7. Karşılıklı işbirliğı ve takım ruhu,
8. Cinsellik,
9. Para yönetimi,
10. Ebeveyn etkileşimi,



Bu alanlar üzerinde yapılacak değerlendirmeler, kişinin evlilik ilişkisinin nasıl olduğu ve ilişkisini daha da geliştirebilmek için neye ihtiyacı olduğunu göstermeye yardımcı olmaktadır.

Chapin, Chapin ve Sattler (2001), çift ve evlilik konusunda çalışan danışmanlara yardımcı olacağını düşündükleri 4 çalışma önerisi getirmektedirler. Önerilerin amacı çiftlerin arasındaki problemleri çözümlenebilmek konusunda danışmanlara yol gösterebilmektir :

1. Çiftlere aktif dinleme becerilerini öğretmek,
2. Çiftlerin çatışma çözüm stillerinin ne olduğunu anlamak,
3. Çiftlerin birlikte geçirdikleri zamanı ve kalitesini arttırmak,
4. Çiftlerle çalışabilmek için karşılıklı işbirliği geliştirmek ve danışmanın, ilişkileri için önemli olduğunu anlamalarını sağlamak.

Chapin, Chapin ve Sattler'e göre (2001), evlilikte yaşanan problemlerin en temel sebebi, eşler arasındaki iletişim becerilerinin eksikliğidir. Bu sebeple çiftlerle çalışılırken en önce çiftlere aktif dinlemenin öğretilmesini ve çiftlerin bu konuda donanımlı hale getirilmesini önermektedirler. Çiftler çatışma çözme konusunda temel bilgi ve beceriye sahip oldukları zaman kazandıkları becerileri her türlü çatışma konusunda (mali konular, çocuklar v.b.) kullanabilmektedirler. Çiftlerle çatışma çözümü üzerinde çalışılırken en temel nokta ise, çiftlerin birbirlerinin tarzları arasındaki farklılıkları iyi anlamasıdır çünkü bu durumda, birbirlerinin stillerine ayak uydurabilmeleri daha kolay olmaktadır. Terapistin çiftlerle bu konuda çalışması gerekmektedir.

Deacon ve Piercy (2001), aile ve çift terapistlerinin en çok başvurdukları tekniklerin başında deneysel ve yaşantıya dayalı tekniklerin (*experiential activities*) geldiğini belirtmektedirler. Bu tip deneysel terapi metotları, ailenin nitel açıdan değerlendirilmesinde de rol oynayabilmektedir. Bu tip metotlar aile üyelerin birbirlerine yaklaşması ve işbirliklerinin artırılması konusunda oldukça işe yarar sonuçlar verebilmektedir. Aile heykeli, sanat, fotoğraf tekniği, metaforlar ve drama bu teknikler arasında sayılabilir. Tekniklerin her biri aile hakkında ipuçları elde etmeye yardımcı tekniklerdir. Aile terapistleri bu tip aile aktivitelerini yaratıcı ve işbirlikçi bir ortam içerisinde kullanarak, aile üyelerinin birbirlerine yaklaşmasına ve bağlanmasına yardımcı olurlar. Bu tarz metotlar sayesinde simultane bir şekilde aile üyelerinin arasına karışarak bilgi toplar, aileye güç verir, onları gelişmeye teşvik eder, cesaretlendirirler. En önemlisi ise, terapist ile danışan arasındaki hiyerarşik basamak çok

daha işbirliğine dayalı bir ilişkiye dönüşür ve böylece çok daha interaktif, çok daha zevk verici bir süreç yaratılmış olur.

Yakın ilişki paternlerini değiştirmek ve geliştirmek amaçlı çok sayıda teknik mevcuttur. Papp (1983) uzun süredir devam eden davranış paternleri üzerinde oldukça etkili olan bir dizi sistematik strateji açıklamaktadır. Yaklaşımının amacı, çiftlerin birbirilerine karşı görevlerini yerine getirmelerine hizmet eden davranışlarını tanımlayarak, karşılıklı uyumlarını gözden geçirmektir. “Çift koreografisi (*couple choreography*)” gibi metaforik tekniklerin kullanılmasıyla, ilişkide karşılıklılık ilkesi, somut imajlar yardımıyla şekillenmektedir. Böylece, karşılıklılığı arttırarak dağılmayı önler ve sistematik yaklaşıma uygun bir zemin hazırlar. Bu tür paradoksal engelleyici teknikler, çiftler arasındaki etkileşimi değiştirmede ikna edici bir faktör olarak kullanılabilir.

Worthington (1990), evlilik danışmalığında 3 basamaklı bir model önermektedir. Birinci basamak, çiftlerin arasındaki bozuk paternleri yıkmayı hedeflemektedir. İkinci basamakta bunların yerine yeni ve daha kullanılabilir paternler yerleştirilmeye çalışılır. Üçüncü basamakta ise çiftlerin faydalı değişimler üzerinde birleşmelerine çalışılmaktadır. Çiftler ilk olarak, evliliklerinde algıladıkları temel güçlüklerin kısa tanımlarını yaparak işe başlarlar. Ardından tanıştıkları ilk günden itibaren evlilik hikayelerini anlatmaları istenir. Böyle bir başlangıç, pozitif bir tartışma ortamının yaratılmasına hizmet eder. Çiftlerin arasında varolan yakınlık, duygusal, cinsel, sosyal, entelektüel ve boş zamanlarını değerlendirme tarzları açısından incelenir. Çiftlerin arasındaki yakınlığı ölçmenin en iyi yollarından bir tanesi, bir haftalarını nasıl bir ilişki ve iletişim içerisinde geçirdiklerini incelemektir. Böylece çiftlerin gerçekleştirdikleri her bir aktivite açısından birbirlerini destekleyici ve bir tavra mı sahip oldukları yoksa, aralarında mesafeli bir ilişki mi olduğu kolaylıkla ortaya konulabilir. Çiftlerin beraberce geçirdikleri zamanın ortaya konulması, aralarındaki yakınlık veya mesafenin, birbirlerine verdikleri desteğin ve ihtiyaçlarının karşılanıp karşılanmadığının bir göstergesi olabilmektedir. Worthington (1990) tarafından önerilen bir başka teknik ise, çiftler arasındaki çatışma çözüm stratejilerini saptamak amacıyla kendilerine yöneltilen bir tartışmayı en az 7 dakika boyunca, daha sonra analiz etmek üzere kaydederek, çatışma odaklarını incelemektir.

Evlilik danışmanları çiftlerle çalışırken ihtiyaçlara yönelik olarak oldukça geniş ve yaratıcı teknikler kullanmaktadırlar. Bu tekniklerden bir tanesi de çiftlerin birbirlerine yüksek sesle kitap okumasıdır (Hamburg, 1983). Her iki taraf içinde herhangi bir fedakarlıkta

bulunmalarına gerek kalmadan fikir birliğine varabilecekleri bu tip bir egzersizle işe başlamak, çatışma çözme becerileri üzerinde çalışmaya başlamak için de uygun bir adım olmaktadır. Yüksek sele kitap okuma yaklaşımı;

1. Seanslar boyunca uygulanacak olan ev ödevi yaklaşımına küçük fakat memnuniyet verici bir uygulamayla başlama imkanı sunar,
2. Beraberce zaman geçirmeyi destekleyen bir faaliyet olduğu için, bu konudaki eski alışkanlıklarını değiştirmeyi kolaylaştırır,
3. Daha sonra üzerinde çalışılacak olan çatışma yönetim stilleri hakkında, danışmana bilgi verir.

Yakın ilişkiyi destekleme ve geliştirme konusunda en çok kullanılan yöntemlerden bir diğeri de, çiftleri beraberce zaman geçirmeye teşvik etmek amacıyla, boş zaman faaliyetlerini planlamayı öğretmektir. Bu teknikle çalışırken çiftlerin birbirlerine olan yakınlıklarını destekleyici faaliyetler seçmekte fayda vardır. Bu tip faaliyetler davranışçı terapi yöntemleri içerisinde sıklıkla yer almaktadır. Bazı teknikleri ise, çiftlerin arasındaki ilişki paternlerini değiştirmeye yöneliktir. Çiftler genellikle pozitif amaçlarla iletişime başlamakta, ancak, amaçlarına ulaşmak için negatif yollar geliştirmektedirler. Bu yolları seçerken de genellikle kendi ebeveynlerinin arasındaki ilişkiden taklit ettikleri davranış kaplılarını kullanmaktadırlar (Worthington, 1990).

“İlgi günü”, “aşk günü” gibi eşlerin birbirlerine ilgi ve sevgi göstermeleri üzerine yapılanmış özel günler tasarlamak ve bu amaçla tüm gün boyunca birbirlerine olumlu davranışlar sergileyecekleri bu tip özel günler üzerinde sözleşmeler imzalatmak, çiftlerin birbirlerine karşı sergiledikleri pozitif davranışların artmasına yardımcı olmaktadır (Stuart, 1980).

Çift ilişkilerini geliştirme konusunda bir diğer önemli nokta da, çiftlerin toplum önünde birbirlerinden nasıl bir davranış beklediklerini öğrenmeleridir. Pek çok çift toplum önünde birbirlerini mahcup etmeden davranmayı öğrenmeye ihtiyaç duymaktadır. Bunu gerçekleştirebilmek için çiftlerle yapılacak çalışmalarda aşağıdaki konular üzerinde çalışılması önerilmektedir (Rosen-Grandon, 1999):

1. Çiftlerin aralarındaki kuralların tartışılması,
2. Daha önce yaşamış oldukları ve birbirlerini utandırdıkları geçmiş hikayeler üzerinde tartışma,
3. Evlilikte yaşanan daha önceki çatışmalardan deneyim ipuçları elde etme.

LeLievre (1998), ailelerle ve çiftlerle gerçekleştirilen grup çalışmalarında, film, müzik, şiir ve yazılı eserlerin kullanılmasının etkili sonuçlar yarattığına değinmektedir.

Biyolojik ve çevresel faktörlerden ötürü, kadınlar ve erkekler evlilik hayatı konusunda birbirlerinden oldukça farklı beklentiler geliştirmektedirler. Dolayısıyla ilişkide yaşananları da birbirlerinden farklı algılama eğiliminde olmaktadır (Noller, 2002). Örneğin kadınlar evlilik doyumunu arttırması açısından ilişki konusunda tartışmayı ve düşünmeyi daha fazla önemli görürken, erkekler çeşitli aktiviteler konusunda ortak paylaşım ve birlikte zaman geçirmenin daha önemli olduğunu düşünme eğilimindedirler. Kadınlar ilişkiye, beraberlikleri hakkında düşünmek ve konuşmak olarak bakmaktayken, erkeklerin daha çok ilişkiyi beraber paylaşımlarda bulunmak ve birlikte vakit geçirmek olarak algıladıkları görülmektedir. Bu sebeple terapistin çiftle çalışırken, cinsiyete bağlı bu tip görüş ayrılıklarına dikkati çekmesi, hatta çifti bu konuda eğitmesi gerekmektedir (Wenzel, Harvey, 2001).

Evlilik terapisine başvuran çiftlerle çalışan terapist ve danışmanların dikkat etmeleri gereken bir diğer nokta ise, eğer terapiye başvuran eşlerden bir tanesi, psikolojik anlamda yetersiz durursa ise, terapistin kişiyi öncelikle bireysel terapiye yönlendirmesi ve evlilik terapisini bir müddet için ertelemesi önerisidir (Worthington, 1990).

#### **2.6.5. Evlilik İlişisini Geliştirme Programları ve Grup Çalışmaları:**

Yeni milenyumla birlikte araştırmaların, aile ve evlilik problemlerinin sağaltımı konusuna yönlendiği görülmektedir. Bu çerçevede evlilik ilişkisini geliştirme programları ve grup çalışmaları da oldukça önemli bir yer tutmaya başlamıştır. Hatta Amerika gibi gelişmiş ülkelerde, evlilik ilişkisini geliştirme ile ilgili eğitim çalışmaları için devlet tarafından oldukça yüksek meblağlarda bütçeler ayrılmaktadır (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005). Özellikle Evlilik konusunda program geliştirme ve eğitim konusunda çalışanların ve evlilikle ilgili araştırmacıların en çok ilgilendikleri konu başlığı ise evlilik doyumu olmaktadır (Kirby, 2005).

Evlilik ilişkisini geliştirme yaklaşımları, çiftlerin problemlerini önleme çalışmaları şeklinde Amerika ve İspanya'daki çalışmalarla başlamıştır. Yapılandırılmış ilişki geliştirme programlar, öncelikle dini organizasyonlar şeklinde işlemiştir. Hatta programları yönetenler bile, bu konuda eğitimli olan din görevlileridir. 1960'larda, evlilik geliştirme çalışmalarının öncülerinden Mace'in çalışmalarıyla başlayan evlilik ilişkisini geliştirme çabalarının temel mantığı, evlilikte problemler var olmadan veya var olan problemler büyümeden gerçekleştirilen, çiftlere ilişki yeteneklerini geliştirici eğitimler yoluyla kazandırılan çalışmalar olarak yer almaktadır. İlk başlarda oluşturulan programların genelde evlilik ilişkisini geliştirme mantığında olduğu görülmektedir. 1962'de David ve Vera Mace ilk evlilik eğitim kursunu oluşturmuşlardır. Bu ilk çalışmanın amacı, çiftlere sorunlar başlamadan yardımcı olmak idi. Daha sonra 1962'de Barcelona'da Peder Gabriel Calvo'nun halen tüm dünyada *Evlilik Etkileşim Grubu (Marriage Encounter)* olarak bilinen ve kullanılan hafta sonu katılım programını oluşturduğunu görüyoruz. Bu programlarda yer alan evlilik eğitiminin temel amacı, çift ilişkinin hangi basamağında olursa olsun ilişkilerini daha iyiye taşıyabilmeleri için pratik bilgilendirmektir. Önleyici ve gelişimsel nitelikli evliliği geliştirme programlarının öncüsü ise Clarke'dır. Programın amacı evlilik ilişkisinde olumlu farkındalığı arttırmaktır. Program iki buçuk saatten oluşan altı haftalık yapılanmış bir süreci içermektedir. 1970'ler ve 1980'ler evlilik eğitimi konusundaki kursların ve eğitim programlarının hızla yayılarak geliştiği ve en önemlisi *Çift Evlilik Geliştirme Derneği ACME'nin (Association for Couples in Marriage Enrichment: ACME)* kurulduğu yıllardır. ACME bu alanda hizmet veren dünya çapında bir organizasyondur. Aynı şekilde Peder Gabriel Calvo'nun kurduğu *Evlilik Etkileşim Grubu (Marriage Encounter)*'da hızla tüm dünyaya yayılmış ve her sene en az 250.000 çifti eğitmeye başlamış bir harekete dönüşmüştür (Halford, 2004 ; Kirby, 2005).

Bu çabaların ardından hızla çoğalan evlilik ilişkisini geliştirme programları ve eğitim gruplarından tüm dünyada en çok kullanılan ve bilinenleri aşağıdaki gibi sıralayabiliriz (Kirby, 2005):

1. 1975: Mace'in ACME (Association for Couples in Marriage Enrichment) programı.
2. 1975: Miller, Nunnally ve Wackman'ın Minnesota Çift İletişim Programı (Minnesota Couples Communication Program).
3. 1977: Guerney'in İlişkiyi Geliştirme Programı (Relationship Enhancement Program).

4. 1976: Otto ve Otto'nun Evliliğinden Daha Fazla Zevk Al Programı (More Joy in Your Marriage).
5. 1976: Schmitt ve Schmitt'in Evlilik Yenileme Sığınağı (Marriage Renewal Retreat).
6. 1977: L'Abate'nin Yapılandırılmış Gelişim Programı (Structured Enrichment Program).
7. 1979: Gottman'ın Evlilik Laboratuvarı (Marriage Lab).
8. 1980: Stuart'ın Davranış Değiş-Tokuş Programı (Behavioral Exchange Program).

Günümüzde yurt dışında en yaygın kullanım alanına sahip aile ve evlilik ilişkisini geliştirme teknik ve programları ise, aşağıdaki tabloda yer almaktadır:

**Tablo 2.6.1. Aile ve Çift İlişkilerini Geliştirmeye Yönelik En Yaygın Kullanılan Teknik ve Program Örnekleri**

Program	Amaç	Hedef Kitle
<b>PREP*</b>	İletişim becerilerini öğretmek, yeni bilişsel süreçler oluşturmak, çiftin arasında bir ilişki bağı geliştirmek.	Evlenme hazırlığındaki çiftler.
<b>PREPARE*</b>	İlişkinin geçmişini ve halihazırdaki fonksiyonunu değerlendirmek, çifte, benzerlikleri ve farklılıkları konusunda farkındalık kazandırmak.	Evlenme hazırlığındaki çiftler.
<b>Evlilik Etkileşim Grubu (Marriage Encounter)</b>	Çiftin arasında diyalog geliştirmek, partnerlerin kendilerini ifade etmelerini sağlamak, çiftin aralarındaki spiritüalite ve inancı keşfetmeleri.	Evli çiftler.
<b>Çift İletişim Programı (Couples Communication Program)</b>	Kendini keşfetmek ve karşındakinin farkına varmak, iletişim becerilerini öğrenmek.	Evli çiftler.
<b>STEP*</b>	Çocukların neden davranış problemleri gösterdiğini anlamak, çocukların davranış problemleriyle başa çıkmak için etkili teknikler öğrenmek.	Küçük yaşta ve ergenlik çağında çocuğu olan ebeveynler.
<b>Davranışçı Ebeveyn Eğitimi (Behavioral Parent Training)</b>	Çocukların davranış problemleriyle başa çıkmayı kolaylaştırıcı etkili teknikler öğrenmek.	Ebeveynler
<b>Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi (Cognitive Behavioral Family Therapy)</b>	Klinik düzeyde bozuk aile fonksiyonları ve davranış problemlerine sahip aileye sağaltım.	Sorunlu çift ve aileler.
<b>Yapısal Aile Terapisi (Structural Family Therapy)</b>	Değişime uyum sağlama yoluyla ailenin karşılıklı etkileşim normları ve yapısına uyum.	Sorunlu çift ve aileler.

\*Program ismi orijinal haliyle sunulmuştur.

**Kaynak: (Segrin, 2004).**

Evliliği geliştirme programlarına genel olarak baktığımızda, içerikleri açısından ikiye ayrıldıklarını söyleyebiliriz. Birinci grupta aile fonksiyonları henüz tam olarak bozulmamış ancak risk grubundaki aileler, ikinci grupta ise, klinik düzeyde yardıma ihtiyaç duyan, üyelerinin davranış bozuklukları sergilediği aileler gelmektedir. Evlilik ilişkileri risk altında olan ailelerle yapılacak çalışmalar, ailelerin fonksiyonları tam olarak bozulmadan önce yardımda bulunmayı hedeflemektedir. Örneğin yeni ebeveyn olmuş çiftler, görünürde gayet mutlu olabilirler. Ancak ebeveyn olma görevini henüz üstlenmiş olmanın getirdiği yeni sorumluluklarıyla beraber, yaşamaları olası sorunlar açısından risk altında oldukları kabul edilmektedir. Bu durumda ilişkilerini geliştirici ve yaşamaları muhtemel problemlerin çözümü konusunda eğitici bir programa katılmaları ilerideki sorunlarıyla başa çıkmalarını kolaylaştıracaktır. Bu tip ilişkileri geliştirmeye yönelik programlarda üzerinde en çok çalışılan konular, iletişimi geliştirme, karşılıklı etkileşim paternleri ve ilişki kalitesini arttırmadır (Segrin, 2004).

Tabloda örnekleri yer alan evlilik öncesi programlar, evlenme kararı almış çiftlerin ileride yaşamaları muhtemel problem durumları üzerinde çalışılmak üzere geliştirilmiş programlardır. Bunların içinde en yaygın olarak kullanılanı *PREP (Prevention and Relationship Enhancement Program)*'dir. 4-8 çiftin katılabildiği program 6 haftalık bir programdır. Öncelikle çiftlere iletişim becerileri konusunda kısa bir ders verilmektedir ve çiftler öğrendikleri becerileri uygulama konusunda cesaretlendirilmektedirler. Ayrıca PREP'in 20-40 çiftin katılabildiği, seminer tarzı ikinci bir versiyonu daha bulunmaktadır. Bu versiyonda da işlenen konular temelde aynıdır. Evlilik öncesi programlara katılan çiftlerin en çok yardım almayı talep ettikleri konuların başında, iletişim becerileri kazanma, çatışma ve problem çözme ve kendi aile kökenleriyle ilgili konular üzerinde konuşma gelmektedir. Yapılan boylamsal araştırmalar, evlilik öncesi programlara katılan çiftlerin ileriki yıllarda evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu doğrulamaktadır (Segrin, 2004 ; Westerop, 2002).

*Evlilik Etkileşim Grubu (Marriage Encounter)*, en yaygın kullanılan evlilik ilişkisini geliştirme programlarından birisidir. Program aslında Peder Gabriel Calvo isimli İspanyol bir din adamının kendisine başvuran evli çiftlere yardım etme çabası sonucu, 1952 yılında oluşmuş bir programdır. Program daha sonra 1966 yılında Amerika'nın Miami eyaletinde geliştirilerek bu günkü halini almıştır. Program, tüm evliliklerde evlilik doyumunun zaman zaman azalma gösterebileceği gerçeğinden yola çıkarak, çiftin problemlerle karşılaşmadan önce aralarındaki ilişkiyi geliştirip güçlendirmelerini amaçlayan bir programdır. Evlilik

doyumunun yaşam boyu stabil olamayacağı gerçeği, evlilikler açısından risk yaratmaktadır. Program üç tam günlük bir süreyi kapsamaktadır. *Sağaltımevi (retreathouse)* veya otel gibi bir mekanda gerçekleşmektedir. Programın amacı karı-kocanın dış dünyanın her türlü baskısından uzak bir şekilde birbirlerine odaklanmalarını sağlamaktır. Evlilik ve stres, evlilikle ilgili yanlış inanışlar, karı-koca iletişimi gibi içeriklere sahip bir programdır. Araştırmalar, programın çiftler üzerinde uzun süreli ve pozitif etkili bir program olduğunu göstermektedir ancak Amerika’da sıklıkla kullanılan bu program, daha ziyade yabancı kültüre özgü nüveler taşıyan, dini içerikli bir programdır (Segrin, 2004).

Yaygın olarak kullanılan bir diğer programda *Çift İletişim Programı (Minnesota Couples Communication Program)*’dır. Program etkili iletişim becerilerini öğretme amaçlı bir eğitim programıdır. Programın iki ana amacı: a) kendi hakkında ve karşısındaki hakkında farkındalığı arttırmak, b) çiftin ilişkiden aldığı doyumunu arttırıcı iletişim becerilerini öğretmektir. Program temelde, sistem teorisi, karşılıklı sembolik iletişim ve aile yaşam döngüsü teorilerine dayanmaktadır. Çift bir sistem olarak görülür ve iletişim becerilerini geliştirme yoluyla, yaşam boyu karşılıklarına çıkabilecek her türlü problemi, ilişkilerini geliştirici bir tarzda çözebilmelerini sağlayıcı bir eğitim verilir. Sistemdeki bireylerden birindeki değişiklik, sistemin tümü üzerinde etkili olacaktır felsefesinin güder. Gruba 5-7 çift kabul edilir. Çalışma haftada bir gün 3 saat olmak üzere, dört haftalık bir programdır. Programda kısa bilgilendirmeler, egzersiz uygulamalar, geri dönütler ve önceki seansların değerlendirmeleri yer almaktadır. Ayrıca çiftlere seanslar arasında okuyacakları metinler verilmektedir. İlk seansta çiftler bir “*farkındalık tekerleği*” geliştirmektedirler. Bu katılımcılara duygular, hisler, düşünceler ve istekler hakkında görsel bir farkındalık kaynağı oluşturmaktadır. Daha sonra hislerini karşısındakine ifade edebilme ve ifade ediş tarzı üzerinde çalışılmaktadır. İkinci seansta daha ziyade karşısındakinin mesajlarını anlama ve bu konuda ortak bir kavrayış geliştirebilme üzerinde çalışılmaktadır. Üçüncü seansta iletişim becerileri ve meta-iletişim içerikleri üzerinde durulmakta, dördüncü seansta ise, yeniden yapılandırma, koruma ve karşısındakinin kendine saygısını destekleme üzerinde çalışılmaktadır. Araştırmalar, programın katılımcıların kendileri ve ilişki hakkındaki farkındalıklarını arttırmak ve çiftin iletişim becerilerini geliştirmek konusunda oldukça etkili olduğunu ortaya koymaktadır (Segrin, 2004 ; Westerop, 2002).

Etkili ebeveynlik geliştirmeye yönelik programlarda ise, çiftin anne-baba olma becerilerini geliştirmek, çocuklarıyla çatışmalarını en aza indirerek, hem aile ortamındaki



hem de çiftin arasındaki çatışmaları azaltmak hedeflenmektedir. *Davranışçı Ebeveyn Eğitimi* gibi programlar ise, daha ziyade davranışçı teknikler yardımıyla problemlili davranışların ortadan kaldırılması amaçlanmaktadır (Segrin, 2004).

Klinik düzeyde bozuk fonksiyonları olan ailelerle çalışılırken en çok kullanılan tekniklerin başında da iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik programlar gelmektedir. Bu tip programların temel dayanak noktası ailenin stresini azaltıp iletişim becerilerini geliştirmenin, bozuk fonksiyonları da doğal olarak düzelttiği görüşüdür (Segrin, 2004).

*Sağlıklı Evlilik İlişkisi Modeli*'ne uygun olarak geliştirilen programlar ise, genellikle *güvenlik teorisi* olarak adlandırılan ve bağlanma, karşısındakini kabul ve duygularını karşısındakine rahatça ifade edebilme konularını temel alan yaklaşıma uygun olarak, üç temel noktaya odaklanarak planlanmaktadır. İlk olarak negatif duyguları kontrol altına almak ve önemli konularda kavga etmeden konuşmayı başarmak hedef olarak alınmaktadır. Bu amaçla *tehlike sinyalleri* olarak adlandırılan *kışkırtıcı davranış ve sözler, karşısındakine değer vermeme, konuşulanları negatif yorumlama eğilimi, geri çekilme-tartışmadan kaçınma* gibi olumsuz davranışları değiştirme üzerinde çalışılmaktadır. İkinci adımda, ilişkide pozitif etkileşimi geliştirmek ve sürdürmek üzerinde çalışılmaktadır. Eğlence, arkadaşlık, romantizm, flört, bir arkadaş gibi sohbet edebilme, beraberce huzurlu zaman geçirme gibi konular üzerinde çalışma, eşler arasındaki bağı kolaylıkla kuvvetlendirebilmektedir. Son adımda ise eşlerin birbirlerine karşı bağlılıkları ve kendilerin ilişkilerine adanmaları üzerinde çalışılmaktadır. İlişkilerde herhangi bir problem yaşandığı zaman, eşler genellikle problem üzerinde oturup konuşmak veya en uygun davranışın ne olabileceğine karar vermek yerine, birbirlerini karşılıklı olarak suçlama eğiliminde olmaktadır. Oysa yukarıdaki konular üzerinde yapılanmış bir çalışmanın neticesinde, eşler kendilerini *evlerinde güvenlikte* hissetmektedirler. Böylesi bir duygusal güvenli ortamda ise çok daha yapıcı, pozitif etkileşim ve tartışmalar gerçekleşebilmektedir (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005).

Aile ve çiftle ilgilenen uygulamacılar ve araştırmacılar tarafından çok sayıda farklı aile ve çift terapi tekniği ortaya konmuştur. Bu tekniklerin pek çoğu temellerini, bilişsel-davranışçı terapi, psikanaliz gibi ekollere dayandırmaktadır 1980'lerin ortalarından itibaren evlilik ilişkisini geliştirme programlarında beceri eğitimleri ve evlilikle ilgili eğitici çalışmalara daha fazla yer verilmeye başlanmıştır (Segrin, 2004).

Evlilikteki ilişki ve iletişim durağan değil, tam tersine sürekli gelişen ve değişen bir yapı sergilemektedir. Evlilik, iki farklı kişilik yapısı arasında gerçekleşen, oldukça karmaşık karşılıklı etkileşim süreçlerinden oluşmaktadır. Bu sebeple çiftler evlilik ilişkilerini geliştirmek konusunda yardıma ihtiyaç duymakta ve bu yardımı alan çiftler evlilikteki değişme ve gelişmelere birlikte göğüs geren, karşılıklı işbirliğine dayalı bir iletişim geliştirmektedirler (Durairaj, 2003)

Bilim adamları, terapistler, evlilik eğitimcileri ve hatta evli çiftler, evlilik mutluluğunu, evlilik doyumunu arttırabilecek, destekleyecek faktörlerle ve evlilik programlarının etkililiğiyle giderek artan bir dikkatle ilgilenmektedirler. Yapılan araştırmalar, evlilik doyumunu arttırıcı grup çalışmalarına katılanların, bu tip gruplara hiç katılmayanlara göre daha yüksek evlilik doyumunu puanları elde ettiğini göstermektedir (Kirby, 2005). Markman'ın (Halford, Markman, 1997) öncülük ettiği araştırmalar, evlilik stresinin önüne geçilmesinin ve azaltılmasının mümkün olduğunu göstermektedir. Tipik evlilik terapisi tekniklerinin kullanılması yoluyla genç çiftlere iletişim becerileri, problem çözme teknikleri ve cinsel fonksiyonlarını artırma öğretilmektedir. Markman'ın boylamsal araştırmaları, bu metotların evlilik stresini önleme ve boşanmaları azaltma konusunda etkili olduğunu göstermektedir.

Aile üyelerinin birbirleriyle etkili iletişim kuramamaları neticesinde, gerek aile üyeleri gerekse de çift arasında çeşitli problemler yaşanması normaldir. Örneğin aralarında çeşitli konularda iletişim eksiklikleri ve iletişim çatışmaları olan çiftler arasında, zamanla bir mesafe oluşabilmekte, çift birbirinden uzaklaşabilmektedir. Bazen bir baba veya anne, ergenlik çağına yeni girmiş evlatlarına ulaşmakta zorluklar yaşayabilir. Aile içi iletişimi ve evlilik ilişkisini geliştirme ile ilgili grup çalışmaları, ailelerin yaşadıkları veya yaşamaları muhtemel problem alanlarında onlara yardımcı olabilmek amacıyla geliştirilmektedir. Bu çalışma grupları, aile ve evli çift ilişkilerini geliştirmeye yönelik olabileceği gibi, ebeveyn çocuk iletişimini geliştirici veya evlilik hazırlığındaki çiftlere yönelik olarak da tasarlanabilmektedir. Ancak genelde programların amacı, aile veya çiftin iletişim becerilerini geliştirme yoluyla problemlerin çözülmesi ve bu sayede evlilik ilişkisinin geliştirilmesidir (Segrin, 2004 ; Crew, 1983 ; Westerop, 2002).

Evlilik konusundaki grup programlarının amaçlarına göz atıldığında, evlilik eğitim programları temelde iki anlayışı merkez alarak oluşturulduğu gözlenmektedir (Kirby, 2005):

1. Aile hayatındaki başarının temel anahtarı evlilik ilişkisidir.
2. Önleyici müdahaleler sağaltım çalışmalarından daha fazla fayda sağlayıcıdır.

Evlilik grup çalışmalarının ve programlarının genel olarak, önleme, evlilik problemlerine çare bulma veya evlilik ilişkisini destekleme amacıyla oluşturuldukları ve çiftlerin arasındaki iletişimi geliştirme amacına yönelik beceri geliştirme programları şeklinde tasarlandıkları görülmektedir. Halford ve arkadaşları (2003) evlilik eğitim programlarının temel amacının, uzun süreli evlilik doyumunu desteklemek olması gerektiğini belirtmektedir. Çiftlere evlilik ilişkileri konusunda beceriler kazandırmak üzere tasarlanan programların başarılı olduğu, ilişkilerin olumlu gidişatını desteklediği ve evlilik doyumlarını arttığı görülmektedir. Evlilikle ilgili grup çalışmalarında genelde beceri geliştirmeye yönelik aktivitelere ve kısa eğitici seminerlere yer verildiği görülmektedir. Evlilikle ilgili grup çalışmaları, problemlili çiftlerle gerçekleştirilebileceği gibi, problemler başlamadan önce evlilik ilişkisini desteklemek amacıyla da yapılandırılabilir. Literatür doğrultusunda önerilen ise, çiftlerle problemler başlamadan önce çalışılması yani önleyici evlilik danışmanlığı yaklaşımının benimsenmesinin daha faydalı olduğu yönündedir (Larson, 2004).

Evlilikle ilgili eğitim programları, evlilikteki stresi azaltmak, boşanma ve evlilikte iletişim güçlükleri ana temalarına bağlı olarak hazırlanmaktadır. Daha iyi bir iletişim ortamı oluşturmak, çatışma yönetimi, sağlıklı ilişki yapısını beslemek üzere sağlıklı düşünce yapıları oluşturmak, programların temel amaçları arasında yer almaktadır. Evlilik öncesi programlar açısından düşünüldüğünde de gelecekteki eşini seçme ve mutlu bir birliktelik oluşturma konusunda bireylere yardımcı olmak, temel amaç olarak görülebilir (Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005).

Markman, Kline, Rea, Piper ve Stanley (2005) evlilik ilişkilerini geliştirme konusunda hazırlanacak programlarda bulunması gereken özellikleri şu şekilde sıralamaktadırlar:

1. Oluşturulacak program, olumlu evlilik ilişkisini destekleyici nitelikte olmalı, evlilik problemleri ve boşanma konusundaki risk faktörleri dikkate alınarak hazırlanmalıdır.
2. İyi bir evlilik programı dinamik ve gelişmeye açık olmalıdır. Gerçekleştirilen son araştırmalara ve değişen ihtiyaçlara uygun olarak değiştirilip yenilenebilecek bir yapıya sahip olmalıdır.

3. İyi bir evlilik programı esnek olmalıdır. Bir program tüm uygulama gruplarında aynı şekilde kullanılamayabilir. Grubun yapısına ve ortaya koydukları ihtiyaçlara uygun olarak değişime açık olabilmesi gerekmektedir. İyi bir program, çok değişik yapıdaki gruplara uygulanabilecek esnekliğe sahip olmalıdır.
4. Evlilik ilişkisini geliştirmeye ilgili programlar kısa süreli bir yapıya sahip olmalıdır. Her şeyden önce çiftler, uzun süreli programlara katılmak konusunda gönülsüzce davranmaktadırlar ve uzun süreli evlilik programlarını yarıda bırakma eğilimi göstermektedirler. Ayrıca kısa süreli programların uzun süreli programlardan daha etkili olduğuna dair kanıtlar mevcut bulunmaktadır. Kısa süreli ve tempolu bir program motivasyon açısından çok daha etkili olabilmektedir.
5. İyi program, grup üyelerinin ihtiyaçlarına yönelik olarak çeşitli konularda bilgi sağlamaya her ana hazır olabilmelidir. Grup çalışmalarına katılan evli bireyler, birbirlerinden çok farklı problem alanlarına sahip olarak gruba gelmektedirler. Uygulayıcının, programın genel içeriğinden ayrı olarak tartışmaya açılmaya hazır diğer evlilik problemleri konusunda da bilgi vermeye her an hazır olması gerekmektedir. İhtiyaca yönelik olarak çeşitli konularda farklı kaynaklar sunabilmeye hazırlıklı olabilmelidir.

Evlilik doyumuyla ilgili program geliştiren veya grup danışma programı hazırlayan uzmanların, bağlanmanın sosyal bilişsel sentezi, davranış ve kriz teorileri, evlilik doyumunu ve istikrarlı evliliğin içeriksel boyutları üzerinde durdukları görülmektedir. Çiftin evlilik ilişkilerinin desteklenmesinin yanı sıra, kişisel gelişimlerinin de desteklenmesi ve evlilikle ilgili önemli konularda eğitilmelerine de önem verilmektedir (Kirby, 2005).

Araştırmacılar, iletişim becerilerini öğrenme konusunda en ideal sağıaltımın, grup çalışmaları olduğunu ortaya koymaktadırlar. Çünkü katılımcılar, grup içindeki akranlarından anında geri bildirimler alabilmekte, çeşitli ve farklı tepkileri gözlemleyebilme şansını elde edebilmekte, ihtiyaç duyabilecekleri ve kullanabilecekleri beceriler geliştirebilmektedirler. Çiftler evlilik danışma gruplarında elde ettikleri becerileri bir müddet sonra etkili ebeveyn olma, iş ve toplumsal yaşantıda daha etkili olmak üzere transfer etmektedirler (Kirby, 2005 ; Segrin, 2004).

Çiftler arasındaki yakınlığı geliştirmek amacıyla planlanan çalışma gruplarının başarıya ulaşabilmesi için önemli olan, kişinin eşinin ihtiyaçlarını hiçbir menfaat ve fayda ummaksızın cevaplama tavrını kazanmasını öğrenebilmesidir. Bu duygunun eşlerde karşılıklı olarak desteklenmesi ve geliştirilmesi başarılı bir ilişki için gereklidir (Wenzel, Harvey, 2001).

Eğitim programlarına katılan çiftler, ilişkideki mevcut problemler üzerinde çalışırken, aslında birbirlerinin hatalarından çok şey öğrenebileceklerini fark ederler ve bu esnada birbirlerine karşı çok daha yakın bir ilişki geliştirirler. Aslında çatışmaların varlığı, çiftlerin evlilik ilişkilerini geliştirebilmek için önemli fırsatlardır (Rosen-Grandon, 1999).

Çatışma çözümlmeyi temel alan evlilik geliştirme programları, çiftlere yaşadıkları problemlerin, evlilik ilişkilerini geliştirebilmeleri için değerli bir fırsat olduğu mantığını verir. Çiftler yaşadıkları problemler üzerinde düşünüp problemi analiz ederken, problemlerine objektif ve bütüncül bir açıdan yaklaşma şansı elde ederler. Bu sayede meydana gelen algısal değişimler, çiftlerin birbirlerinin farklılıklarını algılayarak kabul etmesine yardımcı olur (Coutta, 2001)

Genel olarak program içerikleri incelendiğinde, farkındalık kazanma, geridönüt alma, bilişsel değişim ve beceri eğitimi olmak üzere bu dört içerik kapsamında yapılandıkları görülmektedir. Farkındalık, eşten gelen bilginin net olarak değerlendirebilmesi, beklentiler, ilişki üzerinde etkili olan anahtar iletişim niteliklerinin geliştirilmesi konularını içermektedir. Geridönüt kişinin bireysel olarak kendisini ve çift olarak ilişki fonksiyonlarını değerlendirmesi anlamına gelmektedir. Bilişsel değişim, kişinin tutum, düşünce ve inanışlarının ilişkiyi pozitif yönde destekleyici bir şekilde değişmesidir. Beceri eğitimi ise, ilişki konusundaki anahtar becerileri kazanmak üzere pratikler yapması amacıyla katılımcılara program esnasında verilen sözel veya demonstrasyona dayalı eğitimleri kapsamaktadır (Halford, 2004)

Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik programlarının etkililiklerine dair araştırmaların 1970'lerde başladığı görülmektedir. Evlilik ilişkisini geliştirme programlarının etkililiğine dair araştırma bulguları birbirlerinden farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik olarak tasarlanmış olan programların genelde evlilik problemlerini azalttığı, çift için gelecekte risk oluşturabilecek olan çatışma faktörlerini hafiflettiği, ilişki doyumunu yükselttiği görülmektedir(Hahlweg, Markman,1988 ; Halford, 2004 ; Markman,

Halford, 2005 ; Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005). Hawley ve Olson'un (1995) evlilik ilişkisini geliştirmek üzere yeni evli çiftler üzerinde gerçekleştirdiği bir grup çalışmasının sonuçlarına göre, araştırmaya katılan 71 çiftin de evlilik doyum düzeyleri artmıştır. Ayrıca çalışmaya katılan çiftlerin %98'si bu programlara katılmayı tavsiye ettiklerini bildirmişlerdir.

Programların etkili olduğunu savunan araştırmacıların yanı sıra, uzun süreli etkilerinin yetersiz olduğunu ortaya koyan araştırmalar da mevcuttur. Evlilik doyum programlarının evlilikte şiddet unsurlarını azaltabildiğini, ilişki doyumunu arttırdığını, sağlıklı evlilik ilişkilerini destekleyebildiğini, eşlerin aralarındaki negatif etkileşimi ve boşanma riskini azaltabildiğini ve bu sağlıklı yapının uzun süre korunabildiğini ortaya koyan araştırmalar mevcuttur. Ancak katılımcıların grup çalışmaları ve evlilik ilişkisini geliştirme programlarından olumlu kazançlar sağladığını doğrulayan araştırma bulgularına rağmen, kısa süreli çalışma programlarının, evlilik ilişkisi üzerinde uzun süreli gelişimi destekleyici olamayacağını savunan pek çok uzman da mevcuttur. Evlilik geliştirme programlarının uzun zaman zarfında etkili olabildiğine dair çok az sayıda kanıt bulunmaktadır. Genelde önerilen ise, çiftin arasındaki problemler henüz hafifken çiftle çalışmak, daha çok önleyici bir yaklaşımı benimsemektir (Hahlweg, Markman,1988 ; Halford, 2004 ; Markman, Halford, 2005 ; Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005).

Pek çok araştırma sonucuna göre, çiftlerle gerçekleştirilen kognitif içerikli yeniden yapılandırma programları, çiftlerin evlilik doyumlarını arttırmaktadır. Geleneksel davranışçı terapiyle gerçekleştirilen çift terapisi çalışmalarında ise, farklı sonuçlara rastlanmaktadır. Çeşitli araştırma sonuçlarına göre davranışçı çift terapilerinin evlilik doyumunu üzerinde arttırıcı bir etkisi olduğu görülmektedir (Bradbury, Beach, Fincham, Nelson, 1996). Ancak bu etki kısa sürelidir. Davranış odaklı çalışma gruplarının pozitif etkileri oldukça kısa sürelidir (Hahlweg, Markman,1988). Bu durumda davranışçı yöntemlerin tek başına yeterli olmadığı, bilişsel yaklaşım gibi yaklaşımlarla ve ya eklektik olarak desteklenmesi gerektiği düşünülebilir.

Halford, Markman, Stanley ve Kline (2003) 12 evlilik ilişkisini geliştirme çalışmasını incelemişler ve iletişim becerileri ve ilişki doyumunu üzerinde etkili olduklarını ortaya çıkarmışlardır. Halford ve arkadaşları inceledikleri bu araştırmalara bağlı olarak evlilik ilişkisi üzerine eğitim programı geliştirecek olan danışmanlara 7 rehber öneri getirmektedirler. Bu yedi öneri arasında;

1. Çalışılan gruptaki çiftlerin risk profillerinin ortaya çıkartılması,
2. Yüksek risk grubuna giren çiftlerin programa devam etmeleri konusunda desteklenmeleri,
3. İlişkideki öfke/öfke boyutunun değerlendirilmesi,
4. Çift değişime açık hale gelince eğitimi sunmak,
5. İlişki problemlerinin nasıl ortaya çıktığını bulmak,
6. Çiftlerin birbirlerinin özel ihtiyaçlarına uyum sağlamalarını desteklemek,
7. Evlilik eğitim programlarının ulaşılabilir olması.

Evlilik programları oluşturulurken dikkat edilmesi gereken önemli noktalardan bir tanesi de oluşturulan program veya grup çalışmasının uygulanacak kültüre göre düzenlenmesidir. Huang (2005) Asya ülkelerinde gerçekleştirilecek evlilik ilişkisini geliştirme programlarında kültürel evlilik yapılarına uygun olarak bazı faktörlere dikkat edilmesini önermektedir. Doğu kültürlerinde görücü usulüyle veya ailelerin organize etmesiyle kurulan birlikteliklere karşılık hızla artmaya başlayan romantik aşk birlikteliklerine dikkati çeken Huang (2005), bu kültürlerde medyanın aşkı her türlü problemin çözümü için yeterli bir faktör olarak sunmasının toplumda gerçekdışı beklentiler yarattığını ve bireylerin aşk birlikteliği yaptıkları takdirde bunun evlilik mutluluğu için yeterli bir faktör olduğuna inandıklarını belirtmektedir. Bu sebeple Huang (2005) bu kültürlerde gerçekleştirilecek grup çalışmaları ve evlilik ilişkisini geliştirme programlarında, evlilikte iletişim becerilerini artırma çalışmalarının yanı sıra, evlilik hakkında daha gerçekçi inanç ve değerler oluşturmanın önemine değinmektedir. Dikkate değer bir diğer önemli nokta da, geleneksel olarak Asya kökenli çiftlerin, aralarındaki ilişkiye odaklanmaktan ziyade ebeveyn-çocuk ilişkisine odaklanmayı tercih etmeleridir. Bu ülkelerde yaşayan çiftler evlilik seminerlerine katılma konusunda isteksiz davranmakta ancak ebeveynlikle ilgili seminerlere daha istekli olarak katılmaktadırlar. Program yöneticilerinin evlilik ilişkisiyle ilgili seminerlerde açılış konuşmasını *nasıl daha mutlu çocuklar yetiştirebiliriz, çocuk yetiştirme konusunda nasıl daha başarılı olabiliriz, daha mutlu çocuklar yetiştirmek için daha mutlu evlilikler gerekir* şeklinde yapılandırması daha olumlu sonuçlara yol açabilmektedir. Aynı şekilde Asyalı çiftler *eğitim* kelimesini *terapi* kelimesine tercih etmektedirler. Asya kültürlerinde öğrenme bir onur olarak algılanmaktadır. Ayrıca Haung (2005) bu çiftlerle çalışılırken, batıda çok iyi bilinen bağlanma teorisi gibi teorilerin, kültürel özellikler dikkate alınarak zenginleştirilmesi, kültürel açıdan yorumlanması gerektiğini vurgulamaktadır.

Günümüz Batı toplumlarında bu tip evlilik eğitim programları devlet yöneticileri ve politikacılar tarafından da desteklenmekte ve bu konuda sistemli girişimler gerçekleştirilmektedir (Kirby, 2005). Ülkemizde ise evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik eğitim ve danışma grupları oluşturmak oldukça yeni bir konudur ve henüz akademik anlamda çok fazla sayıda araştırma mevcut değildir.

Evlilik terapistleri her geçen gün daha fazla sayıda çiftin evlilik danışmanlığına başvurmaya başladığına tanık olmaktadır. Ancak yinede istatistikler, yeterince çiftin evlilikleri konusunda yardıma başvurmadığını ispatlamaktadır. Yapılan araştırmalar boşanmış çiftlerin %80'inin boşanmadan önce herhangi bir yardım talebinde bulunmadıklarını ortaya koymaktadır. Pek çok çiftin evlilik terapilerine katılmama sebebi, bu tip çalışmaların ilişkilerine faydadan ziyade zarar sağlayacağına inanmalarından kaynaklanmaktadır. Çiftin bu tip bir müdahaleyi mahremiyetlerine saldırı olarak algılamaları da terapiden kaçınma sebepleri olabilmektedir. Bu sebeple evlilik terapisiyle karşılaştırıldığında evlilik grupları, çiftler tarafından daha az korkutucu ve riskli olarak algılanmakta, çok daha fazla ilgi görmekte ve tercih edilmektedir (Larson, 2004).

Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik pek çok program, hatta evlilik öncesi programlar da dahil olmak üzere, çiftler arasındaki iletişimi daha etkili bir hale getirmeye çalışan sosyal beceri eğitimlerini içermektedir. Genelde aile içi iletişimi geliştirmek mümkündür ancak oldukça zordur. Katılımcılar genellikle eğitim programlarına olumlu cevap vermekte fakat zaman içerisinde kazanılan beceriler rutine dönüşüp yeniden ihmal edilmeye başlanmaktadır. Özellikle evli çiftlerle gerçekleştirilen iletişim ve problem çözme becerilerini arttırmaya yönelik çalışmalarda, bir müddet sonra aynı problemlerin tekrar ortaya çıkması oldukça sık görülen bir durumdur. Bu durumda en etkili yol, problemler başlamadan önce aile içi ilişkileri geliştirmek olarak görülmektedir. Özellikle evlilik öncesinde çiftlerle sağlıklı ve mutlu evlilikler üzerine gerçekleştirilecek bir çalışma, zarar görmüş ve yıpranmış bir evliliği onarmaya çalışmaktan çok daha kolay olacaktır (Segrin, 2004).



### 2.6.6. Evlilik Öncesi Danışmanlığı (Premarital):

Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik programların yeterliliklerine göz atıldığında, yapılan araştırmalar evlilik gruplarının hala geliştirilmeye muhtaç olduklarını göstermektedir. Çünkü bu tip gruplara katılan katılımcıların üçte biri terapi sonucunda evlilik doyumlarında yeterli gelişme sağlayamadıklarını belirtmektedirler. Evlilik terapi gruplarını başarıyla tamamlayan çiftlerin elde ettikleri evlilik doyum puanlarının da, normal popülasyondaki evlilik doyumunu yüksek olan çiftlerin puanlarından hala daha düşük olduğu görülmektedir. Sonuçta, terapi gruplarının bitiminin ardından yeniden kötüye gitme veya semptomların tekrarlama riski oldukça sık görülen bir durumdur. Bu durumda terapistlerin evlilik ilişkilerin iyileştirme yönünde ek yaklaşımlara ihtiyaç duydukları söylenebilir. Bu yaklaşımların en önemlilerinden birisi ise, evlilik ilişkisine müdahalelerin problemlerin ortaya çıkmadan önce gerçekleştirilmesi yaklaşımıdır. Henüz problemleri yeni başlamış ve birbirlerine karşı düşmanca duygular geliştirmemiş bir çiftle çalışmak, problemleri dallanıp budaklanmış, ilişkinin tüm boyutlarına yansımış bir çiftle çalışmaktan çok daha kolaydır. Aile içi iletişim problemlerini en aza indirmek için her şeyden önce, daha ilişkinin başlangıcında çiftin iletişim becerilerinin geliştirilmesi gerekmektedir (Segrin, 2004 ; Larson, 2004).

Evlilik öncesinde ve evliliğin başlangıcında gerçekleştirilebilecek *Evlilik Öncesi Danışma* çalışmaları, araştırmacıların evlilik danışmanlığı konusunda özellikle üzerinde durdukları bir konudur. Bu çalışmaların genel amacı, çiftlerin evlenmeden önce birbirlerini daha yakından tanımlarını sağlamak, evlendiklerinde yaşamaları muhtemel problem alanlarının belirlenerek önceden üzerlerinde çalışılmasını sağlamak ve evlilik ilişkisi içerisinde karşılaşılabilecek çeşitli durumlara önceden hazırlanabilmelerini sağlamaktır.

Her çift evliliğinin başlangıcında, evliliğine dair bir takım beklentiler içerisinde. Bireyler evlilik hayatlarına, eşlerine ve ilişkilerine yönelik bir takım beklentilerle başlarlar. Satabelli (1988), hiç evlenmemiş bireylerin evli bireylere nazaran, evliliğe ilişkin daha yüksek ve gerçekçi olmayan beklentiler geliştirdiklerini tespit etmiştir. Bu sebeple, evliliklerinin hemen ardından, yeni evli bireylerle, evliliğe ilişkin beklentileri konusunda yeniden yapılandırıcı bir çalışmaya gidilmesinin faydalarına değinmektedir.

Sager (1981) beklentilerin yeniden düzenlenmesi konusunda gerçekleştirilecek bu tip bir çalışmayı *evlilik sözleşmesi (marital contract)* olarak kavramlaştırmaktadır. Evliliğin daha başlangıcında gerçekleştirilecek bu tip bir çalışma, evlilik ilişkisi açısından bir kavşak olabilir.

Bu çalışmada amaç, çiftlere farkındalıklar kazandırarak, her ikisinin de kabul edebileceği şartları bir sözleşme niteliğinde ortaya koymak, belirlenen görevlerin üstesinden gelmelerine yardımcı olmaktır.

Storaasli ve Markman, (1990) önleyici programların, özellikle evlilik öncesinde, çiftlerin iletişim kalitelerini geliştirmeye, çatışma konularını nasıl ele alabilecekleri konusunda yol göstermeye ve aralarındaki samimiyeti desteklemeye yardımcı olabildiğini belirtmektedir.

Evlilik öncesi ilişkiyi geliştirmeye yönelik danışma programlarında en çok üzerinde durulan konular arasında, duyguların ifade edilmesi, etkili dinleme becerileri ve eşlerin birbirlerinin kişisel problemlerini çözmeye yardımcı olmayı öğrenmeleri yer almaktadır. Evlilik öncesi danışmanlığa baş vuran çiftlerin en çok talep ettikleri konular ise, iletişim becerilerini öğrenme ve çatışma çözme becerilerini öğrenmedir (Westerop, 2002).

Evliliklerdeki en önemli güçlüklerden bir tanesi de eşinin duygusal ihtiyaçlarını nasıl karşılayacağını öğrenebilmektir. Bu da ancak eşlerin bu konuda deneyim ve beceri geliştirebilmeleri ile mümkün olabilmektedir. Özellikle evlilik öncesinde katılınabilecek evlilik ilişkisini geliştirme programlarının, bu konuda çok faydalı olabildikleri görülmektedir (Vaughan, 2001).

Kertsen (1990) erken safhalarda gerçekleştirilecek profesyonel bir müdahalenin, çok daha fazla fayda sağlayacak oluşuna değinmekte, ancak profesyonel bir yardıma başvurunun daha ileriki safhalarda olduğuna da dikkat çekmektedir. Bu sebeple, evlilik danışmanlarına, yeni evli çiftlerle, ister çift ister grup olarak gerçekleştirecekleri aylık seanslar önermektedir. Bu sayede ilişkinin başlangıç aşamalarından itibaren gelişebilecek olan problemlere müdahalenin, daha kolay ve etkili olabileceği düşünülmektedir. Başlangıç safhasındaki çiftlere sağlanacak yardımın daha çok çatışma çözüm becerilerini öğrenme ve iletişim becerileri gibi sosyal beceri eğitimlerini içermesi gerektiğine değinmektedir. Bu safhadaki çiftlerin daha gerçekçi bir bakış açısına sahip oluşları, aralarında düşmanlık, öfke, küskünlük gibi duyguların henüz tam anlamıyla yapılanmamış olması, müdahale açısından bir avantaj teşkil etmektedir. Çiftlere iletişim ve problem çözme becerileri öğretildiğinde, çatışma çözme becerilerinin artmasıyla beraber, eşe karşı duyulan tahripkar duygular azalmakta, pozitif duygular çoğalmaktadır.

## 2.7. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR:

Bu bölümde evlilik doyumu kavramının farklı değişkenler açısından incelendiği, yurt içi ve yurt dışında gerçekleştirilmiş olan çeşitli araştırmalara yer verilmiştir. Bu bölümde yer alan araştırmalar, evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörlerin ortaya konması açısından önemli görülmektedir. Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik olarak tasarlanmış grup çalışmaları ve programları ile ilgili araştırmalara ise ayrı bir bölüm olarak yer verilmiştir. Son bölümde ise, ülkemizde evlilik konusundaki araştırmalar genel bir bakış sunulmuştur.

### 2.7.1. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar:

Evlilik doyumu konusunda gerçekleştirilen araştırmaların, evlilikte sevgi ve aşk, iletişim, çatışma ve problem çözüme, eşle birlikte zaman geçirme, maddiyat ve iş hayatı, cinsellik, rol beklentileri, çocuk yetiştirme problemlerinin ilişkiye yansımaları gibi evlilik doyumunu belirleyen çeşitli faktörler üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir.

Yaşam döngüsünün çeşitli basamaklarında evlilikte meydana gelen değişimlerin neler olduğu araştırmacıların ilgi duyduğu konular arasında yer almaktadır. Reynolds, Remer ve Johnson'da (1995), ileri yaşlarda evlilik doyumunu inceleyen bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma adalet, eşitlik ve ödül teorileri üzerine gerçekleştirilen bir çalışmadır. Bu çalışmada genç popülasyon üzerinde sıklıkla araştırılan adalet, eşitlik ve ödül teorilerinin ileri yaşlardaki yetişkinlerin evlilik doyumları bağlamında incelenmesi gerçekleştirilmiştir. Araştırma 135 yaşlı evli katılımcı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, adalet algısının evlilik doyumu üzerinde son derece önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Eşitlik algısı ve ödül de evlilik doyumunu anlamlı şekilde etkileyen faktörler olarak göze çarpmaktadır. Sonuçlar cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Araştırma sonuçlarına göre yaşlı çiftlerin evlilik doyumları genelde yüksek bulunmaktadır. Karşılıklı olarak sergilenen davranışlar bireylerin evlilik ilişkilerindeki doyumunu etkilemektedir. Ancak bu faktörlerden en önemlisi algılanan ödül duygusudur.

Evlilik doyumu konusunda gerçekleştirilen araştırmaların bir kısmı, evlilik doyumunun bileşenlerini ve içeriğini ortaya koyma çabalarını içermektedir. Johnson ve

O'Leary (1996) evlilik doyumunun davranışsal öğelerini araştırmışlardır. Global ve gündelik evlilik doyumuyla, hangi tür karı-koca davranışlarının ilgili olduğunu ortaya çıkartmak hedeflenmiştir. Daha önce yapılmış olan araştırmalar, evlilik doyumunu üzerinde etkili olabilecek pek çok eş davranışı tanımlamaktadır. Bu araştırmada 18 aylık evli 82 çift ile çalışılmıştır. Eşler arasındaki karşılıklı hoşnutluk ve hoşnutsuzluğu tespit etmek amacıyla, *Evlilik Aktiviteleri Günlük Kontrol Listesi (Daily Checklist of Marital Activity: DCMA)* ve *Evlilik Aktiviteler Bireysel Kontrol Listesi (Individualizes Checklist of Marital Activity: ICMA)* kullanılmıştır. Her katılımcı kendi evlilik doyumunu açısından eşinin sergilediği davranışlardan, kendisi için önemli saydığı 10 pozitif ve 10 negatif davranışı işaretler. 47 çifte 7 gün boyunca uygulanan kontrol listesinde, evlilik doyumunu ve uyumunu içeren maddeler yer almaktadır. Sonuçlar, evlilikle ilgili günlük olayların, mutlulukla doğrudan alakalı olduğunu desteklemektedir. Ayrıca kontrol listelerinin ortaya koyduğu davranışsal göstergeler, evli çiftler açısından günlük doyumla genel evlilik doyumunu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Çiftlerin hem pozitif hem de negatif davranışları, kocaların günlük doyumuyla ilgili bulunmuştur. Fakat kadınlar açısından sadece pozitif yöndeki eş davranışları günlük doyumla alakalı bulunmuştur. Geçmiş çalışmalarda benzer sonuçlara işaret etmektedir. Bu durumda kadınların evlilik doyumlarının karşılıklı etkileşim gibi bazı başka ek faktörlerden daha etkilendiği düşünülebilir.

Evlilik doyumunu konusunda gerçekleştirilen çalışmalar, evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun yüksek olduğunu, zaman içerisinde ise azalma eğilimi gösterdiğini doğrulamaktadır. Karney ve Bradbury'nin (1997) bu konuda gerçekleştirdikleri bir çalışma da bu konudaki diğer araştırma bulgularını doğrulamaktadır. Her iki eşin de ilk evliliği içinde olduğu, ortalama 12 haftalık evli, % 75'i beyaz, 60 yeni evli çiftin kullanıldığı çalışmada, evlilik uyumu, evlilik kalitesi, evlilik doyumunu ve kişilik ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar anketleri birbirlerinden ayrı olarak cevaplamışlardır. Ayrıca eşleriyle beraber bir problem üzerindeki tartışmaları esnasında videoya çekilmişler ve bu kayıtlar *sözel kodlama taktiği* ile kodlanmıştır. Evlilik doyumunu konusundaki ölçümler ise 4 sene boyunca mail yoluyla, her altı ayda bir toplam 8 kez gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, evliliğin ilerleyen zamanlarında evlilik doyumunun azalma eğiliminde olduğunu doğrulamaktadır. Bu sonuç, evliliğin ilk zamanlarında çiftlerin ideallerinin onlara motivasyon sağladığı şeklinde yorumlanmıştır. Araştırmanın bir diğer sonucu ise, evlilik hayatına düşük evlilik doyumuyla başlayan çiftlerin, boşanma veya ayrılık oranlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Evliliğin başlangıcında evlilik doyumunu düşük olan çiftlerle yapılacak çalışmalarda, bu

çiftlerin doyum seviyelerini yükseltmekten ziyade, boşanma risklerini azaltmak üzerinde çalışmanın daha faydalı olacağı önerilmektedir. Araştırmanın kişilikle ilgili ölçümlerinin gösterdiği bir diğer önemli sonuç ise, nevrozluğun evliliğin ilk yıllarındaki düşük evlilik doyumuyla alakalı olduğunu, problem çözme davranışının ise, evlilik doyumundaki değişimlerle bağlantılı olduğunu göstermektedir. Araştırmanın bir diğer ilginç sonucu ise, kadınların tartışmalar esnasındaki negatif tavırlarının doyumunu arttırdığı yönündedir. Bu sonuç, problem çözme davranışının evlilik problemlerini çözümü, problemlere göğüs germe ve bağlılığı arttırdığı şeklinde yorumlanmıştır.

Johnson ve Bradbury'nin (1999) gerçekleştirdikleri bir başka araştırmada evlilik doyumunu ve evlilik etkileşiminin topografik değerlendirmesi üzerinde çalışılmıştır. Araştırma yeni evli çiftler üzerinde gerçekleştirilen boylamsal bir araştırmadır. Araştırmaya 60 yeni evli çift dahil edilmiştir. Çiftlerle evlilik doyumları hakkında görüşmeler yapılmış ayrıca çiftler problem çözme davranışlarını gözlemleyebilmek amacıyla 15 dakikalık tartışma seansları esnasında gözlenmişlerdir. 6 ila 12 ay sonra çiftlerin evlilik doyumları tekrar incelenmiştir. Çiftlerin karşılıklı etkileşimleri hakkındaki tüm bu gözlemler mikroanalitik yöntemlerle kodlanmış, ayrıca tüm bu kodlamalar numaralandırılmıştır. Her bir eşin kümülatif puan toplamı, karşılıklı etkileşim süresi açısından belirlenmiştir. Tüm bu işlemler 60 çiftin tümü için tek tek uygulanmıştır. Çiftler topografik gruplara ayrılarak Sergilenen interaksyonlar grafiklerle gösterilmiştir. Gruplar evlilik doyumlarının derecesine bağlı olarak kesitsel ve boylamsal olarak ayrılaştırılmıştır. Genelde çiftlerin doyum seviyelerinin etkileşimin ilk basamaklarında daha düşük olduğu, tartışmaların ilerleyen basamaklarında ise davranış paternlerinin asimetrikleştirdiği görülmektedir. Araştırmacılar tarafından, bu şekildeki bir metodun evlilik doyumunun geleceğini yordamada, diğer değerlendirme tekniklerinden daha etkili olduğu düşünülmektedir.

İstikrarlı ve uzun süren bir evliliğin analizini yapabilmek ve evlilik doyumuyla arasındaki bağlantıyı incelemekte, araştırmacıların inceleme konularından birisi olmuştur. İstikrarlı bir evlilik ilişkisinin ne gibi faktörlere bağlı olabileceği konusu, sık sık evlilik doyumuyla ilişkili bir şekilde ele alınmaktadır. Orathinkal ve Vansteenwegen (2006) gerçekleştirdikleri çalışmada, evlilik istikrarı açısından evlilik doyumunu ve affedicilik arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Belçika'da gerçekleştirilen araştırma 787 çift üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan çiftler ilk ve ikinci evliliklerini gerçekleştiren çiftlerdir. Araştırma sonuçları, ilk ve ikinci evlilik

açısından affedicilik davranışında bir farklılık olmadığını göstermektedir. Evlilik doyumu açısından ise, ilk ve ikinci evlilik arasında ikinci evlilik lehine anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca affedicilik ve genel yaşam uyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu da sonuçlar arasında yer almaktadır.

Evlilik ve evlilik doyumuyla ilgili en fazla araştırılan konu başlığı, evli çiftlerin iletişim problemleri ve problem çözme becerileridir. Çiftlerin arasında problem yaratan iletişim yapılarını ortaya koyma çabalarına sıklıkla rastlanmaktadır. Literatür bölümünde ayrıntılı olarak değinilmiş olan, çiftlerin problemleriyle iletişim örüntülerinden sık rastlanan bir tanesi, sürekli talep eden bir eşe karşılık, onun taleplerine tepkisiz kalan, kendini geri çeken eş modelidir. Bu konuyla ilgili bir araştırmalardan bir tanesi de Caughlin'in (2002) evlilik doyumunun bir göstergesi olarak iletişim yapıları talep eden eşe karşılık kendini geri çeken diğer eş şeklinde yapılanmış olan çiftlerle yaptığı araştırmadır. Özellikle eşlerden birinin diğerine karşı tartışmadan kaçınan sessiz tavrı karşısında diğerinin sürekli eleştiren rahatsız edici tavrının ilişkiyi olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Bazı araştırmalar bu tavrın istikrarlı ve evlilik doyumu yüksek bir ilişkide yer alan *aşk* ilişkisinin eksikliği ile bağlantılı olabileceğini ortaya koymakta, bazı araştırmalarda da bu durum, evlilik doyumundaki azalmaya paralel olarak gösterilmektedir. Caughlin'in (2002) 46 evli çift üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada ise, sürekli talepkar ve eleştirel bir eşe karşılık sürekli kendini geri çeken ve ilgisiz kalan çift ilişkisi yapısının, evlilik doyumsuzluğu ile alakasını ortaya koyar niteliktedir. Ancak esas ilgi çekici olan sonuç, bu durumun kadınların doyumunu arttırdığını ortaya koymasındadır. Bu durum, bu tip ilişki paternleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin zannedildiğinden daha karmaşık olduğunu ortaya koymaktadır.

Caughlin ve Huston'un (2002) bir tanesi, sürekli talep eden bir eşe karşılık, onun taleplerine tepkisiz kalan, kendini geri çeken eş modeli üzerine beraber gerçekleştirdikleri bir başka araştırmada ise, bu tip bir iletişim yapısının evlilik doyumuyla arasındaki ilişki bağlamsal analiz yöntemiyle test edilmiştir. Negatif davranışların doyumsuzluk üzerindeki etkilerinden yola çıkarak kurgulanan araştırmada, oldukça sevgi dolu bir beraberliğe sahip olan çiftlere karşılık, talep eden eş/geri çekilen eş ilişkisi, doyum evlilik doyumu açısından farklılaşmakta mıdır? sorusunun cevabı aranmaktadır. Sevgi dolu beraberliklerde evlilik doyumu daha yüksek bulunurken, sonuçlar bu tip iletişim paternlerinin evlilik doyumunun miktarı üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir. Ayrıca sevgi dolu tavırları günlük

yaşantı içerisinde sık sık sergileyen çiftlerin, negatif bir iletişimden uzaklaştıkları, evlilik doyumlarının da arttığı sonucuna varılmıştır.

King (1993) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, evli çiftlerin duygularını ifade edebilmeleri, karasız ve çelişkili duygusal ifadeler ve evlilik doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya katılan 50 çifte mail yoluyla *Duygusal İfade Anketi (Emotional Expressiveness Questionnaire)* ve *Duygusal İfadelerde Kararsızlık Anketi (Ambivalence Over Emotional Expression Questionnaire)* doldurtulmuştur. Ayrıca katılımcıların evlilik doyumları ölçülmüştür. Katılımcılar eşlerinin duygularını ifade edebilmelerini de derecelendirmişlerdir. Sonuçlar kişinin duygularını ifade edebilmesiyle evlilik doyumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu göstermektedir. Eşlerin birbirlerinin duygusal ifadelerini doğru değerlendirmeleriyle evlilik doyumları arasında da anlamlı ilişki görülmektedir. Sadece erkek eşin duygularını ifade etmekteki kararsızlığı, kadın eşin doyumuyla negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Sonuçlar yakın ilişki paternlerinde bireylerin duygularını ifade edebilmelerinin önemini doğrulamaktadır. Bu sonuç özellikle erkekler için daha da anlamlı gözükmektedir. Araştırma sonuçlarına göre yakın ilişkilerde önemli olan bir diğer faktörde, intrapsişik engelleyici faktörlerle sosyal ilişkiler arasındaki bağlantıdır.

Sanford (2003) araştırmasında, çiftlerin problemleri üzerindeki konuşmalarının evlilikteki önemi araştırılmıştır. Araştırmada özellikle hangi tip iletişim davranışlarının daha fazla tartışma yarattığı üzerinde durulmuştur. Çiftler 4 seans boyunca bir araya getirilerek, bir problemlerinin çözümüne yönelik olarak tartışmaları sağlanmıştır. Bu tartışma esnasında videoya kaydedilen çiftlerin tartıştıkları konular, her seansta zorluk derecelerine göre kodlanmışlardır. Seanslardaki konuların zorluk dereceleri gittikçe artarken, çiftlerin kendi iletişim davranışlarını değiştirmedikleri gözlenmiştir. Zor konular üzerinde tartışma yaşayan çiftler, düşük ilişki doyumunu bildirmişler ve negatif iletişim formları kullanmışlardır. Konuların güçlüğü ve iletişim davranışlarının, evlilik doyumları üzerinde etkili faktörler olduğu tespit edilmiştir.

Bir başka araştırmada ise 66 evli kadın ve erkekle duygularını tanımlama ve ifade etme güçlükleriyle, evlilik doyumları arasındaki ilişki üzerinde çalışılmıştır. Bu amaca hitaben gerçekleştirilen ölçümler neticesinde katılımcıların duygularını ifade etmekte ilgili olarak yaşadıkları sıkıntıların kendilerinin olduğu kadar eşlerinin de evlilik doyumlarını düşüren bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır (Yelsma, Marrow, 2003).

Aynı şekilde Miller (2003) ve arkadaşlarının gerçekleştirdikleri bir başka araştırmada da kişilerin duygularını dışa vurabilmeleriyle evlilik doyumu arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırma 13 sene boyunca devam eden boylamsal bir araştırmadır. 68 yeni evli çift üzerinde 4 basamakta gerçekleştirilmiştir. Sonuçta, eşine sevgi dolu davranışlarını gösterebilmenin evlilik doyumunu arttırdığı bulunmuştur. Ayrıca bu tip bireylerin eşlerini idealize ettiklerini de göstermektedir. Dışavurumcu bireyler, zihinlerinde eşleriyle ilgili idealize edilmiş imajlar yaratmaktadırlar ve bu sayede eşlerinin sahip olduğu iyi davranışlarını açağa çıkartmak istemektedirler. Ayrıca eşlerinin davranışlarını iyi yönde yorumlama eğilimindedirler. Çalışmanın diğer bir önemli sonucuna göre de, evliliğin ikinci on yılı içerisinde dışavurum özelliğinin daha da önem kazanmaktadır.

Evlilik doyumuyla ilgili araştırma başlıklarından bir diğeri de çiftlerin çatışma çözüm stilleri ve stresle başa çıkma becerileridir. Kurdek (1995), çatışma çözme stilleriyle evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında, iki sene boyunca evli çiftlerin çatışma çözme stillerindeki farklılıkların evlilik doyumlarıyla olan ilişkisini sınamıştır. 3 tip çatışma çözme stili üzerinde durulmuştur. Bunlar *çatışmalı*, *çatışmaya yanaşmayan* ve *itaatkar* gruplarıdır. Araştırmaya katılan 155 evli çiftle bir sene boyunca çalışılmış ve üç farklı inceleme uygulanmıştır. Kadınların çatışma eğilimli olmalarının ve erkelerin çatışmadan kaçınan tutumlarının, evlilik doyumlarını azalttığı tespit edilmiştir. Ayrıca erkeklerin, eşlerinin çatışmaları nasıl çözümlendiğinden, kadınlardan daha fazla etkilendikleri ortaya çıkmıştır.

Bouchard (1998) stres yaratan yaşam olayları ve başa çıkma becerileriyle evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma başa çıkma stratejilerinin evlilik doyumunu etkileyen bir faktör olacağı hipotezine bağlı olarak yürütölmüştür. Araştırmada başa çıkma stratejilerinin ve bunların etkilerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ve bireysel başa çıkma becerilerinin, kişinin eşinin evlilik doyumu üzerindeki etkilerine bakılmakta, ayrıca bazı başa çıkma stratejilerinin evlilik doyumuyla doğrudan ilişkili olabileceğine dair hipotezler sınanmaktadır. Araştırma 506 çift üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ortalama olarak 11 yıldır beraber yaşayan çiftlerden %66'sı evlidir. Araştırmada *Çift Uyum Skalası (Dyadic Adjustment Scale)* ve *Başa Çıkma Yolları Envanteri (Ways of Coping Questionnaire)* uygulanmıştır. Sonuçta, başa çıkma stratejilerinin hem erkeklerin hem de kadınların evlilik doyumları açısından yordayıcı bir özellik olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, erkeklerin ve kadınların birbirinden farklı başa çıkma stratejileri



kullandıkları görülmüştür. *Problem odaklı strateji* her iki cinsiyet tarafından da kullanılmaktayken, *inkar* mekanizmasının erkekler tarafından, *mesafeli-kaçınmacı* tavrın ise kadınlar tarafından daha sıklıkla kullanıldığı tespit edilmiştir. Kullanılan başa çıkma stratejisinin düzeyi, evlilik doyumu açısından ilişki üzerinde etkilidir. Kişinin başa çıkma stratejisinin eşini de etkilediği görülmektedir. Bu araştırmada geleneksel başa çıkma teorilerinin belirttiğinin aksine, hem erkekler hem de kadınlar, sorunları görmezden gelme veya unutma stratejilerini kullanmaktadır. Oysa geleneksel teoride, bunun kadınlara özgü olduğu savunulmaktadır. Kadınlarda zaman zaman erkekler kadar etkili problem odaklı stratejiler kullanabilmektedir.

Lev-Wiesel (1998) ise çiftlerin olası yaşam stresleriyle baş etme becerileri açısından birbirlerini nasıl algıladıkları ve bunun evlilik kalitelerine yansımaları üzerinde çalışmıştır. Amaç zorlu yaşam şartlarıyla başa çıkma yetenekleri açısından çiftlerin birbirlerini algılayışlarının evlilik kalitesi üzerinde payı olup olmadığını araştırılmasıdır. Literatür stres yaşantılarının zayıf evlilik kalitesiyle ilişki olduğunu göstermekte ayrıca, empirik araştırmalar, evlilik çatışmalarını azaltıcı bir faktör olarak, bireylerin kendi tavır ve algılarını eşlerinde de görme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre, kadın ve erkekler açısından farklı bulgular elde edildiği görülmektedir. Eşlerinin başa çıkma yeteneklerinden memnun olan kadınların evlilik kaliteleri de yüksek bulunurken, aynı değişken erkekler açısından etkili görülmemektedir. *Beklenti teorisinin* bu bulguları açıklamaya yardımcı olacağını düşünen araştırmacı, erkeklerden kriz durumlarıyla daha başarılı bir şekilde baş etmelerinin beklediğini, bu tip krizlerde onlardan beklenilenin çabuk kesin tavırlar sergilemeleri ve güçlerini kullanabilmeleri olduğunu belirtmektedir. Kadınlar ise erkekler tarafından savunulan ve kurtarılan konumunda olmayı beklemektedirler. Araştırma sonuçlarına göre, kocalarının başa çıkma yeteneklerini yüksek olarak algılayan kadınlar, stres durumları karşısında kendilerini daha güvende hissetmektedirler. Araştırmanın bir diğer sonucu ise, erkeklerin sadece korku yaratan stres yaşantıları karşısında, bu durumun üstesinden gelebilmek için eşlerinin desteğine ihtiyaç duydukları, ve bu durumda evlilik kaliteleri üzerinde etkili olduğudur. Kocalar böyle bir durumda eşlerinden başarılı bir başa çıkma davranışı beklemekte, aynı zamanda kendi başa çıkma çabalarının da eşleri tarafından desteklenmesini arzu etmektedirler. Kocaların stres yaşantılarıyla başa çıkma yeteneklerinin yüksek oluşu, evlilik kalitesini de yükseltmektedir. Araştırma sonuçlarına göre, kadınların, kocalarının stres yaşantıları karşısında, kendilerine ihtiyaç duyduklarını bildikleri

görülmektedir. Sonuçta kişinin eşinden destek almasının evlilik kalitesi üzerinde olumlu etkisinin bulunduğu anlaşılmaktadır.

Greef ve De Bruyne (2000), çatışma çözme stilleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın esas amacı, evlilik doyumu üzerinde diğerlerinden daha fazla etkili olabilecek bir çatışma yönetim stiline olup olmadığını keşfetmektir. Ayrıca cinsiyet farklılıkları açısından ne tip bir çatışma yönetim stiline evlilik doyumu üzerinde daha etkili olabileceğini bulmak da amaçlanmaktadır. Araştırmada en az 10 senelik evli 57 çiftle çalışılmıştır. Sonuçta *işbirlikçi çatışma çözme stiline* evlilik doyumuyla en yüksek korelasyona sahip olduğu bulunmuştur. *Rekabetçi çatışma çözme stiliyse*, evlilik doyumuyla en düşük korelasyona sahip bulunmuştur.

Bir başka araştırma da ise evlilik problemleri açısından etkili olabilecek bazı evlilik doyumu faktörleri ve çatışma çözme stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlar eşlerin birlikte yeterince vakit geçirmemelerinin evlilik problemleriyle yüksek derecede ilişkili olduğunu göstermektedir. Eşlerin birlikte yeterince vakit geçirmemeleri, ileride yaşayabilecekleri muhtemel problemler açısından da bir gösterge niteliği taşımaktadır. Dolayısıyla evli çiftlerin birlikte zaman geçirmeleri ve ortak paylaşımlarda bulunmalarının evlilik ilişkilerini besleyen ve çatışmalarını azaltan bir faktör olduğu görülmektedir. Aynı şekilde çiftlerin arasındaki iletişim eksikliği ile problemler arasında da anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Russell-Chapin, Chapin, Sattler, 2001).

Graham ve Conoley (2006), meydana gelen stresli yaşam olayları ve evlilik kalitesi arasında, ilişkide rol oynayan evlilik özelliklerinin neler olduğu konusunda bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. *Stres adaptasyon teorisinin* kullanıldığı araştırmada, 58 çiftle çalışılmıştır. Sonuçlar, eşlerinin negatif tavırları karşısında, ilişkiyi geliştirici, yapıcı tavırlara sahip çiftlerin evlilik kalitesi, stresten daha az ilişkili bulunmuştur. İlişkinsini sorunlu bir şekilde sürdüren çiftlerin ilişki kaliteleri ise daha düşüktür. Çiftlerin stres karşısındaki başarılı adaptasyonlarının, evlilik ilişkilerindeki sorunlarla başa çıkabilme yeteneklerini iyi kullanmalarına bağlı olduğu düşünülmektedir. Kişiler evliliklerini strese karşı dayanıklı kılacakları gibi, kolay incinebilir olmasına da sebep olabilmektedirler.

Bağlanma, bağlanma stilleri, güvenli, ve güvensiz bağlanmanın evlilik doyumuna etkileri v.b. de araştırmacıların evlilik doyumuyla ilgili olarak üzerinde durdukları araştırma konuları arasında yer almaktadır.

Cobb, Davila ve Bradbury 2001 yılında gerçekleştirdikleri bir araştırmada, güvenli bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi temel almışlardır. Araştırmada, yeni evli bireylerin eşlerinin güvenli bağlanmasına dair pozitif algılarının, evlilik doyumları ve eşlerine verdikleri desteği nasıl etkilediği araştırılmaktadır. Eşin desteğine dair pozitif algının kişinin evlilik doyumunu yükseltici bir etkisinin olup olmadığı test edilmiştir. 172 çifte, önce evliliklerinin altıncı ayında ve evlendikten bir sene sonra, kişinin kendi güvenli bağlanması, eşinin güvenli bağlanmasına dair algısı ve evlilik doyumunu ölçen ölçekler uygulanmıştır. Sosyal setsek davranışı ilk seansta video kaydı kullanılarak değerlendirilmiştir. Eşlerin arasındaki güvenli bağlanmadan kaynaklanan birbirlerini destekleyici tavırların, pozitif algılamayı desteklediği ve bununda ilişkiyi geliştirdiği sonucuna varılmıştır.

Meyers ve Landsberger'de (2002) evlilik doyumu ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma 73 evli kadınla gerçekleştirilmiştir. Güvenli, kaçınan ve kararsız bağlanma stilleriyle evlilik doyumu arasındaki ilişki test edilmiştir. Tüm boyutların evlilik doyumunun dereceleriyle alakalı olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumu ve güvenli bağlanma arasındaki ilişkinin stres faktörüyle bağlantılı olduğu, kaçınan bağlanma ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin ise sosyal destekle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Feeney'in (2002) araştırmasında ise, 193 evli çift ile evlilik doyumu ve bağlanma arasındaki ilişki üzerinde çalışılmıştır. Araştırmada bağlanma, çift davranışı ve evlilik doyumu ölçümleri arasındaki ilişki değerlendirilmiş ve bu amaçla soru anketiyle beraber günlük metodu kullanılmıştır. Çiftlerin günlüklerinin kontrolü sonucunda, eşinin uygun olmayan davranışlarının belirtilmesiyle güvensiz bağlanma arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ve güvenli bağlanma arasında ise orta düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Güvensiz bireylerin ilişkilerini çok daha tepkisel bir şekilde değerlendirdikleri sonucuna varılmıştır.

Ebeveynliğe geçiş dönemi esnasında çift ilişkisi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi test eden, İsveç'te gerçekleştirilen bir çalışmada (Möller, Hwang, Wickberg, 2006), 128 anne ve 123 babadan oluşan 251 bireyle çalışılmıştır. Katılımcıların bağlanma seviyeleri *İlişki Anketi (Relationship Questionnaire)* ile ölçülmüştür. Çiftin arasındaki ilişki için ise *Çift Uyum Skalası (Dyadic Adjustment Scale)* kullanılmıştır. Sonuçlar, ilk kez veya ikinci kez anne baba olan katılımcıların kaygılı veya reddedici bağlanma sergilediklerini ortaya koymaktadır. Çift ilişkisi açısından ise mutsuzluk sergiledikleri tespit edilmiştir. Bağlanma stillerinin evlilik

doyumsuzluğu ile, ikinci kez ebeveyn olanlar açısından negatif yönde alakalı olduğu, ilk evlilik için ise aynı ilişkinin geçerli olmadığı tespit edilmiştir.

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğeri, çiftlerin birlikte zaman geçirmeleri, boş zamanların paylaşmaları, boş zaman aktivitelerinin doyuruculuğudur.

Reissman, Aron ve Berger (1993), paylaşılan aktiviteler ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi, can sıkıntısı ve kendiyile arkadaşlık açısından incelemişlerdir. Random yoluyla seçilen 53 evli çift üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, çiftler 10 hafta boyunca haftada bir gün, 1,5 saatlik sürelerle bir araya getirilmişlerdir. Çiftlerin gerçekleştirdikleri aktiviteler, a) heyecanlı, b) memnuniyet verici, c) kontrol grubu için hiçbir aktivite olmayacak şekilde düzenlenmiştir. Araştırma sonucunda, gerçekleştirilen aktivite gruplarıyla kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte heyecan verici aktivitelere katılan grubun evlilik doyum puanları, memnuniyet verici aktivitelere katılanlardan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgunun ortak paylaşım ve aktivitelerin evlilik doyumunu artırıcı etkisine dair görüşleri desteklediği düşünülmektedir.

Crawford (2002) ve arkadaşlarının gerçekleştirdikleri bir araştırma da ise, evlilikte uyumluluk, boş zamanları değerlendirme ve doyum arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada, evlilik ilişkisi içerisinde geliştirilen arkadaşlık ilişkisinin, evlilik doyumunu destekleyici bir faktör olduğu görüşünün doğruluğu araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda, evlilikte arkadaşlık ve evlilik doyumu arasında kuvvetli bir ilişki tespit edilmemiştir. Daha çok eşlerin, gerçekleştirmeyi arzu ettikleri boş zaman aktivitelerine ne sıklıkta yer verebildikleri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın bir diğer ilginç sonucu da, aktivitelerin çoğu zaman erkeğin ilgi ve isteği sonucunda seçildiğini, ve bundan bayanların zevk almadığını, üstelik bu aktiviteyi çiftler beraber gerçekleştirmiş olsa bile, kadının doyumsuzluğuyla sonuçlandığını göstermektedir.

Çiftlerin arasında anlaşmazlık yaratan ve evlilik doyumlarını düşüren faktörlerden bir tanesi de, çiftlerin arasında ev işlerinin paylaşımı, bu paylaşımında geleneksel veya eşitlikçi bakış açılarına sahip olmak, evlilik içerisindeki rol beklentilerinin uyuşmaması ve bu konudan kaynaklanan çatışmalardır.

Pek çok araştırmanın çocukların evdeki varlığıyla düşük evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymasından yola çıkan bir çalışmada, çocukların bakımı

ve ev işlerinin paylaşımıyla geleneksel bakış açısı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelenmiştir (Grote, Frieze, Stone, 1996). Araştırmada 530 evli erkek ve kadın denek kullanılmıştır. Seçilen örneklem grubu çok çocuklu, uzun süredir evli olan ve ev işlerinin paylaşımında geleneksel bakış açısına sahip bireylerden oluşmaktadır. Yapısal Eşitlik Modeli kullanılan araştırmada, evdeki çocuk sayısının ve evlilik süresinin, ev işlerinin paylaşımında geleneksel bakış açısına sahip olmakla ne gibi bir ilişkisinin olduğu araştırılmıştır. Ayrıca tüm bu konuların evlilik doyumuyla ve aşk ilişki şekilleri arasında yer alan erotik aşk, aptalca (*ludic*) aşk, arkadaşlık temelli aşk ve sevgi dolu aşk ilişki biçimleriyle arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlar, geleneksel bakış açısına sahip kadınlarda, erotik ve arkadaşlık temelli aşk ilişkisine daha az rastlandığını ve düşük evlilik doyumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte geleneksel bakış açısına sahip erkeklerde erotik ve arkadaşlık temelli aşk ilişki biçimlerine daha fazla rastlandığını ve bu durumda yüksek evlilik doyumuyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca çocuk sayısının artması, kadınların evlilik doyumunu azaltan bir faktör olarak tespit edilmiştir. Ancak bu durum kadınlar ve erkekler birlikte ele alınarak analiz edildiğinde, evlilik doyumunun çocuk sayısından çok, ev işlerinin paylaşım paylaşılmamasından etkilendiğini ortaya çıkartmaktadır. Ev işleri eşit bir şekilde paylaşıldığında evlilik doyumu yükselmekte, evlilik kalitesi de artmaktadır.

Aryee, Luk, Leung ve Lo (1999) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, Hong Kong'da yaşan her iki eşinde çalıştığı ailelerin oluşturduğu 243 kişilik bir örneklem grubu üzerinde, kişilerin sahip olduğu rollerden kaynaklanan stresleri, karşılıklı rol çatışmaları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada, çiftlerin birbirlerine sağladıkları destek ve başa çıkma stratejileri de, hafifletici etkenler olarak araştırmaya dahil edilmiştir. Cinsiyet, yaş, eğitim ve aylık aile geliri kontrol altına alınmıştır. Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, ebeveynlerin yaşadığı aşırı yüklenmenin aile-iş ortamları arasındaki çatışmalarla ilişkili olduğu, iş ortamında aşırı yüklenmenin de iş-aile kaynaklı çatışmalarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuçlar, aile-iş çatışmalarının, iş ve yaşam doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak ailesel doyumla aynı şekilde ilişkili değildir.

Eşlerin birbirlerinden rol beklentileri, evlilikte eşitlik ve geleneksellik, güç ilişkileri v.b. konularda gerçekleştirilen araştırmalara sıklıkla rastlanmaktadır. Acitelli (1992), genç evli çiftlerde *ilişki farkındalığının* cinsiyet açısından farklılığı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmada geçen ilişki farkındalığı kavramı, kişinin kendisini ve

partnerini ilişkideki farklılıklar açısından karşılaştırması, karşılıklı etkileşim paternleri üzerinde düşünmek ve kendisi ve eşi açısından karşılaştırmalar yapmak anlamına gelmektedir. Böyle bir çerçeve çizmek kişinin yaşam doyumu ve evlilik doyumu açısından ilişkisi hakkında konuşabilmesini ve çiftlerin düşüncelerinin etkilerini incelemeyi kolaylaştırmıştır. Araştırma 42 evli çift üzerinde gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler esnasında kadınların ilişkileri hakkında erkeklere nazaran daha fazla konuştukları tespit edilmiştir. Erkeklerin görüşmeler esnasında ilişkileri hakkında konuşabilme derecelerinin, eşlerinin evlilik doyumuyla pozitif yönde alakalı olduğu görülmüştür. Kadınların evlilik doyumlarıyla, erkeklerin ilişkileri hakkında konuşabilmeleri arasındaki bağlantıya bakıldığında, ilişkileri hakkında en az konuşan kadınların evlilik doyumları daha yüksek görülmektedir. Eşlerin ilişkileri hakkında konuşabilmeleri, erkeklerin evlilik doyumlarıyla alakalı bulunmamıştır. Araştırma yaşam doyumu açısından da benzer sonuçlar göstermektedir.

Schumm, Webb ve Bollman (1998) ise, evliliğin erkek eş açısından daha avantajlı, kadın eş açısından ise daha az avantajlı olabileceği görüşlerine cevap aramak amacıyla bir araştırma planlamışlardır. Daha önceki araştırmalar genel olarak kadın eşin erkek eşten daha düşük evlilik doyumu sergilediğini doğrulamaktadır. Çiftler arasında var olan evlilik doyumunun eşler açısından farklılığı incelendiğinde, kadın eş genelde daha düşük doyumlu olan taraf olmaktadır. Bu araştırmada evlilik doyumu ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla, 1988 Aile ve Ev Halkı Anketi'nden yararlanılmıştır. Çiftler arasında yapılan analizler, kadınların erkek eşlere nazaran daha düşük evlilik doyumu sergilediklerini doğrulamaktadırlar. Sonuçlar evlilik terapisi konusunda son yıllardaki çalışmalarıyla dikkat çeken Feminist okulun iddialarını doğrular niteliktedir.

Zimmerman'ın (2000) araştırmasında ise, evlilikte eşitlik ve evlilik doyumu konusu incelenmiştir. Eşlerden birinin çalışmayarak evde oturup çocuk baktığı, diğer eşin ise tam gün çalıştığı evli bireylerle çalışılmıştır. Araştırmada iki grup örneklem kullanılmıştır. Birinci grupta evde oturup çocuk bakan anneler ve kariyer sahibi babalar, ikinci grupta ise, evde oturup çocuk bakan babalar ve kariyer sahibi annelerin oluşturduğu evli bireylerle çalışılmıştır. Her iki grup içerisinde annelerin stres seviyesi babalardan daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca her iki örneklem grubunda da anneler, babalardan daha fazla bitkinlik duyduklarını belirtmişlerdir. Ancak her iki grupta da çiftler evlilikleri hakkında genelde pozitif bildirimlerde bulunmuşlardır.

İsrail’de gerçekleştirilen bir başka araştırma da ise, (Kulik, 2002), evlilikte eşitlik kavramıyla, evlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Emeklilik öncesinde bulunan ve emekli olmuş erkek ve kadın katılımcıların, karşılaştırmalı bir analizi gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın temel amacı, emeklilik sonrası evlilik hayatındaki eşitlik, kadın ve erkekler açısından farklılaşmakta mıdır sorusuna cevap aramaktır. Bu amaca hizmet eden iki alan üzerinde durulmaktadır: Karı koca arasındaki güç ilişkilerinin nasıl olduğu ve bunun karar verme sürecine yansımaları ve ev işlerinin paylaşımının eşler arasındaki dağılımı. Ev işleri kadınsı, erkeksi ve genel olarak gruplanmıştır. Ayrıca araştırmada evlilikte eşitliğin evlilik doyumuyla ve emekli çiftlerin yaşam doyumuyla ilişkili olarak farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır. 267’si emekli, 202’si emekli olmak üzere olan 469 kadın ve erkek katılımcı üzerinde çalışılmıştır. Evlilikte eşitlik açısından evliliğin etkileri, kadın ve erkek açısından benzer sonuçlar göstermektedir. Kadınlara özgü görevlerin yerine getirilmesinde eşitlik artarken, genel görevlerin yerine getirilmesinde emeklilikten sonra eşitlikte bir azalma olduğu görülmektedir. Erkeğe özgü görevlerin ise genelde yine erkekten beklendiği görülmektedir. Hangi eşin emekli olduğuna bağlı olmaksızın, emeklilikten sonra güç ilişkilerindeki uyum ile ev işleriyle ilgili temel konularda daha eşitlikçi bir yaklaşım sergilendiği görülmektedir. Bununla birlikte, emekli olmuş ve emekli olmak üzere olan çiftler arasında, boş zamanları değerlendirmeye ilgili kararlar ve küçük kararlar alma açısından anlamlı derecede farklılıklar bulunmuştur. Önemli kararlar almadaki eşit söz hakkı ve erkeğe özgü görevlerin yerine getirilmesi konularının evlilik doyumuyla ilişkisi açısından ise emekli grupla emeklilik öncesi grup arasında bir eşitlik olduğu görülmektedir. Bununla beraber sadece emeklilerin evlilik doyumlarıyla, zamanı değerlendirme ve küçük kararlar alma konusunda çiftler arasındaki eşitlikle ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Çocukların evlilik ilişkisine yansımaları ve çocuk yetiştirme problemlerinden kaynaklanan çift anlaşmazlıkları da araştırma konuları arasında yer almaktadır. Bu konudaki anlaşmazlıklar, evlilik doyumunu düşüren faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır. Fishman ve Meyers’in (2000) yürüttükleri bir araştırmada, evlilik doyumu ve çocukların psikolojik uyumları arasında doğrudan bir ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Ayrıca evlilik doyumu ve çocukların davranışları arasındaki ilişki, ebeveynin depresyon seviyesi ve çocuk yetiştirme tutumları açısından da değerlendirilmiştir. 1101 katılımcının yer aldığı araştırmada çocukların davranışsal semptomlarıyla ebeveynin evlilik doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çocuklarına karşı daha az ilgili olan annelerin evlilik doyumunsuzlukları daha

yüksek bulunmuştur. Bu durum çocuklardaki psikolojik stresi arttırdığı için, evliliğe de olumsuz olarak yansımaktadır.

Wang ve Crane (2001) ise, evlilik doyumu, istikrarlı evlilik, çekirdek aile üçgeni ve çocukluk depresyonu arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bu çalışma, çekirdek aile üçgeninin (*triangulation*) çocukluk depresyonuna etkisini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Örneklen grubu hem klinik ortamdan hem de normal popülasyondan seçilmiştir. Aileler *Evlilik Uyum Testi (Marital Adjustment Test)*, *Evlilik Statüsü Envanteri (Marital Status Inventory)*, *Çekirdek Aile Üçgeni (nuclear Family Triangulation)* ve *Çocuklarda Depresyon Envanteri (Children's Depression Inventory)* uygulama sonuçlarına bağlı olarak değerlendirilmiştir. Sonuçlar, evlilik doyumu ve istikrarı, aile üçgeni ve çocukluk depresyonu açılarından değerlendirilmiştir. Çocukların depresif semptomlarının, babalarının evlilik doyumları ve evlilik istikrarlarının derecesiyle ve aile üçgenini nasıl algıladıklarıyla güçlü bir ilişkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Anneye ait değişkenlerin ise, çocukların depresif semptomları üzerinde bir etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir.

Twenge (2003) ve arkadaşlarının gerçekleştirdikleri meta-analitik bir araştırmada ise, ebeveyn evli çiftlerin evlilik doyumlarının ebeveyn olmayan evli çiftlerden daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çocuk sayısı ile evlilik doyumu arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yeni bebek sahibi olan annelerin evlilik doyumları çocuksuz annelerle karşılaştırıldığında ise, yeni bebek sahibi olan annelerin sadece %38'i yüksek evlilik doyumu bildirirken, çocuksuz annelerin %62'si yüksek evlilik doyumu bildirmektedir. Erkekler içinde sonuçların benzer nitelikte olduğu görülmektedir. Ebeveyn olmanın evlilik doyumu üzerindeki etkileri, yüksek sosyo-ekonomik grup arasında, yeni doğmuş bebek sahibi çiftler arasında ve yaşları birbirine yakın olan çiftler arasında daha düşüktür. Sonuçlar evlilik doyumunun çocukların doğumundan sonra azaldığını doğrulamaktadır. Bu düşüş çocukların doğumundan sonra yaşanan rol çatışmalarına ve özgürlüğün kısıtlanmasına bağlı olarak yorumlanmaktadır.

Çiftlerin evlilik doyumlarıyla özürü çocuklarını yetiştirme sorumluluklarını paylaşmaları arasındaki ilişkiyi test eden bir başka araştırmada da babaların çocuğun bakımı konusundaki paylaşımlarının artmasının her iki eşinde evlilik doyumlarını yükselten bir faktör olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca sadece erkekler açısından aile gelirin yüksek olmasıyla evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Willoughby, Glidden, 1995).



Ailenin ortak kararlar alabilmesinin aile ve evlilik doyumuyla olan ilişkisi, ailede kararların nasıl alındığı, kararları kimin aldığı gibi konular, gerek aile gerekse de evlilik ilişkisi dinamikleri açısından önemli görülmektedir. Gerçekleştirilen bir araştırmada, aile ile ilgili önemli kararlar almada çiftlerin kullandığı etkili stratejiler ve bunların evlilik doyumu açısından önemi incelenmiştir (Zvonkovic, Schmiede, Hall, 1994). Araştırma, çiftlerin aile ve işle ilgili önemli kararlar alırken birbirlerini nasıl etkilediklerini ve bunun evlilik doyumu üzerinde etkili stratejilerle olan bağlantısı üzerinde durmaktadır. Araştırma 61 evli çiftin 6 ay boyunca iş ve aileyle ilgili aldıkları kararların incelenmesiyle gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, cinsiyet rolleri ve kullanılan stratejilerin dolaylı etkisinin, evlilik doyumu üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir. Evlilik doyumuyla ilgili değişkenler kadınlar ve erkekler açısından farklılıklar göstermektedir. Eşlerden birinin sergilediği strateji, diğerinin doyumuyla doğrudan etkilidir.

Brunstein (1996) araştırmasını, kişilerin eşleri tarafından desteklendiklerini hissettikleri zaman, kişisel amaçları açısından da desteklendiklerini düşündükleri ve bunun da evlilik doyumlarını arttırdığı hipotezinden yola çıkarak oluşturmuştur. Kişisel amaçları için eşinden destek aldığını bilmenin hem kendisinin hem de eşinin doyum miktarını yüksek algılamasına neden olacağını savunduğu araştırmasını, birbiriyle evli olmayan 30 kadın ve 30 erkek ve 36 evli bireyin karşılaştırılması yoluyla gerçekleştirmiştir. Sonuçta evlilik ilişkisi içerisinde bireylerin kişisel amaç ve uğraşlarında eşlerinin desteğini almaları ve kendilerinin de eşlerine aynı desteği sağlamaları, evlilik doyumu üzerinde etkili bir faktör olarak bulunmuştur. Fakat aynı ilişki erkekler açısından anlamlı görülmemektedir. Bu durumun kadının evlilikteki geleneksel rolünden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmacılar evlilik doyumunu çok çeşitli boyutlarda incelemişlerdir. Örneğin Camp ve Ganong (1997), uzun süreli evliliklerde evlilik doyumu ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi araştıran bir araştırma yürütmüşlerdir. Amaç evlilik doyumu ve denetim odağı birlikteliğinin eş ilişkisine olan yansımalarını ortaya koymaktır. Araştırmanın hipotezleri, eşlerin benzer denetim odağı özelliklerine sahip olmalarının evlilik doyumlarını arttıracığı ve her iki eş açısından da içten denetimli olmanın, evliliklerinden daha fazla doyum etmelerini sağlayacağı yönündedir. Ortalama 26.2 senelik evli olan 137 çiftin katıldığı araştırmada *Miller Denetim Odağı Ölçeği (Miller Locus of Control Scale: MMLOC)* ve *Evlilik Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği (Marital Comparison Level Index: MCLI)* kullanılmıştır. Evlilik Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği, evlilikte çatışma yaratan potansiyel alanlara ait beklenti

düzeşini ölçen ifadelerin yer aldığı bir evlilik değeriendirme ölçeğidir. Yanıtlamalar cinsiyet açıısından da karşılaştırılmıştır. Sonuçlar eşlerin benzer denetim odağı özelliklerine sahip olmalarının evlilik doşumlarını arttıracacağı yönündeki hipotezi doğrulamamaktadır. Bu araştırmada evlilik doşumu en yüksek olan grup, içten denetimli kocalarla evli olan dıştan denetimli kadınlar grubudur. Her ikisi de dıştan denetimli olan çiftlerle kıyaslandığında, sadece erkek eşin dıştan denetimli olduğu içten denetimli kadınlarla evli olan grup, daha yüksek evlilik doşumuna sahip bulunmuştur. İkinci hipotez ise doğrulanmıştır. Yani, içten denetimli bireşler evlilik ilişkilerinde daha doşumlu bulunmuşlardır. Bununla beraber, kişinin eşinin içten denetimli olmasındansa, kendisinin içten denetimli olmasının, eşle iletişim açıısından daha önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

Kişilerin depresyonlarıyla evlilik doşumları arasında anlamlı bir ilişki olabileceğı düşüncesi, araştırmacıları bu konu üzerinde çalışmaya yöneltmiştir. Fincham (1997) ve arkadaşlarının gerçekleştirdikleri evlilik doşumu ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, evli çiftlerde depresyon ve evlilik doşumu ilişkisinin kadınlar ve erkekler açıısından farklı olup olmadığına bakılmıştır. Araştırmanın örneklemini 150 evli çift oluşturmaktadır. Evlilik doşumu ve depresyon arasındaki ilişki çeşitli ölçümlerle sınanmış, 18 ay sonra ölçümler tekrar edilmiştir. Veriler üç grup halinde geliştirilmiş olan, nedensel bir model üzerinde incelenmiştir. Sonuçlar erkeklerin depresyon seviyelerinin evlilik doşumu üzerinde etkili olduğunu, kadınların ise evlilik doşumlarının depresyonlarını etkilediğini ortaya koymaktadır.

Blum ve Mehrabian (1999) ise evlilik doşumunda kişilik ve mizaç ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmaya yaşları 20-85 arasında değışen 166 evli çift dahil edilmiştir. Katılımcıların evlilik doşumları ölçülmüş ve *memnuniyetsiz-hareketli-dominant* mizaç özellikleri ölçümleri yapılmıştır. Katılımcılardan memnuniyet eğilimli ve dominant mizaç özelliklerine sahip ve eşleri de memnuniyet eğilimli mizaç yapısında olanların evliliklerinde daha mutlu oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik doşumunda mizaç özellikleri, kişilik özelliklerinden daha etkili bulunmuştur. Çünkü özellikle memnuniyet, psikolojik uyumun en temel göstergelerinden birisidir. Psikolojik uyumu yüksek bireşlerin evlilik doşumları da yüksek çıkmaktadır. Memnuniyetsiz, boyun eğici ve depresif kadın eşlerin evlilik doşumsuzlukları oldukça yüksektir. Eşlerin her ikisinin de memnuniyetçi yada her ikisinin de baskın mizaç yapılarına sahip olmaları evlilik doşumlarını yükselten bir faktör olarak bulunmuştur. Aynı durum eşlerin her ikisinin de hareketli mizaç yapısına sahip olmalarıyla

aynı derece de anlamlı bulunmamıştır. Ayrıca sonuçların vurguladığı diğer bir özellikte bireylerin kendi mizaçlarına benzer eşler seçmeleridir.

Sacco ve Phares (2001) eşe verilen kıymet ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi araştırmış ve benlik saygısı ve depresyonun rolünü incelemiştir. Bu araştırmada kişinin benlik algısıyla eşinin onun hakkındaki görüşü arasında bir tutarlılık olmasının, evliliği daha doyumlu bir hale getirip getirmediği üzerinde durulmuştur. Araştırmaya ruh sağlığı kliniklerine başvuran evli çiftlerle beraber normal popülasyondan çiftler katılmıştır. Çiftlere evlilik doyumunu, benlik saygısı ve kendisinin ve eşinin depresyonuyla ilgili kişilik özelliklerini sıralayabileceği bir liste uygulanmıştır. Eşi kendisini pozitif bir bakış açısıyla algılayan bireylerin daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları, eşinin kendisine karşı negatif bakış açısına sahip olduğu tespit edilen bireylerin ise daha düşük evlilik doyumuna sahip oldukları tespit edilmiştir.

Bir başka araştırmada ise, ilişkiyi sürdürmeye yönelik davranışların evlilik doyumunu üzerindeki etkisi araştırılmıştır (Weigel, Ballard-Reisch, 2001). 40 evli çift üzerinde boylamsal analizler gerçekleştirilmiştir. Çiftlere evlilik doyumlarını ve evliliği sürdürmeye dair davranışlarını ölçen bir ölçek uygulanmıştır. Bir sene sonra ise evlilik doyum ölçeği yeniden uygulanmıştır. Bulgular ilişkinin devamını destekleyen davranışların her iki cinsiyet açısından da evlilik doyumuyla anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir.

Yakın ilişki amaçlarının evlilik doyumuyla bağlantısının araştırıldığı bir başka araştırmada da amaç-doyum arasındaki bağlantı keşfedilmeye çalışılmıştır. Araştırmaya katılan 44 evli çifte, kendi yakın ilişki amaçlarını ve eşlerinin amaçlarını nasıl algıladıklarını, evlilikte karşılıklı etkileşim paternlerinin (sosyal destek, birlikte zaman geçirme, ortak aktivitelerin sayısı) neler olduğunu ve evlilik doyumlarını ölçmeye yönelik ölçekler uygulanmıştır. Sonuçlar kişinin kendisinin ve eşinin yakın amaçlarını takip etmesinin evlilik doyumuyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, amaç ve doyum arasındaki bu ilişki, bireyin eşinin amaçlarıyla ilgili algısı için içine dahil olunca azalmaktadır (Sanderson, Cantor, 2001).

Eşlerin birbirlerine yakınlıkları ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka araştırmada ise, aile yaşam döngüsünün değişik basamaklarındaki çiftler ele alınmıştır. Toplam 57 çift üzerinde çalışılan araştırmada evlilik doyumunu, cinsel açıdan eşlerin birbirlerine yakınlıkları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca eğlence konusunda

birbirlerine yakınlıkları ve evlilik doyumu ilişkisi açısından her iki cinsiyet içinde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Her iki cinsiyet içinde yakınlık kavramı evlilik doyumu açısından önemli bir faktör olarak görülmektedir. Ayrıca kadınların sosyal yakınlık beklentileriyle, evlilik doyumu arasında da anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, aile yaşam döngüsünün farklı basamakları açısından farklılaşmamaktadır (Greeff, Malherbe, 2001).

Whisman ve Delinsky'nin (2002) gerçekleştirdikleri bir araştırmada da evlilik doyumu ve partner şemalarının bilgi işleme süreci açısından ölçümü ele alınmıştır. Kişisel yanıtlama teknikleriyle tespit edilen bilişsel süreçlere odaklanmış ilişki kognisyonlarını incelen araştırmalara nazaran, bu araştırma partner şemalarının bilgi işleme süreci modeline dayalı bir ölçümünü ortaya koymaktadır. Araştırma *tesadüfi hatırlama işlemine* dayalı olarak yapılandırılmıştır. Bu işlem kişinin eşini tanımlamak için kullandığı negatif ve pozitif sıfatlara ilişkin yargılarını ve eşini tanımlamakta ilk seçtiği sıfatların tesadüfi hatırlanmalarıyla ilgili yargılarını içermektedir. Evli çiftlerin oluşturduğu örneklemden elde edilen bulgular yeni ölçülmeye başlanan partner şemalarının uygunluğunun evlilik doyumuyla doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Evlilik doyumuyla partner şemaları arasındaki bu ilişki, özellikle depresif semptomlar kontrol altına alındığı zaman anlamlıdır. Araştırma, negatif partner şemalarının düşük evlilik doyumuyla ilişkisini ortaya koymaktadır. Bu tip bireyler eşlerine yönelik negatif hatıralara ve yaşantılara karşı daha duyarlı davranmakta, pozitif yaşantıları ise unutmakta veya reddetmektedirler. Eşlerini daha pozitif özelliklerini dikkate alarak tanımlayan bireylerin evlilik doyumlarının da daha yüksek olduğu görülmektedir.

Son yıllarda kişinin çocukluğunda nasıl bir yetiştirme tarzına maruz kaldığı ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiye değinen araştırmalara rastlanmaktadır. Bu araştırmalardan bir tanesi de Almanya'da gerçekleştirilen, kişinin ailesi tarafından yetiştirilme biçiminin evlilik doyumuyla alakalı olup olmadığının sınındığı bir araştırmadır (Schumacher, Stobel-Richter, Brahler, 2002). Şu ana kadar bu konuyla ilgili çok az empirik sonuca ulaşılmıştır. Bu araştırmada yaşları 18-50 arasında değişen 1506 kişilik bir örneklem grubu kullanılmıştır. Eş ilişkisi içerisindeki 1104 kişi üzerinde ise istatistiksel işlemler gerçekleştirilmiştir. Verilerin toplanmasında kişisel değerlendirme envanterleri kullanılmıştır. Bu envanterlerden bir tanesi, katılımcının ailesinin yetiştirme tarzını sorgulayan sorulardan oluşmakta, diğeri ise, evliliği hakkında soruları içermektedir. Ailesinin kendisini yetiştirme biçimini *reddedici ve duygusal sıcaklıktan yoksun* olarak niteleyen bireylerin eşlerinden duydukları doyumun seviyesi de

düşük bulunmuştur. Anneye ait algılanan yetiştirme davranışının evlilik doyumu üzerinde özellikle güçlü bir belirleyici olduğu ispatlanmıştır.

### **2.7.2. Evlilik Konusunda Gerçekleştirilen Eğitim Programları ve Danışma Gruplarıyla İlgili Araştırmalar :**

Bu bölümde evlilik ilişkisini geliştirmek amacıyla araştırmacılar tarafından çeşitli kuramsal temellere dayalı olarak tasarlanmış çeşitli evlilik eğitim programlarının ve çiftlerin katıldığı evlilik grup çalışmalarının etkililiğini sınavan araştırma bulgularına yer verilmiştir.

De Witt 1982 yılında gerçekleştirdiği araştırmasında (De Witt, 1982), Adler'in Bireysel Psikolojisine dayalı olarak oluşturduğu bir evlilik danışma programı üzerinde çalışmıştır. Araştırma, evlilik hazırlığında olan ve yeni evli çiftlerle gerçekleştirilmiştir. Adler terapinin seçilme sebebi, evlilik hazırlığındaki çiftlere oldukça uygun önleyici bir yapısının olmasıdır. Oluşturulan grup çalışmasının birinci amacı, çiftlerin birbirlerine karşı farkındalıklarını arttırarak, çiftin arasında işbirliğine dayalı bir ilişki yapısı geliştirebilmektir. Araştırmanın ikinci amacı ise, çiftlerin iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirmek olarak tespit edilmiştir. Bu tip çalışmanın çiftlerin gelecekteki evlilik doyumlarını arttırıcı bir etkisi olacağı beklenmektedir. Program eğitici bir yaklaşımla hazırlanmıştır ve bireylerden çok ilişkiye odaklanmıştır. Program üç aşamalı dokuz seanstan oluşmaktadır. Birinci aşamada daha ziyade Adleryan tekniklerin tanıtılmalarına yer verilmektedir. İkinci aşamada çiftlerin grup çalışmaları esnasında öğrenebilecekleri iletişim becerilerine yer verilmektedir. Üçüncü aşamada ise, çatışma çözme becerileri üzerinde çalışılmaktadır. Araştırmanın boylamsal yapısı, çalışmayı takip eden ikinci ve beşinci senenin sonunda, gruba katılan çiftlerin evlilik doyumlarının kontrol grubuna göre daha yüksek olması şeklinde tasarlanmıştır. Aradan geçen zaman içerisinde ilişki yapısında meydana gelen değişmelere ve gelişmeler rağmen, hatta bazı çiftlerin çocuk sahibi olmalarına rağmen, evlilikleri öncesinde çalışma gruplarına katılan çiftlerin evlilik doyum puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda oluşturulan çalışmanın, uzun süreli etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma aynı zamanda evlilik öncesi gruplarının etkililiği konusundaki görüşleri de destekler niteliktedir.

Crew ise (1983) araştırmasında, yetişkin eğitimi kapsamında bir evlilik ilişkisini geliştirme programının analizini yapmıştır. Program *Malcolm Knowles*'un yetişkin öğrenme biçimlerini tanımlayan *androgojik* modeli çerçevesinde geliştirilmiş bir evlilik programıdır. Amaç evlilik ilişkisini geliştirme programının yetişkinlerin öğrenmelerine uygun bir model çerçevesinde geliştirilmesini sağlamaktır. Knowles'un araştırmaya temel olan görüşlerine göre yetişkin bir birey için *kendini yönetme* psikolojik bir ihtiyaçtır. Ayrıca yetişkin bir birey için en önemli öğrenme kaynağı, kendi kişisel deneyimleridir. Yine Knowles'a göre yetişkin bir bireyin öğrenmeye hazır oluşu, sosyal rolüne bağlı olarak gelişen gelişimsel ödevleriyle şekillenmektedir. Yetişkin bireyin öğrenmesinin en önemli yolu ise, doğrudan doğruya uygulamalar ve problem çözme yoluyla olmaktadır. Crew (1983), Knowles'un tüm bu temel görüşlerine dayalı olarak geliştirdiği evlilik ilişkisini geliştirme programında, çeşitli oyunlar, sözsüz iletişim egzersizleri, çeşitli uygulama örnekleri uygulanmış, ayrıca grup tartışmalarına yer verilmiştir. Sonuç, yetişkin öğrenmesine uygun olarak tasarlanan bir modelin evlilik ilişkisini geliştirme açısından etkili olduğunu doğrulamaktadır.

Petty (1983) çiftler arasında problem çözme ve iletişim becerilerini geliştirme temelli *Evlilik Beklentisi Eğitimi (Marital Expectation Training)* çalışmasının etkiliğini sınamıştır. Kontrol ve deney gruplarına beşer çift dahil edilmiştir. Deney grubundaki çiftler problem çözme ve çatışma çözme becerilerini artırıcı bir eğitimden geçirilmişlerdir. Katılımcılara, evlilik iletişimlerini, evlilikte karşılıklı etkileşimlerini, ilişki inanışlarını ve problemlerin üstesinden gelme durumlarını ölçen envanterler uygulanmıştır. Çalışmaya katılan grubun son test puanları, problem çözme becerileri açısından kontrol grubuna göre anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Ancak evlilik iletişimi becerilerine ait ölçümlerde anlamlı bir değişime rastlanmamıştır. Sonuçta, Evlilik Beklentisi Eğitimi'nin çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirici bir etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Ancak program, iletişim becerileri üzerinde etkili olmamıştır.

Witkin, Edleson, Rose ve Hall (1983), evlilik iletişimi konusunda gerçekleştirilen grup çalışmalarını karşılaştıran bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmada iki eğitim programı üzerinde durulmuştur. Seçilen programlar, *İletişim Becerileri Çalıştayı (Communication Skills Workshop: CSW)* ve *Çift İletişim Programı (Couples Communication Program: CCP)*'dir. Çalışmada programa katılanların etkili iletişim, problem çözme ve ilişki doyumlari sınanmıştır. Araştırmaya random yoluyla seçilen 54 gönüllü çift katılmıştır. Evlilik problemleri yoğun olan veya evlilik terapisine katılan çiftler araştırmaya alınmamıştır.

Eğitimlerden önce katılımcılara ilişki doyumunu ölçen envanterler uygulanmış, tüm envanterler ve performans ölçümleri eğitim bittikten bir hafta sonra ve yedi hafta sonra yeniden uygulanmıştır. Araştırmada bir de kontrol grubu kullanılmıştır. Sonuçlar, Çift İletişim Programı'na katılan çiftlerin sözsüz pozitif mesajlarının diğer gruplardan anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Her iki eğitim grubuna katılanların negatif içerikli sözel mesajlarında anlamlı derecede bir azalma tespit edilmiştir. Tekrarlayan ölçümlerde ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Eğitimcilerin özelliklerinin de dikkate alındığı araştırmada, eğitimcilerin kişilik özelliklerinden kaynaklanan farklılıkların sonuçları etkilemesine rağmen, Çift İletişim Programı'nın davranışçı programlar içerisinde umut vaat edici olduğu sonucuna varılmıştır.

Montag (1993) gerçekleştirdiği evlilik terapisi grup çalışmasında deney ve kontrol gruplarında toplam 27 sorunlu çiftle çalışmıştır. 20 hafta süren çalışmada bir-bir buçuk saatlik seanslar boyunca çalışılmıştır. Bilişsel-davranışçı yaklaşım esas alınarak hazırlanan grup çalışmalarında, davranışçı yaklaşım, bilişsel yapılandırma içerikleri ve *Albert Ellis'in Rasyonel Emotif Terapi* süreçleriyle zenginleştirilmiş, ayrıca *Meichenbam'un Stres Aşılama Eğitimine* de (*Stress Inoculation Training*) yer verilmiştir. Davranışçı yaklaşımın çiftler üzerinde sıklıkla kullanılan davranış değiş-tokuş tekniğine, uzlaşma ve iletişim becerileri eğitimlerine ve problem çözme tekniklerine yer verilmiştir. Kognitif stratejiler ise daha çok hatalı inanışların düzeltilmesi, ilişkiye yönelik gerçek olmayan beklentilerin keşfedilmesi ve irrasyonel düşüncelerin değiştirilmesi üzerinde odaklanmıştır. Ön-test, son-test ölçümleri için çok boyutlu bir ölçüm bataryasına başvurulmuş, davranış değerlendirmeleri için *Evlilik Karşılıklı Etkileşim Kodlama Sistemi (Marital Interaction Coding System)*, kognitif ölçümler için *İlişki İnançları Envanteri (Relationship Beliefs Inventory)* ve *İrrasyonel İnanışlar Testi (Irrational Beliefs Test)* ve çiftler arasındaki genel ilişki ölçümleri için ise, *Çift Uyum Skalası (Dyadic Adjustment Scale)* ve *Evlilik Doyum Envanteri (Marital Satisfaction Inventory)* kullanılmıştır. Sonuçlar gerçekleştirilen grup çalışmasının ilişki doyumunu arttırmak üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çiftlerin evlilik uyumsuzluklarında da bir azalma tespit edilmiştir.

Sabo (1993) boşanmayı önleyici *ümit odaklı* bir programın değerlendirmesi üzerinde çalışmıştır. Program çift terapisi, bireysel terapi ve psikodrama kapsamlı bir programdır. Program esnasında psikolojik testler uygulanmakta, programın bitiminde ileride yaşanabilecek anlaşmazlıklar karşısında evliliği korumak ve geliştirmek amacıyla,

katılımcılarla psikoterapötik amaçlı bir anlaşma imzalanmaktadır. Programa 95 çift katılmıştır. Katılımcılara program öncesinde evlilik doyum ölçeği ve kişilik ölçeği uygulanmıştır. Aynı ölçekler programın son günü ve program bittikten altı ay sonra tekrar uygulanmıştır. Ayrıca hem terapist hem de katılımcılara, program hakkındaki düşüncelerini ölçen bir anket formu doldurulmuştur. Anket formu programın evliliklerine olan etkisini sorgulayan aynı zamanda da programın geliştirilebilmesi için önerilerine yer verilen bir formdur. Genelde Cumartesi günleri üçer saatlik seanslar halinde düzenlenen ve bir sene kadar devam eden programda, her hafta üç çift ilişkileri hakkında paylaşımlarda bulunmuşlardır. Programın sonunda izleme çalışmaları boyunca, programa katılan çiftlerden % 67'si (34 çift) evliliklerine devam ederken, % 33'ü (17 çift) boşanmıştır. Çalışmanın sonunda katılımcıların bireysel stresinde ve evlilik stresinde anlamlı bir azalma tespit edilmiştir. Programdan sonraki takip çalışmaları esnasında ise erkeklerin stres seviyeleri aynı kalırken, kadınlarda hafif bir artış olduğu tespit edilmiştir. Program katılımcıların negatif karşılıklı etkileşimlerinde azalmaya yol açarak ve evlilikte problem çözme becerilerini arttırarak, evlilik ilişkilerini geliştirmelerine yardımcı olmuştur. Her ne kadar boşanma kararı alan çiftler olsa da, bu çiftler de programın kendilerine yardımcı olduğunu belirtmişler, doyum sağlayamadıkları evliliklerini bitirme kararı almalarını kolaylaştırdıklarını ifade etmişlerdir.

Bryan'nın (1995) gerçekleştirdiği bir araştırmada ise bebek bekleyen çiftlerin ilişki kalitesini arttırmak üzere çalışılmıştır. Çiftin ebeveyn olmaya uyum sağlayabilmesi amacıyla gerçekleştirilen çalışmada, üç seanslık bir eğitim grubu oluşturulmuş ve çiftin ilişki kalitesi temel alınarak çalışılmıştır. Çalışmalarda, ebeveynlik rolleri, çifte destek olabilecek sistemler, cinsellik, iletişim ve çatışma çözme konuları üzerinde çalışılmıştır. Program katılımcıların ilişkileri hakkındaki farkındalıklarını arttırmak, evliliklerindeki çatışma ve karışıklığı fark etmelerini ve önlemlerini sağlamak amaçlarını gütmektedir. Araştırmaya katılan 55 çift, henüz çocuk sahibi olmuş 49 çiftle kıyaslanmıştır. Çiftlerin ilişki kaliteleri *ENRICH* ilişki ölçeği ile değerlendirilmiştir. Uygulanan t-testi sonuçları, eğitime katılan grubun çocuk ve ebeveynlik alt boyutlarından anlamlı sonuçlar elde ettiklerini göstermektedir.

Kerschner (1996), evlilik sağaltımları ve evliliği geliştirme programlarının, katılımcıların tavırlarındaki değişimlere bağlı olarak sınındığı bir değerlendirme sistemi geliştirmiştir. Sistemi geliştirmek amacıyla 240 kadın ve 242 erkekten oluşan 482 deneğe, 64 klinik soru ve demografik özellikleri içeren diğer sorular, öntest ve sontest uygulamaları



olarak cevaplatılmıştır. Sonuçta değerlendirme sistemine 26 madde seçilmiştir. Maddeler evliliğe karşı geliştirilen tavır, evlilik bağlılığının derecesi, evlilikte etkili iletişim, ilişkinin geçmişini anlamaya yönelik itemlerden oluşmaktadır.

Evlilik ilişkisini geliştirme programlarının çeşitli temellere dayanarak yapılandırıldıkları görülmektedir. Bu temellerden bir tanesi de çiftlerin arasındaki affediciliği arttırma yoluyla evlilik ilişkisini geliştirmektir. Ripley (1996) araştırmasında, affediciliğe dayalı olarak evlilik ilişkisini geliştiren programların etkililiğini sınamak üzere bir araştırma geliştirmiştir. Araştırmanın ölçümleri ise, evlilik kalitesinin bir parçası olan *evlilikte sosyal değerler* kavramı üzerinden ölçülmüştür. Bu amaca yönelik olarak araştırmacı tarafından öncelikle *Evlilikte Sosyal Değerler Ölçeği (Marital Social Values Scale: MSV)* geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışması 430 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi sonucunda ölçek tek faktör ve 26 itemden oluşmaktadır. Ardından affedicilik odaklı evlilik ilişkisini geliştirme programının etkililiğini sınamak üzere 48 evli çift seçilmiş ve sonuçları kıyaslamak üzere bir de kontrol grubu oluşturulmuştur. Çalışmanın sonunda iletişim, çift doyumu, ilişkiye bağlılık ve affedicilik isteği üzerine yapılan ölçümlerin öntest puanlarına göre farklılaşmadığı ve kontrol grubuna göre fark oluşmadığı tespit edilmiştir. Programın evlilikte sosyal değer üzerinde etkili olmadığını sonucuna varılmıştır.

Literatürde, çeşitli çift terapi teknikleriyle uygulanan grupların etkililiğine dair çeşitli araştırmalara rastlanmaktadır. Bunlardan bir tanesi de, Johnson ve Talitman'ın (1997) *Duygusal Odaklı Evlilik Terapisinin* etkililiğini sınanan araştırmalarıdır. Araştırmada çiftlerin bağlanma kaliteleri, duygusal olarak kendilerini ifade edebilmeleri, karşılıklı olarak birbirlerine güvenleri, evlilik uyumları ve birbirlerine olan yakınlıkları test edilmiştir. Araştırmada oluşturulan grup çalışması, duygusal odaklı evlilik terapisinin temel prensipleri doğrultusunda planlanmıştır. Çiftlerin evlilik doyumlarında meydana gelen artış, kullanılan terapi tekniğinin başarısı olarak yorumlanmıştır. Araştırma sonuçları, kadınların eşlerine duydukları güvenin, ilişkinin geleceğine ait evlilik doyumları açısından yordayıcı olduğunu göstermektedir. Ayrıca kadınların eşlerine duydukları güvenin, erkeklerin kendilerini eşlerine yakın hissetmeleriyle de ilişkili olduğunu göstermektedir. Stres seviyesi düşük olan çiftlerin bağlanma seviyeleri daha yüksek bulunmuştur.

Denton (2000) ve arkadaşları da *Duygusal Odaklı Terapi* temelli bir çalışma yürütmüşlerdir. Toplam 40 evli çift 8 haftalık Duygusal Odaklı Terapi çalışmasına katılmışlardır. *Çift Uyum Skalası (Dyadic Adjustment Scale)*, *Pozitif Duygular Ölçümü* ve

*İlişkide Yakınlık Kişisel Değerlendirme Skalası (Personel Assessment of Intimacy in Relationships Scale)* uygulanmıştır. Araştırmaya katılan grubun 8 hafta sonraki evlilik doyumu puanları, kontrol grubundan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Cordova, Jacobson ve Chirstensen (1998) tarafından yürütülen bir araştırmada ise, *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi*'nin kabul odaklı yaklaşımının *Davranışçı Çift Terapisi*'nin değişim odaklı yaklaşımı karşısındaki etkililiği sınanmıştır. Gerek *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi* gerekse de *Davranışçı Çift Terapisi* ile gerçekleştirilen seanslarda çiftlerin iletişimleri esnasında sergiledikleri birbirlerini kabul davranışları kodlanmıştır. Sonuçta, *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi*'ne katılan çiftlerin problemlerini tanımlarken, birbirlerine karşı daha az suçlayıcı davrandıkları, terapinin son seanslarında ise problemleri hakkındaki duygularının *Davranışçı Çift Terapisi* grubundan daha fazla yumuşadığı görülmüştür. Üstelik suçlayıcı tavırlardaki azalmanın evlilik doyumundaki artışla da doğru orantılı olduğu tespit edilmiştir. Sonuçta her iki terapi tekniğinin yapısal farklılığının seanslardaki duygusal ifadeler üzerinde farklı etkiler yarattığı düşünülmektedir.

Jacobson, Chirstensen, Prince, Cordova ve Eldridge (2000), *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi* üzerine çift uyumsuzluğunu sağaltma amaçlı başka bir çalışma yürütmüşlerdir. *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi*'nin duygusal kabulü güçlendirme stratejisiyle, *Davranışçı Çift Terapisi*'nin değişim odaklı stratejilerini bir araya getiren bir yaklaşım benimsenmiştir. Random yoluyla seçilen 21 çiftin bir kısmına sadece *Davranışçı Çift Terapisi*, diğer gruba ise *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi* uygulanmıştır. Sonuçta *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi*'ne katılan çiftlerin evlilik doyumu puanlarının, *Davranışçı Çift Terapisi*'ne katılan çiftlerin evlilik doyumu puanlarından anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. *Davranışçı Çift Terapisi*'nin yetersiz kaldığı noktaların desteklenmesi amacıyla oluşturulan *İntegratif Davranışçı Çift Terapisi*'nin, çiftlerin uyuşmazlıkları konusunda fayda sağlayıcı yeni bir umut olacağına kanaat getirilmiştir.

Butler ve Wampler ise, 1999 yılında gerçekleştirdikleri bir çalışmayla, *Çift İletişim Programı (Couples Communication Program:CCP)* kullanılarak gerçekleştirilen 16 çalışmanın meta-analizini yapmıştır. *Çift İletişim Programı* yurt dışında sıklıkla kullanılan bir iletişim becerileri eğitimi programıdır. İletişim becerileri eğitimi yoluyla çiftler arasındaki ilişkiyi geliştirip zenginleştirmek amaçlanmaktadır. Kısa eğitici sunumlar, direk uygulamalar, rol-playingler ve ev ödevi egzersizlerinden oluşmaktadır. Beceri eğitimleri içerisinde, kişisel farkındalık kazanma, dinleme becerileri, çatışma çözme becerileri ve iletişim stilleri yer

almaktadır. Çalışma sonuçları, evlilik doyumu, iletişim becerileri ve ilişki kalitesini değerlendiren ölçümlerle sınanmıştır. Sonuçlar Çift İletişim Programı'nın pozitif neticeler verdiğini göstermektedir. Çift İletişim Programı, çiftlerin iletişimlerini geliştirmekle beraber, diğer iletişim eğitimi programlarından anlamlı derecede farklı bulunmamıştır. Buttler ve Wampler, programların sonlanmasından 3-6 ve 12 ay sonra gerçekleştirilebilecek bir veya iki destek seansının önemli olduğunu düşünmekte ve önermektedirler.

Wu (2000) ise, *Evlilik Etkileşim Grubu (Marriage Encounter)*'nin etkileri üzerine bir araştırma gerçekleştirmiştir. Evlilik Etkileşim Grubu, katılımcıların evlilik ilişkilerini iyileştirmeye yönelik bir çift katılım programı olarak tasarlanmıştır. Araştırmada gruba katılan deneklerin evlilik doyumları, eşleriyle karşılıklı iletişimleri ve birbirlerine ruhani bağlılıkları açısından gelişme kaydedip kaydetmediklerini test etmek üzere niceliksel ve niteliksel ölçümler gerçekleştirilmiştir. Dokuz haftalık çalışmanın öncesinde ve sonrasında gerekli testler uygulanmıştır. Kullanılan niceliksel araştırma formuyla, açık uçlu sorular sorulmuş, 50 çiftle bireysel görüşmeler yapılmış, üç çiftin yanıtları sözel analizlere tabi tutulmuştur. Esas çalışma grubuna ise 6 çift dahil edilmiştir. Araştırmanın sonucunda katılımcıların, eşine sevgi gösterme, uzlaşma, önemli konularda alınacak kararlarda fikir birliği, eşle atışma-çekişme, cinsel ilişkide uyuma, boşanma, ayrılma veya ilişkiyi bitirme düşünceleri, bir proje üzerinde ortak çalışma, evlilikten pişmanlık duymak, beraber İncil okuma ve aile değerleri ve maneviyat konularında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu açısından, eşle kurulan olumlu ve sevecen diyaloglarda, eşi etkili dinleme becerilerinde, karşılıklı paylaşımlarda ve eşe duyulan yakınlıkta artış olduğu tespit edilmiştir. Sonuçta Evlilik Etkileşim Grubu programının, eşlerin evlilik doyumlarını yükseltmekte, karşılıklı iletişim diyaloglarını geliştirme ve ruhani bağlılıklarını arttırma konusunda işe yarar bir çalışma olduğu kararına varılmıştır.

Whelihan (2000), çiftlerin arasındaki yakınlığı ve cinselliği geliştirmeye yönelik bir programın etkiliğini sınamıştır. Program *Tutkulu Evlilik Modeli (Passionate Marriage)*'ne uygun olarak geliştirilmiş ve uygulanmıştır. Araştırmanın hipotezi programa katılan çiftlerin birbirlerine yakınlıklarının ve cinsel ilişki potansiyellerinin artacağına ilişkindir. Araştırmaya 46 çift katılmıştır. Tüm katılımcılara ilişkideki yakınlıkları ve cinsel ilişkileriyle ilgili ölçekler uygulanmıştır. Aynı ölçekler programın sonunda tekrarlanmıştır. Katılım sonunda ilişkide bir gelişme olup olmadığına ve cinsiyetler açısından farklılık olup olmadığına bakılmıştır. Sonuçlar programa katılan çiftlerin program sonunda kendilerini birbirlerine daha yakın

hissettiklerini, cinsel isteklerinde artış olduğunu doğrulamaktadır. Ayrıca program sonrasında katılımcıların cinsel hayatlarıyla ilgili pozitif paylaşımları artmıştır. Tüm gelişimler kadınlar açısından erkeklerden daha etkili bulunmuştur. Demografik özellikler ve ilişki özellikleri açısından ise programın sonundaki ölçümler açısından anlamlı bir değişime rastlanmamıştır.

*Tutkulu Evlilik Modeli (Passionate Marriage)*'nin etkililiğinin sınındığı bir başka çalışmada ise, 27 çiftle çalışılmıştır (Berg, 2000). Katılımcılarla çalışmanın öncesinde ve sonrasında bireysel ve çift olarak görüşmeler yapılmıştır. Niteliksel olarak planlanan araştırmada, *analitik tümevarım yöntemi* kullanılmıştır. Araştırmanın hipotezi, katılımcıların çalışmanın sonunda eşe duyulan yakınlık, cinsellik ve çatışma konularında anlamı farklılıklar oluşacağı şeklindedir. Araştırmanın sonunda 27 çiftin tümünde belirtilen konularda hem bireysel hem de çift olarak farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın sonunda cinsellik konusunun katılımcılar için rahat ve eğlenceli olarak tanımlandığı, çatışmaların sıklığında ve şiddetinde ise azalma olduğu tespit edilmiştir.

Braukhaus ve arkadaşları (2001) ise, çiftlerle çalışılan *Bilişsel Davranışçı Eğitim Programlarını* temel alarak geliştirdikleri bir programın etkililiğini sınımışlardır. Hafta sonları düzenlenen programa 62 dahil edilmiş, ancak 4 çifte ilişkiyi destekleyici ek seanslar uygulanmıştır. Program, iletişim ve problem çözme eğitimi, çiftlerin ilişkilerinden beklentilerini net bir şekilde ortaya koymalarını sağlayıcı tartışmalar ve tensel-cinsel ilişkilerini geliştirici uygulamalardan oluşmaktadır. Programın sona ermesinden 1 ve 3 ay sonra uygulanan testlerle, son test sonuçlarında daha fazla pozitif ve daha az negatif sözlü ve sözsüz iletişim davranışlarının mevcut olduğu tespit edilmiştir. Program esnasında bazı çiftlere ilişkiyi geliştirici ek destek seansları uygulanmıştır ve bir sene sonraki takip çalışmasında bu çiftlerin evlilik doyumu puanlarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda bu çiftlerin, sadece hafta sonu grubuna katılan çiftlere oranla daha az problem alanı belirttikleri görülmüştür. Neticede destek seanslarının uzun süreli ilişkiyi destekleyici olduğu sonucuna varılmıştır.

Bodenmann ve arkadaşları 2001 yılında gerçekleştirdikleri bir çalışma ile, çiftlerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirme yoluyla evlilik problemlerini önlemeye yönelik bir program denemesinde bulunmuşlardır. *Çiftlerin Başa Çıkma Stratejilerini Geliştirme Eğitimi (Couples Coping Enhancement Training: CCET)*, yeni bir önleyici yaklaşım programıdır. Programda daha çok bireysel ve çift olarak stresle başa çıkma becerileri üzerinde durulmaktadır. Bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan program, çiftlerin stres ve stresle

başa çıkma konusundaki araştırma sonuçları temel alınarak yapılandırılmış, 18 saatlik bir kurs programıdır. Programın etkililiği ise bir sene içerisinde çalışılan 143 çift üzerinde sınanmıştır. Sonuçlar, programa katılan çiftlerin evlilik kalitelerinde, evlilik iletişimlerinin kalitesinde ve yakınlıklarında anlamlı bir farklılık oluştuğunu göstermektedir. Üstelik sonuçlar bir sene sonraki ölçümlerde de anlamlılığını korumaktadır. Araştırmacılar bu sonucun evlilikte önleyici yaklaşımla hazırlanan programların önemini bir kez daha vurguladığını düşünmektedir.

Bir diğer araştırmada, evliliğin kötüye gidişini önleme amacıyla geliştirilmiş olan bir programın etkililiği sınanmıştır (Ryan, 2001). 20 çiftin seanslar halinde katıldıkları programın hemen ardından bir de work-shop uygulamalı bir çalışmaya daha alınmışlardır. Araştırmaya ayrıca dahil edilen bir diğer 20 çift ise sadece grup seanslarına alınmış, work-shop uygulamasına ise katılmamışlardır. Evlilik doyumuna ilişkin ölçümler grup çalışmalarının başlangıcında ve bitiminde uygulanmış, programın bitiminden altı ay sonra ölçümler tekrarlanmıştır. Sonuçlar, her iki uygulamaya da katılan grubun sadece work-shop uygulamasına katılan gruba göre daha yüksek puanlar elde ettiğini göstermektedir. Ayrıca araştırma sonuçları stres seviyesi yüksek olan çiftlerin ilişkiyi sürdürme çabalarının diğerlerine oranla daha fazla olduğunu göstermektedir.

Başka bir çalışmada ise, eşler arasındaki empatiyi geliştirme yoluyla eşlerin birbirlerine karşı affediciliklerini arttırmak ve böylece evlilik doyumlarını yükseltmek hedeflenmiştir (Vaughan, 2001). Araştırma iki farklı evlilik geliştirme programının birbiriyle karşılaştırılmasını amaçlamaktadır. Programlardan bir tanesi, *affediciliği* temel alarak yapılandırılmış, diğeri ise, *ümit etme odaklı* bir yapıda tasarlanmıştır. Çiftler her iki programdan birisine tesadüfi örnekleme yoluyla seçilmişlerdir. Ön testleri uygulanan çiftler 9 saatlik programlarına katılmış, bir ay sonra sontest ölçümleri yapılmıştır. Araştırmanın hipotezi, affedicilik eğilimi yüksek olan ve dini değerlere bağlı çiftlerin evlilik doyumlarının daha yüksek çıkacağı beklentisini içermektedir. Sonuçlar affedicilik eğilimi yüksek olan çiftlerin evlilik doyumlarının da yüksek olduğunu doğrulamaktadır. Ancak beklentilerin aksine, dinine bağlı olmanın, evlilik doyumuyla negatif yönde alakalı olduğu bulunmuştur. Ümit edicilik temelli çalışma grubuna katılan çiftlerle, affedicilik temelli gruba katılan çiftlerin evlilik doyum seviyeleri kıyaslandığında, ümit edicilik temelli gruba katılanların evlilik doyum puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak uygulamaların sona

ermesinden bir ay sonra yapılan ölçümlerde, affedicilik grubuna katılanların puanları sabit kalırken, ümit edicilik grubuna katılanların puanlarında azalma saptanmıştır.

Burchard (2001) ise, iki farklı evlilik ilişkisini geliştirme programının, eşlerin birbirine yakınlıkları, pozitif davranışlar, sosyal destek, iyi iletişim ve çatışma yönetimi açısından etkililiğini sınamak üzere bir araştırma gerçekleştirmiştir. Seçilen iki program, *Ümit Odaklı Evlilik İlişkisini Geliştirme (Hope-Focused Marital Enrichment)* programıyla, *Empati Geliştirme Yoluyla Affedicilik ve Uzlaşma (Forgiveness and Reconciliation Through Experiencing Empathy: FREE)* programlarıdır. Çalışmaya en fazla beş aylık evli olan yeni evli çiftler dahil edilmiş ve çalışma grubu üçe bölünmüştür. Bu gruplardan ikisi yaklaşık 9 saatlik evlilik ilişkisini geliştirme programına alınmış, üçüncü grup kontrol grubu olarak kullanılmıştır. Bu programların çiftlerin evlilik kalitelerine etkisi *Yaşam Kalitesi Envanteri (Quality of Life Inventory)* ile ölçülmüştür. Ümit odaklı evlilik ilişkisini geliştirme programının evlilik kalitesi üzerinde etkili olmadığı, affediciliğin çalışıldığı diğer programın ise evlilik kalitesi puanlarını arttırdığı tespit edilmiştir.

Sells, Giordano ve King (2002), evlilik grup terapisi üzerine bir pilot çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çiftler ve ailelerle çalışmak üzere tasarlanan evlilik grup çalışmasında, iletişim, çatışma, affedicilik ve uzlaşma üzerinde çalışılmıştır. Çalışma toplam 8 hafta olarak tasarlanmıştır. Grup çalışması neticesinde, son test puanları incelendiğinde, katılımcıların affedicilik becerilerinde, öfke ifadelerinde ve evlilik doyum düzeylerinde bir gelişme olduğu görülmüştür.

Getz (2002) ise, kadınlara yönelik olarak tasarladığı grup çalışmasında, evlilik ve aile terapisini bütünleştiren bir yaklaşım ortaya koymuştur. Aile terapisi tekniklerinin uygulandığı grupta, kuşaklar arası, deneysel, hümanistik ve bilişsel-davranışçı bir içerik benimsenmiştir. Bu tarz bütünleştirici bir yaklaşımla grup çalışması, farklı oryantasyonlardan terapistlerin rahatlıkla kullanabileceği bir hale gelmiştir. Araştırmanın sonucunda, grup terapi uygulamasının aile sağaltımı üzerinde önemli bir etkisinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Westerop (2002) çiftler için geliştirdiği kısa iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programının etkililiğini sınamıştır. Evlilik kalitesini geliştirebilmek için iletişim becerilerinin geliştirilmesi gerektiğine dair literatür bulgularından yola çıkılarak oluşturulan program, iletişim becerilerinde ve ilişkinin geleceğine dair ümit duygusundaki artışa bağlı olarak sınanmıştır. Veriler kursun başlangıcında ve bitiminde, ayrıca kursun bitiminden

sonraki 1-39 aylık izleme çalışmaları neticesinde toplanmıştır. Sonuçlar katılımcıların hem kendilerinin hem de eşlerinin iletişim becerilerini artmış olarak algıladıklarını ve bu becerilerin çiftlerin bazıları için uzun vadede kalıcı olabildiğini göstermektedir. Ayrıca çiftlerin ilişkilerinin geleceğine dair umut düzeylerinin de yükseldiği tespit edilmiştir. Sonuçlar cinsiyete bağlı olarak karşılaştırıldığında, kadınların iletişim seviyelerinin erkeklerden daha ileride olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlar, aile tiplerine bağlı olarak farklılık göstermemektedir.

Oxford'un (2003) gerçekleştirdiği çalışmada ise, evli çiftlerin iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik 32 çiftin katıldığı bir grup oluşturulmuştur. Program evlilik ilişkisini geliştirmek kadar, ileride yaşanabilecek problemleri de önlemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla oluşturulan program bilişsel davranışçı tekniklerle beceri geliştirmeye yönelik çeşitli müdahale tekniklerini içermektedir. Bilişsel davranışçı tekniklerin yanı sıra Duygusal Odaklı Çift Terapisi'nden de yararlanılmıştır. 32 çift dokuz haftalık programı tamamlamış ve altı aylık period içinde takip edilerek değerlendirmelere almışlardır. Kontrol grubunun kullanılmadığı çalışmada, kişiler arası ilişki paternleri açısından yükselme tespit edilmiştir. Programa katılan çiftlerin program sonrası evlilik doyum puanları oldukça yüksektir. Çiftlerin program sonrasında ilişki problemlerinin azaldığı ve yaşam kalitelerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Tüm gelişmelerin altı ay sonraki ölçümlerde de sabit kaldığı tespit edilmiştir. Sonuçta oluşturulan programın etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Evlilik eğitim programlarına katılanların ilişki kaliteleri ve dinamiklerinin katılmayanlarla kıyaslanmasının amaçlandığı bir başka çalışmada 427 kişiyle çalışılmıştır. Bunlardan 273'ü evlilik eğitim programına katılmış, 154'ü ise katılmamış bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların bireysel ve ilişkiye ait algılarına yönelik ölçümler yapılmıştır. Ölçülen özellikler arasında çiftin arasındaki fikir birliği, özsaygı, çiftin arasındaki yakınlık, bütünleşme/bireyselleşme, evlilikte iletişim, evlilik çatışması, ilişkiye bağlılık ve evlilik doyumunu yer almaktadır. Sonuçların cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına da bakılmış ancak cinsiyet açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Ancak bütünleşme/bireyselleşme hariç ölçülen tüm özellikler açısından evlilik eğitimlerine katılanlarla katılmayanlar arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kendine güven, bütünleşme/bireyselleşme ve evlilik doyumunu açısından kadınlarla erkekler arasında anlamlı farklılıklara rastlanmış, diğer boyularda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Erkeklerin

özgüven puanları kadınlardan yüksektir. Erkeklerin evlilikte bireyselliğe ilişkin puanları ve evlilik doyum puanları da kadınlardan daha yüksek bulunmuştur (Goforth, 2003).

*Destek Odaklı Evlilik Terapisi (Support-Focused Marital Therapy)*'nin etkililiğini sınamak üzere geliştirilen bir çalışmada, destek odaklı terapinin dört spesifik bileşeninin evlilik doyumunu üzerindeki etkisi üzerinde durulmuştur. Bu bileşenler, eşin bakış açısını diğer eşe tanıtmak, çiftlere ilişki paternlerini anlatmak, ödevlerin değerlendirilmesi ve takibi, empatik sübjektif deneyimler kazanmak olarak sıralanmaktadır. Ayrıca araştırmada bir diğer ilginç inceleme konusu ise, terapistin, çiftin evlilik doyumunu, öfkeleri, psikopatolojileri, algılanan destek ve özsaygıları üzerindeki etkisidir. Araştırmaya evliliklerinde sorun yaşayan 35 çift katılmıştır. Katılımcılar evlilik doyumları, öfke, psikopatoloji, algılanan destek ve terapötik yabancılaşma konularını içeren ölçümlerden geçirilmişlerdir. Tüm seanslar videoya kaydedilerek, terapist tarafından gerçekleştirilen müdahalelerin toplamı baz alınarak kodlanmış, ayrıca eşin bakış açısını diğer eşe tanıtmak, çiftlere ilişki paternlerini anlatmak, ödevlerin değerlendirilmesi ve takibi, empatik sübjektif deneyimler kazanmak konularında terapistim müdahalelerinin yüzdesi dikkate alınmıştır. Sonuçlar Destek Odaklı Evlilik Terapisi'nin evlilik doyumunu üzerinde etkili olduğunu ancak tüm boyutlarda terapistin etkisinin grubun evlilik doyumuyla ilişkili olmadığını ortaya koymaktadır. Bu durum grup sayısının küçük olmasına bağlanmıştır (Miller, 2003).

Cornelius (2004) *Gottman'ın Dinleyici-Konuşmacı Beceri Eğitim Tekniği*'ne dayalı olarak geliştirdiği çalışmasında, çiftler bir konu üzerinde çalışırken onlara dinleme ve konuşma becerilerini geliştirici eğitimler verilmiş ve çiftlerin grubun başlangıcındaki ve sonrasındaki evlilik problemleri ve evlilik doyumları araştırılmıştır. Gottman'ın Dinleyici-Konuşmacı Beceri Eğitiminin çiftlerin evlilik doyumlarını geliştirici bir etkisinin olabileceği düşünülmüştür. Çiftlerin birbirlerine yönelik şikayet edici tavırları evlilik ilişkilerini zayıflatmaktadır ve bu da evlilik problemlerini arttırmaktadır. Bu tavırlar üzerindeki çalışmaların çiftlerin evlilik ilişkilerini kuvvetlendirmesi beklenmektedir. Çiftlerin tartışmalar esnasında sergiledikleri davranışsal ve psikolojik verileri kodlanmış ve sergilenen negatif tavırların düzeltilmesi üzerinde çalışılmıştır. Araştırmanın sonunda, Dinleyici-Konuşmacı tekniğinin tartışmalardaki negatif tavırları azalttığı tespit edilmiş, ancak evlilik etkileşimini artırıcı bir etkisi tespit edilememiştir.

Kirby'nin (2005) gerçekleştirdiği bir araştırmada, evlilik eğitim kursuna katılan katılımcıların evlilik doyum düzeyleri incelenmiştir. Araştırmada 1200 evli kadın ve erkekle



çalışılmıştır. Evlilik doyumu, *Kansas Evlilik Doyum Ölçeği (Kansas Marital Satisfaction Scale: KMSS)* kullanılarak ölçülmüştür. Ölçek katılımcıların eşlerinden bir eş olarak aldıkları doyum, evliliklerinden aldıkları doyum ve eşleriyle olan ilişkilerinden aldıkları doyumunu ölçmeye yönelik sorulardan oluşmaktadır. Cevaplar 1-7 arasından derecelenmektedir. Araştırmanın ön-test sonuçlarında kadınların evlilik doyumları puanları açısından kocalarından daha yüksek puanlar aldıkları tespit edilmiştir. Sonuçlar evlilik eğitim programına katılan katılımcıların evlilik doyumlarında anlamlı bir yükselme olduğunu, yani programın etkili olduğunu göstermektedir. Bu bulgular literatür bulgularıyla uyum sağlamaktadır.

Baucom ve arkadaşlarının (2006) gerçekleştirdikleri bir araştırmada ise, evlilik ilişkilerini geliştirmek amaçlı eğitim programlarına katılan çiftlerin, programlar sona erdikten sonra evlilik kalitelerinin ne durumda olduğu araştırılmıştır. Evlilik ilişkisini geliştirme programlarının yeni evli çiftler üzerinde oldukça etkili olduğunu gösteren çeşitli araştırma sonuçlarından yola çıkılarak gerçekleştirilen araştırmada, özellikle müdahalelere hangi çiftlerin daha iyi cevap verdiği ve buna karşılık hangi çiftlerin daha az fayda sağladıkları üzerinde durulmuştur. Araştırmanın elde ettiği sonuçlara göre, eğitim programına katılım esnasında evlilik doyumları ve çift iletişimi açısından hızlı ve yüksek bir artış sergileyen kadınların 5 sene sonraki ilişkilerinin diğerlerine göre çok daha sorunlu ve stresli olduğu sonucu elde edilmiştir.

### **2.7.3. Evlilik ve Evlilik Doyumu Üzerine Türkiye’de Yapılmış Araştırmalar:**

Aile konusunda ülkemizde çok sayıda araştırma yapılmış olmasına rağmen, evlilik konusuna aynı şekilde eğilinmediği görülmektedir. Doğrudan evlilik doyumunu ilgilendiren araştırmalar ise sınırlı sayıdadır. Evlilik doyumunu arttırmaya yönelik her hangi bir grup çalışmasına ise rastlanmamıştır. Aşağıda evlilik konusu temel alınarak ülkemizde gerçekleştirilen araştırmaların bir özeti yer almaktadır.

Tezer (1986) evli eşler arasındaki çatışma davranışları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Tezer, eşler arasındaki çatışmaların yaygınlığı, sıklığı ve yarattığı gerginlik düzeyinin, eşlerin evlilik ilişkilerinde sağladıkları genel doyumla ilişkisi olduğu savından yola çıkmıştır. Araştırma bulgularına göre, bir çatışma durumunda kadınlar,

çatışmanın nedenini eşlerine yüklemekte, erkeklerse çatışma nedenini kendilerine yüklemektedirler. Araştırma çağdaş ve eşitlikçi bir evlilik ilişkisinden eşlerin sağladıkları doyumun daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Hortaçsu (1991) “Evlilik ve Boşanma Nedenlerine Verilen Önemi Etkileyen Faktörler Olarak Değerlendirme Yaklaşımı, Cinsiyet ve Medeni Durum” adlı çalışmasında *Rodin*'in hoşlanma ve hoşlanmama ölçülerinin tamamlayıcı değil, farklı olduğu savını araştırmaktadır. Bu savdan çıkarılan beklentilerden biri, kişisel özelliklerin boşanma nedenlerinden çok evlilik nedenleri olarak değerlendirildikleri zaman, daha fazla önem kazanabilecekleridir. Evlilik konusu, kadınlar ve evliler için, erkeklerden ve bekârlardan daha fazla benlik ile ilgili olduğundan, deneklerin cinsiyet ve medeni durumlarının, niteliklerinin göreceli önemlerinin değerlendirilmesini etkilemesi de beklenebilir. 193 denek, 40 kişisel özelliği, evlenme ve boşanma nedenleri olmak üzere, ayrı ayrı iki kez değerlendirmişlerdir. Denekler erkek ve kız üniversite öğrencileri ve orta yaşlı erkek ve kadınlar olmak üzere 4 alt gruba ayrılmışlardır. 40 kişisel özelliğin öneminin derecelendirilmesi için yapılan faktör analizi sonunda, nedenler 3 kategoride toplanmıştır. Bunlar, kişisel ve davranışsal eğilimler, kaynaklar, üretkenlik ve cinsellikle ilgili niteliklerdir. Önem derecelendirmesini bağımsız değişken olarak kullanan varyans analizi, pek çok anlamlı temel ve ortak etkiler ortaya çıkarmıştır. Sonuçlar, araştırmanın beklentilerini desteklemiştir ve Türk ve Batı toplumlarında daha önce elde edilen verilere uygun sonuçlar bulunmuştur (Hortaçsu, 1991).

Yıldırım (1992) evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler ile ilgili araştırmasında, küçük yaşta evlenmenin evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilediğini, evlilik biçimi, eşlerin ev işlerini paylaşmaları, eşlerin cinsel yaşamda anlaşmaları, akraba evlilikleri, ve sosyal destek değişkenlerinin evli bireylerin uyum düzeylerini önemli derecede etkilediğini ortaya çıkartmıştır.

Hatipoğlu (1993) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise, bazı demografik değişkenlerin ve evlilik çatışmasının, evli eşlerin evlilik doyumundaki rolü incelenmiştir. Çalışmanın amacı, bazı demografik değişkenlerle, evlilik çatışmasının yaygınlığı ve sıklığının kadın ve erkek eşlerin evlilik doyumundaki rolünü araştırmaktır. Veriler *Demografik Envanter, Evlilik Yaşamı Anketi ve Evlilik Yaşamı Ölçeği*'nin Ankara'daki 77 evli çifte uygulanmasıyla elde edilmiştir. Sonuçlar, kadın ve erkek eşlerin evlilik doyumlarına farklı değişkenlerin etki ettiğini göstermiştir. Evlilik çatışmasının yaygınlığı erkek eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişken olarak görülmektedir. Buna karşılık, evlilik çatışmasının

yaygınlığı ve eğitim düzeyi, kadın eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişkenler olarak ortaya çıkmıştır.

Tezer'in 1994 yılında yaptığı araştırmasında ise, iş ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi, amir ve eşle çıkan çatışmaların sıklığı ve yarattığı gerginlik ve bazı demografik değişkenlerle birlikte araştırmıştır. Çalışma araştırmaya katılmaya gönüllü 111 çalışan ve evli bireyle yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında *Evlilik Yaşamı Ölçeği*, *İş Doyumu Ölçeği* ve yukarıda belirtilen çatışma değişkenleriyle, çeşitli demografik değişkenleri ölçmek amacıyla hazırlanmış bir anketten yararlanılmıştır. Çoklu Regresyon Analizi sonuçları, iş doyumunu yordayan değişkenlerin, öğrenim durumu, amirle çatışmanın sıklığı, cinsiyet, gelir durumu ve evlilik doyumu, evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin ise, eşle çatışmanın sıklığı, çatışmanın yarattığı gerginlik, iş doyumunu ve yaş olduğunu göstermiştir (Tezer, 1994).

Aydemir-Sevim (1996) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, transaksyonel analize dayalı bir eğitim programının evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin bazı değişkenlere etkisi incelenmiştir. Araştırmada evlilik ilişkisini geliştirmek amacıyla hazırlanan eğitim programının, başvuran eşlerin çatışma düzeyleri, evlilik doyumları ve ego durumları üzerine etkisi incelenmiştir. Eşlerin çatışma düzeylerini, evlilik doyumlarını ve ego durumlarını belirlemek amacıyla 1986'da Tezer tarafından geliştirilen *Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ)* ve *Evlilik Yaşamı Anketi (EYA)* ve 1988 yılında Akkoyunlu ve Bacanlı tarafından Türkçe uyarlaması yapılan *Sıfat Tarama Listesi (ACL)* kullanılmıştır. Grup üyeleri 7 hafta süreyle haftada 3 saat toplanmışlardır. Aynı süre içinde kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Kovaryans analizi kullanılarak gerçekleştirilen analizlerin sonucunda, evlilik ilişkisini geliştirme grubuna katılmanın evli bireylerin evlilik ve ego doyumları üzerinde anlamlı değişiklik oluşturmadığı sonucuna varılmıştır. Deney grubundaki bireylerin sadece yetişkin ego durumunda olumlu yönde değişiklik belirlenmiştir.

Taştan'ın (1996) gerçekleştirdiği araştırmada ise, bir problem çözme durumunda eşler arasındaki iletişim incelenmiştir. Problem çözme durumunda eşler arası iletişim üç temel soruyla incelenmiştir. Eşler arası iletişimin olumluluk derecesinde cinsiyet ve evlilik tipi (görücü usulü ve anlaşarak) açısından fark olup olmadığı, eğer bazı eşler kullandıkları haritada sorun olduğunu fark ederse, iletişimin olumluluk derecesinde bu sorunu sezmeye bağlı olarak nasıl bir fark olduğu ve bir problem çözme durumunda, haritada sorun olduğunu fark etme ve haritada sorun olduğunu fark etmeme durumlarında iletişimin olumluluk derecesi açısından cinsiyet farkı olup olmadığı, araştırmacının cevap aradığı soruları oluşturmaktadır.

Örneklem 55 evli çiftten oluşmuştur. Evliliklerin 23'ü görücü usulü, 32'si anlaşarak yapılan evliliklerdir. Eşlerin iletişimleri *İletişim Çatışma Durumu* olarak adlandırılan problem üzerinde çalışılırken gözlenmiş ve videoya kaydedilmiştir. Daha sonra gözlenen ve kaydedilen iletişim seyredilip, araştırma için oluşturulan gözlem formu üzerinde değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre, eşler haritada sorun olduğunu fark etme durumunda fark etmeme durumuna oranla daha fazla olumlu iletişime girmişlerdir. Anlaşarak evlenen çiftler haritada sorun olduğunu fark etmeme durumunda, görücü usulü evlenen çiftlere oranla daha fazla olumlu iletişimde bulunmuşlardır. Sonuçlar eşler arası iletişim açısından cinsiyet farkı olduğunu da ortaya koymuştur. Kadınlar haritada sorun olduğunu fark ettikleri durumda erkeklere oranla daha fazla olumlu iletişim göstermişleridir.

Binici ve Hovardalıoğlu (1996) *Sabatelli* tarafından geliştirilen *Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği-EKDÖ (Marital Comparison Level Index)*'nin evli çiftler için geçerlik ve güvenilirliğini saptayan bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Evlilik sorunu nedeniyle psikolojik yardım almamış 50 evli çift üzerinden yapılan analizler sonucunda, EKDÖ'nün geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin olumlu ve olumsuz özellikleri, ayrı ayrı değerlendiren iki faktörden oluştuğu görülmüştür. Ölçeğin sahip olduğu iki faktör; a) evlilikle ilgili olumlu durumlara ilişkin karşılaştırma düzeyini, b) olumsuz durumlara ilişkin karşılaştırma düzeyini temsil ettiği görülmektedir.

Diğer bir çalışmada ise, evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir (Kışlak, 1997). Çalışmada cinsiyet ve evlilik uyumuna bağlı olarak nedensellik ve sorumluluk yüklemelerindeki nedensel ilişki değişimleri ve yükleme boyutlarının evlilik uyumunu yordamadaki katkıları incelenmiştir. Bu amaçla 224 evli kişiye (112 erkek, 112 kadın) *Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)* ve *İlişkilerde Yükleme Ölçeği (İYÖ)* uygulanmıştır. Genel olarak bulgular olumsuz eş davranışlarına yapılan yüklemelerle evlilikte yaşanan uyumsuzluğun birbiriyle olan ters ilişkisini ortaya koymuştur. Eşleriyle uyumsuz olanların elde ettikleri yükleme puanı ortalamalarının, eşleriyle uyumlu olanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Böylece evlilikte yaşanan uyumsuzlukla olumsuz yüklemeleri kullanma arasında önemli bir bağlantı olduğu anlaşılmaktadır. Cinsiyet değişkeni yönünden yükleme boyutları arasındaki farklar araştırıldığında, cinsiyet değişkeninin sorumluluk, güdü, nedensellik yüklemesi, toplam ve yükleme toplam puanları ile bağlantısı olduğu bulunmuştur. Bu durumun kültürümüzde, kullanılan yüklemelerin kadın ve erkekler arasında farklılık

gösterdiğine, kadınların nedensellik yüklemeleri ile sorumluluk yüklemelerinden güdüyü ve genel olarak yüklemeleri, erkeklerden daha fazla kullandıkları şeklinde açıklanmıştır. Nedensellik ve sorumluluk yüklemelerinden hangisinin evlilik uyumunu daha fazla yordadığı incelendiğinde nedensellik yüklemelerinden çok, sorumluluk yüklemelerinin evlilik uyumunu daha iyi yordadığı görülmüştür. Çeşitli yüklemeler içinden evlilik uyumunu yordayan tek anlamlı değişkenin, güdü yüklemesi olduğu belirlenmiştir.

Özen (1998), “Eşler Arası Çatışma ve Boşanmanın Farklı Yaş ve Cinsiyetteki Çocukların Davranış ve Uyum Problemleri ile Algıladıkları Sosyal Destek Üzerindeki Rolü” başlıklı doktora çalışmasında, çatışmasız anne babaların çocuklarıyla, anne baba çatışmasının çok fazla yaşandığı aileler ve boşanmış anne babaların çocuklarının gösterdikleri davranış ve uyum problemleriyle, algıladıkları sosyal destek düzeylerinde, yaş ve cinsiyete bağlı olarak bir farklılık olup olmadığının, Türk örnekleminde belirlenmesi amaçlanmıştır. Anne ve babaları belirlenen ölçütlere uyan 421 öğrenciyle çalışılmıştır. Deneklere *Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği*, *Sürekli Kaygı Ölçeği*, *Sosyal Destek Ölçeği* uygulanmış, ayrıca deneklerin ailelerine, *Evlilikte Uyum Ölçeği*, *Çocuk ve Ergenler İçin Davranış Değerlendirme Ölçeği-Ebeveyn Formu* ve *Demografik Bilgi Formu* uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; boşanmış anne-babaların erkek çocukları, kızlara oranla daha fazla problemlili davranışlar göstermektedirler. Ayrıca tüm alt ölçeklerde anlamlı farklar bulunmuştur. Bu farklardan saldırgan davranışlar, dışa yönelim, sosyal problemler ve toplam problem puanlarında 5 yaşındaki çocuklar, diğer yaş gruplarındakinden anlamlı olarak daha yüksek puanlar alırken; dikkat problemleri, içe yönelim ve sosyal içe çekilme puanlarında 13 yaşındaki çocukların; etkinlik, okul sosyallik ve somatik yakınma puanlarında ise 16 yaşındaki çocukların, diğer yaş grubundakinden anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Anne babalardaki evlilik uyumunun azalmasıyla çocuklardaki uyum problemlerinin artması arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Özen,1998).

1998 yılında Kocaeli’de yapılan bir araştırmada, Kocaeli’de çalışan bir grup hekimde evlilik doyumu araştırılmıştır. Aslan, Aslan, Alpaslan ve Ünal (1998) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, hekimlerde evlilik doyumu ile bazı sosyodemografik ve işle ilgili değişkenlerin ilişkisi araştırılmıştır. Çalışmaya Kocaeli’nde çalışan 107 evli hekim katılmıştır. Hekimler 1-42 yıldır evli olup, ortalama evlilik süresi 8.5 yıldır. Hekimlerin ortalama 10.8 yıldır çalıştıkları belirlenmiştir. Çalışmada Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ) kullanılmıştır. Evlilik Yaşamı Ölçeği, evlilik ilişkisinden sağlanan genel doyum düzeyini ölçmek amacıyla

geliştirilmiş, 10 maddelik 5'li Likert tipi bir ölçektir. Sonuçta eşi de hekim olan hekimlerin EYÖ puanlarının daha yüksek, sigara kullanan hekimlerin ise EYÖ puanlarının daha düşük olduğu belirlenmiştir. İncelenen diğer değişkenler evlilik doyumu ile ilişkili bulunmamıştır. Sonuç olarak, hekimlerde evlilik doyumu ile incelenen değişkenlerden yalnızca eşin mesleğinin ilişkili olduğu belirlenmiştir. İleri çalışmalarda evlilik yaşamını etkileyebilecek iş yada iş dışı diğer etkenleri, bu etkenler arasındaki etkileşimi, özellikle cinsiyete özgü ayrılıkları araştırmanın önemli olabileceği belirtilmektedir. Bu etkenler tanımlandığında, işle aile yaşamı arasındaki dengeyi kurmada, korumada ve stresle başa çıkmada yollar bulunması gerektiğine dikkat çekilmektedir.

Tümer'in (1998) gerçekleştirdiği çalışmada ise, evli çiftlerde gözlenebilen çatışma odakları ve iletişim sorunları ele alınmıştır. Araştırmanın amacı, evlilik etkileşimini bozduğu düşünülen çatışma odaklarını ve iletişim sorunlarını belirlemektir. Araştırma evrenini İzmir metropol alanı içerisinde ikamet etmekte olan 43 evli çift teşkil etmiştir. Araştırmacının geliştirdiği kişisel bilgi formu ve Dökmen tarafından geliştirilen *Çatışma Eğilimi Ölçeği* kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, bireylerin aktif çatışma ve varoluş çatışma düzeyleri, yaşlarına göre pozitif yönde değişmektedir. Bireylerin yaşları ilerledikçe, aktif çatışmaları ve varoluş çatışmaları azalmaktadır. Öğrenim düzeyleri yükseldikçe çatışma düzeyleri azalmaktadır. Bireylerin çatışma düzeyleri, eşleriyle aralarındaki yaş farklarına göre anlamlı düzeyde değişmektedir. En yoğun çatışmayı aralarında 3-5 yaş farkı olan çiftler yaşamaktadır. Çalışmayan kadınlar varoluş çatışması ile yoğunluk çatışmasını, çalışan kadınlara göre anlamlı düzeyde daha fazla yaşamaktadırlar. Evliliklerinin ideal evlilik anlayışına uyduğunu düşünen bireylerin çatışma düzeyleri, ummadığını düşünenlere göre anlamlı düzeyde daha düşüktür. Araştırmada elde edilen bulguların evlenmeye hazırlanan ve evli çiftlerin iletişim becerileri kazanmalarını ve çatışmalarını nasıl çözümleyeceğini öğrenmelerini sağlayıcı aile-evlilik danışmanlığı programlarında kullanılması ve evliliğe ilişkin yeni araştırmaların yapılması araştırmacı tarafından önerilmektedir.

Acar ise (1998) Ankara' da Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'ne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan, üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumunu araştırmıştır. Araştırmanın amacı, bireysel özelliklerin, bireysel sorunların, evliliğe ilişkin durumların, evlilik yaşamı ve ilişkileriyle ilgili sorunların evlilik doyumu düzeyine etkisini ölçmektir. Bu amaçla Ankara SHÇEK'de çalışan personelden evli 149 kişi belirlenmiştir. Katılımcıların evlilik doyum düzeylerini belirlemek amacıyla *Evlilik Yaşamı*

*Ölçeği (EYÖ)* kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların bireysel ve evlilikle ilgili sorunlarını araştıran bir anket formu kullanılmıştır. Fizik görünüm dışındaki personelin bireysel özelliklerinin (yaş, cinsiyet, meslek v.b.) evlilik doyumu düzeylerini etkilemediği görülmüştür. Evlilik süresi, evlenme biçimi, ilk evlenme yaşı gibi evliliğe ait özelliklerinde evlilik doyum düzeylerini etkilemediği görülmektedir. Aynı şekilde personelin sağlık durumundan memnuniyetsizlik, alkol kullanımı, özürülük gibi bireysel sorunlarının da evlilik doyumunu etkilemediği görülmüştür. Bütün bunların yanında personelin evlilik yaşamı ve ilişkileriyle ilgili, eşle duygu ve düşüncenin paylaşımı, ev içinde ev dışında sorumlulukların paylaşımı, eşten yeterli saygı ve sevgi görme, eşle sosyal etkinliklere katılma, eşle gelirin harcanması konusunda anlaşma, cinsel konularda anlaşma, birbirine yeterince güvenme, otorite paylaşımı konusunda anlaşma, rol çatışmasının olmaması, evliliğe yakın arkadaş ve akraba müdahalesinin olmaması, eşi tarafından sözlü ve fiziksel şiddete maruz kalmama, sosyoekonomik düzey farkının olmaması, (ulus, kültür, mezhep farklılıkları hariç) evlilik doyumunu olumlu yönde etkileyen faktörler olarak tespit edilmiştir.

Bir başka araştırmada ise evlilik uyumu ile kişisel düşünme modelleri arasındaki ilişki incelenmiştir (Günay, 2000). Araştırma 66 çift üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada bireylerin kişisel düşünme modellerini saptamak amacıyla *Markova* tarafından geliştirilmiş olan 12 soruluk *Kişisel Düşünme Modelleri Soru Listesi* ile 32 sorudan oluşan *Evlilik Uyum Ölçeği* kullanılmıştır. Yurt dışında *Dyadic Adjustmen Scale* olarak tanınan ve Türkiye’de geçerlik güvenirlik çalışması yapılmış olan Evlilik Uyum Ölçeği evli ve evli olmayan çiftler arasındaki uyum düzeyini ölçmek için hazırlanmıştır. Dört tane alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçekler; duygusal ifade düzeyi, bağlılık düzeyi, evlilik doyumu ve fikir birliği düzeyidir. Evliliklerini uyumlu olarak tanımlayan çiftlerle, uyumsuz olarak tanımlayan çiftler arasında bazı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Uyumlu çiftlerin ortak yönlerinin uyumsuz çiftlere oranla daha fazla olduğu, dolayısıyla fikir birliği düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Uyumlu çiftler aynı zamanda birliktelik düzeyleri ve duygularını ifade etme düzeyleriyle de uyumsuz çiftlerden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Araştırma neticesinde kişisel düşünme modelleri benzer olan çiftlerin daha uyumlu olmasından yola çıkılarak, evliliklerde benzerliklerin önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

Yılmaz (2001b) tarafından yapılan çalışmada ise, eşler arasındaki uyumun ve anne-baba-çocuk etkileşiminin çocukların benlik algıları ve akademik başarılarıyla olan ilişkileri, ilköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinde gelişimsel olarak incelenmiştir. İlköğretim

döneminde eşler arasındaki uyumun benlik algısının alt boyutlarıyla ilişkili olmadığı bulunurken, lise öğrencilerinde eşler arasındaki uyumun, davranıştan hoşnut olmayı ve bütünsel özdeğeri, üniversite öğrencilerinde ise atletik yeterliği ve anne-babayla ilişkileri yordamada anlamlı katkısı olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın bulguları, ebeveyni ile olumlu ilişki içinde olan ve anne-babası uyumlu evliliğe sahip çocukların kendilerine ilişkin algılarının, daha olumlu olabileceğini göstermiştir.

Bacanlı (2001) ise araştırmasında *eş tercihleri* üzerinde çalışmıştır. Eş tercihlerinde dikkate alınan faktörlerin neler olduğunun araştırıldığı çalışmada, muhtemel eşte aranan özelliklerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Ankara ve Konya'dan seçilen üniversite öğrencisi gruplara evliliğin anlamı ve eş tercihinde kullanılan ölçütlerin önem dereceleri sorulmuştur. Elde edilen sonuçlar üzerinde çift yönlü varyans analizi tekniği uygulanmıştır. Bulgular öğrencilerin evliliği öncelikle duygusal beraberlik olarak gördüklerini ortaya çıkartmaktadır. Elde edilen sonuçlara göre kızların daha çok ekonomik ve toplumsal statü, erkeklerin ise doğurganlık özellikleri aradıkları, Konya'dan alınan öğrencilerin geleneksel (muhafazakar), Ankara'dan alınan öğrencilerin ise daha modern (liberal) tercihler yaptıkları görülmektedir. Cinsler arasında çarpıcı sonuç ise, kızların daha modern tercihlerde bulunmalarındır.

Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumuyla ilişkisinin araştırıldığı bir diğer çalışmada, cinsiyete bağlı olarak empati puanlarının arasında fark olup olmadığına da bakılmıştır (Kışlak, Çabukça, 2002). Bu amaçla 150 evli kişiye (75 kadın, 75 erkek) *Empatik Eğilim Ölçeği (EEÖ)* ve *Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)* uygulanmıştır. Yapılan hiyerarşik Regresyon analizi sonuçlarına göre, empatinin evlilik uyumunu yordayan anlamlı bir değişken olduğu belirlenmiştir. Bu durumda empatiyle ilişkinin niteliği, birbiriyle olumlu olarak bağlantılı görünmektedir. Empati puanları cinsiyete bağlı olarak ise değişmemektedir.

Hünler ve Gençöz tarafından 2003 yılında gerçekleştirilen çalışmada ise, boyun eğici davranışların evlilik doyumu üzerindeki etkilerini incelemek ve boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide, algılanan evlilik problemleri çözümü becerisinin oynadığı kritik rolü araştırmak hedeflenmiştir. Araştırmaya çocuklarından en az biri üniversite öğrencisi olan 92 evli çift katılmıştır. Çalışmanın ilk bölümünde, çalışmada kullanılan ölçme ve değerlendirme araçlarının geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış, ikinci bölümde ise değişkenlerin birbirleriyle olan korelasyonları değerlendirilmiş ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılarak, çalışmanın hipotezi test edilmiştir. Elde edilen verilere göre, çiftlerin boyun eğici



davranışlarındaki artışlar algılanan problem çözme becerilerinin düşmesine, bu da evlilik doyumlarının azalmasına neden olmaktadır (Hünler, Gençöz, 2003).

Yıldız'ın (2003) ebeveynin problem çözme becerisini geliştirmeye yönelik deneysel çalışması ise bir eğitim programı niteliği taşımaktadır. Araştırmada 20 deney ve 20 kontrol grubu olmak üzere 40 kişi üzerinde çalışılmıştır. *Problem Çözme Envanteri*, *Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği* kullanılmıştır. Denekler 20-40 yaşları arasında en az lise mezunu ve okul öncesi dönemde çocuğu bulunan evli bireylerdir. Program haftada bir gün 90 dakikalık seanslar dahilinde, 10 haftalık bir uygulamadır. Bulgularda Problem Çözme Envanteri puanlarının ve Demokratik Davranma ve Eşitlik Tanıma boyutu dışında Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği'nin diğer dört boyutu (aşırı koruyucu annelik, ev kadınlığını reddetme, karı-koca geçimsizliği, baskı ve disiplin) açısından deney grubu son test puanlarının, deney grubu öntest ve kontrol grubu öntest-sontest puanlarından anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Ebeveynin problem çözme becerisini geliştirmeye yönelik programın, problem çözme becerisinin geliştirilmesinde etkili olduğu ve bu etkinin anne babalığa ilişkin yaşantıda ve ebeveynliğin farklı boyutlarında değişikliğe yol açtığı görülmektedir.

Klinik psikoloji alanında da evlilik ilişkisinin bazı boyutları üzerinde araştırma ve yayınlara rastlanmaktadır. Örneğin, Özdemir'in (2003) gerçekleştirdiği bir çalışmada, literatürde *tamamlanmamış evlilik* olarak adı geçen tanının uygun olduğu düşünülmüş iki evli çiftle çalışılmıştır. Erkeklerde cinsel istek ve sertleşmeyle ilgili yakınmaları bulunan, cinsel birleşmeyi gerçekleştirilememiş ve önceki tedavi girişimleri başarısız olmuş çiftlerin üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, her iki olguda da çift olarak sürdürülen cinsel terapiler sonunda belirgin bir düzelme kaydedilmiştir. Araştırmacı tarafından tamamlanmamış evlilik olgularında, partnerlerin cinsel işlev bozukluklarına yönelik değerlendirmeleri yanında çiftin ilişki dinamikleri araştırılması, böyle olgularda yalnızca çiftin bir üyesinin öne çıkan sorununa odaklı kalmayıp, çiftle birlikte sürdürülen cinsel terapiden faydalanılması önerilmiştir (Özdemir, 2003).

Büyükşahin ve Hovardalıoğlu (2004) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışmada, çiftlerin aşka ilişkin tutumlarının *Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri* kapsamında incelenmesi ele alınmıştır. Araştırmada birbirini izleyen iki ayrı çalışma yapılmıştır. Birinci çalışmada Lee'nin aşk biçimlerini (tutkulu, sahiplenici, mantıklı, özgeci, oyun gibi, arkadaşça) temel alan *Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği* kısa formu *LAS*'ın, Türk örnekleme üzerinde geçerlik ve

güvenirliği incelenmiştir. İkinci çalışmada bu ölçek kullanılarak ilişkisini resmiyete bağlamış çiftlerle, ilişkilerini flört düzeyinde sürdüren çiftlerin aşka ilişkin tutumları karşılaştırılmıştır. Ayrıca farklı aşk biçimlerinin, ilişkiden mutlu olma, ilişkiye önem verme ve ilişkide sorun yaşama ile ilişkisi incelenmiştir. Birinci alışma LAS'ın Türk örneklemini üzerinde yeterli derecede geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. İkinci çalışmada ise flört ilişkisi olan 53 çifte ve sözlü, nişanlı yada evli olan 54 çifte uygulanmıştır. Yapılan analizler, erkeklerin kadınlara göre daha fazla özgeci aşk biçimiyle ilişkilerine bağlı olduklarını ve diğer aşk biçimleri yönünden kadınlarla erkekler arasında fark olmadığını göstermiştir. Ayrıca bulgular, aşk biçimlerinin, ilişki türüne göre farklılaştığını ortaya koymuştur. Flört ilişkisi olan çiftlerin evli yada sözlü-nişanlı olan çiftlere göre ilişkilerine daha fazla sahiplenici biçimde bağlandıkları bulunmuştur. Çiftlerin mutlu olmaları ile özgeci ve tutkulu aşk biçimleri arasında olumlu; aşkı oyun gibi görme arasında olumsuz yönde ilişki bulunmuştur. İlişkide sorun yaşama ile özgeci ve tutkulu aşk biçimleri arasında olumsuz; aşkı oyun gibi görme ve sahiplenici aşk biçimi arasında ise anlamlı olumlu ilişki bulunmuştur.

Gaziantep Üniversitesi'nde 2005 yılında gerçekleştirilen bir başka araştırmada ise (Hamamcı, 2005), evlilik doyumu ve uyumu üzerinde etkili olabilecek, ilişkiye dair fonksiyonel olmayan ilişki inanışları değerlendirilmiştir. Araştırmada Hamamcı ve Büyüköztürk tarafından geliştirilen Kişilerarası *Bilişsel arpıtmalar Ölçeği (The Interpersonal Cognitive Distortions Scale)*, *Çift Uyum Skalası (Dyadic Adjustment Scale)* ve *Evlilik Yaşantısı Ölçeği (Marriage Life Scale)* kullanılmıştır. Araştırmaya 190 evli kadın ve erkek katılmıştır. Araştırmada beklentinin tersine erkeklerin ilişkiye dair daha fazla fonksiyonel olmayan inanış geliştirdikleri sonucu dikkat çekicidir. İlişkiye dair irrasyonel inanışlar açısından cinsiyete bağlı anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Evlilik uyum seviyeleri düşük olan çiftlerin ilişkiye dair anlamlı derecede daha fazla fonksiyonel olmayan inanışa sahip oldukları görölmektedir.

Torun (2005) tarafından gerçekleştirilen araştırma da ise, Türk evli çiftlerin ilişkilerini yürütmede kullandıkları stratejiler ve evlilik doyumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmada *İlişki Yürütme Stratejileri Modeli* ve ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada bu modelin içerdiği beş strateji; olumluluk, açıklık, bağlılık, sosyal evre ve sorumlulukları paylaşma üzerinde durulmuştur. Çalışmaya 31 evli çift katılmıştır. Katılımcıların evlilik doyumları da *Çift Uyum Ölçeği (Dyadic Adjustment Scale)* ile ölçölmüştür. Sonuçlar, katılımcıların ilişki yürütme stratejilerini kullandıklarını ve eşlerinde de gördüklerini ortaya

çıkartmıştır. Açıklık dışında tüm bu stratejilerin kullanımlarının evlilikteki mutlulukla orantılı olduğu bulunmuştur. Bu mutlulukta eşlerin birbirlerini nasıl gördükleri, kendi davranışlarından daha etkili olmuştur. Olumluluk hem erkek hem de kadın için en önemli etken iken, kadınlar için sorumlulukları paylaşma, erkekler içinse, sosyal çevreyi hayatlarına dahil etme önem kazanmaktadır. Eşlerin birbirlerinde gördüğü olumluluk ve bağlılıkta, evlilikte mutluluğu etkileyen faktörler olarak belirlenmiştir. Kadınlar için eşlerinin sosyal çevrelerini hayatlarına katmak ve sorumlulukları paylaşmak önemli stratejiler iken, erkekler için eşlerinin olumlu olması ve ilişkiye karşı bağlılık göstermesi, mutluluklarını belirleyici faktörlerdir. Açıklık stratejisi tek başına mutlulukla bağlantılı olmasa da, eşlerin farklı derecelerde kullanımında evlilik üzerinde olumsuz etki yaratmıştır. Erkekler eşlerini olduklarından daha olumlu gördükleri durumda mutluluk seviyeleri artmaktadır. İlişkiyi yürütme stratejileri açısından kadınlar ve erkekler arasında fark bulunamamıştır. Tek fark, erkeklerin kadınların açıklık stratejisini daha fazla kullandıklarını görmeleri yönündedir.

Evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkileri araştıran bir diğer araştırmada ise (Koydemir, Selşik, Tezer, 2005), 50 evli çiftin evlilik uyumlarının mükemmeliyetçiliğin üç boyutuna göre (kendine yönelik, başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik) farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Çalışmada eşler *Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ)* ve *Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ)* yanıtlamışlardır. Bulgular yüksek ve düşük evlilik uyumuna sahip eşlerin, mükemmeliyetçiliğin üç alt boyutundan aldıkları puanlar açısından anlamlı farklılıklar bulunmadığı ve bu boyutlarla evlilik uyumu puanları arasındaki korelasyon katsayılarının da anlamlı düzeyde olmadığını göstermiştir. Sonuç olarak araştırmacılar, Türkiye’de bu konuda ileride yapılacak çalışmalarda, stres faktörüyle birlikte evlilik doyumu ve kalitesini yordamada etkili bulunan ilişki sürecindeki etkileşimler, paylaşılan günlük aktiviteler gibi ikili ilişkilerdeki özelliklerin ve ilişki yürütme becerisi empati gibi ilişkiye yönelik kişilik özelliklerinin de araştırılmasının eş uyumu ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilerin açıklığa kavuşturulmasında rol oynayabileceği sonucuna varmışlardır.

Bağlı ve Sever’in (2005) gerçekleştirdikleri ilginç bir araştırmada da, ülkemizde rastlanan levirat (dul kadının kocasının erkek kardeşiyle evlenmesi/evlendirilmesi) ve sororat (karısı ölen erkeğin baldızıyla evlenmesi/evlendirilmesi) tipi evlilikler üzerine bir inceleme yapılmıştır. Bu tip evliliklerin sosyokültürel nedenleri ve sonuçlarının araştırıldığı çalışma Diyarbakır, Mardin ve Şanlıurfa’da gerçekleştirilmiştir. Bu evliliklerin neden olduğu veya

olabileceği temel toplumsal çatışma alanları ile bu evliliği yapmış olanların yaşadıkları rol çatışmalarına, yapılan görüşme ve uygulanan anketlerden elde edilen bilgiler çerçevesinde yaklaşılmıştır. Konuyla ilgili var olan, *ölen kişinin eşinin, çocuklarının ve malının aynı toplumsal kurum içinde kalmasının sağlanması* şeklindeki temel yaklaşım ve tez, elde edilen bulgular ışığında istatistik verilerle analiz edilmiştir. Araştırmaların sonucunda bu evliliklerin aile baskısı ile yapıldığı, evliliği yapanların gelir düzeylerinin düşük olduğu, son evliliklerinden dolayı rol çatışması yaşadıkları ve evliliklerinden tatmin olmadıkları bulgusuna ulaşılmıştır.

Bir diğer araştırmada ise, evliliğe hazırlık aşamasındaki karı-koca adaylarının evlilik ve anne-baba olma üzerine düşünceleri incelenmiştir (Ekşi, 2005). Kadın ve erkeğin evlenmeye karar verdiği ilk devre olan evliliğe hazırlık evresindeki karı-koca adaylarının, evlilik, aile ve anne-baba olma hakkındaki düşüncelerini belirlemek amaçlanmıştır. Çalışma grubu, Kocaeli’nde bir beldenin nikah dairesine evlenmek için başvuran 100 kadın ve erkekten oluşmaktadır. Çalışmaya katılanların tümü çekirdek aile kuracaklarını belirtmiştir. %75.5’i kent ailesi, %21.5’i kasaba ailesi, %3’ü köy ailesi kuracaklarını belirtmişlerdir. Adayların %81’i evlilik tanım ve amaçlarını *eş, arkadaş, dost edinmek* olarak ifade etmişlerdir. Adayların büyük kısmı, bir sene sonra çocuk sahibi olmayı istemektedir. %88.5’i anne-baba olma sebebini, *çocuk yetiştirmek ve anne-baba olma duygusunu tatmak* olarak ifade etmişlerdir.

Sardoğan ve Karahan (2005) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada da araştırmacılar tarafından geliştirilen 10 oturumluk *İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı*’nın evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma grubu programa gönüllü olarak katılmak isteyen 12 deney, 12 kontrol grubuna ait 24 evli bireyden oluşmuştur. Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri Kışlak-Tutarel tarafından 1999 yılında Türkiye uyarlaması yapılan *Evlilikte Uyum Ölçeği* ile ölçülmüştür. Araştırma bulguları programa katılan evli bireylerin evlilik uyum düzeylerinin, programa katılmayan bireylerin evlilik uyum düzeylerinden daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuçta *İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı*’nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmıştır.

Akar’ın (2005) yaptığı araştırmada, yardım almak için Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Evlilik Danışma Merkezi(EDAM)’ne başvuran çiftlerin, çift uyum düzeyleri, demografik özellikleri ve kişilik özellikleri saptanarak, bu verilerin boşanma

aşamasında olan çiftler ve yardım talebi olmayan kontrol grubuyla karşılaştırılması, bu üç grup arasında benzerlik ve farklılıkların saptanması hedeflenmiştir. Araştırmaya toplam 90 çift katılmıştır. Bunlardan 30'u yardım almak için merkeze ilk kez başvuran çiftler, 30'u ise mahkeme tarafından psikolojik yardıma ihtiyaç duyup duymadıklarının belirlenmesi için merkeze gönderilen çiftlerden oluşmaktadır. Rastlantısal olarak seçilen 30 evli çift ise kontrol grubu olarak kullanılmıştır. Araştırmada *Çift Uyum Ölçeği (ÇUO)*, çeşitli demografik bilgilerin toplandığı demografik bilgi formu ve *Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI)* kullanılmıştır. Sonuçta kontrol grubu eşler arasındaki uyumun en yüksek olduğu grup, daha sonra merkeze başvuran grup ve mahkeme grubundaki çiftlerin uyumunun ise en düşük olduğu saptanmıştır.

Erbek, Beştepe, Akar, Alpkan ve Eradamlar'ın (2005) gerçekleştirdikleri bir araştırmada ise, cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma, üç grup evli çift üzerinde karşılaştırmalı bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Araştırma grubunu Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Evlilik Danışma Merkezi'ne (EDAM) ilk kez başvuran 50 evli çift (50 kadın, 50 erkek) ile mahkeme tarafından psikolojik yardıma ihtiyaç duyup duymadıklarının belirlenmesi için EDAM'a yönlendirilen boşanma aşamasındaki 50 çift oluşturmuştur. Karşılaştırma grubunu ise, herhangi bir psikolojik yardım almamış rastlantısal olarak seçilen 50 evli çift (50 kadın, 50 erkek) oluşturmuştur. Araştırmaya toplam 150 evli çift (150 kadın, 150 erkek) katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla; Spainer tarafından 1976 yılında geliştirilen ve Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması 1997 yılında Fışiloğlu ve Demir tarafından yapılan *Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ)* ve çeşitli demografik bilgilerin toplandığı bilgi formu kullanılmıştır. Çift Uyum Ölçeği çiftlerin algıladıkları biçimde ikili ilişkilerinin özelliklerini ölçmek için geliştirilmiş 32 maddelik bir ölçektir. Toplam ölçüm puanları evlilik doyumu ve tatmin derecesini yansıtmaktadır. Çiftlerin cinsel yaşantıları, çift uyum ölçeğinin cinsel ilişkide uyum maddesi ve eşlerin cinsel yaşamları ile ilgili soruları içeren yarı yapılandırılmış soru formu ile değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre, mahkeme grubunda cinsel uyum kötü, kontrol grubunda ise, daha iyi bulunmuştur. EDAM grubunda kadınların cinsel uyumlarını erkeklere göre daha kötü olarak bildirdikleri saptanmıştır. Cinsel ilişkiye zorlamaya göre gruplar karşılaştırıldığında, kontrol grubunda diğer iki gruba oranla hiç cinsel ilişkiye zorlama olmaması dikkat çekicidir. Diğer iki grupta istatistiksel olarak anlamlı olmasa da cinsel ilişkiye zorlama görülmektedir. Cinsel ilişkiye zorlama cinsiyete göre gruplar arasında karşılaştırıldığında, mahkeme grubundaki kadınların anlamlı derecede yüksek oranda her zaman cinsel ilişkiye zorlandıklarını bildirdikleri

saptanmıştır. Sonuçlar, cinsellik ve çift uyumunun yakından ilişkili olduğunu ve birbirlerini karşılıklı olarak etkileyebileceği desteklemektedir.

Gülsün, Aydın ve Gülçat (2005) tarafından yapılan bir çalışmada ise, erkek cinsel işlev bozukluğu ve evlilik doyumu arasında etkileşimler araştırılmıştır. Çalışmaya cinsel işlev bozukluğu olan 26 erkek ve eşleri alınmıştır. Katılımcılar ve eşlerine araştırma ekibi tarafından hazırlanmış olan yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Deneklerin her birine *Evlilik Yaşam Ölçeği* ve *Golombok Rust Cinsel Doyum Envanteri* verilmiş, istatistiksel yöntem olarak korelasyon analizi ve t testi uygulanmıştır. Tüm veriler incelendiğinde cinsel işlev ve evlilik doyumunun ilişkili olduğu, erkek cinsel işlev bozukluğu olgularının eşleri ile arkadaşlık boyutundan etkilenmediği sonucuna varılmıştır. Ayrıca bulgular cinsel işlev bozukluğu tedavisi sırasında eşlerin birlikte ele alınması gerektiği düşüncesini desteklemiştir

Gülsün, Aydın ve Gülçat (2006) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise, kadın cinsel işlev bozukluğu olgularında evlilik ilişkisi, evlilik doyumu ve cinselliğin araştırılması üzerinde durulmuştur. Araştırma 20 cinsel işlev bozukluğu olan kadın ve bunların eşleri ile benzer sosyodemografik özelliğe sahip 23 çiftten oluşan kontrol grubu alınmıştır. Psikiyatrik bozuklukların ayırt edilmesi ve dışlanması için DSM-IV Eksen 1 bozukluklar için yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Denekler, eşleri ve karşılaştırma grubu *Cinsel işlev bozukluğu muayene ve görüşme formu*, *Evlilik Yaşam Ölçeği*, ve kadın ve erkekler için hazırlanmış *Golombok Rust Cinsel Doyum Envanteri (GRISS)* uygulanarak değerlendirilmiştir. Bulgular, cinsel işlev bozukluğu olan kadınların, evlilikle ilgili beklentileri, evlilik sorunları ile başa çıkma, evlilikte heyecan ve sorumluluk alma, ev içinde huzur, evlilik tutumu, eşle baş başa geçirilen zamanlarla ilgili daha olumsuz değerlendirmeler yaptıkları görülmüştür. Araştırma bulgularına göre kadın cinsel işlev bozukluğu ve evlilik yaşamı birbiri ile ilişkilidir. Araştırmacılar, tedavi sürecinde cinsellik ve eş ilişkilerinin birlikte ele alınması gerektiğini belirtmektedir.

Sonuç olarak ülkemizde evlilik konusunun farklı boyutlarında araştırmaların gerçekleştirilmekte olduğu görülmektedir. Ancak yabancı literatürle karşılaştırıldığında daha fazla sayıda araştırmaya ihtiyaç duyulduğu aşikardır. Evlilik doyumu ile ilgili ülkemizde gerçekleştirilen araştırma sayısı ise oldukça azdır. Bu konuyla ilgili çalışmalara ağırlık verilmesinin ülkemiz aile ve evlilik yapılarını korumak adına faydalı olacağı düşünülmektedir.

## BÖLÜM III: YÖNTEM

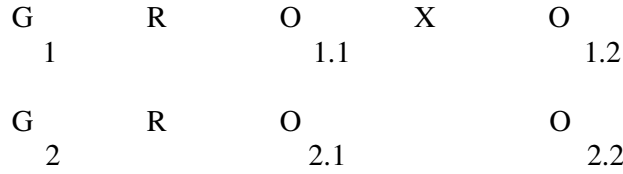
Bu bölümde sırasıyla araştırmanın modeli, verilerin elde edildiği araştırma grubu, veri toplamada kullanılan araçlar, veri toplama işlemi ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel tekniklere ilişkin gerekli açıklamalara yer verilmiştir.

### 3.1. Araştırma Modeli:

Bu araştırmada, uygulanan grup çalışması neticesinde, evli çiftlerin ailede problem çözme becerilerinin geliştirilmesinin, evlilik doyumlarını ne yönde etkilediğini ortaya koymak planlanmaktadır.

Araştırma, “deneme modeli” olarak planlanmıştır. Deneme modelleri, neden-sonuç ilişkilerini belirlemeye çalışmak amacıyla doğrudan araştırmacının kontrolü altında, gözlenmek istenen verilerin üretildiği araştırma modelleridir (Karasar, 1991). Uygulanan grup çalışmasının, evli çiftlerin evlilik doyum düzeylerini ne yönde etkilediğini belirlemek amacıyla, “ön test-son test kontrol gruplu deneysel model” kullanılmıştır.

Araştırmanın modeli deney ve kontrol gruplarının, deney öncesi ve deney sonrası ölçüm sonuçlarının karşılaştırılmasıdır. Modelin simgesel ifadesi aşağıdaki gibidir (Karasar, 1991):



Şekil 3.1.1. Araştırma Modeli

### 3.2. Araştırma Grubu:

Araştırma grubu, İstanbul ili Kadıköy ilçesinde ikamet eden, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 10 evli bireyden oluşmaktadır. Grupta ortak amaçlılığı destekleyebilmek amacıyla katılımcılar, aile yaşam döngüsünün üçüncü ve dördüncü basamaklarında yer alan, en az beş senelik evli, okul öncesi çağda çocuk sahibi, tümü ilk evliliğini yaşayan bireyler arasından seçilmiştir.

### 3.3. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması:

Deney ve kontrol grupları aşağıdaki aşamalar izlenerek oluşturulmuştur:

1. Katılımcıları belirleyebilmek amacıyla İstanbul ili Kadıköy ilçesinde ilan yoluyla duyurularda bulunulmuş, grup çalışmasının amacını ve içeriğini tanıtan bir broşür hazırlanmış ve katılmak isteyenlerin belirlenen tarihte ön görüşmeye gelmeleri rica edilmiştir.
2. Görüşmeye gelen katılımcılara çalışmanın amacı tanıtıldıktan sonra, 8 haftalık çalışma süresi boyunca eksiksiz devam etme garantisi veren, halen veya daha önce herhangi bir çift veya aile danışma grubuna katılmamış, en az beş senelik evli ve tümü ilk evliliklerini gerçekleştirmekte olan 12 evli gönüllü bireyle çalışılmasına karar verilmiştir. (Ancak grubu 10 kişi tamamlamıştır).
3. Kontrol grubu aynı şekilde baş vuruda bulunan fakat 8 hafta eksiksiz katılım gerçekleştiremeyeceklerini belirten diğer bireyler arasından belirlenmiştir.
4. Çalışmanın etkililiğini belirlemek amacıyla kullanılan Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, ilk oturum günü grup başlamadan önce uygulanmıştır. Ayrıca katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla, bir de anket formu uygulanmıştır. Tüm ölçek ve formlar ekler bölümünde yer almaktadır (Bk: EK 7 ; EK 8 ; EK 9 ; EK 10). Aynı uygulamalar kontrol grubu katılımcılarına, formlar evlerine gönderilmek suretiyle uygulanmıştır.



### 3.4. Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında 1 anket, 3 ölçek ve evlilik doyumunun temel alındığı, araştırmacı tarafından geliştirilen grup çalışmasından yararlanılmıştır. Araştırmanın genel niteliğine uygun olarak geliştirilen anketin ardından, araştırmacı tarafından evlilik doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilen Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Tüm ölçekler, grup çalışmasına başlamadan önce ve sonra uygulanmıştır. Ayrıca Evlilik Doyum Ölçeği'nin kriter geçerliği aşamasında, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nden yararlanılmıştır.

Veri toplama araçlarına ilişkin olarak aşağıda ayrıntılı bilgiler verilmiştir.

#### 3.4.1. Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ):

Bu aşamada veri toplamak amacı ile araştırmacı tarafından "Evlilik Doyum Ölçeği" (kısa adıyla EDÖ) geliştirilmiştir. Ölçek çalışmasının temel amacı, evli çiftlerin evlilik doyum düzeylerini tespit etmektir. Ayrıca ülkemizde bu konuda henüz bir ölçek geliştirilmemiş olduğu için bir diğer amaç, bu ölçeğin alana kazandırılarak, ileride yapılacak benzer ölçümler için katkı sağlamasıdır.

Bu aşamada önce, evlilik doyumuyla ilgili literatür ayrıntılı biçimde taranmış, bu konuda geliştirilmiş olan ölçekler incelenmiş ve yapılan araştırmalar gözden geçirilmiştir. Neticede, evlilik doyumu kavramını oluşturan temel niteliklere uygun olarak 214 madde (item) oluşturulmuştur. Ardından oluşturulan maddeler, her biri alanında uzman beş kişi tarafından incelenmiştir. Uzmanların, oluşturulan maddelerin, ölçmek istediği evlilik doyumu özelliğini karşılayıp karşılamadığına dair görüşleri alınmıştır. Uzmanlardan, maddelerin ölçekte yer aldıkları faktörler için uygunluğuna ilişkin cevaplarını Likert tipi 5'li derecelendirme ölçeği (1: bu madde kesinlikle uygun değil, 5: tam olarak uygun) üzerinde belirtmeleri istenmiştir. Uzmanlara gerektiğinde maddeler üzerinde düzeltme yapabilecekleri de belirtilmiştir. Beş uzmanın görüşünün alındığı uzman değerlendirme formundan elde edilen veriler değerlendirilirken, maddelerin ilgili faktör altında yer almasının uygun olduğuna karar vermek için madde ortalama puanının  $\bar{\alpha}$ = 4.50 ve üzeri, standart sapmanın ise

0.70 ve altı olması ölçütleri temel alınmıştır. Ayrıca uzman görüşlerine bağlı olarak sorunlu olduğu ifade edilen maddelerin, öneriler doğrultusunda düzeltmeleri yapılmıştır. Tüm bu işlemlerin ardından 26 madde ölçek taslağının dışına çıkarılmış, 12 maddenin de öneriler doğrultusunda düzeltmeleri yapılmıştır. Taslak ölçeğin, 188 maddeden oluşmasına karar verilmiştir. Ölçeğin 167'inci maddeden itibaren 188'inci maddeye kadar olan kısmı, evli çiftlerin çocuk sahibi olmaktan dolayı yaşadıkları evlilik tatminsizliğini ölçmek amacıyla tasarlandığı için, 166'ıncı maddeden sonrasının sadece çocuk sahibi çiftler tarafından cevaplanması planlanmıştır. Cevaplama, bireylerin evlilik doyumu konusundaki fikirlerini net bir şekilde ortaya koyabilmek amacıyla, bu konuda yurt dışında geliştirilmiş olan diğer ölçeklere de uygun olarak iki seçenekli (Evet-Hayır) şekilde tasarlanmıştır (Synder, 1997). Testin yönergesinde, katılımcıların maddeleri okuduktan sonra, kendi evlilik yaşantıları açısından değerlendirmeleri ve okudukları madde kendi evlilik ilişkileri açısından doğru veya kısmen doğru ise “doğru” şikkını, yanlış veya çoğu zaman yanlış ise “yanlış” şikkını işaretlemeleri istenmiştir. Bu hazırlıkların ardından genel uygulamaya geçilmiştir.

Bu uygulamalar, 2004 Mayıs-Aralık ayları arasında gerçekleştirilmiştir. Uygulamalar tamamlandıktan sonra, tüm cevap formları incelenmiştir. Bu inceleme süreci içerisinde, eksik cevap veren, demografik bilgileri yada bazı eksik soruları cevaplamayan bireylerin formları analiz dışı bırakılmıştır. Sonuçta yaşam döngüsünün çeşitli basamaklarında yer alan, farklı yaş, sosyo-ekonomik ve kültürel düzeydeki toplam 611 kişinin cevapları geçerli sayılmıştır.. Bunlardan 341 kişiye, testin ilk bölümüne ait istatistik işlemlerin analizini gerçekleştirmek üzere testin tümü uygulanmıştır. Çocuk sahibi olmak ve çocuk yetiştirme problemlerinin evlilik doyumuna yansımalarının ölçüldüğü testin ikinci bölümüne ait istatistik işlemler içinde, tümü çocuk sahibi 270 kişiye test ayrıca uygulanmıştır.

341 kişiden oluşan ilk grubun yaşları 21 ile 63 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalamaları 36,93 (Medyan: 35, Mod: 32, Standart Sapma: 8.36)'dür. Hepsi halen ilk evliliğini sürdürmekte olan katılımcıların evlilik süreleri 1 ila 38 sene arasında değişmektedir. Deneklerin evlilik süresi ortalamaları 14.67 (Medyan: 13, Mod: 10, Standart Sapma: 8,35)'dir. Araştırmanın ilk bölümüne katılan 341 kişinin evlenme yaşları 15 ila 42 arasında değişmektedir. Evlenme yaşlarının aritmetik ortalaması 24.57 (Medyan: 24, Mod: 23, Standart Sapma: 4,25)'dir.

Araştırmanın ilk bölümüne katılan 341 kişinin cinsiyetleri, gelir düzeyleri, eğitim düzeyleri ve evlenme şekillerine göre dağılımları, aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.4.1. Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Kadın	232	68,0
Erkek	109	32,0
Toplam	341	100,0

Tablo'da görüldüğü gibi, araştırmanın ilk bölümüne katılan evli bireyler toplam 341 kişidir. Katılımcıların %66,0'sı (toplam 232 kişi) kadın ve %32,0'si (toplam 109 kişi) erkektir.

**Tablo 3.4.2. Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Alt	39	11,4
Orta	259	76,0
Yüksek	43	12,6
Toplam	341	100,0

Araştırma grubundaki bireylerin gelir düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde, grubun %76'sını (toplam 259 kişi) orta gelir düzeyindeki bireylerin oluşturduğu, alt gelir düzeyinde %11,4 (toplam 39 kişi) ve üst gelir düzeyinde de %12,6 (toplam 43 kişi)'lık dilimlerin yer aldığı görülmektedir.

**Tablo 3.4.3. Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
İlkokul	43	12,6
Ortaokul	16	4,7
Lise	53	15,5
Üniversite	185	54,3
Yüksek lisans	29	8,5
Doktora	8	2,3
Doktora Üstü	7	2,1
Toplam	341	100,0

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre dağılımlarında ise en yüksek yüzdeyi % 55,3 ile (toplam 185 kişi) üniversite mezunları oluşturmaktadır. Bunu takip eden %15,5'lik dilimi lise mezunları (toplam 53 kişi), %12,6'lık dilimi ilkokul mezunları (toplam 43 kişi), %8,5'lik dilimi yüksek lisans mezunları (toplam 29 kişi), %4,7'lik dilimi de ortaokul mezunları (toplam 16 kişi) oluşturmaktadır. Ayrıca katılımcıların %2,3'si doktora (toplam 8 kişi) ve yine %2,1'i doktora üstü (toplam 7 kişi) eğitim görmüş bireylerden oluşmaktadır.

**Tablo 3.4.4. Araştırma Grubundaki 341 Bireyin Evlenme Şekillerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Kendim seçtim, ailemin onayını aldım.	244	71,6
Kendim seçtim, ailemin onayını almadım.	36	10,6
Ailem seçti, benim onayımı aldı.	55	16,1
Ailem seçti, benim onayımı almadı.	6	1,8
Toplam	341	100,0

Tablodan da anlaşılacağı üzere, katılımcıların %71,6'sı (toplam 244 kişi) kendi seçtikleri eşleriyle ailelerinin onayını da alarak evlenmiş bireylerdir. %10,6'sı (toplam 36 kişi) eşlerini kendilerinin seçtiklerini, ancak ailelerinin onayını almadıklarını belirtmişlerdir. %16,1'i (toplam 55 kişi) ailelerinin seçtiği ve kendilerinin de onayladıkları kişilerle evlenirken, %1,8'i (6 kişi) ailelerinin seçtiği ancak kendi onaylarının alınmadığı evlilikler gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir.

270 çocuk sahibi evli bireyden oluşan ikinci grubun yaşları 20 ile 65 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalamaları 38,70 (Medyan: 38, Mod: 35, Standart Sapma: 7,70)'dir. Hepsi halen ilk evliliğini sürdürmekte olan katılımcıların evlilik süreleri 2 ila 40 sene arasında değişmektedir. Deneklerin evlilik süresi ortalamaları 14.60 (Medyan: 13, Mod: 10, Standart Sapma: 8,17)'dir. Araştırmanın ikinci bölümüne katılan 270 kişinin evlenme yaşları 15 ila 40 arasında değişmektedir. Evlenme yaşlarının aritmetik ortalaması 24.31 (Medyan: 24, Mod: 23, Standart Sapma: 4,34)'dir.

Araştırmanın ikinci bölümüne katılan 270 kişinin cinsiyetleri, gelir düzeyleri, eğitim düzeyleri ve evlenme şekillerine göre dağılımları, aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.4.5. Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Kadın	177	65,6
Erkek	93	34,4
Toplam	270	100,0

Tablo'da görüldüğü gibi, araştırmanın ilk bölümüne katılan çocuk sahibi evli bireyler toplam 270 kişidir. Katılımcıların %66,6'sı (toplam 177 kişi) kadın ve %34,4'ü (toplam 93 kişi) erkektir.

**Tablo 3.4.6. Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Alt	37	13,7
Orta	200	74,1
Yüksek	33	12,2
Toplam	270	100,0

Araştırma grubundaki bireylerin gelir düzeylerine göre dağılımları incelendiğinde, grubun %74,1'inin (toplam 200 kişi) orta gelir düzeyindeki bireylerin oluşturduğu, alt gelir düzeyinde %13,7 (toplam 37 kişi) ve üst gelir düzeyinde de %12,2 (toplam 33 kişi)'lik dilimlerin yer aldığı görülmektedir.

**Tablo 3.4.7. Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
İlkokul	40	14,8
Ortaokul	16	5,9
Lise	46	17,0
Üniversite	139	51,5
Yüksek lisans	20	7,4
Doktora	4	1,5
Doktora Üstü	5	1,9
Toplam	270	100,0

Katılımcıların eğitim düzeylerine göre dağılımlarında ise en yüksek yüzdeyi % 51,5 ile (toplam 139 kişi) üniversite mezunları oluşturmaktadır. Bunu takip eden %17,0'lik dilimi lise

mezunları (toplam 46 kişi), %14,8'lik dilimi ilkököl mezunları (toplam 40 kişi), %7,4'lük dilimi yüksek lisans mezunları (toplam 20 kişi), %5,9'lük dilimi de ortaokul mezunları (toplam 16 kişi) oluşturmaktadır. Ayrıca katılımcıların %1,5'i doktora (toplam 4 kişi) ve yine %1,9'u doktora üstü (toplam 5 kişi) eğitim görmüş bireylerden oluşmaktadır.

**Tablo 3.4.8. Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Evlenme Şekillerine Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Kendim seçtim, ailemin onayını aldım.	186	68,9
Kendim seçtim, ailemin onayını almadım.	25	9,3
Ailem seçti, benim onayımı aldı.	54	20,0
Ailem seçti, benim onayımı almadı.	5	1,9
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>

Tablodan da anlaşılacağı üzere, katılımcıların %68,9'u (toplam 186 kişi) kendi seçtikleri eşleriyle ailelerinin onayını da alarak evlenmiş bireylerdir. %9,3'ü (toplam 25 kişi) eşlerini kendilerinin seçtiklerini, ancak ailelerinin onayını almadıklarını belirtmişlerdir. %20'si (toplam 54 kişi) ailelerinin seçtiği ve kendilerinin de onayladıkları kişilerle evlenirken, %1,9'u (5 kişi) ailelerinin seçtiği ancak kendi onaylarının alınmadığı evlilikler gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3.4.9. Araştırma Grubundaki 270 Bireyin Çocuk Sayılarına Göre Dağılımları**

	Frekans	%
Tek çocuk	106	39,3
İki çocuk	127	47,0
Üç çocuk	28	10,4
Üçten fazla	9	3,3
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>

Yukarıdaki tabloda da görüldüğü üzere, iki çocuk sahibi evli bireyler %47'lik bir dilimle (toplam 127 kişi) çoğunluğu oluşturmaktadırlar. Tek çocuk sahibi bireyler grubun %39,3'ünü oluştururken (toplam 106 kişi), üç çocuk sahibi olanlar %10,4'lük (toplam 28 kişi), üçten fazla sayıda çocuğu olanlar ise %3,3'lük (toplam 9 kişi) yüzdelerle araştırmada yer almaktadırlar.

Bu aşamanın ardından,ölçek geliştirmeye yönelik analizlere başlanmıştır.

### 3.4.1.1. Aracın Güvenirlik Analizleri:

Güvenirlik, bir ölçme aracıyla elde edilen verilerin gerçek varyansının, toplam puanlar varyansına oranı olarak tanımlanır (Tekindal, 1997). Diğer bir ifadeyle güvenilirlik, bir test veya ölçme aracının ölçtüğü şeyi ne derece doğru ölçtüğü ile ilgilidir (Tekin,1993). Güvenirlik analiziyle, testi dolduran kişilerin ölçme aracını oluşturan ifadelere vermiş oldukları cevaplardan hareketle, deneklere yöneltilen ifadelerin tümünün aynı konuyu ölçüp ölçmediği test edilir (Ural, Kılıç.2005).

Güvenirlik, ölçmenin tutarlılığı ile ilgilidir. Bir testi değişik zamanlarda alan kişilerin, o testten aldıkları puanlar veya sıralamaları değişmiyorsa o test güvenilirdir (Şemin, 2001). Ölçme aracını oluşturan ifadelerin birbirleriyle tutarlılık gösterip göstermediği, aralarındaki ilişkinin ölçülmesiyle ortaya çıkar. *Güvenilirlik Katsayısı* bir çok halde *korelasyon katsayısı* olarak ifade edilmektedir. Güvenirlik katsayısı, gerçek ölçümlerin varyansının gözlenen puanların (gerçek ölçüm ve hatadan oluşur) varyansına oranıdır. Güvenirlik katsayısı, 0 ile 1 arasında değerler alır ve bu değer 1'e yaklaştıkça güvenilirlik artar. Gerçek ölçümlerin bilinmemesiyle, dolaylı yoldan güvenilirlik katsayısı hesaplanması için bazı yöntemlere başvurulmuştur (Tekin, 2000). Tutarlı bir ölçümün güvenilirliği, ölçeği oluşturan değişkenler setinin iç tutarlılığı (*internal consistency*) veya iç homojenitesi (*internal homogeneity*) ile ilişkilidir (Gilbert ve Churchill, 1991). İç tutarlılık için ise, *Cronbach alfa katsayısının* hesaplanması gerekmektedir (Tezbaşaran, 1996).

Cronbach alfa, ölçek içinde bulunan maddelerin iç tutarlılığının, homojenliğinin bir ölçüsüdür. Birbiriyle yüksek ilişki gösteren maddelerden oluşan ölçeklerin katsayıları da yüksek bulunmaktadır. Ölçeğin  $\alpha$  katsayısı ne kadar yüksek olursa, bu ölçekte bulunan maddelerin o ölçüde birbirleriyle tutarlı ve aynı özelliğin öğelerini yoklayan maddelerden oluştuğu şeklinde yorumlanır ve yeterli sayılabilecek güvenilirlik katsayısı, olabildiğince 1'e yakın olmalıdır (Tezbaşaran, 1996).

EDÖ'nin iç tutarlılığı, ölçeğin tümü ve her bir alt ölçek için ayrı ayrı hesaplanmıştır. Genelde ölçeğin iç tutarlılık sonuçlarının çok yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum ölçeğin güvenilir olduğuna dair önemli bir gösterge olarak kabul edilebilir. Sonuçlar,  $p < .001$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

**Tablo 3.4.10. Evlilik Doyum Ölçeği İç Tutarlılık Sonuçları**

Ölçek İsimleri:	Cronbach $\alpha$
Test genel toplam	.97
Birinci alt ölçek genel toplam: Evliliğe Uyumu	.97
Birinci alt ölçek birinci alt boyut: Mutluluk	.95
Birinci alt ölçek ikinci alt boyut: Çatışma	.88
Birinci alt ölçek üçüncü alt boyut: Yakınlık	.90
İkinci alt ölçek: Öfke	.85
Üçüncü alt ölçek: Eşin ailesiyle iletişim	.84
Dördüncü alt ölçek: Ekonomik anlayış	.73
Beşinci alt ölçek: Ebeveynlik anlayışı	.86

Split-half tekniği de bir ölçme aracının güvenilirliğini belirlemede kullanılan yöntemlerden biridir (Tekin, 1993 ; Turgut, 1997). Bir yapıyı ölçmek amacıyla oluşturulmuş bir grup maddeyi parçalara bölerek güvenilirliğini arayan bu yöntemde göre, bir grup maddenin iç güvenilirliğini saptamak, söz konusu madde grubunu iki eşit parçaya bölerek, her iki parçanın toplam değerleri arasındaki ilişkiyi (*korelasyon*) belirlemekten ibarettir. Bu ilişkinin yükselmesi, güvenilirliğinde yükselmesi şeklinde değerlendirilir. Split-half tekniğinin uygulanması sırasında yer alan değişkenleri ayırma işlemi, değişkenlerin sırasını değiştirmeden ortadan iki eşit parçaya bölmek şeklinde olabileceği gibi, değişkenleri tesadüfi olarak seçip iki grup altında toplamak ve dolayısıyla her grubun toplam değerleri arasındaki korelasyonu belirlemek şeklinde de yapılabilmektedir (Gilbert ve Churchill, 1991). Elde edilen bu korelasyon katsayısı, testin yarısına ilişkin bir katsayıdır. Güvenilirlik katsayısının hesaplanmasında Spearman ve Guttman değerleri hesaplanır. Bu değerlere *iç tutarlık katsayıları* denir. Güvenilirlik analizi için bu yöntemlerin kullanımında ölçülecek konuya ilişkin ölçekteki soru sayısının  $k > 20$  ve denek sayısının  $n > 50$ 'den fazla olmasına dikkat edilir. Güvenilirlik katsayılarının 0.60'ın üstünde olması gerekmektedir (Ural, Kılıç.2005). Aşağıdaki tabloda testin toplamı için iç turtalık katsayıları yer almaktadır.

**Tablo 3.4.11. Testin Toplamı İçin İç Tutarlılık Katsayıları:**

	N	İç tutarlılık katsayısı	P
<b>Cronbach <math>\alpha</math></b>	341	.9702	$p < 0.01$
<b>Spearman</b>	341	.9409	$p < 0.01$
<b>Brown</b>			
<b>Guttman</b>	341	.9394	$p < 0.01$



Tabloda görüldüğü gibi, testin maksimum iç tutarlığı Cronbach  $\alpha$  yöntemiyle elde edilmiştir (.97). Minimum iç tutarlılığı ise Guttman tekniği ile bulunmuştur (.93). Bu testin iç tutarlılık güvenilirliği .96 ile .94 arasındadır. Bir testin iç tutarlılık katsayısının .90'nın üstünde olması, o testin mükemmel güvenilirlikte olduğunu göstermektedir. Guttman ve Spearman değerlerinin hesaplanması sürecinde oluşturulan iki yarımdan ilkinin alpha katsayısı .93 ve ikinci grubun alfa katsayısı ise .94 olarak belirlenmiştir. Bu bakımdan EDÖ testinin mükemmel bir güvenilirliğe sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Testin sadece çocuk sahibi evli bireylere uygulanmış olan Ebeveynlik Anlayışı ile ilgili bölümünün iç tutarlılık katsayıları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.12. Testin Ebeveynlik Anlayışı Bölümünün İç Tutarlılık Katsayıları:**

	N	İç tutarlılık katsayısı	P
<b>Cronbach <math>\alpha</math></b>	270	.8605	P<0.01
<b>Spearman Brown</b>	270	.8253	P<0.01
<b>Guttman</b>	270	.8101	P<0.01

Tabloda görüldüğü gibi testin maksimum iç tutarlığı Cronbach  $\alpha$  yöntemiyle elde edilmiştir (.86). Minimum iç tutarlılığı ise Guttman tekniği ile bulunmuştur (.81). Testin Ebeveynlik Anlayışı ile ilgili olan ve sadece çocuk sahibi evli bireylerin cevapladığı ikinci bölümünün iç tutarlılık güvenilirliği .86 ile .81 arasındadır. Guttman ve Spearman değerlerinin hesaplanması sürecinde oluşturulan iki yarımdan ilkinin alpha katsayısı .83 ve ikinci grubun alfa katsayısı ise .66 olarak belirlenmiştir. Bu bakımdan testin ikinci bölümünün de yeterli güvenilirliğe sahip olduğu söylenebilir.

Güvenirlilik açısından önemli olan bir diğer husus da *Test Tekrar Test* güvenilirliğidir. Test Tekrar Test güvenilirliği, bir ölçme aracının, uygulamadan uygulamaya tutarlı sonuçlar verebilme gücünün bir ölçüsüdür. Bu yöntemle test güvenilirliğini kestirmek için, bir test aynı gruba belli bir zaman aralığıyla iki kez uygulanır. Daha sonra bireylerin birinci uygulamadan aldıkları puanlarla ikinci uygulamadan aldıkları puanlar arasındaki korelasyon bulunur. Elde edilen korelasyon katsayısı testin güvenilirlik katsayısıdır (Tezbaşaran, 1996). İki test arasındaki uygulama aralığının 2-4 hafta olması gerektiği kuralına uygun olarak (Özgüven, 1994), iki test arasında iki haftalık bir zaman dilimi bırakılmıştır. Aşağıdaki tabloda test-tekrar test uygulamasının sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 3.4.13. Test-Tekrar Test Güvenirliği İçin Yapılan Eşleştirilmiş Grup T Testi Sonuçları**

	Grup	$\bar{x}$	$n$	$ss$	$Sh_{\bar{x}}$	$t$	$sd$	$P$
Pair 1	O1	21,55	40	22,9915	3,635288	-1,012	39	0,317
	S1	22,2	40	24,2690	3,837267		39	
Pair 2	O2	5,2	40	8,35801	1,321518	-0,947	39	0,349
	S2	5,35	40	8,33451	1,317802		39	
Pair 3	O3	4,675	40	3,99607	0,631834	-1,220	39	0,229
	S3	4,9	40	4,21718	0,666795		39	
Pair 4	O4	3,1	40	4,23538	0,669673	-1,069	39	0,291
	S4	3,275	40	4,42016	0,698889		39	
Pair 5	O5	12,975	40	15,8008	2,49833	-1,321	39	0,194
	S5	13,575	40	16,4393	2,599282		39	
Pair 6	O6	2,525	40	3,13775	0,496123	-0,442	39	0,660
	S6	2,575	40	3,39598	0,536952		39	
Pair 7	O7	3,825	40	2,96896	0,469434	-0,442	39	0,660
	S7	3,875	40	2,97155	0,469844		39	
Pair 8	O8	0,85	40	1,31168	0,207395	0,572	39	0,570
	S8	0,8	40	1,30482	0,206311		39	
Pair 9	O9	1,375	40	2,64756	0,418617	0,000	39	1,000
	S9	1,375	40	2,53880	0,40142		39	
p>.05								

**Tablo 3.4.14. Test-Tekrar Test Güvenirliği İin Yapılan Pearson arpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları**

	GRUP	N	r	p
Pair 1	O1 & S1	40	0,986	0,000
Pair 2	O2 & S2	40	0,992	0,000
Pair 3	O3 & S3	40	0,961	0,000
Pair 4	O4 & S4	40	0,972	0,000
Pair 5	O5 & S5	40	0,984	0,000
Pair 6	O6 & S6	40	0,979	0,000
Pair 7	O7 & S7	40	0,971	0,000
Pair 8	O8 & S8	40	0,910	0,000
Pair 9	O9 & S9	40	0,989	0,000
P<.05				

Tablolardan da anlaşılacağı üzere, ölçeğin test tekrar test güvenirliğini belirlemek için N=40 olan gruba oluşan form 15 gün arayla iki kez uygulanmıştır. Bu amaçla ilişkili grup t testi ve Pearson arpım moment korelasyon analizleri gerçekleştirilmiştir. İlişkili grup t testi sonucunda her bir maddenin iki uygulamadaki ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (p>.05). Öte yandan Pearson arpım moment korelasyon analizleri sonucunda her bir maddenin iki uygulama arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gösterdiği belirlenmiştir (p<.05).

Ölçeğin güvenilirliğini saptamada kullanılan bir başka istatistik teknik ölçmenin standart hatasının bulunmasıdır. Ölçümün standart hatası, bireysel puanların güvenirligi sınırlarken ve betimlenirken kullanılır. Testin güvenirligi ile yakından ilişkilidir. Puanların gösterdiği dağılımın standart sapmasından, puanların ortalamasının standart hatası hesaplanabilir. Standart hata küçüldükçe ölçmenin güvenirligi artmış olacaktır (Ergin, 1995). Ölçmenin standart hatası, özellikle, bir testteki çeşitli puanların ve puanlar arasındaki farkların güvenirligi konusunda bulunacak yargılar için çok kullanışlıdır (Tekin.2000).

Evlilik Doyum Ölçeği'nin aritmetik ortalama ve standart sapma sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır:

**Tablo 3.4.15. Testin Geneli İçin Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları**

Maddeler	N	$\bar{x}$	ss
MAD001	341	,0997	,3000
MAD003	341	,2639	,4414
MAD005	341	,1056	,3077
MAD007	341	,4956	,5007
MAD008	341	,2170	,4128
MAD009	341	,1965	,3979
MAD011	341	,3167	,4659
MAD012	341	,1613	,3683
MAD014	341	,5718	,4955
MAD016	341	,2493	,4332
MAD018	341	,2962	,4572
MAD019	341	,2023	,4023
MAD020	341	,2405	,4280
MAD021	341	,1554	,3628
MAD022	341	,2170	,4128
MAD024	341	,4545	,4987
MAD025	341	,4370	,4967
MAD027	341	,2287	,4206
MAD028	341	,2053	,4045
MAD029	341	,2463	,4315
MAD032	341	,4428	,4974
MAD033	341	,1261	,3324
MAD034	341	,1701	,3763
MAD036	341	,1935	,3957
MAD039	341	,4809	,5004

---

MAD040	341	,1173	,3223
MAD043	341	,0909	,2879
MAD047	341	,1994	,4001
MAD050	341	,1144	,3187
MAD051	341	,0938	,2920
MAD054	341	,2229	,4168
MAD056	341	,1085	,3115
MAD057	341	,2082	,4066
MAD058	341	,0411	,1987
MAD059	341	,2639	,4414
MAD060	341	,2170	,4128
MAD062	341	,2375	,4262
MAD064	341	,4149	,4942
MAD066	341	,3519	,4783
MAD067	341	,3666	,4826
MAD070	341	,3079	,4623
MAD071	341	,1848	,3887
MAD073	341	,2727	,4460
MAD074	341	,3109	,4635
MAD076	341	,1613	,3683
MAD077	341	,3196	,4670
MAD080	341	,1818	,3863
MAD082	341	,3695	,4834
MAD083	341	,1848	,3887
MAD090	341	,2082	,4066
MAD093	341	,2199	,4148
MAD094	341	,1202	,3257
MAD096	341	,1349	,3421
MAD098	341	,2082	,4066
MAD106	341	,2141	,4108
MAD109	341	,2023	,4023
MAD110	341	,2522	,4349
MAD113	341	,3284	,4703
MAD116	341	,1202	,3257
MAD117	341	,1994	,4001
MAD121	341	,4545	,4987
MAD122	341	,1789	,3838
MAD125	341	,1232	,3291
MAD126	341	,6510	,4773
MAD127	341	,3607	,4809

---

---

MAD129	341	,1965	,3979
MAD130	341	,2757	,4475
MAD132	341	,1144	,3187
MAD133	341	,3812	,4864
MAD134	341	,1261	,3324
MAD135	341	,2698	,4445
MAD136	341	,3871	,4878
MAD138	341	,3724	,4842
MAD139	341	,1320	,3389
MAD141	341	,3343	,4724
MAD142	341	,2111	,4087
MAD143	341	,1935	,3957
MAD144	341	,4135	,4932
MAD146	341	,2405	,4280
MAD147	341	,5249	,5001
MAD148	341	,2903	,4546
MAD149	341	,2991	,4585
MAD151	341	,2551	,4366
MAD152	341	,1877	,3910
MAD153	341	,1584	,3656
MAD155	341	,2375	,4262
MAD158	341	,0557	,2297
MAD159	341	,1378	,3452
MAD162	341	,2962	,4572
MAD164	341	,3724	,4842
MAD165	341	,3666	,4826
MAD166	341	,2375	,4262
<b>Toplam</b>	341	23,1642	19,9664

---

Standart hatanın düşük olması (1'in altında), aracın güvenilirliğini desteklemektedir (Merrell, 1993).

Testin ikinci bölümünü oluşturan ve çocuk sahibi evli bireylere uygulanan "Ebeveynlik Anlayışı" isimli ikinci kısmının aritmetik ortalama ve standart sapma sonuçları ise, aşağıdaki tabloda yer almaktadır:

**Tablo 3.4.16. Testin Ebeveynlik Anlayışı Bölümünün Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları**

Maddeler	N	$\bar{x}$	SS
MAD167	270	,3519	,4784
MAD169	270	,2926	,4558
MAD172	270	,2889	,4541
MAD175	270	,5000	,5009
MAD180	270	,2074	,4062
MAD181	270	,1852	,3892
MAD182	270	,2407	,4283
MAD186	270	,1889	,3921
MAD188	270	,3519	,4784
<b>Toplam</b>	270	2,6074	2,7487

Yukarıdaki tabloda da görüldüğü gibi, testin ikinci bölümünden elde edilen ölçümlerin standart hataları incelendiğinde, sonuçların aracın güvenilirliğini destekler nitelikte olduğu anlaşılmaktadır.

Diğer bir iç tutarlık belirleme yöntemi de, “madde toplam korelasyonları”nın hesaplanmasıdır. Bir grup maddenin ölçmek istediği yapıyı temsil etme derecelerini belirlemek amacıyla, o grubu oluşturan maddelerin her birinin düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarını (*corrected item-total correlation*) belirlenmesi işlemidir (Parasuraman, Zeithaml ve Berry, 1988). Madde toplam, madde kalan ve ayırt edicilik analizleri, ölçek maddelerinin güvenilirlik ve geçerliliği hakkında spesifik bilgi veren değerlerdir. Madde toplam, testten elde edilen toplam puanlarla, her bir maddenin arasındaki ilişkiyi gösterir (Nunnaly, 1978). Madde kalan testteki her madde ile toplamdan bu maddenin çıkarılması ile elde edilen sonuç arasındaki ilişkiyi gösterir. Madde toplam ve madde kalan katsayılarının sağlıklı gösterge olarak kabul edilebilmesi için .25’in altına düşmemesi ve istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde manidar olası beklenir. Bu araştırmada iki değişkenli (1-0) bir puanlama sistemi kullanıldığı için, madde toplam korelasyonlarının hesaplanmasında Nokta Çift Serili Korelasyon (*Point Biserial Correlation*) tekniğinden yararlanılmıştır. Ayırt edicilik ise, araştırmaya katılan kişilerin ölçekten aldıkları puanların üst ve alt çeyreklikleri (%27) arasında ilişkisiz grup t testi karşılaştırması ile elde edilen puanlardır. Bir maddeye verilen cevapların alt ve üst gruplar arasında bir farklılık oluşturup oluşturmadığını diğer bir ifade ile ayırt etme gücünü ortaya koymaktadır (Ergin,1995). Toplam puana göre belirlenmiş üst %27

ve alt %27'lik grupların, madde puanları ve toplam puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için “ilişkisiz grup t-testi (*independent samples t-test*) kullanılmıştır. EDÖ'nün madde toplam korelasyonlarına ait değerler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.17. EDÖ'nün Genel İçin Madde Toplam (Item-Total) Korelasyonları Ve Ayırtedicilik Analizi Sonuçları**

Madde No	Madde Toplam		Madde Kalan		Madde Ayırt Edicilik		
	r (Nokta Çift Serili)	P	r	P	sd	t	p
MAD001	,598	p<0.01	,9698	p<0.01	182	6,636	P<0.01
MAD003	,599	p<0.01	,9698	p<0.01	182	11,077	P<0.01
MAD005	,584	p<0.01	,9698	p<0.01	182	7,304	P<0.01
MAD007	,441	p<0.01	,9701	p<0.01	182	10,974	P<0.01
MAD008	,461	p<0.01	,9700	p<0.01	182	8,6	P<0.01
MAD009	,640	p<0.01	,9697	p<0.01	182	10,408	P<0.01
MAD011	,276	p<0.01	,9704	p<0.01	182	3,873	P<0.01
MAD012	,435	p<0.01	,9700	p<0.01	182	6,921	P<0.01
MAD014	,252	p<0.01	,9705	p<0.01	182	5,762	P<0.01
MAD016	,641	p<0.01	,9697	p<0.01	182	13,381	P<0.01
MAD018	,567	p<0.01	,9698	p<0.01	182	11,627	P<0.01
MAD019	,643	p<0.01	,9697	p<0.01	182	11,631	P<0.01
MAD020	,466	p<0.01	,9700	p<0.01	182	7,816	P<0.01
MAD021	,268	p<0.01	,9703	p<0.01	182	4,615	P<0.01
MAD022	,667	p<0.01	,9696	p<0.01	182	12,459	P<0.01
MAD024	,462	p<0.01	,9700	p<0.01	182	12,168	P<0.01
MAD025	,520	p<0.01	,9699	p<0.01	182	13,216	P<0.01
MAD027	,546	p<0.01	,9699	p<0.01	182	10,211	P<0.01
MAD028	,610	p<0.01	,9697	p<0.01	182	10,211	P<0.01
MAD029	,605	p<0.01	,9697	p<0.01	182	11,088	P<0.01
MAD032	,314	p<0.01	,9704	p<0.01	182	7,335	P<0.01
MAD033	,580	p<0.01	,9698	p<0.01	182	7,649	P<0.01

MAD034	,513	p<0.01	,9699	p<0.01	182	8,183	P<0.01
MAD036	,508	p<0.01	,9699	p<0.01	182	7,503	P<0.01
MAD039	,593	p<0.01	,9698	p<0.01	182	18,263	P<0.01
MAD040	,604	p<0.01	,9698	p<0.01	182	7,475	P<0.01
MAD043	,574	p<0.01	,9699	p<0.01	182	5,936	P<0.01
MAD047	,494	p<0.01	,9699	p<0.01	182	7,687	P<0.01
MAD050	,492	p<0.01	,9700	p<0.01	182	5,914	P<0.01
MAD051	,532	p<0.01	,9699	p<0.01	182	6,099	P<0.01
MAD054	,435	p<0.01	,9701	p<0.01	182	6,607	P<0.01
MAD056	,320	p<0.01	,9702	p<0.01	182	5,448	P<0.01
MAD057	,603	p<0.01	,9698	p<0.01	182	9,767	P<0.01
MAD058	,613	p<0.01	,9702	p<0.01	182	3,044	P<0.05
MAD059	,655	p<0.01	,9697	p<0.01	182	13,714	P<0.01
MAD060	,513	p<0.01	,9699	p<0.01	182	9,964	P<0.01
MAD062		p<0.01	,9702	p<0.01	182	5,241	P<0.01
MAD064	,462	p<0.01	,9700	p<0.01	182	11,727	P<0.01
MAD066	,397	p<0.01	,9702	p<0.01	182	8,832	P<0.01
MAD067	,676	p<0.01	,9696	p<0.01	182	21,143	P<0.01
MAD070	,588	p<0.01	,9698	p<0.01	182	12,876	P<0.01
MAD071	,464	p<0.01	,9700	p<0.01	182	7,094	P<0.01
MAD073	,656	p<0.01	,9696	p<0.01	182	12,672	P<0.01
MAD074	.,669	p<0.01	,9696	p<0.01	182	15,035	P<0.01
MAD076	,353	p<0.01	,9702	p<0.01	182	4,861	P<0.01
MAD077	,438	p<0.01	,9701	p<0.01	182	11,088	P<0.01
MAD080	,498	p<0.01	,9699	p<0.01	182	6,833	P<0.01
MAD082	,380	p<0.01	,9702	p<0.01	182	8,929	P<0.01
MAD083	732	p<0.01	,9696	p<0.01	182	11,898	P<0.01
MAD090	,257	p<0.01	,9703	p<0.01	182	5,307	P<0.01
MAD093	,567	p<0.01	,9698	p<0.01	182	9,166	P<0.01



MAD094	,291	p<0.01	,9702	p<0.01	182	4,632	P<0.01
MAD096	,359	p<0.01	,9701	p<0.01	182	5,091	P<0.01
MAD098	,291	p<0.01	,9703	p<0.01	182	5,805	P<0.01
MAD106	,353	p<0.01	,9702	p<0.01	182	8,367	P<0.01
MAD109	,581	p<0.01	,9698	p<0.01	182	9,071	P<0.01
MAD110	,687	p<0.01	,9696	p<0.01	182	15,617	P<0.01
MAD113	,666	p<0.01	,9696	p<0.01	182	17,11	P<0.01
MAD116	,355	p<0.01	,9701	p<0.01	182	5,448	P<0.01
MAD117	,588	p<0.01	,9698	p<0.01	182	9,767	P<0.01
MAD121	,403	p<0.01	,9702	p<0.01	182	8,652	P<0.01
MAD122	,736	p<0.01	,9696	p<0.01	182	12,174	P<0.01
MAD125	,486	p<0.01	,9700	p<0.01	182	7,475	P<0.01
MAD126	,385	p<0.01	,9702	p<0.01	182	8,928	P<0.01
MAD127	,548	p<0.01	,9699	p<0.01	182	12,231	P<0.01
MAD129	,351	p<0.01	,9702	p<0.01	182	7,286	P<0.01
MAD130	,703	p<0.01	,9696	p<0.01	182	17,54	P<0.01
MAD132	,566	p<0.01	,9699	p<0.01	182	6,762	P<0.01
MAD133	,636	p<0.01	,9697	p<0.01	182	17,491	P<0.01
MAD134	,260	p<0.01	,9703	p<0.01	182	3,925	P<0.01
MAD135	,583	p<0.01	,9698	p<0.01	182	12,074	P<0.01
MAD136	,640	p<0.01	,9697	p<0.01	182	18,374	P<0.01
MAD138	,396	p<0.01	,9702	p<0.01	182	6,994	P<0.01
MAD139	,447	p<0.01	,9700	p<0.01	182	6,8	P<0.01
MAD141	,426	p<0.01	,9701	p<0.01	182	8,929	P<0.01
MAD142	,653	p<0.01	,9697	p<0.01	182	12,174	P<0.01
MAD143	,734	p<0.01	,9695	p<0.01	182	12,256	P<0.01
MAD144	,456	p<0.01	,9701	p<0.01	182	10,276	P<0.01
MAD146	,698	p<0.01	,9696	p<0.01	182	13,714	P<0.01
MAD147	,372	p<0.01	,9702	p<0.01	182	9,247	P<0.01

MAD148	,777	p<0.01	,9694	p<0.01	182	24,631	P<0.01
MAD149	,688	p<0.01	,9696	p<0.01	182	15,836	P<0.01
MAD151	,665	p<0.01	,9696	p<0.01	182	12,508	P<0.01
MAD152	,587	p<0.01	,9698	p<0.01	182	9,334	P<0.01
MAD153	,607	p<0.01	,9698	p<0.01	182	8,936	P<0.01
MAD155	,658	p<0.01	,9697	p<0.01	182	11,696	P<0.01
MAD158	,413	p<0.01	,9701	p<0.01	182	4,377	P<0.01
MAD159	,520	p<0.01	,9699	p<0.01	182	6,762	P<0.01
MAD162	,610	p<0.01	,9697	p<0.01	182	12,856	P<0.01
MAD164	,672	p<0.01	,9696	p<0.01	182	23,246	P<0.01
MAD165	,657	p<0.01	,9696	p<0.01	182	18,083	P<0.01
MAD166	,755	p<0.01	,9695	p<0.01	182	16,057	P<0.01

Sonuçlar beklenen düzeyde ( $p<0.01$ ) manidar elde edilmiştir. Testin sadece çocuk sahibi evli çiftlere uygulanan ikinci bölümüne ait madde toplam korelasyonları ve ayırt edicilik analizleri de aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo. 3.4.18. EDÖ'nün Ebeveynlik Anlayışı Bölümü İçin Madde Toplam (Item-Total) Korelasyonları ve Ayırtedicilik Analizi Sonuçları**

Madde No	Madde Toplam		Madde Kalan		Madde Ayırt Edicilik		
	r	P	r	p	sd	t	p
MAD167	,758	P<0.01	,6702	p<0.01	144	20,145	P<0.01
MAD169	,766	P<0.01	,6779	p<0.01	144	16,685	P<0.01
MAD172	,699	P<0.01	,5872	p<0.01	144	15,401	P<0.01
MAD175	,597	P<0.01	,4364	p<0.01	144	24,187	P<0.01
MAD180	,653	P<0.01	,5429	p<0.01	144	9,605	P<0.01
MAD181	,746	P<0.01	,6427	p<0.01	144	10,757	P<0.01
MAD182	,728	P<0.01	,6314	p<0.01	144	12,919	P<0.01
MAD186	,669	P<0.01	,5849	p<0.01	144	9,605	P<0.01
MAD188	,609	P<0.01	,5282	p<0.01	144	14,832	P<0.01

Bu bölümde de sonuçlar beklenen düzeyde ( $p<0.01$ ) manidar elde edilmiştir.

### **3.4.1.2. Aracın Geçerlik Analizleri:**

Geçerlilik bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği, başka herhangi bir özellikle karıştırmadan, tam ve aynı zamanda doğru olarak ölçmesidir. Geçerlik bir gerecin ölçmesi için düzenlendiği olguyu ölçme derecesiyle ilişkilidir. Geçerlik sayesinde ölçülmek istenen değişkenin ölçülebilirlik derecesi ortaya konulmuş olur (Creswell, 1994 ; Ergin, 1995 ; Turgut, 1989; Yılmaz, 1996).

Geçerlik, test değerlendirmede göz önüne alınması gereken en önemli konulardan bir tanesidir. Test puanlarına dayalı olarak varılabilecek çıkarımların uygunluğu, anlamlılığı ve kullanılabilirliği hakkında bilgi verir. Diğer bir deyişle bu kavram, bir teste dayalı çıkarımların uygunluk veya anlamlılık derecesidir. Testin geçerli hale getirilmesi, bu tür çıkarımları desteklemek için veri toplama sürecidir (American Psychological Association, 1992).

İdeal bir geçerlilik çalışması, çeşitli kategorideki bilgilerin bir araya getirilmesini gerektirmektedir (American Psychological Association, 1992). Geçerlik çalışması için veriler çeşitli yollarla toplanabilir. Geleneksel olarak geçerlik türleri kapsamla bağlantılı, kriterle bağlantılı veya yapıyla bağlantılı geçerlik olarak gruplanmaktadır. Bu kategoriler arasında kesin ayırım yapmak mümkün değildir. İdeal olan bir geçerlik saptama bu üç geleneksel kategoriyi de kapsayan bilgileri içermelidir (Hovardalıoğlu, Sezgin, 1998 ; Turgut, 1989 ; Yılmaz, 1996).

#### **3.4.1.2.1. Kapsam Geçerliği (Content Validity):**

Ölçme konusu evreni yeterli ve dengeli olarak örnekleyen ve kapsadığı maddelerin her biri ölçmek istenen davranışı gerçekten ölçen araç, kapsam geçerliliğine sahiptir. Hazırlanan aracın ölçülen konuya ilişkin hedefleri, ağırlıkları oranında kapsamaması gerekmektedir (Şemin, 2001).

Kapsamla bağlantılı bilgiler, bir testte yer alan madde, görev veya soru örnekleminin, tanımlanan bir kapsam evrenini ne ölçüde temsil ettiğini gösterir. Bu yöntemler genellikle, tanımlanmış evrenle testin bölümleri arasındaki ilişkileri değerlendirmek için uzman

kararlarına dayanır, fakat mantıksal yada görgül bazı işlemlerde kullanılabilir (Hovardalıoğlu, Sezgin, 1998).

Güvenirlik bölümünde yer alan madde toplam ve madde kalan ilişkileri her bir maddenin kapsam geçerliliğini de vermektedir. Kapsama geçerliliğinin yüksek olması, bütün ölçeklere ilişkin maddelerin, söz konusu araştırma alanını iyi yansıttığını ve katılımcı tarafından anlaşılma kolaylığını göstermektedir (Creswell, 1994).

Testin oluşturulması aşamasında uzman görüşlerine başvurmak da kapsam geçerliliği açısından önemlidir (American Psychological Association, 1992). Uzman görüşüne başvurarak yapılan kapsam geçerlik sınavının amacı, ölçme aracında bulunan maddelerin ölçülmek istenen alanı temsil edip etmediğini bir uzman gruba inceleyerek, anlamlı maddelerden oluşan bir bütün oluşturmaktır. Geçerlik incelemesine katılan uzmanlar, hem ölçeğin hazırlandığı bilim alanını iyi bilen, hem de ölçek sorusu hazırlama teknik ve yöntemlerini bilen kişidir. Bu nedenle uzman öneri ve görüşleri, ölçeğin oluşmasında ve yeniden yapılandırılmasında son derece önem taşımaktadır (Tezbaşaran, 1996; Özgüven, 2000).

Bu araştırmada, ölçeğin kapsam geçerliliği açısından, uygulama öncesi, konusunda uzman 10 kişinin görüşüne başvurulmuştur. Toplam 292 maddeden oluşan ilk forma uzmanların verdiği yanıtların frekans ve yüzdeleri göz önünde bulundurularak, frekans ve yüzdeleri daha düşük olan 104 madde elenmiştir. Gerekli düzeltmelerin ardından 188 maddelik deneme formu oluşturulmuştur. Maddelerin %30'unun, tek yönlü yanıtlama eğilimini ortadan kaldırmak amacıyla ters ifadelerden oluşturulmasına dikkat edilmiştir. Ölçek maddeleri Doğru-Yanlış şeklinde iki değerli olarak hazırlanmıştır.

#### **3.4.1.2.2. Yapı Geçerliği (Construct Validity):**

Yapı geçerliği bir testin içerdiği boyutların ve maddelerin belli bir teorik yapıyı (kavramı) ölçmeye yönelik olduklarının ortaya konulması ile ilgilidir (Anastasi, 1982; Öner, 1994). Yapı geçerliği, gerecin değerlendirmesi için düzenlendiği olguyu değerlendirilme derecesinin ölçer (Creswell, 1994). Yapıyla bağlantılı kategoride sınıflanan bilgiler, test puanlarını, ilgilenilen psikolojik özelliğin ölçümü olarak ele alır. Bir testin ilgilendiği yapı, kavramsal bir çerçeve içinde ele alınmalıdır. Kavramsal çerçeve yapının anlamını, diğer

yapılardan farklarını belirler ve bu yapıya ait ölçümlerin diğer yapılarla nasıl bağlantılı olması gerektiğini gösterir (Hovardalıoğlu, Sezgin, 1998).

Bir testin yapı geçerliğini sınamanın bir yolu da, EDÖ'nün geliştirilmesinde de kullanılan faktör analizi yöntemidir. Faktör analizi aynı zamanda bir yapı geçerliği analizi olarak da tanımlanmaktadır (Köymen, 1994). Faktör analizi tekniği, psikolojik boyutların tanınmasında ve boyutların içeriği hakkında bilgi edinilmesinde kullanılan bir istatistik yaklaşımdır. Faktör analizi, test maddelerinin arasındaki ilişkilerden çıkartılan ortak boyutların saptanması işlemidir. Aralarında yüksek ilişki gösteren, birbirine benzeyen maddelerin öbekleşmesiyle, toplam test puanını etkileyen temel boyutlar ortaya çıkar. Böylece eldeki testle örneklenen davranış, birkaç ortak faktöre indirgenerek, bu davranışın içeriği hakkında bilgi edinilir. Sadece bir testin kapsamındaki boyutları belirlemede değil, farklı testlerden oluşan bir test bataryasının kapsamındaki ortak boyutları da ortaya çıkartmakta kullanılır (Öner, 1994 ; Özgüven, 2000).

EDÖ testinin yapı geçerliğinde de ölçeğin faktör yapısı incelenmiştir. Örneklem grubu, farklı yaş, eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyden değişik demografik özelliklere sahip, çocuklu ve çocuksuz evli çiftler arasından seçilmiştir. Testin tümü 270'i çocuk sahibi toplam 611 kişiye uygulanmıştır. Örneklem grubundan elde edilen verilerin uygun bir dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla *Keiser-Meyer-Olkin* ve *Bartlett Testi (Bartlett's Test of Sphericity)* uygulanmıştır. Kaiser'de bulunan değer 1'e yaklaştıkça mükemmel olduğu kabul edilirken, değer .50'nin altında ise kabul edilemez. Kaiser değeri .90'lar da mükemmel, .80'ler de çok iyi, .70'ler de ve .60'lar da orta olarak kabul edilmektedir (Tarkun, 1994).

Aşağıdaki tablolarda, Keiser-Meyer-Olkin ve Bartlett Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 3.4.19. KMO ve Bartlett's Testi Değerleri**

<b>Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği</b>		,918
<b>Bartlett's Test of Sphericity</b>	Ki-kare Değeri	21157,563
	S. Derecesi	5460
	P	,000

**Tablo 3.4.20. EDÖ Testi'nin Ebeveynlik Anlayışı Bölümüne Ait KMO ve Bartlett's Testi Değerleri**

<b>Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği</b>		,807
<b>Bartlett's Test of Sphericity</b>	Ki-kare Değeri	1589,565
	S. Derecesi	231
	P	,000

Tablolardan da anlaşılacağı üzere testin KMO sonuçları .918 ve Ebeveynlik Anlayışı bölümünde de .807 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, seçilen Örneklem grubunun faktör analizi yapmaya uygun olduğunu doğrulamaktadır. Ayrıca, Bartlett Testi sonuçlarında ki-kare değeri 21157,563 ve testin Ebeveynlik Anlayışı bölümünde de 1589,565 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar istatistiksel açıdan  $p < 0.01$  düzeyinde anlamlıdır. Elde edilen bu sonuçlar, ölçülen değişkenin evrendeki çok değişkenli bir modelden geldiği şeklinde yorumlanabilir.

Uygun dağılımın bulunduğu tespit edilmesiyle birlikte, faktör analizi işlemlerine başlanmıştır. Önce ölçeğin faktör yapısını belirlemeye yönelik olarak Temel Bileşenler Analizi uygulanmış ve ölçek maddelerinin birbirlerinden bağımsız faktörlere (alt boyutlara) ayrılıp ayrılmadığını belirlemek üzere döndürülmüş analiz (*Varimax Rotated Component Matrix*) gerçekleştirilmiştir. Belirlenen faktörleri anlamlandırmada kolaylık sağlamak amacıyla Kaiser normalizasyon prosedürü uygulanmıştır.

**Tablo 3.4.21. Açıklanan Toplam Varyans Tablosu**

Faktr	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yükleri			Faktör Yüklerinin Döndürülmüş Topamları		
	Total	Açıklanan Varyans %	Kümülatif %	Total	Açıklanan Varyans %	Kümülatif %	Total	Açıklanan Varyans %	Kümülatif %
1	27,055	29,407	29,407	27,055	29,407	29,407	20,711	22,512	22,512
2	4,225	4,593	34	4,225	4,593	34	7,452	8,1	30,612
3	3,394	3,689	37,689	3,394	3,689	37,689	5,889	6,401	37,013
4	2,543	2,764	40,453	2,543	2,764	40,453	3,165	3,441	40,453
5	2,293	2,492	42,945						
6	2,173	2,362	45,308						
7	2,009	2,183	47,491						
8	1,796	1,952	49,443						
9	1,62	1,761	51,204						
10	1,588	1,726	52,93						
11	1,395	1,516	54,446						
12	1,339	1,456	55,901						
13	1,26	1,369	57,271						

---

14	1,231	1,338	58,608
15	1,174	1,276	59,884
16	1,14	1,239	61,123
17	1,12	1,218	62,341
18	1,063	1,155	63,496
19	1,026	1,115	64,612
20	1,003	1,09	65,701
21	0,964	1,048	66,75
22	0,956	1,04	67,789
23	0,916	0,996	68,785
24	0,896	0,974	69,759
25	0,891	0,969	70,728
26	0,86	0,934	71,662
27	0,835	0,908	72,57
28	0,814	0,885	73,455
29	0,785	0,853	74,308
30	0,755	0,821	75,129
31	0,732	0,796	75,925
32	0,727	0,79	76,714
33	0,713	0,775	77,49
34	0,684	0,744	78,234
35	0,682	0,742	78,976
36	0,669	0,727	79,702
37	0,647	0,703	80,406
38	0,624	0,678	81,083
39	0,616	0,669	81,753
40	0,604	0,657	82,409
41	0,579	0,63	83,039
42	0,574	0,624	83,662
43	0,554	0,602	84,265
44	0,535	0,581	84,846
45	0,52	0,565	85,411
46	0,513	0,557	85,968
47	0,489	0,532	86,5
48	0,479	0,521	87,021
49	0,472	0,513	87,533
50	0,466	0,506	88,04
51	0,457	0,496	88,536
52	0,442	0,48	89,016
53	0,436	0,474	89,491
54	0,429	0,467	89,957
55	0,416	0,453	90,41
56	0,402	0,437	90,847
57	0,391	0,425	91,272

---

---

58	0,389	0,423	91,695
59	0,37	0,403	92,098
60	0,365	0,397	92,495
61	0,345	0,375	92,87
62	0,342	0,371	93,241
63	0,327	0,356	93,597
64	0,323	0,351	93,948
65	0,3	0,326	94,273
66	0,298	0,324	94,597
67	0,289	0,315	94,912
68	0,284	0,309	95,221
69	0,282	0,306	95,527
70	0,267	0,291	95,818
71	0,254	0,277	96,094
72	0,247	0,268	96,362
73	0,24	0,261	96,623
74	0,233	0,254	96,876
75	0,23	0,25	97,126
76	0,217	0,236	97,362
77	0,209	0,228	97,59
78	0,197	0,214	97,804
79	0,188	0,205	98,009
80	0,186	0,202	98,211
81	0,177	0,192	98,403
82	0,172	0,187	98,59
83	0,161	0,175	98,765
84	0,158	0,171	98,936
85	0,155	0,168	99,104
86	0,143	0,155	99,26
87	0,135	0,147	99,407
88	0,131	0,143	99,55
89	0,118	0,128	99,678
90	0,108	0,118	99,795
91	0,102	0,111	99,906
92	8,63E-02	9,38E-02	100

---



**Tablo 3.4.22. EDÖ'nün Ebeveynlik Anlayışı Bölümüne Ait Açıklanan Toplam Varyans Tablosu**

Faktör	Başlangıç Özdeğerleri (Initial Eigenvalues)			Toplam Faktör Yükleri		
	Total	Açıklanan Varyans%	Kümülatif%	Total	Açıklanan Varyans%	Kümülatif%
1	4,352	48,35	48,35	4,352	48,35	48,35
2	1,088	12,087	60,437			
3	0,784	8,706	69,143			
4	0,654	7,269	76,413			
5	0,552	6,138	82,55			
6	0,521	5,787	88,338			
7	0,406	4,511	92,849			
8	0,363	4,034	96,883			
9	0,281	3,117	100			

Varimax Rotated yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda açıklanan toplam varyans değerleri aşağıdaki tablolarda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.23. Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Eigenvalue (Özdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri:**

	Özdeğer	Varyansın Yüzdesi	Toplam Yüzde
I. Faktör	20,711	22,512	22,512
II. Faktör	7,452	8,1	30,612
III. Faktör	5,889	6,401	37,013
IV. Faktör	3,165	3,441	40,453

Görüldüğü gibi faktör analizi işlemi sonucunda toplam dört faktör belirlenmiştir. Bu dört faktör toplam varyansın %40,453'ünü açıklamıştır. Faktörlerin açıkladıkları varyans miktarları sırasıyla birinci faktör için %20,711, ikinci faktör için %7,452, üçüncü faktör için %5,889, dördüncü faktör için %3,165 olarak belirlenmiştir.

**Tablo 3.4.24. Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre EDÖ'nün Ebeveynlik Anlayışı Bölümüne Ait Eigenvalue (Özdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri:**

	Özdeğer	Varyansın Yüzdesi	Toplam Yüzde
I. Faktör	4,352	48,35	48,35

EDÖ'nün Ebeveynlik anlayışı bölümüne ait faktör analizi işlemi sonucunda toplam bir faktör elde edilmiştir. Bu faktör toplam varyansın %48.35'ini açıklamıştır. Faktörün açıkladığı varyans miktarı %4,352'dir. Sadece tek bir faktör olduğu için faktör yükünün döndürülmüş toplamına gerek kalmamıştır.

Alt boyutlara giren maddeleri ve madde sayılarını gösteren tablo aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.4.25. Faktör Analizi Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler**

Faktörler	Madde Sayısı	Madde Numaraları
1	62 madde	1, 3, 5, 7, 8, 9, 12, 16, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 28, 29, 33, 34, 39, 40, 43, 47, 54, 57, 59, 64, 66, 67, 73, 74, 77, 80, 83, 93, 109, 110, 113, 117, 122, 126, 127, 130, 133, 135, 136, 138, 139, 142, 143, 144, 146, 148, 149, 151, 152, 153, 155, 159, 162, 164, 165, 166
2	14 madde	21, 27, 50, 51, 58, 60, 70, 71, 76, 94, 116, 125, 132, 158
3	11 madde	14, 32, 56, 82, 90, 98, 106, 121, 129, 141, 147
4	5 madde	11, 36, 62, 96, 134
5	9 madde	167, 169, 172, 175, 180, 181, 182, 186, 188

(Ebeveynlik Anlayışı)

Tabloda da görüldüğü üzere belirlenen birinci faktör 62 maddeden (1, 3, 5, 7, 8, 9, 12, 16, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 28, 29, 33, 34, 39, 40, 43, 47, 54, 57, 59, 64, 66, 67, 73, 74, 77, 80, 83, 93, 109, 110, 113, 117, 122, 126, 127, 130, 133, 135, 136, 138, 139, 142, 143, 144, 146, 148, 149, 151, 152, 153, 155, 159, 162, 164, 165, 166 maddeler); ikinci faktör 14 maddeden (21, 27, 50, 51, 58, 60, 70, 71, 76, 94, 116, 125, 132, 158 maddeler); üçüncü faktör 11 maddeden (14, 32, 56, 82, 90, 98, 106, 121, 129, 141, 147 maddeler); dördüncü faktör 5 maddeden (11, 36, 62, 96, 134 maddeler), testin ebeveynlik anlayışını ölçen ve sadece çocuk sahibi çiftlerin cevapladığı beşinci faktör olarak nitelenen bölümü 9 maddeden (167, 169, 172, 175, 180, 181, 182, 186, 188 maddeler) oluşmaktadır. Son halinde ölçek 101 maddeden oluşmaktadır.

Tablodan da anlaşılacağı üzere, birinci alt boyut toplam 62 maddeden oluşmaktadır. Birinci alt boyut içerisinde yer alan maddelerin içerikleri incelendiğinde, evlilik doyumunun

içinde yer alan evlilik uyumu kavramına ait, çeşitli nitelikleri kapsadığı görülmektedir. Evlilik uyumu, evli çiftlerin ilişkilerinin düzgün işlemesi ve başarısına bağlıdır, evlilik doyumu ve evlilikteki mutluluk gibi konularla da ilişkilidir (Günay, 2000). Birinci faktörün içinde yer alan mutluluk, memnuniyet, ahenk, çatışma, eşe duyulan yakınlık ve gerilimlerin dengelenmesi, gibi kavramlar, doğrudan evlilik doyumunda önemli bir nitelik olan evlilik uyumu ile ilişkilidir (Orden ve Bradburn, 1990 ; Yılmaz, 2001). Bu sebeple, gerek 62 maddenin bu şekilde meydana getirdiği kuvvetli birlikteliği açıklamak, gerekse de faktörün içindeki soru yükünü hafifletmek amacıyla, birinci faktöre tekrar faktör analizi işlemi uygulanmıştır.

Birinci faktöre uygulanan yeni faktör analizi sonucunda, açıklanan toplam varyans tablosu aşağıdaki yer aldığı gibidir:

**Tablo. 3.4.26. Testin Birinci Alt Boyutu İçin Uygulanan Yeni Faktör Analizi Sonucu Oluşan Toplam Varyans Tablosu**

Faktör	Başlangıç Özdeğerleri			Toplam Faktör Yükleri			Faktör Yüklerinin Döndürülmüş Toplamları		
	(Initial Eigenvalues)			Total	Açıklanan Varyans%	Kümülatif%	Total	Açıklanan Varyans%	Kümülatif%
1	23,064	37,199	37,199	23,064	37,199	37,199	12,469	20,111	20,111
2	2,376	3,832	41,031	2,376	3,832	41,031	7,655	12,347	32,459
3	2,196	3,542	44,574	2,196	3,542	44,574	7,511	12,115	44,574
4	1,787	2,882	47,455						
5	1,647	2,656	50,111						
6	1,465	2,363	52,474						
7	1,284	2,071	54,545						
8	1,225	1,976	56,522						
9	1,154	1,861	58,383						
10	1,104	1,781	60,164						
11	0,993	1,602	61,766						
12	0,974	1,571	63,337						
13	0,942	1,519	64,857						
14	0,928	1,496	66,353						
15	0,892	1,439	67,791						
16	0,827	1,333	69,125						
17	0,81	1,306	70,431						
18	0,772	1,245	71,675						
19	0,75	1,209	72,884						
20	0,713	1,149	74,034						
21	0,7	1,13	75,163						
22	0,663	1,07	76,233						
23	0,656	1,058	77,291						
24	0,623	1,004	78,295						

---

25	0,62	0,999	79,294
26	0,607	0,979	80,273
27	0,591	0,954	81,227
28	0,577	0,93	82,158
29	0,551	0,889	83,047
30	0,53	0,855	83,902
31	0,499	0,805	84,707
32	0,489	0,789	85,495
33	0,481	0,776	86,271
34	0,472	0,761	87,032
35	0,467	0,754	87,786
36	0,442	0,713	88,499
37	0,422	0,681	89,18
38	0,421	0,679	89,859
39	0,413	0,665	90,524
40	0,393	0,634	91,158
41	0,382	0,616	91,774
42	0,365	0,589	92,363
43	0,363	0,585	92,948
44	0,349	0,563	93,511
45	0,321	0,518	94,029
46	0,307	0,496	94,525
47	0,293	0,473	94,998
48	0,285	0,459	95,457
49	0,27	0,436	95,894
50	0,263	0,424	96,317
51	0,254	0,41	96,727
52	0,237	0,382	97,109
53	0,232	0,373	97,483
54	0,214	0,346	97,828
55	0,21	0,339	98,168
56	0,202	0,326	98,494
57	0,185	0,298	98,792
58	0,174	0,281	99,073
59	0,166	0,268	99,341
60	0,157	0,254	99,595
61	0,135	0,218	99,813
62	0,116	0,187	100

---

Varimax Rotated yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda açıklanan toplam varyans değerleri aşağıdaki tablolarda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.27. Varimax Rotated Yöntemiyle Yapılan Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Birinci Alt Boyut İçin Yapılan Yeni Faktör Analizi Sonuçlarına Göre Eigenvalue (Özdeğer) ve Açıklanan Toplam Varyans Değerleri:**

	Özdeğer	Varyansın Yüzdesi	Toplam Yüzde
I. Faktör	12,469	20,111	20,111
II. Faktör	7,655	12,347	32,459
III. Faktör	7,511	12,115	44,574

Görüldüğü gibi birinci alt boyutu tam olarak ayırıştırmak için yapılan yeni faktör analizi işlemi sonucunda toplam üç faktör daha belirlenmiştir. Bu üç faktör birinci alt boyutun toplam varyansının %44,574'ünü açıklamaktadır. Faktörlerin açıkladıkları varyans miktarları sırasıyla birinci faktör için %12,469, ikinci faktör için %7,655, üçüncü faktör için %7,511 olarak belirlenmiştir. Alt boyutlara giren maddeleri ve madde sayılarını gösteren tablo aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.4.28. Birinci Alt Boyut İçin Yeniden Yapılan Faktör Analizi Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler**

Faktörler	Madde Sayısı	Madde Numaraları
1	34 madde	1, 3, 5, 9, 12, 16,19, 22, 28, 29, 33, 34, 40, 43, 47, 54, 57, 73, 74, 80, 83, 93, 110,117, 122, 139, 142, 143, 151, 152, 153, 155, 159, 166
2	14 madde	7, 8, 20, 25, 39, 59, 66, 67, 77, 113, 130, 144, 162, 165
3	14 madde	18, 24, 64, 109, 126, 127, 133, 135, 136, 138, 146, 148, 149, 164

Tabloda da görüldüğü üzere, belirlenen birinci faktöre ait yeni faktör analizi sonucunda ortaya çıkan üç alt boyutun ilkinde toplam 34 madde (1, 3, 5, 9, 12, 16,19, 22, 28, 29, 33, 34, 40, 43, 47, 54, 57, 73, 74, 80, 83, 93, 110,117, 122, 139, 142, 143, 151, 152, 153, 155, 159, 166) yer almaktadır. İkinci alt boyutta toplam 14 madde (7, 8, 20, 25, 39, 59, 66, 67, 77, 113, 130, 144, 162, 165), üçüncü alt boyutta ise toplam 14 madde (18, 24, 64, 109, 126, 127, 133, 135, 136, 138, 146, 148, 149, 164) yer almaktadır.

Her bir alt boyuta giren maddeler incelenerek oluşan alt boyutlar isimlendirilmiştir. Bu bağlamda, birinci alt ölçek, içeriğindeki maddelerin genel olarak “evlilik uyumu” kavramı ve tanımına uygunluğu göz önüne alınarak “Evlilik Uyumu” ismiyle nitelendirilmiştir. Birinci alt ölçeğin içeriğinde yer alan birinci alt boyut, “İlişki Mutluluğu” olarak isimlendirilmiştir.

Eşler arasındaki mutluluk eşler arasındaki uyumun bir yönüdür. Bireyin evliliği hakkındaki doyum hissi, evliliği hakkındaki genel duyguları, anlaşma, aşk, sevgi miktarı, cinsel ilişki, eşle fikir birliği içinde olma gibi kavramları içerir (Yılmaz, 2001). Bu alt boyutta, kişinin ilişkisi hakkında genel memnuniyeti, ilişkisinin geleceğine duyduğu güven, çiftlerin genel olarak birbirlerine uyumu gibi konuları ele alan soru maddeleri yer almaktadır. Birinci alt ölçeğin ikinci alt boyutu “Çatışma” ismiyle nitelendirilmiştir. Bu boyutta, ilişkideki sözel çatışmanın yoğunluğu ve miktarı, çiftlerin arasındaki problem çözücü iletişim tarzının varlığı, çiftlerin birbirlerini kabullenip kabullenmemesi, genel bir uyuşmazlık, problem çözme becerilerinde eksiklik gibi konuları ele alan soru maddeleri yer almaktadır. Birinci alt ölçeğin üçüncü alt boyutu “Yakınlık” ismiyle nitelendirilmiştir. Bu boyutta, ilişkide karşılıklı sevgi, ilgi, eşe duyulan yakınlık, eşle birliktelikten alınan zevk, hayranlık gibi kavramların varlığı, eşle dostça bir iletişim geliştirilip geliştirilmediği, ortak ilgi ve paylaşımların varlığı gibi konuları ele alan soru maddeleri yer almaktadır.

Testin ikinci alt ölçeği, “Öfke” olarak isimlendirilmiştir. Bu boyut, soru maddelerinin içeriği itibariyle, ilişki içerisinde yer alan şiddetin ortaya konulması, fiziksel veya duygusal şiddetin ve istismarın varlığı, eşlerin birbirlerine duydukları öfke gibi durumları ortaya çıkartmayı hedeflemektedir.

Testin üçüncü alt ölçeği, “Eşin Ailesiyle İletişim” olarak isimlendirilmiştir. Bu boyutta, eşin ailesinden dolayı yaşanan anlaşmazlıklar, uyuşmazlıklar, eşin ailesinin beraberlik üzerindeki olumsuz etkileri gibi konuları ortaya çıkartmayı amaçlayan soru maddeleri yer almaktadır.

Testin dördüncü alt ölçeği “Ekonomik Anlayış” olarak isimlendirilmiştir. Bu boyutta, mali konulardan kaynaklanan uyuşmazlıklar, aile bütçesiyle ilgili endişeler, mali konularda eşe güvensizlik, bu konulardan kaynaklanan tartışmalar gibi durumları ortaya çıkartmayı amaçlayan soru maddeleri yer almaktadır.

Testin beşinci alt ölçeği, “Ebeveynlik Anlayışı” olarak isimlendirilmiştir. Bu boyut sadece çocuk sahibi kişiler tarafından cevaplanmaktadır ve çocuk yetiştirme konusunda eşle yaşanan anlaşmazlıklar, eşin çocuk yetiştirme konusundaki sorumluluklarını yeterince üstlenip üstlenmediği, eşin çocuklarla ilişkisinin kalitesinin değerlendirilmesi, disiplin yöntemleri konusunda eşle uyuşmazlık ve bu konuların ilişkiye yansımalarının değerlendirilmesine yönelik soru maddeleri yer almaktadır.

İstatistik işlemler sırasında ortaya çıkan alt ölçekler, literatürde yer alan evlilik doyumu kavramının alt boyutlarını karşılar niteliktedir (Synder, 1997 ; Rosen-Grandon, 1999 ; Chapin, Chapin, Sattler, 2001 ; Storaasli ; Markman, 1990 ; Feeney, 2002 ; Bradbury, Fincham, 2000 ; Fitzpatrick, 1988). Sonuç olarak, ölçeğin literatüre uygun olarak evlilik doyumu kavramına ait özellikleri ortaya koyucu madde yapısı dolayısıyla, “Evlilik Doyum Ölçeği” adıyla anılmasına karar verilmiştir.

Bu aşamanın ardından oluşan faktörler için güvenilirlik analizlerinin gerçekleştirilmesi işlemlerine geçilmiştir. Her bir alt boyutun içerdiği maddeler üzerinden hesaplanan Cronbach Alpha, Guttman ve Spearman Brown değeri aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.4.29. EDÖ Testinin Her Bir Alt Boyutun İçerdiği Maddeler Üzerinden Hesaplanan Cronbach Alpha, Guttman ve Spearman Brown Değerleri**

<b>Faktör</b>	<b>Cronbach Alpha</b>	<b>Guttman</b>	<b>Spearman Brown</b>
Test genel toplam	,9702	,9394	,9409
Birinci alt ölçek genel toplam: Evliliğe Uyum	,9701	,9357	,9400
Birinci alt ölçek birinci alt boyut: İlişki Mutluluğu	,9576	,9333	,9374
Birinci alt ölçek ikinci alt boyut: Çatışma	,8834	,8457	,8469
Birinci alt ölçek üçüncü alt boyut: Yakınlık	,9045	,8775	,8799
İkinci alt ölçek: Öfke	,8586	,8437	,8439
Üçüncü alt ölçek: Eşin Ailesiyle İletişim	,8426	,8540	,8558
Dördüncü alt ölçek: Ekonomik Anlayış	,7310	,5644	,6313
Beşinci alt ölçek: Ebeveynlik Anlayışı	,8605	,8101	8253

Tüm bu değerler, ölçeğin betimlediği faktörler itibariyle evlilik doyumunun belirlenmesinde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilmesi sonucunu ortaya koymaktadır.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün birinci alt ölçeği Evlilik Uyumu puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.30. EDÖ 1. Alt Ölçek (Evlilik Uyumu) N,  $\bar{x}$  ve *ss* Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>
1	341	,09	,30
2	341	,26	,44
3	341	,11	,31
4	341	,20	,40
5	341	,16	,37
6	341	,25	,43
7	341	,20	,40
8	341	,22	,41
9	341	,21	,40
10	341	,25	,43
11	341	,13	,33
12	341	,17	,38
13	341	,12	,32
14	341	,09	,29
15	341	,20	,40
16	341	,22	,42
17	341	,21	,41
18	341	,27	,45
19	341	,31	,46
20	341	,18	,39
21	341	,18	,39
23	341	,22	,41
24	341	,25	,43
25	341	,20	,40
26	341	,18	,38
27	341	,13	,34
28	341	,21	,41
29	341	,19	,40
30	341	,26	,44
31	341	,19	,39
32	341	,16	,37
33	341	,24	,43
34	341	,14	,35
35	341	,24	,43
36	341	,50	,50
37	341	,22	,41
38	341	,24	,43



39	341	,44	,50
40	341	,48	,50
41	341	,26	,44
42	341	,35	,48
43	341	,37	,48
44	341	,32	,47
45	341	,33	,47
46	341	,28	,45
47	341	,41	,49
48	341	,30	,46
49	341	,37	,48
50	341	,30	,46
51	341	,45	,50
52	341	,42	,49
53	341	,20	,40
54	341	,65	,48
55	341	,36	,48
56	341	,38	,49
57	341	,27	,44
58	341	,39	,49
59	341	,37	,48
60	341	,24	,43
61	341	,29	,45
62	341	,30	,46
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>16,48</b>	<b>15,81</b>

Yukarıdaki tabloda birinci alt boyuta ait veri sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, birinci alt boyutun toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=16,48$ ) ve standart sapma ( $ss=15,81$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün birinci alt ölçek 1.alt boyutu İlişki Mutluluğu puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.31. EDÖ 1. Alt Ölçek 1. Alt Boyuta Ait (İlişki Mutluluğu) N,  $\bar{x}$  ve *ss***

**Değerleri:**

<b>Soru No</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b><i>ss</i></b>
1	341	,09	,30
2	341	,26	,44
3	341	,11	,31
4	341	,20	,40
5	341	,16	,37
6	341	,25	,43
7	341	,20	,40
8	341	,22	,41
9	341	,21	,40
10	341	,25	,43
11	341	,13	,33
12	341	,17	,38
13	341	,12	,32
14	341	,09	,29
15	341	,20	,40
16	341	,22	,42
17	341	,21	,41
18	341	,27	,45
19	341	,31	,46
20	341	,18	,39
21	341	,18	,39
22	341	,22	,41
23	341	,25	,43
24	341	,20	,40
25	341	,18	,38
26	341	,13	,34
27	341	,21	,41
28	341	,19	,40
29	341	,26	,44
30	341	,19	,39
31	341	,16	,37
32	341	,24	,43
33	341	,14	,35
34	341	,24	,43
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>6,63</b>	<b>8,63</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün birinci alt ölçek 1.alt boyutu (İlişki Mutluluğu) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, birinci alt ölçek 1.alt boyutun toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=6,63$ ) ve standart sapma ( $ss=8,63$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün birinci alt ölçek 2.alt boyutu Çatışma puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.32. EDÖ 1. Alt Ölçek 2. Alt Boyut (Çatışma) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	341	,50	,50
2	341	,22	,41
3	341	,24	,43
4	341	,44	,50
5	341	,48	,50
6	341	,26	,44
7	341	,35	,48
8	341	,37	,48
9	341	,32	,47
10	341	,33	,47
11	341	,28	,45
12	341	,41	,49
13	341	,30	,46
14	341	,37	,48
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>4,85</b>	<b>4,14</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün birinci alt ölçek 2.alt boyutu (Çatışma) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, birinci alt ölçek 2.alt boyutun toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=4,85$ ) ve standart sapma ( $ss=4,14$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün birinci alt ölçek 3.alt boyutu Yakınlık puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.33. EDÖ 1. Alt Ölçek 3. Alt Boyut (Yakınlık) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	341	,30	,46
2	341	,45	,50
3	341	,42	,49
4	341	,20	,40
5	341	,65	,48
6	341	,36	,48
7	341	,38	,49
8	341	,27	,44
9	341	,39	,49
10	341	,37	,48
11	341	,24	,43
12	341	,29	,45
13	341	,30	,46
14	341	,37	,48
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>4,99</b>	<b>4,37</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün birinci alt ölçek 3.alt boyutu (Yakınlık) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, birinci alt ölçek 3.alt boyutun toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=4,99$ ) ve standart sapma ( $ss=4,37$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün ikinci alt ölçeği Öfke puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.34. EDÖ 2. Alt Ölçek (Öfke) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	341	,16	,36
2	341	,23	,42
3	341	,11	,32
4	341	,09	,29
5	341	,04	,20
6	341	,22	,41
7	341	,31	,46
8	341	,18	,39
9	341	,16	,37
10	341	,12	,33
11	341	,12	,33
12	341	,12	,33
13	341	,11	,32
14	341	,05	,23
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>2,03</b>	<b>2,87</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün ikinci alt ölçeği (Öfke) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, ikinci alt ölçeğin toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=2,03$ ) ve standart sapma ( $ss=2,87$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün üçüncü alt ölçeği Eşin Ailesiyle İletişim puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.35. EDÖ 3. Alt Ölçek (Eşin Ailesiyle İletişim) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	341	,57	,50
2	341	,44	,50
3	341	,11	,31
4	341	,37	,48
5	341	,21	,41
6	341	,21	,41
7	341	,21	,41
8	341	,45	,50
9	341	,20	,40
10	341	,33	,47
11	341	,52	,50
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>3,63</b>	<b>3,06</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün üçüncü alt ölçeği (Eşin Ailesiyle İletişim) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, ikinci alt ölçeğin toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=3,63$ ) ve standart sapma ( $ss=3,06$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün dördüncü alt ölçeği Ekonomik Anlayış puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.36. EDÖ 4. Alt Ölçek (Ekonomik Anlayış) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	341	,32	,47
2	341	,19	,40
3	341	,24	,43
4	341	,13	,34
5	341	,13	,33
<b>Toplam</b>	<b>341</b>	<b>1,00</b>	<b>1,37</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün dördüncü alt ölçeği (Ekonomik Anlayış) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, ikinci alt ölçeğin toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=1,00$ ) ve standart sapma ( $ss=1,37$ ) değerleri verilmiştir.

Aşağıdaki tabloda, EDÖ'nün beşinci alt ölçeği Ebeveynlik Anlayışı puanlarına ait kişi sayısı, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 3.4.37. EDÖ 5. Alt Ölçek (Ebeveynlik Anlayışı) N,  $\bar{x}$  ve  $ss$  Değerleri:**

Soru No	N	$\bar{x}$	$ss$
1	270	,35	,48
2	270	,29	,46
3	270	,29	,45
4	270	,50	,50
5	270	,21	,41
6	270	,19	,39
7	270	,24	,43
8	270	,19	,39
9	270	,35	,48
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>2,60</b>	<b>2,74</b>

Yukarıdaki tabloda EDÖ'nün beşinci alt ölçeği (Ebeveynlik Anlayışı) puanlarına ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile, ikinci alt ölçeğin toplam aritmetik ortalama ( $\bar{x}=2,60$ ) ve standart sapma ( $ss=2,74$ ) değerleri verilmiştir.

**Tablo 3.4.38. EDÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelatif İlişkiler**

<b>EDÖ Alt Boyutları</b>	<b>EDÖ1 (Evliliğe Uyum)</b>	<b>EDÖ1-1 (Memniyet)</b>	<b>EDÖ1-2 (Çatışma)</b>	<b>EDÖ1-3 (Hayranlık)</b>	<b>EDÖ2 (Öfke)</b>	<b>EDÖ3 (Eşin Ailesiyle İletişim)</b>	<b>EDÖ4 (Ekonomik Anlayış)</b>
EDÖ1 (Evlilik Uyum)		,962	,870	,893	,655	,403	,434
EDÖ1-1 (İlişki Mutluluğu)			,756	,789	,636	,342	,440
EDÖ1-2 (Çatışma)				,707	,647	,446	,345
EDÖ1-3 (Yakınlık)					,500	,359	,376
EDÖ2 (Öfke)						,361	,360
EDÖ3 (Eşin Ailesiyle İletişim)							,232
EDÖ4 (Ekonomik Anlayış)							
<b>N=341</b>							
<b>p&lt;0.01</b>							

Yukarıdaki tabloda, EDÖ alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi sonucunda, tüm boyutlar arasında ilişkiler pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

#### **3.4.1.2.3. Kriter Geçerliliği (Criterion-Related Validity):**

Kriter geçerliliği, bir testin sonuçlarının, benzer amaçlarla geliştirilmiş bir başka testin sonuçları ile karşılaştırılmasıyla kullanılan, testin teorik kavramlarının teyit edilmesiyle ilgilidir (Özçelik, 1981). Bu geçerlik türü, ölçeğin etkinliğini belirlemek amacıyla, ölçekten elde edilen puanlarla belirlenen kriter arasında, gelecekteki veya o andaki ilişkiyi inceler (Ercan, Kan, 2004). Kriter geçerliliği, ölçütle bağlantılı bilgileri ve test puanlarının bir yada birkaç ölçütle olan sistematik bağlantılarını gösterir (Hovardalıoğlu, Sezgin, 1998).

EDÖ'nün kriter geçerliliğini tespit edebilmek için benzer nitelikteki diğer ölçeklerden faydalanılmıştır. Bunlar, Problem Çözme Envanteri (PÇE) ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği (SBTÖ)'dir.

### 3.4.1.2.3.1. Problem Çözme Envanteri (PÇE):

Problem çözme envanteri 35 maddeden oluşan ve bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini algılayışını ortaya koymayı amaçlayan, kendini değerlendirme türü bir ölçektir. P.P. Heppner ve C.H. Petersen tarafından 1982 yılında geliştirilen Problem Çözme Envanterinin orijinal ismi *Problem Solving Inventory*'dir (Heppner, Petersen,1982). Ölçeğin tümü için elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .90, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise ,72 ile ,85 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ise 1993 yılında Hepner, Şahin ve Şahin tarafından gerçekleştirilmiştir (Savaşır, Şahin, 1997). Yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Altı tane alt ölçeği bulunmaktadır. Bunlar;

1. Alt Boyut: Aceleci yaklaşım,
2. Alt Boyut: Düşünen yaklaşım,
3. Alt Boyut: Kaçınan yaklaşım,
4. Alt Boyut: Değerlendirici yaklaşım,
5. Alt Boyut: Kendine güvenli yaklaşım,
6. Alt Boyut: Planlı yaklaşım alt boyutlarıdır.

Ölçek Likert tipi puanlanan bir ölçektir ve her bir madde 1-6 arası puan almaktadır.

Problem Çözme Envanteriyle EDÖ arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla 123 evli bireyden veriler toplanmıştır. İki ölçek arasında güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. PÇE'nin tüm alt testleriyle EDÖ'nün tüm alt testleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. (Ölçek EK 8'de verilmiştir). Sonuçlar aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.39. EDÖ'nün Kriter geçerliği İçin Uygulanan EDÖ'yle PÇE Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

	PÇE Toplam	PÇE1.Alt Boyut	PÇE 2. Alt Boyut	PÇE 3. Alt Boyut	PÇE 4. Alt Boyut	PÇE 5. Alt Boyut	PÇE 6. Alt Boyut
EDÖ Toplam	-,106	-,285**	,137	-,327**	,061	-,120	,121
EDÖ 1.Alt Boyut	-,078	-,289**	,150	-,310**	,083	,159	,132
EDÖ 1.Alt Boyut 1.Alt Ölçek	-,102	-,281**	,146	-,305**	,038	,113	,118
EDÖ 1.Alt Boyut 2.Alt Ölçek	-,057	-,270**	,140	-,296**	,102	,166	,095
EDÖ 1.Alt Boyut 3.Alt Ölçek	-,026	-,261**	,144	-,273**	,144	,216*	,121
EDÖ 2. Alt Boyut	-,178*	-,241**	,027	-,243**	-,044	-,005	,048
EDÖ 3. Alt Boyut	-,151	-,244**	,084	-,286**	-,003	,003	,088
EDÖ 4. Alt Boyut	-,108	-,116	,024	-,072	-,106	,005	-,066
EDÖ 5. Alt Boyut	-,041	-,168	,157	-,370**	,137**	,101	,143

n: 123

\*: p<0.05

\*\* :p<0.01

**Not: EDÖ'den alınan puanların yüksekliği düşük evlilik doyumuna, PÇÖ'den alınan puanların yüksekliği de düşük problem çözme becerisine tekabül etmektedir.**

Tablodan da anlaşılacağı üzere, EDÖ genel toplam puanlarıyla PÇE'nin 1. alt boyutu (Aceleci yaklaşım) ve 3. alt boyutu (Kaçınan yaklaşım) arasında ters yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı şekilde EDÖ 1. alt boyut (Evlilik uyumu), EDÖ 1. alt boyut-1. alt ölçek (İlişki Mutluluğu), 1. alt boyut-2. alt ölçek (Çatışma), EDÖ 3. alt boyut (Eşin ailesiyle iletişim) ile PÇE'nin 1. alt boyutu (Aceleci yaklaşım) ve 3. alt boyutu (Kaçınan yaklaşım) arasında p<0.01 düzeyinde, ters yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. EDÖ 1. alt boyut 3. alt ölçek (Yakınlık) ile PÇE'nin 1. alt boyutu (Aceleci yaklaşım) ve 3. alt boyutu (Kaçınan yaklaşım) arasında p<0.01 düzeyinde, ters yönde anlamlı, PÇE 5. alt boyut (Kendine güvenli yaklaşım) ile ise p<0.05 düzeyinde doğrusal bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. EDÖ 2. alt boyut (Öfke) ile PÇE toplam puan arasında p<0.05 ve PÇE'nin 1. alt boyutu (Aceleci yaklaşım) ve 3. alt boyutu (Kaçınan yaklaşım) arasında p<0.01 düzeyinde ters yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. EDÖ 5. alt boyut ((Ebeveynlik anlayışı) ile PÇE 3. alt boyut (Kaçınan yaklaşım) arasında p<0.01 düzeyinde, ters yönde anlamlı, PÇE 4. alt boyut (Değerlendirici yaklaşım) arasında p<0.05 düzeyinde, doğrusal yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. EDÖ'nün 4. alt boyutu (Ekonomik yaklaşım) ile PÇÖ'nün herhangi bir alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.



Problem Çözme Envanteri aynı zamanda oluşturulan grup çalışmasının etkililiğini sınamak amacıyla da öntest-sontest uygulamalarında kullanılmıştır.

#### **3.4.1.2.3.2. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ):**

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) ile EDÖ arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla 123 evli bireyden veriler toplanmıştır. Araştırmaya katılan 123 evli bireyin stresle başa çıkma tarzlarını değerlendiren Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBTÖ) kullanılmıştır. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği, Lazarus ve Folkman'ın (1984) "*Başta Çıkma Yolları Envanteri (Ways of Coping Inventory)*"den hareketle Şahin ve Durak (1995) tarafından geliştirilmiş, çeşitli stres durumlarında geçerli olan 30 maddelik, dördümlük likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin üç farklı örneklem kullanılarak gerçekleştirilen faktör analizi sonuçları, stresle başa çıkma tarzlarının probleme yönelik/aktif, ve duygulara yönelik/pasif tarzlar şeklinde ikiye ayrıldığını, kendi içlerinde de beş boyuta ayrıştırılabileceğini göstermiştir. Alt boyutlar aşağıda yer almaktadır. :

1. Alt Boyut: İyimser Yaklaşım.
2. Alt Boyut: Sosyal Destek Arama
3. Alt Boyut: Çaresiz Yaklaşım.
4. Alt Boyut: Boyun Eğici Yaklaşım.
5. Alt Boyut: Kendine Güvenli Yaklaşım.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin güvenilirliğini sınamaya yönelik olarak 3 ayrı çalışmadan elde edilen Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları, İyimser Yaklaşım alt ölçeği için 0,68 ve 0,49 arasında, Çaresiz Yaklaşım alt ölçeği için 0,64 ve 0,73 arasında, Kendine Güvenli Yaklaşım alt ölçeği için 0,62 ve 0,80 arasında, Çaresiz Yaklaşım alt ölçeği için 0,64 ve 0,73 arasında, Boyun Eğici Yaklaşım alt ölçeği için 0,47 ve 0,72 arasında, Sosyal Destek Arama alt ölçeği için de 0,47 ve 0,45 olarak değişmektedir. Ölçek ülkemizde kullanıma sunulduğu tarihten itibaren çeşitli araştırmalarda kullanılmıştır (Oflaz, 1995 ; Şahin, 1995). Uygulama esnasında ölçek "*Eşimle ilgili bir sıkıntım olduğunda*" başlığıyla verilmiştir. (Ölçek EK 9'da verilmiştir).

EDÖ'nün kriter geçerliği için uygulanan, EDÖ'yle SBTÖ arasındaki Pearson Korelasyon Analizi sonuçları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.4.40. EDÖ'nün Kriter Geçerliği İçin Uygulanan, EDÖ'yle SBTÖ Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

	SBTÖ	SBTÖ	SBTÖ	SBTÖ	SBTÖ
	1.Alt Boyut	2. Alt Boyut	3. Alt Boyut	4. Alt Boyut	5. Alt Boyut
EDÖ Toplam	-,357**	-,013	,385**	,435**	-,432**
EDÖ 1.Alt Boyut	-,345**	-,036	,367**	,450**	-,406**
EDÖ 1.Alt Boyut 1.Alt Ölçek	-,305**	-,055	,325**	,468**	-,373**
EDÖ 1.Alt Boyut 2.Alt Ölçek	-,345**	-,039	,373**	,363**	-,367**
EDÖ 1.Alt Boyut 3.Alt Ölçek	-,348**	,013	,365**	,403**	-,417**
EDÖ 2. Alt Boyut	-,246**	-,043	,364**	,372**	-,339**
EDÖ 3. Alt Boyut	-,332**	,078	,339**	,314**	-,473**
EDÖ 4. Alt Boyut	-,228*	-,061	,057	,194*	-,158
EDÖ 5. Alt Boyut	-,292**	,077	,357**	,257**	-,360**

n: 123

\*: p<0.05

\*\* :p<0.01

**Not: EDÖ'den alınan puanların yüksekliği düşük evlilik doyumuna, SBTÖ'den alınan puanların yüksekliği ise stresle başa çıkabile becerisinin yüksekliğine tekabül etmektedir.**

Yukardaki tablodan da anlaşılacağı üzere, EDÖ'nün 4. alt boyut dışındaki tüm alt boyutlarıyla SBTÖ'nün 1. alt boyutu (İyimser yaklaşım) ve 5. alt boyutu (Kendine güvenli yaklaşım) arasında p<0.01 düzeyinde ters yönde anlamlı, SBTÖ'nün 3. alt boyutu (Çaresiz yaklaşım) ve SBTÖ'nün 4. alt boyutu (Boyun eğici yaklaşım) ile arasında p<0.01 düzeyinde doğrusal yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. EDÖ'nün 4. alt boyutu (Ekonomik anlayış) ile SBTÖ'nün 1. alt boyutu (İyimser yaklaşım) arasında p<0.05 düzeyinde ters yönde anlamlı ve SBTÖ'nün 4. alt boyutu (Boyun eğici yaklaşım) ile arasında p<0.05 düzeyinde doğrusal yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. EDÖ'nün herhangi bir alt boyutu ile SBTÖ'nün 2. alt boyutu (Sosyal destek arama) arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği aynı zamanda oluşturulan grup çalışmasının etkililiğini sınamak amacıyla da öntest-sontest uygulamalarında kullanılmıştır.

### 3.4.1.3. EDÖ'nün Uygulanması, Puanlanması ve Yorumlanması:

Evlilik Doyum Ölçeği, bireyin kendi kendini değerlendirmesini gerektiren, iki ayrı bölümde toplam 101 maddeden oluşan bir kağıt kalem envanteridir (Bk: EK 7). Test iki ayrı yapıdan oluşmaktadır. Birinci bölümde toplam 92 madde yer almaktadır. İkinci bölüm

ebeveynlik anlayışının evlilik doyumu üzerindeki etkisini ölçmeye yönelik olduğu için sadece çocuk sahibi bireyler tarafından doldurulur. Eğer bireyler çocuk sahibi değillerse, cevaplama 92'nci maddeden itibaren kesmektedirler. Ölçeğin yanıt bölümünde "Doğru", "Yanlış" şıklarını içeren iki sütun bulunur. Her soru maddesi için bu şıklardan durumlarına en uygun olduğunu düşündükleri şıkkı işaretlemeleri istenir. Yanıtlama süresi yaklaşık 20 dakikadır. Ölçek evlilik ilişkisi içerisinde beraber yaşayan bireylere uygulanabilmektedir. Eğer evli çiftin her ikisine birden aynı anda uygulanacaksa, çiftlerin birbirlerinden ayrı ve birbirlerinin cevaplarını görerek etkilenmeyecekleri bir koşulda uygulanması tavsiye edilir. Okuma yazma güçlüğü olanlara yada okuma yazması olmayanlara, soru maddeleri uygulamacı tarafından yüksek sesle okunarak işaretlenebilir.

Puanlama, yanıt anahtarı kullanılarak yapılır. Ölçeğin amacı bireyin evlilik doyumuna ait olumsuz bakış açısını ortaya koymak olduğu için, ölçekten alınan yüksek puanlar evlilik doyumsuzluğuna işaret eder. Ölçekten düşük puan almak, evlilik doyumunun varlığına işaret eder. Ölçekte her bir maddenin cevap yüküne göre olumsuz ifadeli cevaplar 1 puan alır. Olumlu ifadeler 0 puan olarak değerlendirilmektedir. Bireyin yanıtlama şeklini etkilememesi için ölçekteki olumlu ve olumsuz ifadeler dengelendirilmiştir. Böylece belli bir yanıtlama tarzı önlenmeye çalışılmıştır.

Elde edilen ham puanlar ortalama, standart sapma, yüzdelerle sıralama ve T puanı tablolarından yararlanılarak değerlendirilir. Genelde dikkat çekici olanlar yüksek puanlardır. Ölçekten yüksek puan elde eden bireylerin evlilik ilişkileri açısından yardıma ihtiyaç duydukları değerlendirilebilir.

Ölçeğin puanlanması esnasında, ölçekten elde edilen toplam puanın yanı sıra, her bir alt ölçek için ayrıca puanlama yapılır. Böylece en yüksek puan alan alt boyutlar, kişinin ilişkisindeki bariz problem alanlarını görmeye yardımcı olur. Ölçekten elde edilen genel toplam puan, kişinin ilişkisinden duyduğu toplam doyum miktarı hakkında bilgi verir.

Ölçeğin birinci alt boyutu bireyin Evlilik Uyumunu vermektedir. Evlilik uyumu alt ölçeği toplam puanı, bireyin ilişkisinden duyduğu memnuniyet ve eşyle arasındaki uyum hakkında fikir veren bir alt boyuttur. İlişki Mutluluğu, Çatışma ve Yakınlık alt ölçekleri üzerinden puanlanmaktadır. İlişki Mutluluğu alt ölçeği, kişinin eşinden ve ilişkisinden aldığı doyum, ilişkisinden duyduğu memnuniyet, eşyle olan karşılıklı etkileşimi ve cinsel ilişkisine ait doyumunu ölçmektedir. Çatışma alt ölçeği ise, çift olarak yaşanan ilişki problemleri ve

tartışma, problem çözmeye yönelik iletişim, eşle yaşanan anlaşmazlıklar, hislerin karşılıklı olarak ortaya konulmasındaki eksiklikleri, ilişkide ayrılık ve boşanma düşünceleri gibi konuları ölçer. Yakınlık alt ölçeği, kişinin eşiyle arasındaki sevgi miktarı hakkında fikir verebilen bir ölçektir. Maddeler ilişkideki sevgi ve anlayış miktarından kaynaklanan doyumsuzluğu, ilişkideki duygusal dostluk ve anlayışı, çiftin arasındaki arkadaşlığı, paylaşılan zaman ve aktivitelerin eksikliğini ortaya koymaktadır.

Ölçeğin ikinci alt boyutu Öfke alt boyutudur. Bu boyut ileri derecede çatışma ve kişinin eşinden dolayı yaşadığı fiziksel şiddetin varlığını ortaya koymaktadır. Eş tarafından fiziksel olarak incitilmek, itilip kakılmak gibi fiziksel şiddetin boyutlarını değerlendirir.

Ölçeğin üçüncü alt boyutu Eşin Ailesiyle İletişim, tamamen kültüre özgü bir alt boyuttur. Ülkemizdeki evliliklerin temel problem alanlarından birisi olan eşlerin ailelerinden kaynaklanan (kayınvalide ve kayın pederler) problemleri ortaya koyar. Eşlerin ailelerinin ilişkilerine yansımalarından duyulan rahatsızlıklar, bu sebeple yaşanan tartışmalar ve bu problemin yarattığı ilişki doyumsuzluğu ölçülmektedir.

Ölçeğin dördüncü alt boyutu Ekonomik Anlayış mali konulardan kaynaklanan problemlerin ilişkiye yansımalarını değerlendiren bir ölçektir. Maddi konularda uyuşmazlık, bu konuda eşe duyulan güvensizlik ve bütçe idaresi konusunda yaşanan sıkıntılar değerlendirilmektedir.

Ölçeğin sadece çocuk sahibi çiftlerin yanıtladığı beşinci alt boyutu Ebeveynlik Anlayışı, çocuk yetiştirme problemlerinden kaynaklanan sıkıntıların ilişkiye yansımalarını değerlendiren bir alt boyuttur. Eşle çocuk yetiştirme konusundan dolayı yaşanan çatışmalar, çocukların bakımı ve disiplini konusunda uyumsuzluk, çocukların yetiştirilmesi konusunda eşit sorumluluğa sahip olup olmama, bir anne/baba olarak eşi değerlendirme, eşin çocuklara olan ilgi/ilgisizliği gibi konuların değerlendirilmesini içerir.

Ölçeğin danışma seanslarında kullanılması durumunda, ölçekten elde edilen puanlar değerlendirildikten sonra, problem alanlarını oluşturan alt ölçeklerin madde bazında da gözden geçirilmesi problemlerin netleştirilmesi açısından faydalı olabilir.

### 3.4.2. Ailede Problem Çözme Becerisini Geliştirme Yoluyla Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışması:

Oluşturulan grup çalışmasının etkililiğini sınamak için, deney grubuyla evlilik doyumunu arttırma amaçlı çeşitli tekniklerin kullanıldığı, 8 haftalık bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Evlilik doyumunu arttırma grup çalışması, çiftin arasındaki iletişimi problem çözme tekniklerini geliştirme yoluyla arttırmayı amaçlayan, iletişim odaklı bir çalışma grubudur. Programın hazırlanması için ayrıntılı bir literatür taraması yapılmış, evlilik doyumunu arttırma ve evlilik ilişkilerini geliştirmeye yönelik çeşitli grup ve eğitim çalışmaları, amaç ve yöntemleri incelenmiştir. Bu araştırmada gerçekleştirilen çalışmanın niteliği literatürde “*marriage enrichment*”, “*marital enrichment group*”, “*marital enrichment programs*”, “*marriage enhancement*” “*prevention training program for marital distress*”, “*couple communication program*”, “*marital counseling program*”, “*marriage education*”, “*couple relationship education*” gibi isimlerle yer almaktadır (Berg, 2000 ; Bodenmann, 2001 ; Burchard, 2001 ; Braukhaus, 2001 ; Butler, 1999 ; Cleaver, 1987 ; Coutta, 2001 ; DeWitt, 1982 ; Goforth, 2003 ; Halford, 2003 ; Kerschner, 1996).

Grup çalışmasının hazırlanması esnasında, literatürde yer alan evlilikte iletişim becerilerini geliştirme, problem ve çatışma çözme becerilerini geliştirme, eşle yakınlığın desteklenmesi, eşe karşı empati geliştirme, romantik ilişkiyi destekleme, evlilikte affedicilik ve kabul konularını içeren evlilik ilişkisini geliştirme grup çalışmaları ve eğitim programları üzerinde durulmuştur. Eğer terapist çiftle çalışırken davranış değişikliğinin ötesinde daha geniş çaplı bir değişim amaçlıyorsa, sadece davranışçı yaklaşım yeterli olmamakta, davranışçı teknikleri, kognitif veya duygusal odaklı yaklaşımlarla desteklenmesi gerekmektedir (Lawrence, Eldridge, Chirstensen, 1998 ; Montag, 1993). Bu sebeple, grup çalışmasının içeriği ve yer alan teknikler, davranışçı, bilişsel davranışçı, rasyonel-emosif, yaşantısal ve deneysel metotlara dayalı eklettik bir yaklaşımla oluşturulmuştur. Programın yapısını oluşturacak evlilik doyumunun farklı boyutlarını belirlemede, tez danışmanı Prof. Dr. Betül Aydın ve araştırmacı kavramsal çerçeveyi belirlemişleridir.

Problem çözme becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu arttırma grup çalışması, katılımcıların evlilik iletişimlerini geliştirebilmek ve çift olarak yaşadıkları problemleri çözebilmelerini sağlamak amacıyla hazırlanmış bir beceri geliştirme grubudur.

### 3.4.2.1. Grup Çalışmasının Amaçları ve Kullanılan Teknikler:

Oluşturulan programın amaçları aşağıda yer aldığı gibidir:

1. Toplumumuzda evlilik danışmanlığına daha çok bireysel olarak başvurulduğu gerçeğinden yola çıkarak, sadece tek bir partnerin katılımıyla gerçekleştirilebilecek bir evlilik doyumunu artırma grup çalışması tasarlamak. Bireydeki ufak bir değişimin sistemi etkileyeceği mantığından yararlanmak.
2. Katılımcıların evlilik ilişkileriyle ilgili genel problem alanlarının farkına varmalarını sağlamak.
3. Katılımcıların iletişim becerilerini, çatışma çözme ve problem çözme becerilerini artırma yoluyla, evlilikleri problemleriyle başa çıkma yeteneklerini geliştirme.

Oluşturulan grup çalışmasında, evlilik ilişkisini geliştirici programlarda yer alması gereken aşağıdaki ana unsurlara, program boyunca çeşitli yöntemlerle yer verilmiştir (Witkin, Edleson, Rose, Hall, 1983 ; Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Butler, Wampler, 1999 ; Aydemir Sevim, 1999 ; Benson, 2000 ; Russell-Chapin, Chapin, Sattler, 2001 ; Deacon, Piercy, 2001).

1. Katılımcıların evlilik ilişkileri içerisinde iletişim becerilerini geliştirmek.
2. Evlilik ilişkisi içerisinde iletişim becerileri ve kendini ifade edebilme açısından kendine güveni arttırmak,
3. Evlilik ilişkisindeki pozitif geri dönütleri arttırmak.
4. İlişki hakkında farkındalık kazanmak,
5. Çatışma ve problem çözme becerilerini geliştirmek.
6. Katılımcıların eşlerine karşı empatik iletişimlerini desteklemek.

Bu amaçla, oluşturulan grup çalışmasında, her seansta kısa öğretici bilgilendirmelere, deneysel öğrenme fırsatlarına, yapılandırılmış ve beceri geliştirici egzersizlere, imajinasyon uygulamalarına, metafor kullanımına ve performans geri dönütlerine yer verilmiştir. Oturumlar arasında verilen ev ödevleriyle öğrenilenlerin günlük hayata aktarılmasını kolaylaştırmak ve bir sonraki seansa yönelik olarak duygusal ve bilişsel hazırlık sağlamak amaçlanmıştır (Witkin, Edleson, Rose, Hall, 1983 ; Smith, Stevens-Smith, 1992 ; Butler, Wampler, 1999 ; Aydemir Sevim, 1999 ; Benson, 2000 ; Russell-Chapin, Chapin, Sattler,

2001 ; Deacon, Piercy, 2001). Ayrıca ev ödevleri programa katılmayan eşin dolaylı yoldan ilişki üzerinde sorumluluk almasını ve programa ilgisini sağlayacak şekilde planlanmıştır.

Davranışçı çift terapisinin aldığı en önemli eleştirilerden bir tanesi, eşlerden herhangi birisi yeterli değişimi gösteremediği veya bu konuda isteksiz olduğu takdirde, diğer eşte karşıt bir tavırla değişim konusunda ciddi bir direnç oluşmasıdır. Bu sebeple son yıllarda geliştirilen çalışmalarda davranışçı terapistlere, eşlerin değişim konusunda karşılıklı olarak desteklenmelerinden ziyade bireysel olarak değişimlerinin desteklenmesi konusunda tavsiyeler verilmektedir (Lawrence, Eldridge, Chirstensen, 1998). Ülkemizde evlilik danışmanlığının henüz yeterince tanınmıyor olması ve evlilikte çözüm arayışlarının her iki çiftin sorumluluğunda gerçekleşmiyor olması, genelde evlilik danışmanlığına bireysel olarak başvurmakla sonuçlanmaktadır. Bu gerçekten yola çıkarak program tek bir eşin katılımına imkan sağlayacak şekilde tasarlanmıştır. Diğer eşin ise dışardan destek vermesine uygun şekilde yapılandırılmıştır. Bu amaçla, oluşturulan grup çalışmasında dikkat edilen noktalar ise aşağıda yer aldığı gibi özetlenebilir:

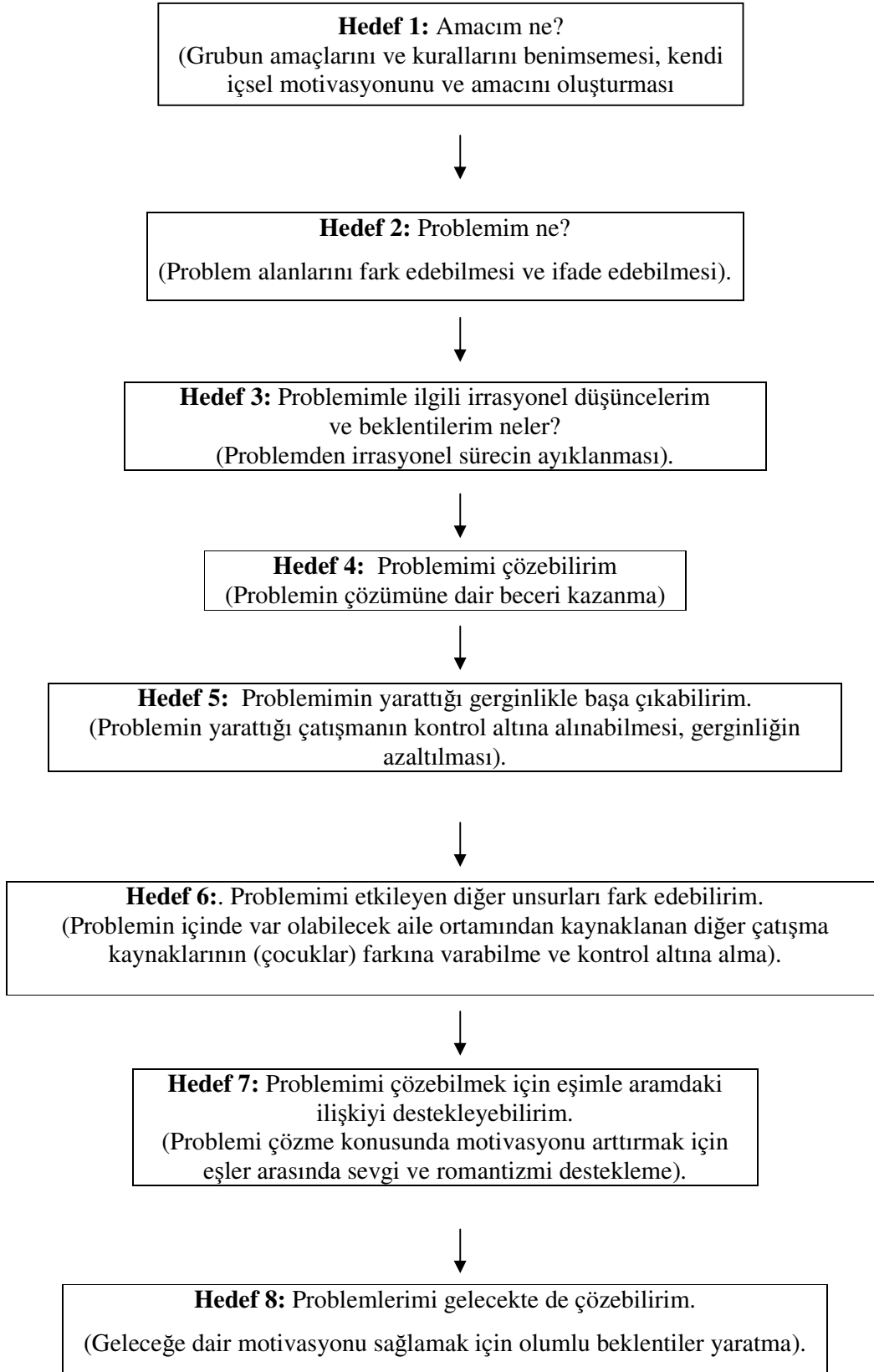
1. Grup çalışması eşlerden birinin tek olarak katılabileceği bir yapıya sahip olduğu için, gruba katılmayan eşin desteğini sağlamak ve kendisinin dışında gelişen bir durumun varlığından kaynaklanabilecek rahatsızlığını önlemek amacıyla, diğer eşe uygulamacı tarafından yazılmış bir mektup gönderilmiştir. Mektubun temel mantığı eşe verilen ev ödevlerine gruba katılmayan diğer eşin katılımını ve desteğini sağlamak ve dolaylı olarak çalışmaya dahil olmasını sağlamaktır. Örnek mektup EK 11'de yer almaktadır.
2. Her uygulamanın sonunda, gruba katılmayan eşin işbirliğini sağlamak ve sorumluluk almasını kolaylaştırmak için, gruba katılan eşin, katılmayan eşe bir mektup yazması veya o gün yaşadıklarına ait duygularını eşiyile sohbet ederek paylaşması sağlanmıştır. Katılımcıların işini kolaylaştırmak için yaşananları kısaca maddeler halinde de özetleyebilecekleri söylenmiştir (Gladding, 2002).
3. Her ne kadar her oturumun kendi içinde ayrı bir amacı olsa da, grubun bütünlüğünü koruma konusuna özen göstererek, diğer oturumlarla gerekli bağlantıların kurulmasına dikkat edilmiştir.

Gruba 9 kadın 3 erkek olmak üzere 12 evli birey katılmış, grubu 9 kadın 1 erkek olmak üzere 10 kişi tamamlamıştır.

Evlilik yaşam döngüsünün farklı basamakları, birbirinden farklı çatışma konuları içermektedir. Bu sebeple her dönemin kendine özgü yapısına uygun müdahale teknikleri geliştirmek gerekmektedir (Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998). Grupta ortak amaçlılığı destekleyebilmek için katılımcıların hepsinin ilk evliliğinde olan, aile yaşam döngüsünün üçüncü ve dördüncü basamaklarında yer alan, en az 5 senelik evli ve çocuk sahibi bireylerden meydana gelmesi düşünülmüştür. Duvall'ın *Aile Yaşam Döngüsü Modeli*'ne göre, yaşam döngüsünün üçüncü ve dördüncü basamaklarında yer alan ailelerle çalışılmıştır. Yaşam döngüsünün üçüncü basamağı, okul öncesi çağda çocuk sahibi ailelere (30 aylık, 6 yaş arası çocuk sahibi olanlar) ve dördüncü basamağı okul çağında çocuğu olan ailelere (6-13 yaş arası çocuk sahibi aileler) tekabül etmektedir (Goldernberg, Goldernberg, 1985 ; Aydın, 2002). Literatüre göre, evliliğin ilk seneleri evlilik doyumunun en yüksek olduğu yıllar olarak yer almaktadır. Bu sebeple en az beş senelik evli olmak şartı aranarak, yeni evliliğin farklı duyulanımlarından uzaklaşmaya çalışılmıştır. Gene literatüre göre evlilik doyumunun ilk çocuğun doğmasıyla beraber düşüşe geçtiği, çocukların okul yılları boyunca da azalmaya devam ettiği bilinmektedir (Noller, Feeney, 2002 ; Kertsen, 1990 ; Rosen-Grandon, 1999 ; Lawrence, Eldridge, Christensen, 1998 ; Synder, 1997 ; McCubin, 1990 ; Lower, 2005). Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2005 yılı verilerine göre de ülkemizde boşanmaların en yaygın olduğu evlilik süresi beşinci yıldan sonra 6-10 yıllık evlilikler içerisinde yer almaktadır. Ayrıca çocukların doğumuyla beraber evlilik doyumunda azalma olmaktadır. Bu sebeple gruba en az beş senelik evli, okul öncesi çağda çocuğa sahip, ilk evliliklerini gerçekleştirmekte olan evli bireyler dahil edilmiştir.

Aşağıdaki şekilde, grup çalışmasının bilişsel hedef haritası yer almaktadır (Oxford, 2003). Haritada yer alan her bir hedef, o hafta için öngörülen danışma amacını temsil etmektedir. Birinci haftanın hedefi katılımcıların grubun amaçlarını ve kurallarını benimsemeleri, kendi içsel motivasyon ve amaçlarını oluşturmaları, ikinci hafta problem alanlarını fark edebilmeleri ve ifade edebilmeleri, üçüncü hafta probleme dair irrasyonel düşünceleri hakkında farkındalık kazanabilmeleri, dördüncü hafta problemin yarattığı gerginlikle başa çıkma ve çatışmanın kontrol altına alınabilmesi, beşinci hafta problemin içinde var olabilecek aile ortamından kaynaklanan diğer çatışma kaynakları (çocuklar ve aile kökeni) hakkında farkındalık kazanma, altıncı hafta problem çözme becerisini kazanma ve geliştirme, yedinci hafta motivasyonu arttırmak için eşlerin arasındaki sevgi ve romantizmi desteklemek, sekizinci hafta ise geleceğe dair motivasyonu sağlamak için olumlu beklentiler yaratmak olarak sıralanmaktadır.





**Şekil 3.4.1. Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışmasının Bilişsel Hedef Haritası  
(Oxford, 2003)**

### 3.4.2.2. Eğitim Programının İçeriği ve Grup Oturumlarında Yapılan Etkinlikler:

Yukarıdaki hedeflere ulaşmak ve gerekli donanımları evli bireylere kazandırmak için, 8 haftadan oluşan grup oturumları hazırlanmıştır. Genelde oturum süreleri 120-150 dakika arasında değişmektedir. Oturumlarda gerçekleştirilen faaliyetler EK 12’de yer almaktadır. Aşağıdaki tabloda grup çalışmasının ana hatları, amaçlar, teknik ve egzersizler ve ev ödevleri bağlamında sunulmuştur.

**Tablo 3.4.41. Evlilik Doyumunu Arttırma Grup Çalışmasının Ana Hatları**

Oturumlar	Amaçlar	Teknik ve Egzersizler	Ev Ödevleri
Tanışma ve Amaç Belirleme	Tanışma, grup kurallarının belirlenmesi,	-Eşimle Nasıl Tanıştım.	-Eşe Mektup.
Problem alanlarını fark edebilme.	Evliliğine dair beklenti ve problemler hakkında farkındalık kazanma.	-Dün, Bugün, Yarın Evlilik Sorgu Listesi.	-Bana Düşen. -Eşe Mektup.
Evlilikte İletişim Becerilerini Geliştirme	Evliliği bütüncül bir yaklaşımla değerlendirebilmek, irrasyonel beklentilerin farkına varmak.	-Hayallerim, Aşkım ve Ben. -Evlilik Mitleri.	-Eşinizi Tanıyor musunuz? -Eşe Mektup.
Evlilikte Problem Çözme	Problemleri çözmeye konusunda kişiye bilişsel-davranışçı bir sistem kazandırma.	-10 Önemli Şey. -Davranış Değiş Tokuşu. -Değişim Destek Kağıdı.	-Eşin Desteği. -Eşe Mektup
Evlilikte İletişim ve Çatışma Çözme	Çatışma odaklarının farkına varmak, gerginliği azaltmak, çözüm hakkında düşünmek.	-Benimle Oynar mısın? -Lastik Bant. -Çözüm Kutusu.	-Piyango. -Eşe Mektup
Çocuklarımız Aile Kökenimiz ve Evliliğimiz	Aile kökeni ve Çocuktan kaynaklanan temel problemlerin fark edilmesi, çocukla iletişimin desteklenmesi, aile içi ortak amaç oluşturma yoluyla aile birlikteliğini destekleme.	-Minik Boş Sandalye. -Masal Günü.	. -10 Önemli Şey. -Eşe Mektup.
Sevgi Dolu Bir Beraberlik ve Romantizm	Sevgi iletişimini ve romantizmi geliştirme yoluyla bağlılığı destekleme.	-Sevgi Bombardmanı. -Evlilik Banka Hesabı.	-Romantik Eş Yarışması. -Eşe Mektup.
Seansların Bütünlüğü ve Kapanış.	Seanslar arasındaki bütünlüğü sağlama, geleceğe dair olumlu beklentiler oluşturma.	-Beş Sene Sonra. -Başarı Belgesi.	-Eşe Mektup.

Genel olarak oturumların bir özeti yapılacak olursa, tablodan da anlaşılacağı üzere, ilk oturum, tanışma, amaçların belirlenmesi, grup kurallarının belirlenmesi ve katılımcıların

problemlerini çözüme konusunda güdülenmelerinin sağlanması üzerinde çalışılmıştır. Ayrıca bu oturumdan hemen önce öntestler verilmiştir. İkinci seansta katılımcıların evliliklerine dair beklentileri ve problem alanları hakkında farkındalık kazanmaları üzerinde durulmuştur. Görünen problem alanları ve görünenin ötesinde var olan problem alanlarını keşfetmeleri üzerinde çalışılmıştır. Üçüncü seans ise evlilikte iletişim becerilerini geliştirebilme, evliliği bütüncül bir yaklaşımla değerlendirerek evliliğe dair işlevsiz inanç ve yaklaşımlarını keşfedebilme, gerçek olmayan beklentilerin farkına varma üzerinde çalışılmıştır. Dördüncü seansta artık katılımcıların problem çözüme becerilerini kazanmaya hazır oldukları düşünülerek, bilişsel-davranışçı bir çerçevede problem çözüme davranışları kazandırmak üzere çalışılmıştır. Beşinci seansta ise iletişim becerileri çatışma çözümüleme konusunda desteklenmiştir. Bu seansta, çatışma odaklarının farkına varabilmek, çatışmayı durdurma ve gerginliği azaltma konusunda beceri kazanarak çatışmayı yönetebilmek üzerinde çalışılmıştır. Altıncı seans evlilik ve evlilik problemleri üzerinde etkili olabilecek diğer faktörlerin (çocuklar ve aile kökeni) fark edilmesi ve bu faktörlerin tanımlanarak kontrol altına alınması konusuna yer verilen bir seanstır. Yedinci seans tüm bu seansa kadarki çabaların desteklenmesi amacıyla eklenmiş bir seanstır. Eşe duyulan yakınlığın ve romantik ilişkisinin desteklenmesi, çiftin arasında yeni ilişki modelleri oluşturulması, pozitif davranışların sağlayacağı kazançların fark edilmesi amacıyla çalışılır. Son seansta ise tüm seansların ortak bütünlüğünü sağlama ve kazanılan davranışların sürdürülmesi konularına ağırlık verilmektedir. Özellikle geleceğe dair olumlu beklentiler oluşturmaya dikkat edilmektedir.

### **3.5. Araştırma Süreci:**

Deney grubuna 8 hafta süreyle haftada bir gün yaklaşık iki-iki buçuk saatlik seanslar dahilinde evlilik doyumunu artırmaya yönelik grupta psikolojik danışma çalışması uygulanmıştır. Kontrol grubuyla bu anlamda herhangi bir çalışma yapılmamıştır.

İlk oturum 10 Mart 2006'da gerçekleştirilmiş, bunu takip eden 8 hafta süresince devam etmiş ve son oturum 28 Nisan 2006 tarihinde gerçekleştirilmiştir. Oturumlara başlangıçta 3 erkek 9 kadın toplam 12 kişi katılmış, devam eden oturumlarda 2 erkek katılımcı işyerlerinden izin alamadıkları gerekçesiyle gruptan ayrılmışlardır. Grubu 1 erkek 9 kadın toplam 10 kişi tamamlamıştır.

Öntest uygulamaları, grup oturumları başlamadan önce yapılmıştır. Öntest dahilinde Evlilik Doyum Ölçeği (EDÖ), Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği uygulanmış ayrıca bir anket formu verilmiştir. Son test uygulamaları grup oturumları sona erdikten sonra yapılmıştır. Kontrol grubunun uygulamaları evrakların kapalı zarfla evlerine gönderilmesi yoluyla gerçekleştirilmiştir.

### 3.6. Verilerin Çözümlemesi:

Verilerin toplanması işlemi tamamlandıktan sonra, uygulanan ölçekler puanlanmıştır. Tüm veriler bilgisayarda kodlanmış ve istatistiksel çözümleri SPSS 13.0 programında yapılmıştır.

Araştırmanın amacına uygun olarak şu istatistiksel çözümler gerçekleştirilmiştir:

1. Deney ve kontrol gruplarının öntest puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla, iki bağımsız grup arasındaki farkı test eden ve parametrik olmayan Mann-Withney U Testi kullanılmıştır.
2. Deney ve kontrol gruplarının sontest puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla, iki bağımsız grup arasındaki farkı test eden ve parametrik olmayan Mann-Withney U Testi kullanılmıştır. Mann-Withney U Testi, Bağımsız Grup t-testinin parametrik olmayan bir dengi, alternatifidir. İki bağımsız örneklem ölçümlerinin dağılımının birbirinden manidar bir farklılık gösterip göstermediğini karşılaştırma imkanı verir. Bu test genellikle t-testinin örneklem varyanslarının homojenlik sayıtlısının ihlal edilmesi durumunda uygulanır. 1987'de yapılan bir araştırmada t-testinin sayıtları çığnense de bu testin null hipotezinin, testin iki örneklem grubunun sayılarının farklı ve daha küçük, örneklemin varyansının daha büyük olması durumunda en iyiyi sağladığı bulunmuştur (Balci, 1997). Örneklerin seçildiği yığınların dağılımları normal değil ve örnek çapları da küçük ise, parametrik teknikler olan t ve Z testlerini kullanmak uygun olmaz. Bu durumda Mann-Withney U Testi kullanmak daha uygun olur. Mann-Withney U Testi'nin Bağımsız Grup t-testi yerine kullanılabilir olduğu kabul edilmektedir (Ünver, Gamgam, 1996).

3. Deney grubunun öntest ve sontest puanları arasında bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla, iki bağımlı grup arasındaki farkı test eden Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi'nden faydalanılmıştır.
4. Kontrol grubunun öntest ve sontest puanları arasında bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla, iki bağımlı grup arasındaki farkı test eden Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi'nden faydalanılmıştır. Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi, ilişkili iki örneklem puanlarının dağılımlarının, birbirinden manidar bir farklılık gösterip göstermediğini test etmede kullanılır. Bağımlı Grup t-testinin parametrik olmayan bir alternatifi olarak düşünülebilir (Balci, 1997). Bu testin, örneğin seçildiği yığının ilgili değişken bakımından dağılımının normal olmadığı ve örnek çapının da küçük olduğu durumlarda kullanılması uygundur (Ünver, Gamgam, 1996).

## BÖLÜM IV: BULGULAR

### 4.1. Bulgular

Bu bölümde, denencelerin test edilmesi sonucu toplanan verilerin istatistiksel çözümlenmeleri ile elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgular, araştırmanın denenceler ve verilerin toplanması kısmında yer alan sırayı takiben verilmiştir.

Deney ve kontrol grubundaki deneklerin sosyal beceri düzeylerinin değerlendirilmesi, araştırmacı tarafından geliştirilen “Evlilik Doyum Ölçeği” ile gerçekleştirilmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan grubun problem çözme becerilerini ve stresle başa çıkma tarzlarını değerlendirmek amacıyla, P.P. Heppner ve C.H. Petersen tarafından 1982 yılında geliştirilen, Türkçe uyarlaması 1993 yılında Hepner, Şahin ve Şahin (Savaşır, Şahin, 1997) tarafından gerçekleştirilmiş olan “Problem Çözme Envanteri” ve Lazarus ve Folkman’ın (1984) “Başa Çıkma Yolları Envanteri (Ways of Coping Inventory)”den hareketle Şahin ve Durak (1995) tarafından geliştirilmiş olan “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği” uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarının uygulanan grup çalışmasının öncesi ve sonrasında elde ettikleri puanlarının karşılaştırılması amacıyla “Evlilik Doyum Ölçeği”, “Problem Çözme Envanteri” ve “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nden elde edilen verilerine Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır. Deney grubunun öntest ve sontest verilerinin karşılaştırılması amacıyla, uygulama sonrası elde edilen puanlara, Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi uygulanmıştır. Bu şekilde denenceler doğrultusunda gruplar arasında farklılıkların olup olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmanın birinci denencesi; “Grup çalışması öncesinde, deney ve kontrol grupları arasında evlilik doyum düzeyleri açısından herhangi bir farklılık yoktur. Evlilik doyum düzeyleri açısından gruplar birbirine denktir” cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin incelenmesi için öncelikle “Evlilik Doyum Ölçeği” ve alt ölçekleri (Evlilik Uyumu: İlişki Mutluluğu, Çatışma, Yakınlık; Öfke, Eşin Ailesiyle İletişim, Ekonomik Anlayış, Ebeveynlik Anlayışı), “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları (Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım) ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları (İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım) öntest-sontest uygulamalarından öğrencilerin aldıkları puanların ortalama, standart sapma, en

düşük ve en yüksek değerleri, deney ve kontrol grupları açısından ayrı ayrı Tablo 4.1.1. ve Tablo 4.1.2.'de sunulmuştur.

**Tablo 4.1.1. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Bu Ölçeklerin Alt Testlerinden Elde Edilen Verilerin Ortalama, Standart Sapma, En Düşük ve En Yüksek Değerlerinin İncelenmesi**

	N	Ortalama	SS	En Düşük	En Yüksek
*Edö genel toplam Öntest	10	42,50	21,97	14	83
Edö genel toplam Sontest	10	24,40	14,92	5	46
EDÖ Birinci Alt Boyut Toplam öntest: Evlilik Uyumu	10	31,50	16,30	9	57
EDÖ Birinci Alt Boyut Toplam sontest: Evlilik Uyumu	10	15,70	13,21	0	38
EDÖ Birinci Boyut Birinci Alt Ölçek öntest: İlişki Mutluluğu	10	13,20	11,67	1	32
EDÖ Birinci Boyut Birinci Alt Ölçek sontest: İlişki Mutluluğu	10	6,50	7,02	0	21
EDÖ Birinci Boyut İkinci Alt Ölçek öntest: Çatışma	10	9,60	1,83	7	13
EDÖ Birinci Boyut İkinci Alt Ölçek sontest: Çatışma	10	5,00	2,90	0	9
EDÖ Birinci Boyut Üçüncü Alt Ölçek öntest: Yakınlık	10	8,70	4,02	0	13
EDÖ Birinci Boyut Üçüncü Alt Ölçek sontest: Yakınlık	10	4,20	4,07	0	10
EDÖ İkinci Alt Boyut öntest: Öfke	10	2,70	3,16	0	11
EDÖ İkinci Alt Boyut sontest: Öfke	10	1,80	1,87	0	6
EDÖ Üçüncü Alt Boyut öntest: Eşlerin Aileleriyle İletişimleri	10	2,10	2,47	0	8
EDÖ Üçüncü Alt Boyut sontest: Eşlerin Aileleriyle İletişimleri	10	1,70	2,66	0	8
EDÖ Dördüncü Alt Boyut öntest: Ekonomik Anlayış	10	0,90	1,52	0	8
EDÖ Dördüncü Alt Boyut sontest: Ekonomik Anlayış	10	1,00	1,56	0	5
EDÖ Beşinci Alt Boyut öntest: Ebeveynlik Anlayışı	10	5,30	3,05	1	9
EDÖ Beşinci Alt Boyut sontest: Ebeveynlik Anlayışı	10	4,30	2,40	1	8
*Problem Çözme Envanteri Toplam Puan öntest	10	104,90	11,28	89	123
Problem Çözme Envanteri Toplam Puan sontest	10	108,80	14,80	91	146
Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut: Acelecı Yaklaşım öntest	10	36,50	9,45	19	50
Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut: Acelecı Yaklaşım sontest	10	37,30	7,68	19	49
Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut: Düşünen Yaklaşım öntest	10	12,30	6,20	5	21

<b>Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut:</b>	10	13,00	6,91	5	30
<b>Düşünen Yaklaşım sontest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut:</b>	10	18,50	3,17	13	24
<b>Kaçınan Yaklaşım öntest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut:</b>	10	18,80	3,22	12	22
<b>Kaçınan Yaklaşım sontest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut:</b>	10	7,30	3,36	3	14
<b>Değerlendirici Yaklaşım öntest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut:</b>	10	8,80	5,07	4	18
<b>Değerlendirici Yaklaşım sontest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut:</b>	10	19,30	4,32	11	26
<b>Kendine Güvenli Yaklaşım öntest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut:</b>	10	20,00	6,96	15	36
<b>Kendine Güvenli Yaklaşım sontest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut:</b>	10	11,00	4,54	4	17
<b>Planlı Yaklaşım öntest</b>					
<b>Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut:</b>	10	10,90	5,10	6	24
<b>Planlı Yaklaşım sontest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut:</b>	10	2,48	0,70	2	4
<b>İyimser Yaklaşım öntest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut:</b>	10	2,82	0,22	3	3
<b>İyimser Yaklaşım sontest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut:</b>	10	2,25	0,57	1	3
<b>Sosyal Destek Arama öntest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut:</b>	10	2,63	0,27	2	3
<b>Sosyal Destek Arama sontest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut:</b>	10	2,41	0,56	1	3
<b>Çaresiz Yaklaşım öntest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut:</b>	10	2,33	0,49	2	3
<b>Çaresiz Yaklaşım sontest</b>					
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut: Boyun Eğici Yaklaşım öntest</b>	10	1,82	0,46	1	2
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut: Boyun Eğici Yaklaşım sontest</b>	10	1,73	0,52	1	3
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut: Kendine Güvenli Yaklaşım öntest</b>	10	2,94	0,53	2	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut: Kendine Güvenli Yaklaşım sontest</b>	10	3,24	0,48	2	4

\*Evlilik Doyum Ölçeği'nden alınan puanların yüksekliği kişinin evlilik doyumunun düşük olduğu ve Problem Çözme Envanteri'nden alınan puanların yüksekliği, kişinin problem çözme becerisinin düşük olduğu anlamına gelmektedir.



**Tablo 4.1.2. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Bu Ölçeklerin Alt Testlerinden Elde Edilen Verilerin Ortalama, Standart Sapma, En Düşük ve En Yüksek Değerlerinin İncelenmesi**

	N	Ortalama	SS	En Düşük	En Yüksek
*Edö genel toplam	10	52,00	22,22	20	80
Öntest					
Edö genel toplam Sontest	10	52,30	22,90	18	80
EDÖ Birinci Alt Boyut Toplam öntest:	10	34,40	16,80	12	54
Evlilik Uyumu					
EDÖ Birinci Alt Boyut Toplam sontest:	10	34,30	17,20	10	54
Evlilik Uyumu					
EDÖ Birinci Boyut Birinci Alt Ölçek öntest:	10	16,80	9,86	4	32
İlişki Mutluluğu					
EDÖ Birinci Boyut Birinci Alt Ölçek sontest:	10	16,50	10,10	4	32
İlişki Mutluluğu					
EDÖ Birinci Boyut İkinci Alt Ölçek öntest:	10	9,50	3,40	4	14
Çatışma					
EDÖ Birinci Boyut İkinci Alt Ölçek sontest:	10	9,60	3,53	4	14
Çatışma					
EDÖ Birinci Boyut Üçüncü Alt Ölçek öntest:	10	8,10	4,90	2	14
Yakınlık					
EDÖ Birinci Boyut Üçüncü Alt Ölçek sontest:	10	8,20	4,80	2	14
Yakınlık					
EDÖ İkinci Alt Boyut öntest:	10	5,20	2,44	2	9
Öfke					
EDÖ İkinci Alt Boyut sontest:	10	5,60	2,79	2	10
Öfke					
EDÖ Üçüncü Alt Boyut öntest:	10	5,20	2,65	2	9
Eşlerin Aileleriyle İletişimleri					
EDÖ Üçüncü Alt Boyut sontest:	10	5,30	2,66	2	9
Eşlerin Aileleriyle İletişimleri					
EDÖ Dördüncü Alt Boyut öntest:	10	2,10	1,44	0	4
Ekonomik Anlayış					
EDÖ Dördüncü Alt Boyut sontest:	10	2,20	1,39	0	4
Ekonomik Anlayış					
EDÖ Beşinci Alt Boyut öntest:	10	5,10	3,10	0	9
Ebeveynlik Anlayışı					
EDÖ Beşinci Alt Boyut sontest:	10	4,90	3,17	0	9
Ebeveynlik Anlayışı					
*Problem Çözme Envanteri	10	94,80	18,18	61	119
Toplam Puan öntest					
Problem Çözme Envanteri	10	99,20	23,98	53	136
Toplam Puan sontest					
Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut:	10	36,20	10,98	18	51
Aceleci Yaklaşım öntest					
Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut:	10	35,80	11,76	15	50
Aceleci Yaklaşım sontest					
Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut:	10	11,80	6,10	5	24
Düşünen Yaklaşım öntest					
Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut:	10	13,70	6,68	5	25
Düşünen Yaklaşım sontest					
Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut:	10	16,10	6,04	8	24
Kaçınan Yaklaşım öntest					
Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut:	10	17,20	6,30	7	24
Kaçınan Yaklaşım sontest					
Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut:	10	6,70	3,52	3	12
Değerlendirici Yaklaşım öntest					

<b>Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut:</b> <b>Değerlendirici Yaklaşım sontest</b>	10	6,50	3,89	3	15
<b>Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut:</b> <b>Kendine Güvenli Yaklaşım öntest</b>	10	15,20	4,07	11	23
<b>Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut:</b> <b>Kendine Güvenli Yaklaşım sontest</b>	10	16,70	6,00	10	31
<b>Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut:</b> <b>Planlı Yaklaşım öntest</b>	10	8,80	4,26	4	18
<b>Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut:</b> <b>Planlı Yaklaşım sontest</b>	10	9,30	5,33	4	19
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut:</b> <b>İyimser Yaklaşım öntest</b>	10	2,34	0,80	1	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut:</b> <b>İyimser Yaklaşım sontest</b>	10	2,42	0,72	1	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut:</b> <b>Sosyal Destek Arama öntest</b>	10	2,50	0,69	1	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut:</b> <b>Sosyal Destek Arama sontest</b>	10	2,50	0,79	1	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut:</b> <b>Çaresiz Yaklaşım öntest</b>	10	1,96	0,52	1	3
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut:</b> <b>Çaresiz Yaklaşım sontest</b>	10	2,00	0,55	1	3
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut: Boyun Eğici Yaklaşım öntest</b>	10	1,57	0,47	1	3
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut: Boyun Eğici Yaklaşım sontest</b>	10	1,78	0,58	1	3
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut:</b> <b>Kendine Güvenli Yaklaşım öntest</b>	10	2,70	0,69	2	4
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut:</b> <b>Kendine Güvenli Yaklaşım sontest</b>	10	2,64	0,78	1	4

\*Evlilik Doyum Ölçeği'nden alınan puanların yüksekliği kişinin evlilik doyumunun düşük olduğu ve Problem Çözme Envanteri'nden alınan puanların yüksekliği, kişinin problem çözme becerisinin düşük olduğu anlamına gelmektedir.

Grup çalışmasına başlamadan önce, deney ve kontrol gruplarının evlilik doyum düzeylerinin birbirlerine denkliği ve grup çalışması sonucunda gruplar arasındaki farklılığı tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U Testinden yararlanılmış ve araştırmanın birinci denencesi test edilmiştir.

**Tablo 4.1.3. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeğinin Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	9,80	98,00	43,00	-,530	p>.05
Kontrol	10	11,10	112,00			

Tablo 4.1.3.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,80, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,10'dur. U değeri 43,00 ve Z değeri -,530 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "evlilik doyum" puanları açısından anlamlı bir farklılık

yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “evlilik doyumu” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.4. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,00	100,00	45,00	-,378	p>.05
Kontrol	10	11,00	110,00			

Tablo 4.1.4.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,00, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,00’dır. U değeri 45,00 ve Z değeri -,378 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “evlilik uyumu” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “evlilik uyumu” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.5. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “İlişki Mutluluğu” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	p
Deney	10	9,00	91,00	36,00	-1,060	p>.05
Kontrol	10	11,90	119,00			

Tablo 4.1.5.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,00, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,90’dır. U değeri 36,00 ve Z değeri -1,060 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “ilişki mutluluğu” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “ilişki mutluluğu” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.6. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	p
Deney	10	10,25	102,50	47,50	-,190	p>.05
Kontrol	10	10,75	107,50			

Tablo 4.1.6.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,25, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,75'dir. U değeri 47,50 ve Z değeri -,190 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "çatışma" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "çatışma" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.7. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği "Yakınlık" Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	p
Deney	10	10,55	105,50	49,50	-,038	p>.05
Kontrol	10	10,454	104,50			

Tablo 4.1.7.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,55, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,45'dir. U değeri 49,50 ve Z değeri -,038 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "yakınlık" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "yakınlık" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.8. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut "Öfke" Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	9,25	92,50	37,50	-,967	p>.05
Kontrol	10	11,75	117,50			

Tablo 4.1.8.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,25, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,75'dir. U değeri 37,50 ve Z değeri -,967 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "öfke" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "öfke" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.9. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,05	100,50	45,50	-,726	p>.05
Kontrol	10	10,95	109,50			

Tablo 4.1.9.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,05 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,95’dir. U değeri 45,50 ve Z değeri -,726 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “eşin ailesiyle iletişim” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “eşin ailesiyle iletişim” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.10. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	9,25	100,50	37,50	-1,011	p>.05
Kontrol	10	11,75	109,50			

Tablo 4.1.10.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,25 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,75’dir. U değeri 37,50 ve Z değeri -1,011 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “ekonomik anlayış” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “ekonomik anlayış” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.11. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayışı” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,00	100,50	45,00	-,382	p>.05
Kontrol	10	10,00	109,50			

Tablo 4.1.11.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,00 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,00’dır. U değeri 45,00 ve Z değeri -,382 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “ebeveynlik anlayışı” puanları açısından anlamlı bir farklılık

yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “ebeveynlik anlayışı” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

Araştırmanın ikinci denencesi; “Grup çalışması öncesinde, deney ve kontrol grupları arasında problem çözme becerisi ve stresle başa çıkma tarzları açısından herhangi bir farklılık yoktur. Bu özellikler açısından gruplar birbirine denktir” cümlesiyle ifade edilmiştir. Grup çalışmasına başlamadan önce deney ve kontrol gruplarına, Evlilik Doyum Ölçeği’nin yanı sıra Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarının problem çözme seviyelerinin ve stresle başa çıkma tarzlarının denkliliği ve grup çalışması sonucunda gruplar arasındaki farklılığı tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U Testinden yararlanılmıştır.

**Tablo 4.1.12. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	12,05	120,50	34,50	-1,174	p>.05
Kontrol	10	8,95	89,50			

Tablo 4.1.12.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 12,05 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 8,95’dir. U değeri 34,50 ve Z değeri –1,174 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “problem çözme” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “problem çözme” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.13. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut “Aceleci Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,50	105,00	50,00	-1,000	p>.05
Kontrol	10	10,50	105,00			

Tablo 4.1.13.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,50 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,50’dir. U değeri 50,00 ve Z değeri –1,000 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “aceleci yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık

yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “aceleci yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.14. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut “Düşünen Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,70	107,00	48,00	-,152	p>.05
Kontrol	10	10,30	103,00			

Tablo 4.1.14.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,70 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,30’dır. U değeri 48,00 ve Z değeri -,152 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “düşünen yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “düşünen yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.15. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut “Kaçınan Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,75	117,50	37,50	-,950	p>.05
Kontrol	10	9,25	92,50			

Tablo 4.1.15.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,75 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 9,25’dır. U değeri 37,50 ve Z değeri -,950 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “kaçınan yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “kaçınan yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.16. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut “Değerlendirici Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,20	112,00	43,00	-,534	p>.05
Kontrol	10	9,80	98,00			

Tablo 4.1.16.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,20 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 9,80'dir. U değeri 43,00 ve Z değeri  $-0,534$  olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "değerlendirici yaklaşım" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "değerlendirici yaklaşım" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.17. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut "Kendine Güvenli Yaklaşım" Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	13,00	130,00	25,00	-1,898	p>.05
Kontrol	10	8,00	80,00			

Tablo 4.1.17.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 13,00 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 8,00'dir. U değeri 25,00 ve Z değeri  $-1,898$  olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "kendine güvenli yaklaşım" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "kendine güvenli yaklaşım" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.18. Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut "Planlı Yaklaşım" Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,85	118,50	36,50	-1,025	p>.05
Kontrol	10	9,15	91,50			

Tablo 4.1.18.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,85 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 9,15'dir. U değeri 36,50 ve Z değeri  $-1,025$  olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest "planlı yaklaşım" puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest "planlı yaklaşım" puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.



**Tablo 4.1.19. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Birinci Alt Boyut “İyimser Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,45	104,50	49,50	-,038	p>.05
Kontrol	10	10,55	105,50			

Tablo 4.1.19.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,45 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 10,55’dir. U değeri 49,50 ve Z değeri -,038 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “iyimser yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “iyimser yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir

**Tablo 4.1.20. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği İkinci Alt Boyut “Sosyal Destek Arama” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	9,35	93,50	38,50	-,888	p>.05
Kontrol	10	11,65	116,50			

Tablo 4.1.20.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,35 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,65’dir. U değeri 38,50 ve Z değeri -,888 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “sosyal destek arama” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “sosyal destek arama” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.21. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Çaresiz Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	12,60	126,00	29,00	-1,600	p>.05
Kontrol	10	8,40	84,00			

Tablo 4.1.21.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 12,60 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 8,40’dir. U değeri 29,00 ve Z değeri -1,600 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “çaresiz yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık

yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “çaresiz yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.22. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Boyun Eğici Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,95	119,50	35,50	-1,104	p>.05
Kontrol	10	9,05	90,50			

Tablo 4.1.22.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,95 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 9,05’dir. U değeri 35,50 ve Z değeri –1,104 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “boyun eğici yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “boyun eğici yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

**Tablo 4.1.23. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Kendine Güvenli Yaklaşım” Öntestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	11,40	114,00	41,00	-,691	p>.05
Kontrol	10	9,60	96,00			

Tablo 4.1.23.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 11,40 kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 9,60’dir. U değeri 41,00 ve Z değeri –,691 olup, deney ve kontrol grupları arasında öntest “kendine güvenli yaklaşım” puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur. Bu sonuçlara bakarak öntest “kendine güvenli yaklaşım” puanları açısından deney ve kontrol gruplarının istatistiksel olarak denk gruplar oldukları söylenebilir.

Araştırmanın üçüncü denencesi “*Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır*” cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney U Testi sonuçları sırasıyla verilmiştir (Tablo 4.1.24, 4.1.25, 4.1.26, 4.1.27, 4.1.28, 4.1.29, 4.1.30, 4.1.31, 4.1.32).

**Tablo 4.1.24. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeğinin Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	p
Deney	10	7,35	73,50	18,50	-2,383	p<.05
Kontrol	10	13,65	136,50			

Tablo 4.1.24.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,35, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,65'dir. U değeri 18,50 ve Z değeri -2,383 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest "evlilik doyum" puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır ( $p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre evlilik doyum puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyum ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun "evlilik doyum" düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin evlilik doyumsuzluklarını azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.25. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut "Evlilik Uyumu" Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	7,40	74,00	19,00	-2,343	p<.05
Kontrol	10	13,60	136,00			

Tablo 4.1.25.'de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,40, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,60'dır. U değeri 19,00 ve Z değeri -2,343 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest "evlilik uyumu" puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır ( $p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre "evlilik uyumu" puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyum ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun "evlilik

uyumu” düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin evlilik uyumsuzluklarını azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.26. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “İlişki Mutluluğu” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	7,50	75,00	20,00	-2,275	p<.05
Kontrol	10	13,50	135,00			

Tablo 4.1.26.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,50, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,50’dir. U değeri 20,00 ve Z değeri -2,275 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest “ilişki mutluluğu” puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır (p<.05). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre mutluluk puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyum ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun “ilişki mutluluğu” düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin evliliklerinden duydukları mutsuzluğu azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.27. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	7,20	72,00	17,00	-2,504	p<.05
Kontrol	10	13,80	138,00			

Tablo 4.1.27.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,20, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,80’dir. U değeri 17,00 ve Z değeri -2,504 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest “çatışma” puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır (p<.05). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre “çatışma” puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyum ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına

gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun “çatışma” düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin evliliklerindeki çatışma düzeylerini azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.28. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	7,80	78,00	23,00	-2,055	p<.05
Kontrol	10	13,20	132,00			

Tablo 4.1.28.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,80, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,20’dir. U değeri 23,00 ve Z değeri -2,055 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest “yakınlık” puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır (p<.05). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre “yakınlık” puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyum ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun “yakınlık” düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının eşe duyulan yakınlığa bağlı evlilik doyumsuzluğunu azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.29. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Öfke” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	7,05	70,50	15,50	-2,705	p<.01
Kontrol	10	13,95	139,50			

Tablo 4.1.29.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 7,05, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 13,95’dir. U değeri 15,50 ve Z değeri -2,705 olup, deney ve kontrol grupları arasında sontest “öfke” puanları açısından anlamlı bir farklılık vardır (p<.01). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre

“öfke” puanlarının daha düşük olduğu gözlenmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puan almak yüksek doyum, yüksek puan almak ise düşük doyum anlamına gelmektedir. Ölçekten daha düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükseldiği anlamına geldiği bilgisi göz önünde bulundurulursa, deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bu durumda deney grubuyla gerçekleştirilen çalışma, grubun “öfke” düzeyinde anlamlı bir değişiklik meydana geldiğinin göstergesidir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin eşlerine yönelik öfke seviyelerini azalttığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.30. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	8,50	85,00	30,00	-1,556	p>.05
Kontrol	10	12,50	125,00			

Tablo 4.1.30.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 8,50, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 12,50’dir. U değeri 30,00 ve Z değeri -1,556 olup, deney ve kontrol gruplarının sontest “eşin ailesiyle iletişim” puanları arasında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin “eşin ailesinden kaynaklanan tatminsizlik” seviyelerinde bir fark yaratmadığı söylenebilir. .

**Tablo 4.1.31. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	9,35	93,50	38,50	-,915	p>.05
Kontrol	10	11,65	116,50			

Tablo 4.1.31.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 9,35, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,65’dir. U değeri 38,50 ve Z değeri -,915 olup, deney ve kontrol gruplarının sontest “ekonomik anlayış” puanları arasında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin “ekonomik anlayış”larına bağlı problem alanları üzerinde bir fark yaratmadığı söylenebilir.

**Tablo 4.1.32. Deney ve Kontrol Gruplarının Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayışı” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	10,10	101,00	46,00	-,305	p>.05
Kontrol	10	10,90	109,00			

Tablo 4.1.32.’da görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 10,10, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 11,90’dır. U değeri 46,00 ve Z değeri -,305 olup, deney ve kontrol gruplarının sontest “ebeveynlik anlayışı” puanları arasında, gruplar arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Dolayısıyla, grup çalışmasının bireylerin “ebeveynlik anlayışı”na bağlı problem seviyelerinde bir fark yaratmadığı söylenebilir.

Araştırmanın dördüncü denencesi, *“Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır”* cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım puanları üzerinde Mann-Whitney U Testi uygulaması yapılmıştır. Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde, deney ve kontrol gruplarının sontest “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir (p>.05). Sonuçlara ait tablolar ekler bölümünde yer almaktadır (Bkz: EK 1 ; EK 2)

Tablo 4.1.33.’de görüldüğü üzere, uygulanan Mann-Whitney U Testi neticesinde sadece “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin “Kendine Güvenli Yaklaşım” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır.

**Tablo 4.1.33. Deney ve Kontrol Gruplarının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Kendine Güvenli Yaklaşım” Sontestinden Elde Edilen Verilerinin Mann-Whitney U Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	U	Z	P
Deney	10	13,25	132,50	22,50	-2,100	p<.05
Kontrol	10	7,75	77,50			

Tablo 4.1.33.’de görüldüğü gibi deney grubunun sıralamalar ortalaması 13,25, kontrol grubunun sıralamalar ortalaması 7,75’dir. U değeri 22,50 ve Z değeri -2,100 olup, deney ve kontrol grupları arasında Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği sontest “Kendine Güvenli Yaklaşım” puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir farklılık vardır (p<.05). Sıra ortalamaları dikkate alındığında, grup çalışmasına katılan bireylerin katılmayanlara göre “Kendine Güvenli Yaklaşım” puanlarının daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Dolayısıyla, grup çalışmasının katılımcıların stresle başa çıkma konusunda “kendine güvenli yaklaşım”larını arttırdığı söylenebilir.

Araştırmanın beşinci denencesi, “*Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubu üyelerinin öntest evlilik doyum puanlarıyla, sontest evlilik doyum puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır*” cümlesiyle ifade edilmiştir.

Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla yapılan Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş sıra Sayıları Testi sonuçları sırasıyla verilmiştir (Tablo 4.1.34, 4.1.35, 4.1.36, 4.1.37, 4.1.38, 4.1.39, 4.1.40, 4.1.41, 4.1.42,)

**Tablo 4.1.34. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği’nden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	n	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	p
Negatif değerler	9	5,53	52,50	-2,55	p<.05
Pozitif değerler	1	2,50	2,50		
Eşit değerler	0	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “evlilik doyum” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo



4.1.34’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin evlilik doyumu ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,55$ ,  $p<.05$ ). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin evlilik doyumlarını geliştirmekte önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.35. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	p
Negatif değerler	9	5,89	53,00		
Pozitif değerler	1	2,00	2,00	-2,59	p<.05
Eşit değerler	0	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “evlilik uyumu” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.35’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin “evlilik uyumu” ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,59$ ,  $p<.05$ ). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin evliliğe uyumlarını geliştirmekte önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.36. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “İlişki Mutluluğu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	8	5,00	40,00		
Pozitif değerler	1	5,00	5,00	-2,07	p<.05
Eşit değerler	1	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “ilişki mutluluğu” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.36’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin “ilişki mutluluğu” ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,07$ ,  $p<.05$ ). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin evliliklerinden duydukları mutluluğu arttırmakta önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.37. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	10	5,50	55,00		
Pozitif değerler	0	0,00	0,00	-2,81	p<.05
Eşit değerler	0	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “çatışma” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.37’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin “çatışma” ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,81$ ,  $p<.05$ ). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif

sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin evliliklerinden yaşadıkları çatışma düzeylerini azaltmakta önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.38. Deney Grubunun Evlilik Doyumu Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	8	4,50	36,00		
Pozitif değerler	0	0,00	0,00	-2,52	P<.05
Eşit değerler	2	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “yakınlık” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.38’de verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin “yakınlık” ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,52$ ,  $p<.05$ ). Fark puanı sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin eşlerine duydukları yakınlığı arttırmakta önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.39. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Öfke” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	7	4,71	33,00		
Pozitif değerler	1	3,00	3,00	-2,15	P<.05
Eşit değerler	2	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “öfke” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.39’da verilmiştir. Analiz sonuçları, araştırmaya katılan bireylerin “öfke” ölçeğinden aldıkları deney öncesi ve sonrası puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ( $z=-2,15$ ,  $p<.05$ ). Fark puanlarının sıra toplamları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın negatif sıralar, yani öntest puanı lehinde olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ölçeğinden düşük puanlar almanın evlilik doyumunun yükselmesi anlamına geldiği dikkate alındığında, düzenlenen grup çalışmasının bireylerin eşlerine karşı öfke düzeylerini azaltmakta önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 4.1.40. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	3	2,50	7,50		
Pozitif değerler	1	2,50	2,50	-,357	$p>.05$
Eşit değerler	6	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “eşin ailesiyle iletişim” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.40’da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun öntest “eşin ailesiyle iletişim” puanları ile sontest “eşin ailesiyle iletişim” puanlarının z değeri  $-,357$ ’dir ( $p>.05$ ). Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Uygulanan grup çalışmasının “eşin ailesiyle iletişim” üzerinde etkili bir fark yaratmadığı görülmektedir.

**Tablo 4.1.41. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	2	3,00	6,00		
Pozitif değerler	3	3,00	9,00	-,655	p>.05
Eşit değerler	5	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “ekonomik anlayış” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.41’de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun öntest “ekonomik anlayış” puanları ile sontest “ekonomik anlayış” puanlarının z değeri -,655’dir (p>.05). Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Uygulanan grup çalışmasının “ekonomik anlayış”tan kaynaklanan evlilik doyumsuzluğu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı görülmektedir.

**Tablo 4.1.42. Deney Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	6	3,67	22,00		
Pozitif değerler	1	6,00	6,00	-,172	p>.05
Eşit değerler	3	-	-		
Toplam	10	-	-		

Katılımcıların deney öncesi ve sonrası “ebeveynlik anlayışı” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.42’de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre deney grubunun öntest “ebeveynlik anlayışı” puanları ile sontest “ebeveynlik anlayışı” puanlarının z değeri -,172’dir (p>.05). Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Uygulanan grup çalışmasının “ebeveynlik anlayışı”ndan kaynaklanan evlilik doyumsuzluğu üzerinde etkili bir fark yaratmadığı görülmektedir.

Araştırmanın altıncı denencesi, “Yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubu üyelerinin öntest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır” cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım puanları üzerinde Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi uygulaması yapılmıştır. Yapılan analizler neticesinde, bahsi geçen ölçeklerin hiç birinde öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Yapılan analiz sonuçları ekler bölümünde yer almaktadır (Bkz: EK 3 ; EK 4).

Araştırmanın yedinci denencesi “Yapılan grup çalışması sonrasında kontrol grubunda yer alan üyelerin “Evlilik Doyum Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında, öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır” cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla yapılan Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi sonuçları sırasıyla verilmiştir.

**Tablo 4.1.43. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği’nden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	n	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	p
Negatif değerler	3	5,00	15,00		
Pozitif değerler	4	3,25	13,00	-,172	p>.05
Eşit değerler	3	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.43.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest evlilik doyumu puanları ile sontest evlilik doyumu puanlarının z değeri -,172’dir. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.44. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyut “Evlilik Uyumu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	3	5,33	16,00		
Pozitif değerler	4	3,00	12,00	-,351	p>.05
Eşit değerler	3	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.44.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “evlilik uyumu” puanları ile sontest “evlilik uyumu” puanlarının z değeri -,351. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.45. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Birinci Alt Ölçeği “İlişki Mutluluğu” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	2	2,50	5,00		
Pozitif değerler	1	1,00	1,00	-,276	p>.05
Eşit değerler	7	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.45.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “ilişki mutluluğu” puanları ile sontest “ilişki mutluluğu” puanlarının z değeri -,276. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.46. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun İkinci Alt Ölçeği “Çatışma” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	0	0,00	0,00		
Pozitif değerler	1	1,00	1,00	-1,00	p>.05
Eşit değerler	9	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.46.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “çatışma” puanları ile sontest “çatışma” puanlarının z değeri -1,00. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.47. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Birinci Alt Boyutun Üçüncü Alt Ölçeği “Yakınlık” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	1	2,00	2,00		
Pozitif değerler	2	2,00	4,00	-,577	p>.05
Eşit değerler	7	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.47.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “yakınlık” puanları ile sontest “yakınlık” puanlarının z değeri -,577. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.



**Tablo 4.1.48. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği İkinci Alt Boyut “Öfke” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	0	0,00	0,00		
Pozitif değerler	0	0,00	0,00	-0,00	p>.05
Eşit değerler	10	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.48.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “öfke” puanları ile sontest “öfke” puanlarının z değeri -0,00. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.49. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Üçüncü Alt Boyut “Eşin Ailesiyle İletişim” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	0	0,00	0,00		
Pozitif değerler	1	1,00	1,00	-1,00	p>.05
Eşit değerler	9	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.49.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “eşin ailesiyle iletişim” puanları ile sontest “eşin ailesiyle iletişim” puanlarının z değeri -1,00’dir. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.50. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Dördüncü Alt Boyut “Ekonomik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	0	0,00	0,00		
Pozitif değerler	1	1,00	1,00	-1,00	p>.05
Eşit değerler	9	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.50.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “ekonomik anlayış” puanları ile sontest “ekonomik anlayış” puanlarının z değeri -1,00’dir. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

**Tablo 4.1.51. Kontrol Grubunun Evlilik Doyum Ölçeği Beşinci Alt Boyut “Ebeveynlik Anlayış” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	2	1,50	3,00		
Pozitif değerler	0	0,00	0,00	-1,414	p>.05
Eşit değerler	8	-	-		
Toplam	10	-	-		

Tablo 4.1.51.’de görüldüğü gibi kontrol grubunun öntest “ebeveynlik anlayışı” puanları ile sontest “ebeveynlik anlayışı” puanlarının z değeri -1,41’dir. Öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir fark elde edilmemiştir.

Araştırmanın sekizinci denencesi, “Yapılan grup çalışması sonrasında kontrol grubunda yer alan üyelerin “Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında, öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır” cümlesiyle ifade edilmiştir. Bu denencenin test edilebilmesi amacıyla “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama,

Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım puanları üzerinde Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi uygulaması yapılmıştır. Araştırmanın altıncı denencesinin sınanması esnasında, EK 5 ve EK 6’da görülebileceği gibi deney grubu açısından bu özelliklerin hiç birisinde öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Aynı şekilde EK 5’de görülebileceği gibi kontrol grubu açısından da Problem Çözme Envanteri’nin ikinci alt boyutu “düşünen yaklaşım” hariç diğer alt boyutların hiçbirisinde öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Problem Çözme Envanteri’nin ikinci alt boyutu “düşünen yaklaşım” puanlarında kontrol grubunun öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır.

**Tablo 4.1.52. Kontrol Grubunun Problem Çözme Envanteri’nin İkinci Alt Boyutu “Düşünen Yaklaşım” Ölçümünden Elde Edilen Öntest ve Sontest Verilerinin Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testi İle İncelenmesi**

	N	Sıralamalar Ortalaması	Sıralamalar Toplamı	Z	P
Negatif değerler	1	2,00	2,00		
Pozitif değerler	7	4,86	34,00	-2,254	p<.05
Eşit değerler	2	-	-		
Toplam	10	-	-		

Kontrol grubunun deney öncesi ve sonrası Problem Çözme Envanteri “düşünene yaklaşım” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları Tablo 4.1.52’de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre z değeri -2,254’tür. Bu sonuca göre kontrol grubunun ilgili değişkene bağlı olarak öntest ve son test puanları arasında anlamlı bir farklılık oluşmuştur.

## BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, bu araştırma sonucunda varılan yargılar ve bunlara bağlı olarak öneriler sunulmuştur.

### 5.1. Sonuç ve Tartışma:

Bu araştırma sonucunda varılan yargıları şu şekilde sıralayabiliriz;

1. Araştırmacı tarafından geliştirilen “ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması”, evli bireylerin evlilik doyumlarını geliştirmektedir.
2. Gruptaki bireylerin evlilik uyumlarını geliştirmektedir.
3. Gruptaki bireylerin evlilik ilişkilerinden duydukları mutluluğu arttırmaktadır.
4. Gruptaki bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları eşle çatışmalarını azaltmaktadır.
5. Gruptaki bireylerin eşlerine duydukları yakınlığı arttırmaktadır.
6. Gruptaki bireylerin eşlerine karşı öfkelerini azaltmaktadır.
7. Araştırmacı tarafından geliştirilen “ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması”, evli bireylerin stresle başa çıkma konusunda kendilerine güvenlerini arttırmaktadır.
8. Araştırmacı tarafından geliştirilen “ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması”, evli bireylerin eşlerinin ailelerinden kaynaklanan problemler, evlilik ilişkilerine yansıyan maddi kaynaklı problemler ve ebeveynlik anlayışlarıyla ilgili problemler konusunda etkili bir rol oynamamaktadır.

Bu araştırmada, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan ve evlilikten elde edilen psikolojik doyumun arttırılmasına yönelik olarak kurgulanmış grup çalışmasının etkililiği sınanmıştır. Araştırmada, hepsi ilk evliliğinde olan, aile yaşam döngüsünün üçüncü ve dördüncü basamaklarında yer alan, en az 5 senelik evli ve ocuk sahibi bireylerin problem çözme becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumlarını arttırmak üzere çalışılmıştır.

Bu bölümde ise, denenceler doğrultusunda elde edilen bulguların yorumuna yer verilmiştir.

Araştırmanın ilk iki denencesi; yapılan grup çalışmasından önce deney ve kontrol gruplarının Evlilik Doyum leği'nin ölçtüğü evlilik doyum düzeyleri ile Problem zme Envanteri'nin ölçtüğü problem çözme düzeyleri ve Stres Başa ıkma Tarzları leği'nin ölçtüğü stresle başa çıkma tarzları açısından birbirine denk olup olmadığı araştırılmış ve her iki grubunda bu değişkenler açısından birbirine denk olduğu grlmştir (Tablo 4.1.3., 4.1.4., 4.1.5., 4.1.6., 4.1.7., 4.1.8., 4.1.9., 4.1.10., 4.1.11., 4.1.12., 4.1.13., 4.1.14., 4.1.15., 4.1.16., 4.1.17., 4.1.18., 4.1.19., 4.1.20., 4.1.21., 4.1.22., 4.1.23.). Bu şekilde araştırmanın ilk iki denencesinin geçerli olduğu değerlendirilmiştir.

Araştırmanın nc denencesi *yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest evlilik doyum puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır* cümlesiyle ifade edilmiştir.

Elde edilen bulgular, deney grubuna uygulanan evlilik doyumunu arttırmaya yönelik grup çalışmasının, katılımcıların evlilik doyum düzeylerinde ve buna bağlı olarak evlilik uyumlarında, ilişkilerine bağlı mutluluk seviyelerinde, ilişki içerisindeki çatışma düzeylerinde, eşlerine duydukları yakınlık seviyesinde ve eşlerine yönelik öfke seviyelerinde anlamlı bir değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir. Bununla beraber gruptaki katılımcıların, eşlerinin aileleriyle iletişimlerinde, ekonomik konulardan kaynaklanan ilişki problemleri üzerinde ve ebeveynlik anlayışlarıyla ilgili problemler üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişiklik elde edilememiştir (4.1.24., 4.1.25., 4.1.26., 4.1.27., 4.1.28., 4.1.29., 4.1.30., 4.1.31., 4.1.32.).

Araştırmanın dördüncü denencesi, *yapılan grup çalışması sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest problem çözme becerileri ve stresle*

*başa çıkma tarzları puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır* cümlesiyle ifade edilmiştir. Elde edilen bulgular, deney grubuyla gerçekleştirilen çalışmanın katılımcıların yalnızca stresle başa çıkma konusunda kendine güvenli yaklaşımlarını geliştirdiğini göstermektedir (Tablo 4.1.33). Deney grubuyla gerçekleştirilen çalışmanın “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım ile “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım puanları üzerinde herhangi bir değişiklik yaratmadığını göstermektedir (Bkz: EK 1; EK 2).

Araştırmanın beşinci denencesi, *uygulanan evlilik doyumunu arttırmaya yönelik grup çalışmasının deney grubu üyelerinin Evlilik Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü evlilik doyum düzeylerini ne oranda etkilediğinin belirlenmesidir*. Elde edilen bulgulara göre, deney grubu üyelerinin genel olarak evlilik doyum düzeylerinde, evlilik uyumu, ilişki mutluluğu, eşle çatışma, eşe duyulan yakınlık, eşe duyulan öfke düzeylerinde olumlu yönde değişiklik meydana geldiğini göstermektedir. Bu durumda uygulanan grup çalışması neticesinde deney grubu üyelerinin genel olarak evlilik doyumlarının yükseldiği, evlilik uyumlarının, ilişkiden duydukları mutluluğun ve eşlerine karşı yakınlıklarının arttığı, eşleriyle çatışmalarının azaldığı ve eşlerine karşı duydukları öfke düzeylerinin azaldığını ifade etmek mümkündür. Bununla birlikte “eşin ailesiyle iletişim”, “ekonomik anlayış” ve “ebeveynlik anlayışı” puanları üzerinde anlamlı bir fark elde edilememiştir. Bu durumda uygulanan grup çalışmasının, grup üyelerinin eşlerinin aileleriyle iletişimleri, ekonomik sorunlarının ve ebeveynlik anlayışlarının ilişkilerine yansımaları konuları üzerinde etkili olmadığı söylenebilir (Tablo 4.1.34, 4.1.35, 4.1.36, 4.1.37, 4.1.38, 4.1.39, 4.1.40, 4.1.41, 4.1.42.). Bu sonuçlar, deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılmaları amacıyla yapılan istatistiksel işlemlerin sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Larson (2004) evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik programların etkililiğinin sınanmasında sadece uygulamaya alınan grubun üzerinde istatistiksel sınamaların yapılmasının yeterli olmadığını, mutlaka kontrol gruplarının kullanılmasının gerekli olduğunu belirtmektedir. Ayrıca istatistiksel bilgilerin araştırma öncesi ve sonrası verilerin karşılaştırılmasına dayalı olmasının daha güvenilir olduğunu vurgulamaktadır. Nitekim bu araştırmanın kontrol grubuyla kıyaslanan sonuçları, programın hangi alanlarda etkili olduğu konusunda güvenilir bir yoruma ulaşmayı kolaylaştırmaktadır.

Çalışma sonrasında anlamlı fark elde edilen alt boyutlara bütüncül bir gözle bakıldığında, aralarında tutarlı bir ilişki olduğu dikkati çekmektedir. Hazırlanan programda yer alan uygulamalar neticesinde, katılımcıların evlilik ilişkilerine dair uyum düzeylerinin gelişmesiyle beraber (Tablo 4.1.35) evliliklerine yönelik mutluluk algılarının arttığı (Tablo 4.1.36), grup içerisindeki paylaşımlar ve bilgilendirmeler neticesinde eşlerine karşı duydukları öfkenin seviyesinin düştüğü (Tablo 4.1.39), bu durumda da aralarındaki çatışmaların azalmış olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.1.37). Bu sayede yaşanan dinginliğin de, eşlerin birbirlerine karşı duydukları yakınlığı arttırmış olabileceği değerlendirilmiştir (Tablo 4.1.38). Eşlerin birbirlerine olan yakınlıklarını ve romantizmi desteklemeye yönelik olarak verilen ev ödevlerine katılımcıların gösterdiği olumlu ve heyecanlı tepkilerin de, bu durumu pekiştirmiş olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla grup üyelerinin genel olarak evlilik doyumlarının arttığı değerlendirilebilir (Tablo 4.1.34).

Araştırma sonuçları, katılımcıların evlilik doyumlarında bir gelişme olduğunu göstermektedir (Tablo 4.1.34). Markman ve arkadaşlarının (1988) sorunlu çiftlere uygulanan ilişkiye yönelik eğitim programlarıyla ilgili araştırmaları, bu tip programların evlilik doyumunu arttırdığını, aynı zamanda cinsel doyumu da yükselttiğini ve bu çiftlerin daha az problem yaşadıklarını doğrulamaktadır (Markman ve ark., 1988). Evlilik öncesi ilişkiyi geliştirme programlarından birisi olan PREP'in etkililiğini sınamak üzere tasarlanmış bir araştırmada, PREP'e katılan çiftlerle diğer evlilik gruplarına katılan çiftlerin evlilik doyumları ve istikrarı açısından anlamlı bir farklılıkları olup olmadığı sınanmıştır. Sonuçta PREP'e katılan grubun doyum seviyelerinin daha yüksek olduğu ve daha istikrarlı beraberlikler geliştirebildikleri görülmüştür (Kirby, 2005). PREP iletişim becerileri kazanma, çatışma ve problem çözme konularında çeşitli uygulamaları içeren ve çiftlere öğrendikleri becerileri uygulamaları konusunda cesaretlendirmelerde bulunan bir çalışmadır (Segrin, 2004 ; Westerop, 2002). Dolayısıyla içerik ve sonuçları açısından, evlilik doyumunda yükselme elde edilen bu araştırma ile benzerlikler taşımaktadır.

Literatürde evlilik ilişkisini geliştirmek üzere tasarlanan programların evlilik doyumunu ve evlilik uyumunu arttırmak konusunda başarılı olabildiklerine dair çeşitli araştırma sonuçları mevcuttur. Crew'un 1983 yılında gerçekleştirdiği araştırması, yetişkin öğrenmesine uygun olarak tasarlanan bir modelin evlilik ilişkisini geliştirme açısından etkili olduğunu doğrulamaktadır. Montag'ın 1993 yılında gerçekleştirdiği araştırmasında da uzlaşma ve iletişim becerileri eğitimlerine ve problem çözme tekniklerine yer verilmiştir ve

gerçekleştirilen grup çalışmasının, ilişki doyumunu arttırmak üzerinde etkili olduğu bildirilmektedir. Ayrıca çiftlerin evlilik uyumsuzluklarında da bir azalma tespit edilmiştir. Denton (2000) ve arkadaşları duygusal odaklı terapi tekniklerini temel alarak yapılandıkları grup çalışması sonucunda araştırmaya katılan grubun 8 hafta sonraki evlilik doyum puanlarını, kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek bulmuşlardır. Butler ve Wampler ise, 1999 yılında gerçekleştirdikleri bir çalışmada, iletişim becerileri eğitimi yoluyla çiftler arasındaki ilişkiyi geliştirip zenginleştirmeyi amaçlamışlardır. Sonuçlar programın çiftlerin arasındaki iletişimi destekler nitelikte olduğunu doğrulamaktadır. Ryan'ın (2001) evliliğin kötüye gidişini önleme amacıyla geliştirdiği programın etkililiğini sınıadığı araştırmasında da, evlilik doyumuna ilişkin ölçümlerde bir gelişme olduğu tespit edilmiştir. Oxford'un (2003) evli çiftlerin iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik olarak tasarladığı 32 çiftin katıldığı grup çalışmasının neticesinde de, programa katılan çiftlerin program sonrası evlilik doyum puanları oldukça yüksek bulunmuştur. Ayrıca çiftlerin program sonrasında ilişki problemlerinin azaldığı da tespit edilmiştir. Miller'in (2003) oluşturduğu grup çalışması ise Destek Odaklı Evlilik Terapisi temeline dayalı olarak tasarlanmıştır ve sonuçlar Destek Odaklı Evlilik Terapisi'nin evlilik doyumunu arttırdığını doğrulamaktadır. Kirby'nin (2005) gerçekleştirdiği ayrıntılı bir araştırmada ise evlilik eğitim kursuna katılan katılımcıların evlilik doyum düzeyleri incelenmiştir. 1200 evli kadın ve erkekle, eşlerinden bir eş olarak aldıkları doyum, evliliklerinden aldıkları doyum ve eşleriyle olan ilişkilerinden aldıkları doyum üzerinde çalışılmıştır. Sonuçlar evlilik eğitim programına katılan katılımcıların evlilik doyumlarında anlamlı bir yükselme olduğunu göstermektedir.

Ülkemizde bu araştırma öncesinde gerçekleştirilmiş, evlilik doyumu ve uyumunu arttırmaya yönelik olarak tasarlanmış iki grup çalışması bulunmaktadır. Araştırmalardan bir tanesi, Sardoğan ve Karahan (2005) tarafından gerçekleştirilen 10 oturumluk *İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı*'dır. Araştırmada *İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı*'nın, evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri üzerindeki etkisinin incelendiği görülmektedir. Araştırma bulguları programa katılan evli bireylerin evlilik uyum düzeylerinin, programa katılmayan bireylerin evlilik uyum düzeylerinden daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuç itibariyle *İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı*'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmıştır. Ülkemizde gerçekleştirilen az sayıda evlilik grup çalışmasından biri olan Aydemir-Sevim'in (1996) Transaksiyonel Analiz'e dayalı olarak oluşturduğu eğitim programında ise, oluşturulan programın, eşlerin çatışma düzeyleri, evlilik doyumları ve ego durumları üzerine etkisi incelenmiştir. Evlilik ilişkisini geliştirme grubuna



katılmanın evli bireylerin evlilik ve ego doyumları üzerinde anlamlı bir değişiklik oluşturmadığı sonucuna varılmıştır. Bu araştırmanın genel amacını oluşturan evlilikten elde edilen psikolojik doyumun artırılmasına yönelik olarak kurgulanan grup çalışması, iletişim, çatışma ve stres yönetimi, problem çözme gibi çok boyutlu bir perspektiften ele alınarak tasarlanmış, tek bir kurama veya ekole bağlı kalınsızın eklektik bir perspektiften tasarlanmıştır. Bu durumun grup çalışmasının etkililiğini arttırdığı düşünülebilir.

Ülkemizdeki literatürü incelemeye devam ettiğimizde, evlilik konusunda az sayıda grup çalışmasının var olduğunu, evlilik doyumunu arttırmaya yönelik olarak da bu araştırma öncesinde amacına ulaşmış herhangi bir çalışma olmadığını görmekteyiz. Ancak evlilik doyumunu üzerindeki değişkenleri belirlemeye yönelik olarak tasarlanmış az sayıda çalışmaya değinilmesinde bundan sonraki çalışmalara bütüncül bir gözle bakmayı kolaylaştırması açısından fayda görülmektedir. Hatipoğlu (1993) tarafından gerçekleştirilen araştırmada sonuçlar, kadın ve erkek eşlerin evlilik doyumlarına farklı değişkenlerin etki ettiğini göstermiş, evlilik çatışmasının yaygınlığı erkek eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişken olarak tespit edilirken, buna karşılık, evlilik çatışmasının yaygınlığı ve eğitim düzeyi, kadın eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişkenler olarak ortaya çıkmıştır. Tezer'in 1994 yılında işle evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasının sonucu, evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin, eşle çatışmanın sıklığı, çatışmanın yarattığı gerginlik, iş doyumunu ve yaş olduğunu göstermiştir. 1998 yılında Aslan, Aslan, Alpaslan ve Ünal (1998) tarafından gerçekleştirilen başka bir çalışmada, evlilik doyumunu ile bazı sosyodemografik ve işle ilgili değişkenlerin ilişkisi araştırılmıştır. İncelenen değişkenlerden yalnızca eşin mesleğinin ilişkili olduğu belirlenmiştir. Acar ise (1998) sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan, üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumunu araştırmıştır. Fizik görünüm dışındaki bireysel özelliklerin (yaş, cinsiyet, meslek v.b.) evlilik süresi, evlenme biçimi, ilk evlenme yaşı gibi evliliğe ait özelliklerin, aynı şekilde sağlık durumundan memnuniyetsizlik, alkol kullanımı, özürüllük gibi bireysel sorunların evlilik doyumunu etkilemediği görülmüştür. Evlilik yaşamı ve ilişkileriyle ilgili, eşle duygu ve düşüncenin paylaşımı, ev içinde ev dışında sorumlulukların paylaşımı, eşten yeterli saygı ve sevgi görme, eşle sosyal etkinliklere katılma, eşle gelirin harcanması konusunda anlaşma, cinsel konularda anlaşma, birbirine yeterince güvenme, otorite paylaşımı konusunda anlaşma, rol çatışmasının olmaması, evliliğe yakın arkadaş ve akraba müdahalesinin olmaması, eş tarafından sözlü ve fiziksel şiddete maruz kalmama, sosyoekonomik düzey farkının olmaması, (ulus, kültür, mezhep farklılıkları hariç) evlilik doyumunu olumlu yönde etkileyen faktörler olarak tespit edilmiştir. Buraya kadar bahsi geçen

literatür bulguları, ülkemiz örneklemini temsil etmesi sebebiyle, oluşturulan grup çalışması içeriğinde dikkate alınmıştır.

Literatür kısmında da belirtildiği üzere, evlilik uyumu kavramı, ilişki mutluluğu, eşe duyulan yakınlık ve çatışma alt boyutlarını bünyesinde barındıran bir kavramdır (Günay, 2000 ; Orden ve Bradburn, 1990 ; Yılmaz, 2001). Bu çalışmada kullanılan ölçekte de evlilik uyumu tüm bu alt boyutları içeren bir faktör olarak ele alınmıştır (Bk. Tablo: 3.4.26 ; 3.4.27 ; 3.4.28). Doyum seviyesinin yüksek olması, evlilik uyumunu da yükseltmektedir. Evlilik uyumundaki artış kişinin psikolojik sağlığını da arttırmakta, duygusal stres semptomlarını azaltmaktadır (McClure, Loden, 1982). Evlilik doyumunu veya evlilik uyumunu temel alan, evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik grup çalışmaları ve eğitim programları, bireylerin iletişim becerilerini geliştirme yoluyla, birbirlerine karşı olumlu davranış kalıplarını da desteklemekte, böylece bu araştırmanın sonucunda da tespit edildiği gibi (Tablo 4.1.36 ; Tablo 4.1.38) eşe duyulan yakınlığı arttırmakta, ilişki mutluluğunu desteklemekte ve çatışmaları azaltmaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın sonucunda elde edilen evlilik uyumundaki artışa dayalı olarak, bu faktörü oluşturan ilişki mutluluğu, eşe duyulan yakınlık ve çatışma alt boyutlarının tümünde birden bir artış meydana gelmesi (Bk. Tablo: 4.1.35 ; 4.1.36 ; 4.1.37 ; 4.1.38) beklenilir bir sonuç olarak yorumlanabilir. Nitekim literatürde de tüm bu kavramların bir arada geliştiğine dair bulgular mevcuttur. Berg'in 2000'de gerçekleştirdiği deneysel bir grup çalışması neticesinde, katılımcıların eşlerine duydukları yakınlık ve cinsellik boyutlarındaki artışla birlikte, çatışma konusunda da anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Goforth'un (2003) evlilik eğitimlerine katılanların ilişki kaliteleri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında, çalışma sonucunda katılımcıların eşleriyle aralarındaki fikir birliği, özsaygı, çiftin arasındaki yakınlık, bütünleşme/bireyselleşme, evlilikte iletişim, evlilik çatışması, ilişkiye bağlılık ve evlilik doyumunu puanlarının tümünde bir artış olduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde Türkiye'de Tezer (1986) tarafından, eşler arasındaki çatışma davranışları ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere gerçekleştirilen bir çalışma sonucuna göre de, ülkemizdeki evli çiftler için çağdaş ve eşitlikçi bir evlilik ilişkisinden eşlerin sağladıkları doyumun daha yüksek olduğu sonucuna varılmaktadır. Tezer'in 1994 yılında yaptığı araştırmasına göre ise, evlilik doyumunu yordayan değişkenler, eşle çatışmanın sıklığı, çatışmanın yarattığı gerginlik, iş doyumunu ve yaş olarak tespit edilmiştir. Aynı şekilde Hatipoğlu da (1993), evlilik çatışmasının evlilik doyumunu üzerinde son derece önemli bir etken olduğunu doğrulamaktadır. Çiftlerin birbirlerine yönelik şikayet edici tavırları evlilik ilişkilerini zayıflatmaktadır ve bu da evlilik problemlerini arttırmaktadır. Cordova, Jacobson ve Christensen (1998) tarafından yürütülen

bir araştırmada, İntegratif Davranışçı Çift Terapisi'ne katılan çiftlerin çalışma sonucunda birbirlerine karşı suçlayıcı tavırlarının azaldığı ve bunun neticesinde de evlilik doyumlarının arttığı tespit edilmiştir. Wu'nun (2000) katılımcıların evlilik ilişkilerini iyileştirmeye yönelik olarak sınıadığı Evlilik Etkileşim Grubu sonucunda, katılımcıların evlilik doyumunda, eşe kurulan olumlu ve sevecen diyaloglarda, eşi etkili dinleme becerilerinde, karşılıklı paylaşımlarda ve eşe duyulan yakınlıkta artış olduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde Türkiye'de gerçekeştirilen bir araştırmada (Kışlak, 1997), evlilikte yaşanan uyumsuzlukla olumsuz yüklemeleri kullanma arasında önemli bir bağlantı olduğu fikrinin ölkemiz örneklemini içinde geçerli bir tespit olduğu anlaşılmaktadır. Günay, (2000) tarafından gerçekeştirilen bir diğer araştırmada da uyumlu çiftlerin ortak yönlerinin uyumsuz çiftlere oranla daha fazla olduğu, dolayısıyla fikir birliği düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Tümer'in (1998) gerçekeştirdiği araştırma sonucuna göre de evliliklerinin ideal evlilik anlayışına uyduğunu düşünen bireylerin çatışma düzeyleri, ummadığını düşünenlere göre anlamlı düzeyde daha düşüktür. Whelihan'ın (2000), çiftlerin arasındaki yakınlığı ve cinselliği geliştirmeye yönelik bir programın etkililiğini sınyan çalışmasında ise, katılımcılara ilişkideki yakınlıkları ve cinsel ilişkileriyle ilgili ölçekler uygulanmıştır. Sonuçlar programa katılan çiftlerin program sonunda kendilerini birbirlerine daha yakın hissettiklerini, cinsel isteklerinde artış olduğunu doğrulamaktadır. Erbek, Beştepe, Akar, Alpkan ve Eradamlar'ın (2005) gerçekeştirdikleri bir araştırmada ise, cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Sonuçlar, ölkemiz örneklemini ağıısından da cinsellik ve çift uyumunun yakından ilişkili olduğunu ve birbirlerini karşılıklı olarak etkileyebileceğini desteklemektedir.

Yukarıda bahsedildiği üzere, araştırma sonucunda, deney grubunda yer alan katılımcıların eşlerine yönelik öfke seviyelerinde anlamlı bir azalma olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.1.39). Araştırmada grubun evlilik doyum düzeylerinin artmasıyla beraber eşlerine duydukları öfke seviyesinin azalması, literatür bulgularıyla da ilişkili görölmektedir. Sells, Giordano ve King (2002), gerçekeştirdikleri evlilik grup terapisi nitelikli pilot çalışması sonucunda, çiftlerin evlilik doyum düzeyleriyle beraber öfke ifadelerinde de bir gelişme olduğunu tespit etmişlerdir. Senchak ve Leonard'ın (1993) 321 yeni evli çift üzerinde gerçekeştirdikleri araştırmada da, öfke evlilik ilişkisinde doyumunu düşürücü bir faktör olarak bulunmuştur. Dolayısıyla öfke duygusunun kontrol altına alınması, evlilik doyumunu arttırmayı hedefleyen bir grup çalışması için gerekli bir durum olarak görölmektedir.

Ancak evlilik doyumu, evlilik uyumu veya evlilik ilişkisinin geliştirilmesini hedefleyen grup çalışmaları ve eğitim programlarının başarısızlığa uğraması durumuna da literatürde zaman zaman rastlanmaktadır. Ripley'in (1996) evlilik ilişkisini geliştirmek üzere tasarladığı araştırmasında, iletişim, çift doyumu, ilişkiye bağlılık ve affedicilik isteği üzerine yapılan ölçümlerin sonuçlarına göre, programın etkili olmadığı sonucuna varılmıştır. Burchard'ın (2001) farklı temellere dayalı iki evlilik ilişkisini geliştirme programı üzerinde yaptığı çalışmalarda ise, affediciliğin çalışıldığı programın evlilik kalitesi puanlarını arttırdığı ancak diğer çalışma programı olan ümit odaklı evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilik kalitesi üzerinde etkili olmadığı, tespit edilmiştir. Aynı şekilde Cornelius'un (2004) Dinleyici-Konuşmacı tekniği üzerine kurulu çiftin arasındaki etkileşimi arttırmayı hedefleyen grup çalışması neticesinde de, çiftin arasındaki tartışmalarda negatif tavırların azaldığı tespit edilmiş, ancak çalışmanın evlilik etkileşimini artırıcı bir etkisi tespit edilememiştir. Ülkemizde gerçekleştirilen az sayıda evlilik grup çalışmasından biri olan Aydemir-Sevim'in (1996) transaksiyonel analize dayalı olarak oluşturduğu eğitim programında da, yukarıda belirtildiği üzere, anlamlı bir farklılık elde edilememiştir.

Evlilik doyumunu artırma veya evlilik ilişkisini geliştirme programlarının tüm alt boyutlarda etkili olmaması, bazı çalışmalarda kısmen etkili olması literatürde gözlenebilen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Jakubowski, Milne, Brunner ve Miller'in 2004 yılında gerçekleştirdikleri bir çalışmada, toplam 13 evlilik ilişkisini geliştirme programının etkililiği empirik açıdan değerlendirilmiştir. Sonuçta sadece dört tanesinin tam anlamıyla etkili olduğunu, üç tanesinin kısmen etkili olduğunu, ve geri kalan altı tanesinin de empirik olarak test edilemez olduğunu tespit etmişlerdir.

Bu çalışmada EDÖ'nün ölçtüğü, evlilik doyumunun alt boyutları arasında yer alan "Ebeveynlik Anlayışı", "Eşin Ailesiyle İletişim" ve "Ekonomik Anlayış" alt ölçek puanları üzerinde anlamlı bir fark elde edilememiş olmasının (Tablo 4.1.40 ; 4.1.41; 4.1.42), bu ölçeklerin ilişkinin özel boyutlarını içeren ölçümler olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim, Oxford'un (2003) gerçekleştirdiği 32 çiftin katıldığı bir grup çalışmasında, ilişkinin diğer tüm alanlarında gelişme tespit edilmekle beraber, "finans" ve "çocuklarla çatışma" alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Uygulamacı bu durumu çalışma grubunun temel hedefinin çift arasındaki ilişki ve iletişimi geliştirmek olduğu ve uygulanan çalışmanın bu alanları özel olarak hedeflemediği şeklinde yorumlamıştır.

Dolayısıyla bu alanlarda ilişkiyi geliştirmek hedeflendiği takdirde, doğrudan bu konuları hedef alan özel programların yapılandırılmasında fayda görülmektedir.

EDÖ'nün "ebeveynlik anlayışı" alt boyutu, çiftin ebeveyn olma sorumluluklarından kaynaklanan çatışmalarını ve bu çatışmaların ilişkiye yansımalarını ölçmektedir. Ebeveynlik anlayışı, eşinin çocuklarına yeterince ilgi göstermemesi, çocukların bakımı ve sorumluluğu konularında eşle eşit bir paylaşım içinde olamamaktan duyulan rahatsızlık, çocukların yetiştirilmesi ve disiplini konularında eşle hemfikirde olmama ve tüm bu anlaşmazlıkların çiftin arasındaki iletişime problem olarak yansması konularını içerir.

Çocukların evlilik problemleri üzerindeki etkileri, ülkemizde yeterince ele alınmış bir konu değildir. Daha ziyade eşlerin arasındaki problemlerin çocuklara yansımaları üzerinde durulduğu görülmektedir. Örneğin Özen'in (1998) eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklara etkisini araştıran çalışmasında, anne baba arasındaki evlilik uyumunun azalmasıyla çocuklardaki uyum problemlerinin artması arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yılmaz (2001b) tarafından yapılan çalışmada da, ebeveyni ile olumlu ilişki içinde olan ve anne-babası uyumlu evliliğe sahip çocukların kendilerine ilişkin algılarının, daha olumlu olabileceğini göstermiştir.

Bu araştırma kapsamında gerçekleştirilen grup çalışması neticesinde, EDÖ'nün "ebeveynlik anlayışı" alt boyutunda anlamlı bir farklılık elde edilememiş olması (Tablo 4.1.42) bu konunun ayrı bir çalışma programı olarak ele alınması gerektiğini düşündürmektedir. Grup çalışmasının esas yapısı itibarıyla çift arasındaki ilişkiye odaklanmış olmasının, bireyleri öncelikle eşler arasındaki problemlerin çözümüne yönlendiriyor olabileceği dikkate alınmalıdır. Çiftin arasında evlilik doyumu açısından gelişme sağlandıktan sonra, anne baba çocuk üçgeni dahilinde, tamamen bu konuya odaklanarak hazırlanan bir eğitim programının çok daha etkili olabileceği düşünülmektedir. Öncelikle çiftin arasındaki ilişkinin geliştirilmesine odaklı bir çalışma gerçekleştirilmesi, bu konudaki anlaşmazlıkların temel kaynağı olan eşle işbirliği kuramama problemine de çözüm sağlayıcı bir rol oynayabilir. Literatüre göre de evlilik ilişkisine yansıyan çocuk yetiştirme problemleri konusunda en iyi yaklaşım, öncelikle eşler arasındaki problemlerin ele alınarak halledilmesi, ardından çocuk yetiştirmeyle ilgili problemlerin ayrıca ele alınmasıdır. Lawrence, Eldridge, Chirstensen (1998), öncelikle çiftin problemlerinin çözümü konusunda kendilerini güçlü ve yeterli hissetmeleri gerektiğini belirtmektedir. Böylece daha sonra gerçekleştirilecek çalışmalarda çocuklarıyla olan ilişkilerine odaklanmalarının daha kolay olduğunu belirtmektedirler.

Kişilerin ebeveynlik anlayışlarının kendi ebeveyn yaşantılarından taşıdıkları şemalardan doğrudan etkileniyor olması, ebeveynliği çiftin arasında başlı başına bir problem alanı olarak ele almayı düşündürebilir (Paul, Paul, 1986). Araştırma sonuçları, doğrudan çiftin ebeveyn olmalarıyla ilgili problemleri hedef alarak yapılandırılmış programların çok daha etkili olduğunu da göstermektedir. Nitekim, Türkiye’de gerçekleştirilen bir araştırmada, ebeveynin problem çözme becerisini geliştirmeye yönelik olarak hazırlanan bir grup programı sınanmıştır. Sonuçlar programda verilen eğitimin, bireylerin problem çözme becerilerinin geliştirilmesinde etkili olduğunu, bu etkinin ana-babalığa ilişkin yaşantıda ve ebeveynliğin farklı boyutlarında olumlu biçimde değişikliğe yol açtığını göstermektedir (Yıldız, 2003). Aynı şekilde Bryan’ın (1995) bebek bekleyen çiftlerin ilişki kalitesini arttırmak üzere gerçekleştirdiği çalışmasında da, çiftin ilişki kalitesi temel alınarak çalışılmıştır. Uygulanan t-testi sonuçları, eğitime katılan grubun çocuk ve ebeveynlik alt boyutlarından anlamlı sonuçlar elde ettiklerini göstermektedir.

Araştırma sonucuna göre anlamlı bir farklılık elde edilememiş olan “eşin ailesiyle iletişim” alt boyutu (Tablo 4.1.40) üzerinde özel olarak araştırmalar gerçekleştirilmesi gereken bir boyuttur. EDÖ’nün ölçtüğü “eşin ailesiyle iletişim” alt boyutu, çiftin arasında eşlerin ailelerinden kaynaklanan problemler olup olmadığını, kayınvalide ve kayınpederlerin ilişki üzerindeki baskı ve katılımlarının ilişkiyi ne yönde etkilediğini, eşin ailesine uyum konusunda yaşanan sıkıntıların varlığını ortaya koymayı amaçlayan bir boyuttur. Eşin ailesinden kaynaklanan evlilik problemleri doğu kültürlerinde çok daha fazla rastlanan bir problem durumu olarak karşımıza çıkmaktadır (Huang, 2005). Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2006 yılı verilerine göre kadınların %15.6’sı, erkeklerin ise %13.4’ü, erkeğin eşinin ailesiyle geçinememesi durumunu boşanma nedeni olarak görmektedir. Aynı şekilde kadının eşinin ailesiyle geçinememesi de kadınların %13.8’i ve erkeklerinde %12’si tarafından boşanma sebebi olarak görülmektedir. Huang’ın (2005) Çin, Tayvan, Japonya, Kore, Malezya, Hindistan gibi Asya ülkelerindeki evlilikler üzerine gerçekleştirdiği araştırmasında da belirttiği üzere, bu ülkelerde evlilikler çiftin arasında gerçekleşmekten ziyade, çift ve aileleri arasında gerçekleşmektedir. Doğu kültürünün etkilerini taşıyan ülkemizde de eşlerin ailelerinin evlilik ilişkisi üzerindeki etkileri, batı kültürlerine nazaran çok daha yoğundur. Huang (2005), Asya kültürlerindeki evli kadınların en yoğun olarak yaşadığı problemler arasında, kayınvalidesiyle yaşadığı çatışmaların yer aldığını bildirmektedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada da, katılımcıların evlilik doyumunu etkileyen faktörler araştırılmıştır (Acar, 1998). Ölçülen alt boyutlardan birisi olan evliliğe

yakın arkadaş ve akraba müdahalesinin evliliği olumsuz olarak etkileyen bir faktör olduğu sonucuna varılmıştır (Acar, 1998). Ancak ülkemizde bu konudaki araştırma sayısının sınırlı olduğu ve eşin ailesiyle iletişimin özel bir araştırma konusu olarak ele alınmaktan çok, genelde etkili olabilecek bir alt faktör olarak nadiren ele alındığı dikkati çekmektedir. Batı literatürü için de durum pek farklı gözükmemektedir. Ancak bu durumun kültürel farklılıklardan ötürü, eşin ailesinin çift ilişkisine yansımalarının ülkemizdeki kadar sıkıntıya yol açmamasından kaynaklanmasına bağlı olduğu değerlendirilebilir. Batı literatüründe aile ve arkadaşların ilişkiye yansımaları konusu, nadiren ele alınan bir faktör olarak göze çarpmaktadır. Hawley ve Olson'un (1995) gerçekleştirdikleri grup çalışması neticesinde iletişim, kişilik faktörleri ve çatışma çözümü becerilerindeki gelişmeyle beraber, aile/arkadaşlar ve finans yönetimi konularında da anlamlı bir farklılık elde edilmiştir.

Uygulanan grup çalışması, genel olarak evlilik doyumunu arttırmaya yönelik, iletişim odaklı bir çalışmadır. Çalışma içerisinde eşlerin aileleriyle iletişimlerini, katılımcıların bu konudaki duygusal yüklerini boşaltmak açısından üzerinde durulan ve zaman zaman tartışılan bir konu olmuştur. Ancak çalışmanın esas amaçları arasında yer almamıştır. Bu durumda bu konuda problem yaşayan çiftlere özel bir grubun, ayrıca yapılandırılması ve sadece bu konuya yönelik olarak tasarlanmasının daha faydalı olacağı düşünülmektedir. Ancak eşin ailesinden kaynaklanan problemler direkt olarak ele alındığı takdirde çözümsüz olarak görülebilir. Nitekim Halford, 2004'de yayınladığı bir makalesinde, ilişki doyumu üzerinde etkili olan faktörleri, statik ve dinamik faktörler olarak ikiye ayırmaktadır. Statik nitelikli faktörlerin ise, müdahaleler yoluyla düzeltilemez nitelikte olduklarını vurgulamaktadır. Halford (2004), dinamik ve eğitim yoluyla değiştirilebilen faktörler arasında etkili çift iletişim becerileri ve gerçekçi ilişki beklentileri geliştirme gibi faktörleri sayarken, aile kökeni ile ilgili deneyimleri statik ve eğitim yoluyla değiştirilemez olarak kabul etmektedir. Bu çalışma neticesinde de değişmemiş olan bu durumun, ileriki çalışma gruplarında, eşin ailesiyle ilgili iletişim becerilerini geliştirme gibi bir başlıkla yeniden ele alınmasında fayda görülmektedir.

Ölçeğin dördüncü alt boyutu Ekonomik Anlayış, mali konulardan kaynaklanan problemlerin ilişkiye yansımalarını değerlendiren bir ölçektir. Bu alt ölçek yoluyla, maddi konularda uyumsuzluk, bu konuda eşe duyulan güvensizlik, bütçe idaresi konusunda yaşanan sıkıntılar ve bu sorunların ilişkiye yansımaları değerlendirilmektedir. Uygulanan grup çalışmasının bu ölçek üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı görülmektedir (Tablo 4.1.41). Eşlerin yaşadığı maddi kaynaklı problemlerin, çiftlerin ilişkisinde çatışma yaratan konular

arasında sıklıkla yer aldığı görülmektedir (Weiten, 1986 ; Lower, 2005 ; Synder, 1997). Olson, Fowers, (1993) evlilik doyumu yüksek olan “hayat dolu” olarak niteledikleri çiftlerin dikkat çekici özellikleri arasında, maddi konularda uyuşma faktörünü de saymaktadırlar. Maddi kaynaklı kaygıların ise evli çiftin arasındaki bağılılığı etkileyen ve zedeleyen faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir. Bradbury, Fincham ve Beach’in (2000) araştırma sonuçlarına göre ise stres durumları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkinin gidişatını belirleyen en önemli etmen maddi yeterlilik olarak tespit edilmiştir. Kernsten’in (1990) araştırmasına göre de maddi kazanç, eşlerin arasındaki duygusal bağılılığı motive edici bir faktör olarak yer almaktadır. Kerkmann, Lee, Lown ve Allgood (2000) paranın idare edilmiş şeklinin, eşin bütçe idaresini iyi yapıp yapmadığına dair algılamının, çiftin maddi sıkıntı içinde olup olmamasının ve maddi sıkıntının boyutunun, evlilik doyumuyla doğrudan alakalı olduğunu bulmuşlardır.

Özellikle Türkiye gibi ekonomik problemlerin sıklıkla yaşandığı, ülkemizde, çiftlerin maddi kaynaklı problemlerinin kısa süreli bir grup çalışmasına bağlı olarak düzelme göstermemesinin şaşırtıcı bir sonuç olmadığı düşünülmektedir. Ekonomik yaşantıların bir problem faktörü olarak hayatın içinde sürekli yer alıyor olmasının, bu problemi çözümsüz olarak algılamaya yol açtığı düşünülebilir. Ayrıca çiftin aylık bütçe idaresi esnasında zaten kısıtlı olan kaynaklarını nereye harcayacaklarının önceden belli olmasının, bir anlamda bu konuda çatışmayı azaltıcı bir etken yaratıyor olabileceği de dikkate alınabilir. Maddiyata dayalı sorunlar grup çalışması esnasında konuşulmuş olmakla birlikte, grup çalışmasının içeriği itibariyle sorun üzerinde sağaltıcı olabilecek herhangi bir uygulama gerçekleştirilmemiştir. Çiftlerin mali konulardaki anlaşmazlıklardan kaynaklanan problemlerinin olması durumunda, bu konuların çözümüne yönelik gerekli iletişim becerilerini kazanmaları gerekmektedir. Chapin, Chapin ve Sattler’in de (2001) belirttikleri gibi, bu amaçla çiftler, bütçe idaresini öğrenebilecekleri, özellikle bu konuya endeksli eğitim çalışmalarına katılabilirler.

Sonuç olarak, eşin ailesiyle iletişim, ekonomik anlayış ve ebeveynlik anlayışı alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılık elde edilememiş olmasını, grubun bu konuda farklı bir yaklaşıma ihtiyaç duyduğu şeklinde yorumlamak mümkündür. Literatüre göre, eğitim programlarının nitelikleriyle ilgili olarak üzerinde durulması gereken önemli bir konu, oluşturulan programların her katılımcı gruba aynı ölçüde fayda sağlayamayacağı gerçeğidir. Bu sebeple tüm çiftlere aynı yaklaşım tarzıyla müdahale edilmesi beklenemez. Bazı çiftler



iletişim becerisi eğitime daha fazla ihtiyaç duyarken, diğerleri stres yönetimi veya duygularını yönetme konusunda eğitime daha fazla ihtiyaç duyabilmektedir (Larson, 2004). Ayrıca grup çalışmalarına bireylerin eşleriyle birlikte katılmamış olmalarının da, bu konularda anlamlı bir fark edilememiş olması üzerinde etkili bir faktör olabileceği düşünülebilir. Bu araştırmada gerçekleştirilen grup oturumlarının, özellikle bu tip çalışmalara her iki eşin aynı anda katılımının mümkün olmadığı durumlarda tek eşin katılımıyla yürütülebilecek ve diğer eşin dışardan sorumluluk üstlenmesine müsait yapısı, evlilik doyumunu, evlilik uyumunu, eşe duyulan yakınlığı, ilişkiden duyulan mutluluğu arttırmada, eşe duyulan öfkeyi ve eşle çatışmaları azaltmada başarılı olmuş, ancak diğer eşin sorumluluklarının ve görevlerinin arttırılmasını veya yeniden düzenlenmesini gerektiren çocukların bakımı, finansal problemlerin düzenlenmesi ve eşin ailesinden kaynaklanan problemler üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Bu durumun çiftlerin beraberce katılımlarının mümkün olacağı yeni grup çalışmalarıyla yeniden sınanmasında fayda görülmektedir.

Araştırmanın altıncı denencesi, *uygulanan evlilik doyumunu arttırmaya yönelik grup çalışmasının deney grubu üyelerinin “Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutları Aceleci Yaklaşım, Düşünen Yaklaşım, Kaçınan Yaklaşım, Değerlendirici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım, Planlı Yaklaşım alt ölçeklerinin ölçtüğü problem çözme becerileriyle, “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin alt boyutları İyimser Yaklaşım, Sosyal Destek Arama, Çaresiz Yaklaşım, Boyun Eğici Yaklaşım, Kendine Güvenli Yaklaşım boyutlarının ölçtüğü stresle başa çıkma tarzları düzeylerini ne oranda etkilediğini belirlemektir.* Sonuçlar uygulanan grup çalışmasının deney grubundaki bireylerin problem çözme becerileri ve stresle başa çıkma tarzları üzerinde etkili olmadığını ortaya koymaktadır (Bk: EK 3 ; EK 4). Bu sonuçlar, deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılmaları amacıyla yapılan istatistiksel işlemlerin sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Literatürde evlilik ilişkisini geliştirme temelli grup çalışmalarının eşlerin problem çözme becerilerini geliştirdiğine dair bulgular yer almaktadır. Petty (1983) çiftler arasında problem çözme ve iletişim becerilerini geliştirmeye dayalı olarak oluşturduğu çalışmasının etkililiğini sınamıştır. Çiftlere problem çözme ve çatışma çözme becerilerini arttırıcı eğitimlerin uygulandığı çalışmanın sonucunda, problem çözme becerilerinin geliştiği sonucuna varılmıştır. Ancak program, iletişim becerileri üzerinde etkili olmamıştır. Oxford'un (2003) gerçekleştirdiği çalışmada 32 çiftin katıldığı bir grupta çalışılmıştır. Çiftlerin program

sonrasında ilişki problemlerinin azaldığı ve yaşam kalitelerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Karney ve Bradbury'nin (1997) gerçekleştirdikleri araştırma sonucuna göre ise, problem çözme davranışının, evlilik doyumundaki değişimlerle bağlantılı olduğu tespit edilmiştir. Ülkemizde evli çiftlerin problem çözme becerilerini geliştirmek üzere tasarlanmış herhangi bir grup çalışması veya eğitim programı yoktur. Ancak Taştan'ın 1996'da gerçekleştirdiği araştırmasında, bir problem çözme durumunda eşler arasındaki iletişim incelenmiştir. Sonuçta problem çözümü esnasında bir sorun olduğunu fark eden çiftlerin daha fazla olumlu iletişime girdikleri tespit edilmiştir. Ayrıca kadınlar problemin çözümü esnasında bir problem olduğunu fark ettikleri takdirde, erkeklerden daha fazla olumlu iletişim gösterme yoluna sapmaktadırlar. Duyan'ın 2000 yılında gerçekleştirdiği araştırma sonucuna göre ise, eşlerin yaşı, eşlerin eğitim süreleri, eşlerin evlilik sayısı, evlilik süresi, eşlerin evlenme ve nikah biçimleri, kadın veya erkeğin çalışıyor olması, ailenin aylık harcama miktarı gibi faktörlerle ailede problem çözme işlevleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Ancak eşlerin evliliklerinden memnun olma dereceleriyle ailede problem çözme işlevi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre ise katılımcıların evlilik doyumları artmış ancak, problem çözme envanterine bağlı sonuçlarında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Uygulanan Problem Çözme Envanteri (PÇE), Heppner ve Petersen tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması 1993 yılında Hepner, Şahin ve Şahin tarafından gerçekleştirilen (Savaşır, Şahin, 1997), bireylerin genel olarak bilişsel düzeyde problem çözme yaklaşımlarını ortaya koymaya yönelik bir ölçektir. Henüz ülkemizde doğrudan evlilik ilişkisi içerisindeki problemleri çözmeye yönelik yaklaşımları sınavan özel ölçekler bulunmamaktadır. Dolayısıyla, böylesi doğrudan evlilik ilişkisi içerisindeki problemlere çözüm yaklaşımlarını tespit edebilen bir ölçekle yapılacak bir ölçümde, grubun alması muhtemel puanların PÇE'nden farklı olacağı ihtimalini göz önünde bulundurmak gerektiği düşünülmektedir. PÇE'nin bireylerin bilişsel düzeyde problemlerinin çözümüne yönelik yaklaşımlarını ölçen bir ölçek olmasının, uygulanan grup çalışmasında kullanılan evlilik ilişkisi içerisindeki problemleri çözmeye yönelik yaklaşımları tam olarak karşılamadığı düşünülebilir. Nitekim çalışma grubunun eşleriyle "çatışma" ve eşlerine karşı duydukları "öfke" seviyelerinde bir azalma tespit edilmiş olması, dolaylı da olsa evlilik ilişkisi içerisinde problem çözme konusunda bir gelişme gösterdiklerini düşündürmektedir.

Yukarıda da belirtildiği gibi, araştırmanın altıncı denencesine uygun olarak, uygulanan grup çalışmasının Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin alt boyutlarının ölçtüğü stresle başa çıkma tarzları düzeylerini ne oranda etkilediğinin belirlenmesine yönelik istatistik işlem sonuçlarında, deney grubundaki bireylerin stresle başa çıkma tarzları üzerinde etkili olmadığını ortaya koymaktadır. Ancak daha öncede belirtildiği gibi araştırmanın dördüncü denencesin de sınıdığı üzere deney grubunda bulunan üyelerin sınıt stresle başa çıkma tarzları puanlarıyla kontrol grubunda bulunan üyelerin sınıt stresle başa çıkma tarzları puanları arasında, yapılan işlemler sonucunda elde edilen bulgular, deney grubuyla gerçekleştirilen çalışmanın katılımcıların stresle başa çıkma konusunda kendine güvenli yaklaşımlarını geliştirdiğini göstermektedir (Tablo 4.1.33).

Bu durum, deney grubuyla gerçekleştirilen çalışmanın katılımcıların stresle başa çıkma konusunda kendine güvenli yaklaşımlarını geliştirdiği şeklinde yorumlanabilir. Çalışmanın diğere önemli sonuçları, katılımcıların eşlerine duydukları öfke düzeyinde ve eşleriyle çatışmalarında bir azalma olduğunu doğrulamaktadır (Tablo: 4.1.27., 4.1.29.) Sonuçlar katılımcıların stresle başa çıkma konusunda güven kazandıkları şeklinde yorumlanabilir. Lawrence, Eldridge, Christensen (1998), çiftin problemlerinin çözümü konusunda kendilerini güçlü ve yeterli hissetmelerinin önemine değinmektedir. Aslan, Aslan, Alpaslan ve Ünal (1998) tarafından gerçekleştirilen ve evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörleri belirlemeye yönelik bir araştırma sonucunda ise, işle aile yaşamı arasındaki dengeyi kurmada, korumada ve stresle başa çıkmada yollar bulunması gerektiğine dikkat çekilmektedir. Graham ve Conoley (2006), çiftlerin stres karşısındaki başarılı adaptasyonlarının, evlilik ilişkilerindeki sorunlarla başa çıkabilme yeteneklerini iyi kullanmalarına bağlı olduğunu belirtmektedir. Johnson ve Talitman'ın (1997) araştırma sonuçları ise stres seviyesi düşük olan çiftlerin bağlanma seviyelerinin daha yüksek olduğu yönündedir. Hünler ve Gençöz'ün (2003) 92 evli çift üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmaya göre, çiftlerin boyun eğici davranışlarındaki artışlar, algılanan problem çözme becerilerinin düşmesine, bu da evlilik doyumlarının azalmasına neden olmaktadır. Bodenmann ve arkadaşları 2001 yılında gerçekleştirdikleri bir çalışma ile, çiftlerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirme yoluyla evlilik problemlerini önlemeye yönelik bir program denemesinde bulunmuşlardır. Sonuçlar, stresle başa çıkma becerileri geliştirilen çiftlerin evlilik kalitelerinde ve eşlerine duydukları yakınlıkta anlamlı bir farklılık oluştuğunu göstermektedir. Goforth'un, (2003) evlilik eğitimlerinin etkililiğini sınyayan araştırmasının sonucuna göre ise, evlilik eğitimlerine katılan erkeklerin kendine güven puanlarında anlamlı

bir fark elde edilmiştir. Sonuçta stresle başa çıkma konusundaki kendine güven, evlilik ilişkisi içerisinde doyumu artırıcı bir faktör olarak yorumlanabilir. Ayrıca Bouchard'ın (1998) stres yaratan yaşam olayları ve başa çıkma becerileriyle evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasının sonucuna göre, kişinin başa çıkma stratejisinin eşini de etkilediği tespit edilmiştir. Bu araştırmanın tek eş katımlı ve diğer eşin dışardan desteklediği bir yapıya sahip olması, uygulanan grup çalışması sonucunda kendine güvenli yaklaşım tarzının gelişmiş olmasının, her iki eş açısından da ilişki doyumu üzerindeki önemini bir kat daha arttırmaktadır.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin diğer hiçbir boyutunda anlamlı bir fark elde edilmediği ve uygulanan grup çalışmasının deney grubundaki bireylerin stresle başa çıkma tarzları üzerinde kendine güvenli yaklaşım alt boyutu haricinde etkili olmadığı görülmektedir. Bu durum problem çözme konusunda da değinildiği üzere, stres konusundaki ölçümlerin de bireysel stresi ölçen değil, evlilik ilişkisindeki stresi ölçen niteliklere sahip, evlilik ilişkisine özel ölçeklerle sınılanması gerektiğini düşündürmektedir. Örneğin Sabo 1993'de gerçekleştirdiği araştırmasında, oluşturduğu evlilik ilişkisini geliştirme çalışmasını sınıması ve çalışmanın sonunda katılımcıların hem bireysel streslerinde hem de evlilik streslerinde anlamlı bir azalma tespit edildiğini bildirmiştir. Araştırmacının bireysel stresi evlilik stresinden ayrı bir faktör olarak ortaya koymuş olması dikkat çekicidir.

Ancak bu nokta da, stresle ilgili ölçümlerde gelişme görülmemiş olmakla beraber, literatürde dikkat çeken başka bir hususa değinilmekte fayda görülmektedir. Literatürde rastlanan araştırma sonuçlarına göre stres, zaman zaman ilişkiyi sürdürme çabası içerisinde yardımcı bir rol oynayabilmektedir (Bradbury, Fincham, Beach 2000). Ryan'ın 2001'de gerçekleştirdiği araştırmasında, bir evlilik ilişkisini geliştirme programının etkililiği sınımasıdır. Araştırma sonuçları stres seviyesi yüksek olan çiftlerin ilişkiyi sürdürme çabalarının diğerlerine oranla daha fazla olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde bazı yoğun çatışmalı evli çiftlerin evlilik uyumlarının daha yüksek çıkabildiğine dair literatür bulguları da mevcuttur (Masuda, Duck, 2001 ; Segrin, 2004).

Deney grubunda bulunan üyelerin stresle başa çıkma konusunda kendine güvenli yaklaşımlarının gelişme gösterdiği, ancak "Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği"nin diğer alt boyutlarında ve "Problem Çözme Envanteri"nin herhangi bir alt boyutunda böyle bir farklılığın meydana gelmediği görülmektedir. Bahsi geçen ölçeklerin, ilgili konuları katılımcıların bilişsel düzeyleri bağlamında değerlendiren ölçekler olmasının bu duruma

sebepe olduğu düşünölmektedir. Oysa uygulanan programın problem çözmeye yönelik bilgilendirme ve uygulamaları bireysel olmaktan ziyade, çiftin arasında var olan evlilik problemlerinin çözmeye odaklı bir yapıya sahiptir. Bu noktada programın etkililiğini arttırmak için, katılımcıların grup çalışmasına alınmadan önce problem çözmeye ve stres başa çıkma eğitimlerinden geçirilip hemen akabinde evlilik grubuna alınmaları da grup çalışmasının etkililiğini artırıcı bir faktör olarak düşünölebilir.

Araştırmanın yedinci ve sekizinci denenceleri *yapılan grup çalışması sonrasında kontrol grubunda yer alan üyelerin “Evlilik Doyum Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar ve Problem Çözme Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği”nin ölçtüğü alt boyutlar kapsamında, öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir fark olmayacaktır* cümlesiyle ifade edilmiştir.

Problem çözmeye becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışmasına katılmayan kontrol grubunda yer alan üyelerin uygulama öncesi ve sonrasında yapılan ölçümlerinden elde edilen bulgulara göre, Problem Çözme Envanteri'nin ikinci alt boyutu “düşünen yaklaşım” hariç, geri kalan ölçeklerin hiç birinde ve problem çözmeye toplam puanında manidar bir farklılık gerçekleşmediği görölmüştür (Tablo, 4.1.43., 4.1.44., 4.1.45., 4.1.46., 4.1.47., 4.1.48., 4.1.49., 4.1.50., 4.1.51., 4.1.51., EK 5). Kontrol grubuna ait Problem Çözme Envanteri'nin “düşünen yaklaşım” alt boyutundaki bu beklenmedik gelişmenin, zaman faktörüne bağlı olarak meydana gelen bir süreç olduğu düşünölmektedir. Katılımcılara uygulanan envanterler yapıları gereği, kişilere problemleri hakkında farkındalık kazandıran ve dolayısıyla problemleri üzerinde düşündüren soru maddeleri içermektedir. Evlilik ilişkileri ve problem çözmeye becerileri üzerinde böylesi sorularla karşılaşmış olan kontrol grubunda yer alan bireylerin, iki uygulama arasında geçen zaman süreci içerisinde, problemleri üzerinde düşünmüş olmalarının böylesi bir sonucu yaratmış olabileceği düşünölebilir.

Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik programların yeterliliklerine göz atıldığında, sonuçların etkililiğine dair çeşitli araştırma bulgularının varlığına rağmen, yapılan araştırmalar evlilik gruplarının hala geliştirilmeye muhtaç olduklarını göstermektedir. De Witt 1982 yılında gerçekleştirdiği araştırmasında, evlilikleri öncesinde çalışma gruplarına katılan çiftlerin evlilik doyum puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Pek çok araştırma sonucuna göre, çiftlerle gerçekleştirilen kognitif içerikli yeniden yapılandırma programları, çiftlerin evlilik doyumlarını arttırmaktadır (Bradbury, Beach, Fincham, Nelson, 1996). Evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik olarak olarak

tasarlanmış olan programların genelde evlilik problemlerini azalttığı, çift için gelecekte risk oluşturabilecek olan çatışma faktörlerini hafiflettiği, ilişki doyumunu yükselttiği görülmektedir (Hahlweg, Markman,1988 ; Halford, 2004 ; Markman, Halford, 2005 ; Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005). Ancak yine de bu tip gruplara katılan katılımcıların üçte biri, terapi sonucunda evlilik doyumlarında yeterli gelişme sağlayamadıklarını belirtmektedirler. Evlilik terapi gruplarını başarıyla tamamlayan çiftlerin elde ettikleri evlilik doyum puanlarının da, evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin puanlarından hala daha düşük olduğu görülmektedir (Larson, 2004). Sadece davranış odaklı çalışma gruplarının pozitif etkilerinin ise oldukça kısa süreli olduğu belirtilmektedir (Hahlweg, Markman,1988). Sonuçta, terapi gruplarının bitiminin ardından yeniden kötüye gitme veya semptomların tekrarlama riski oldukça sık görülen bir durumdur. Bu durumda terapistlerin evlilik ilişkilerin iyileştirme yönünde ek yaklaşımlara ihtiyaç duydukları söylenebilir. Bu yaklaşımların en önemlilerinden birisi ise, evlilik ilişkisine müdahalelerin problemlerin ortaya çıkmadan önce gerçekleştirilmesi yaklaşımıdır. Henüz problemleri yeni başlamış ve birbirlerine karşı düşmanca duygular geliştirmemiş bir çiftle çalışmak, problemleri dallanıp budaklanmış, ilişkinin tüm boyutlarına yansımış bir çiftle çalışmaktan çok daha kolaydır (Larson, 2004 ; Hahlweg, Markman,1988 ; Halford, 2004 ; Markman, Halford, 2005 ; Markman, Kline, Rea, Piper, Stanley, 2005).

Sonuç olarak yapılan araştırma sonrasında araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan problem çözme becerilerini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışmasının evli bireylerin evlilik doyumlarını ve buna bağlı olarak evlilik uyumlarını, ilişki mutluluklarını, eşlerine yakınlıklarını arttırdığı, eşle çatışmalarını ve eşlerine duydukları öfkeyi azalttığı, stresle başa çıkma konusunda kendilerine güvenlerini geliştirdiği sonucuna varılmıştır.

Bu çalışmanın evlilik ilişkisini geliştirici nitelikte bir grup yaşantısı sağladığı ve bu anlamda aileleri ve evlilik müessesini koruyucu nitelikte olduğu değerlendirilebilir.

## 5.2. Öneriler

Bu araştırmanın sonuçlarına göre aşağıdaki öneriler getirilebilir;

1. Bu çalışmada yer alan evlilik doyumunu arttırıcı nitelikteki bu ve benzeri grup çalışmaları, çeşitli kurumların bünyeleri içerisinde (Danışma merkezleri, Halk Eğitim Merkezleri, Belediyelere bağlı aileye hizmet veren kuruluşlar, üniversiteler v.b.) yer almalı ve bu sayede aile ve evlilik yapıları, toplumsal ruh sağlığını korumak amacıyla desteklenmelidir.
2. Evlilik doyumunu ve evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik grup çalışmalarının ve eğitim programlarının ülkemiz için oldukça yeni bir kavram olduğunu göz önüne alarak, bu tip çalışmaların kalıcı etkilerini ortaya koymak amacıyla, çalışma sona erdikten altı ay sonra, bir sene sonra, iki sene sonra v.b. etkilikleri yeniden sınanmalıdır.
3. Evlilik doyumu ve evlilik ilişkilerini geliştirmek amacıyla oluşturulan grup çalışmalarına ilgiyi arttırmak amacıyla, ilişkileri içerisinde sorun yaşayan çiftlerin danışma ortamlarına başvurmaları teşvik edilmeli, bu konuda bilinçlendirme ve bilgilendirmeye yönelik çalışmalar tasarlanmalıdır. Bu amaçla, evli bireylere evlilik ilişkisinin geliştirilebilir nitelikte bir kavram olduğunu, yardım arayışlarına baş vurulabileceğini ve evlilik problemlerinin çözümsüz olmadığını anlatmak için bilgi verici danışmanlık yada grup rehberliği hizmetleri verilmelidir.
4. Evlilik ilişkisini dolayısıyla da aile içi ilişkileri desteklemek amacıyla düzenli olarak Evlilik Okulları açılmalıdır.
5. Evlenmek üzere belediyelere başvuran çiftlere birbirlerini tanımları, ileride yaşamaları muhtemel olan problem alanları hakkında bilgilendirilmeleri, evlilikte çatışma ve problem çözme becerilerini geliştirebilmelerine yönelik olarak tasarlanmış eğitim çalışmaları düzenlenmelidir. Dolayısıyla evlilik öncesi danışmanlığı kavramı desteklenmelidir.
6. Evlilik ilişkisini ve evlilik doyumunu arttırmaya yönelik grup çalışmaları, yaşam döngüsünün farklı basamaklarındaki çiftler, daha yaşlı ve emekli çiftler, çocuksuz çiftler, engelli çiftler, engelli çocuğa sahip çiftler, evlilik dışı birliktelik yaşayan çiftler, ikinci evliliklerini gerçekleştiren çiftler, ikinci evlilikleri içerisinde ilk evliliklerinden getirdikleri çocukları olan çiftler,

göricü usulüyle evlenmiş çiftler gibi farklı gruplar üzerinde de denenerek etkililikleri sınanmalı, grupların yapılarına uygun olarak gerekli düzeltme ve düzenlemeler yapılmalıdır.

7. Yaşam döngüsünün ilk basamaklarında evlilik doyumunu arttırmak üzere böylesi bir çalışmaya katılan evli bireyler, yaşam döngüsünün ilerleyen basamaklarında yaşamaları muhtemel yeni sorunlara karşı yeniden çalışma gruplarına alınmalı ve takip edilmelidirler. Böylece bireylerin yaşam boyu yaşam kalitelerini arttırmak ve desteklemek mümkün olacaktır.
8. Evlilik doyumunun çeşitli alt boyutları arasında daha spesifik olarak yer alan eşin ailesiyle iletişim, çocukların ilişkiye yansımaları ve ekonomik problemlerden kaynaklanan ilişki doyumsuzluğu gibi konularda evli çiftlere daha özel çalışma grupları oluşturulabilir. Bu tip çalışma gruplarının uygulanacağı evli bireylerin öncelikle, evlilik içi iletişimlerini ve eşleriyle olan ilişkilerini geliştirici bir programa dahil edilerek problem çözme becerilerinin geliştirilmesinde, daha sonra eşin ailesiyle iletişim, çocukların ilişkiye yansımaları ve ekonomik problemlerden kaynaklanan ilişki doyumsuzluğu gibi konularda eğitime tabi tutulmalarında fayda görülmektedir. Bu üç spesifik alanda eşlerin birbirleriyle işbirliği kurabilmeleri önemli bir çözüm faktörü olarak göze çarpmaktadır. Bu sebeple, öncelikle iletişimlerini geliştirici, eşlerine yönelik öfkelerini boşaltabilecekleri ve eşlerine duydukları yakınlığı arttırıcı bir grup çalışmasına dahil edilmeleri, daha sonra bu konularda gerçekleştirilecek çalışmalarda sorumluluk almalarını kolaylaştıracaktır.
9. Eşlerin ailelerinin ilişki üzerindeki etkileri (kayınvalide-kayınpeder problemleri) özellikle ülkemizde sıklıkla yaşanan ancak üzerinde yeterince araştırma gerçekleştirilmemiş bir konudur. Bu konunun ayrıntılarıyla incelenerek içeriğinin tam olarak ortaya çıkartılması ve buna uygun bir çalışma programının oluşturularak bu konuda problem yaşayan çiftlere özel bir grup çalışmasının tasarlanmasının önemli olduğu düşünülmektedir.
10. Özellikle Türkiye gibi ekonomik krizlerin sık yaşandığı ve ekonomik belirsizliklerin hüküm sürdüğü ülkelerde, ekonomik sıkıntıların yarattığı problemlerin çift ilişkilerine yansımaları muhtemeldir. Bu konuda problem yaşayan çiftlerin bu sorunlarının çözümüne yönelik özel gruplarda sağaltılmalarının ve eğitilmelerinin, bütçe idaresi, ev ekonomisi gibi



konularda desteklenmelerinin evlilik ilişkisini geliştirici olacağı düşünülmektedir. Bu konudaki çalışmalar Halk Eğitimi, Yetişkin Eğitimleri veya Aile Rehabilitasyon Merkezleri kapsamında ele alınabileceği gibi, okul müfredat programlarında da yer alabilir.

11. Çocuk yetiştirme problemleri ve sorumluluğunun yarattığı problemlerin karı-koca arasında çeşitli boyutlarda yarattığı problemlerin özel çalışma gruplarıyla ele alınmasında fayda görülmektedir. Bu amaçla, çiftlere iki ayrı boyutta eğitim verilmesi veya danışma grupları oluşturulması önerilebilir. Öncelikle çiftler birinci boyutta, yaşam döngüsünün çeşitli basamaklarında (yeni bebek sahibi, okul öncesi çağda çocuğu olan, okul çağında çocuğu olan, ergenlik çağında çocuğu olan, genç yetişkin çağda çocuğu olan, evli çocuğu olan, torun sahibi olmak üzere) yaşamaları muhtemel problemler açısından çocuk yetiştirme, disiplin, aile tutumları, etkili ebeveynlik gibi konularda eğitim alarak desteklenmelidirler. İkinci boyutta ise çiftin arasındaki ilişki desteklenmeli, bu amaçla, ev işlerinin paylaşımı, eşlerin birbirlerine ayırdıkları zamanın süresi ve kalitesi, çocuklarla ilgili sorumluluğun ortak paylaşımı gibi konularda destek sağlanmalıdır.
12. Ülkemizde kırsal kesim ve büyük şehir yaşantısı birbirinden farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıkların aile ve evlilik yapılarına ve yaşantısına da etki ettiği göz önünde bulundurulursa, kırsal kesimde ve köyde yaşayan çiftlerin gerçeklerine ve sorunlarının ortaya konulması, problem alanlarının saptanması ve bu çiftlere uygun çalışmaların tasarlanması önemli görülmektedir.

## KAYNAKÇA

- ACAR, H. (1998) **Ankara' da Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'ne Bağlı Sosyal Hizmet Kuruluşlarında Çalışan Üniversite Mezunu Evli Personelin Evlilik Doyumları**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Hizmetler Anabilim Dalı, Ankara.
- ACITELLI, L.K. (1992) “*Gender Differences in Relationship Awereness and Marital Satisfaction Among Young Married Couples*” **Personality and Social Psychology Bulletin**. 18 (1), FEB, pg: 102-110.
- AKTAŞ, A.M. (2004) “*Aile Terapisinde Sosyal Hizmet Yaklaşımı*”, **Aile ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:6, Cilt:2, Sayı:7, Nisan-Haziran, s: 33-42.
- ALBRECHT, S.L., BAHR, H.M.; GOODMAN, K.L. (1983), **Divorce and Remarriage: Problems, Adaptations, and Adjustments**. Westport, CT: Greenwood.
- ALTINAY, D. (2000) “*Yaşamın Sahnesi*” **Aile ve Evlilik Terapileri Derneği Bülteni**. Sayı:1 , s: 12.
- ANASTASI, A. (1982). **Psychological Testing**. (5th.ed.), Mc Millan Publishing.
- ARYEE,S. ; LUK, V. ; LEUNG, A. ; LO, S. (1999) “*Role Stressors, Interrole Conflict, and Well-Being: The Moderating Influence of Spousal Support and Coping Behaviors Among Employed Parents in Hong Kong*” **Journal of Vocational Behavior**. 54, pg: 259-278.
- ASLAN, H.S. ; ASLAN, R.O. ; ALPARSLAN, Z.N. ; ÜNAL, M. (1998) “*Kocaeli'nde Çalışan Bir Grup Hekimde Evlilik Doyumu*” **Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi**. Cilt 23, Sayı: 4, s: 212-215.
- AYAN, D. ; BEDER-ŞEN, R. ; ÜNAL, G. ; YURTKURAN, S. ; (2001) “*Ankara'da Akraba Evliliği*”, **Aile Ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:4, Cilt:1, Sayı:4, Eylül-Aralık, s: 7-26.

- AYDEMİR-SEVİM, S. (1996) **Transaksiyonel Analize Dayalı Bir Eğitim Programının Evli Çiftlerin ego Durumları ve Evlilik Yaşamlarına İlişkin Bazı Değişkenler Etkisi.** Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- AYDEMİR-SEVİM, S. (1999). “*Evlilik İlişisini Geliştirme Programları*” **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.** Cilt: II, Sayı: 11.
- AYDIN, B. (2005a) **Çocuk ve Ergen Psikolojisi.** Atlas Yayın Dağıtım, Ankara.
- AYDIN, B. (2005b) **Ergenlikten Yetişkinliğe Grup Çalışmaları.** Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- AYDIN, B. (2002) “*Genç Yetişkinlik*” **Gelişim Psikolojisi.** T.C. Emniyet Genel Müdürlüğü Polis Akademisi Başkanlığı, SNF Yayıncılık Ltd. Şti.
- AYDIN, B. (1991) “*Aile Yapısı ve Aile İçi İlişkilerin Liseli Ergenlerin Kendini Kabul Seviyelerine Etkisi*” Yayınlanmamış Doçentlik Tezi.
- AYDIN, M. (2000) **Kurumlar Sosyolojisi.** Vadi Yayınları, Ankara.
- AYDOĞAN, F. (1992) **Ailenin Fonksiyonları ve Bu Fonksiyonlardaki Değişmeler.** İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul.
- BACANLI, H. (2001) “*Eş Tercihleri*” **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.** Cilt:2, Sayı:15, s: 7-16.
- BAĞLI, M. ; SEVER, A. (2005) “*Tabulaştırılan/Tabulaşan Kurumun (Ailenin) Kurbanlıklar Edinme Pratiği*” **Aile ve Toplum Dergisi.** Ocak-Mart, Yıl: 7 , Cilt: 2, Sayı: 8, s: 9-22.
- BALCI, A. (1997) **Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler.** Genişletilmiş 2. Baskı, Ankara.
- Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü (2005). **İstatistikler,** <http://www.aile.gov.tr/aileist.htm#05>.

- Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü (2006). "**2006 Aile Yapısı Araştırması**. <http://www.aile.gov.tr/tr/?Sayfa=Detay&Id=2006122862127>.
- BARKER, L.R. (1999) **The Social Work Dictionary** (4. Edition), USA: NASW Pres, pg: 166.
- BARKER, P. (1986) **Basic Family Therapy**. Oxford University Pres, New York.
- BAUCOM, D.H. (1987). "*Attributions in Distressed Relations: How Can We Explain Them?*". **Intimate Relationships: Development, Dynamics, and Deterioration**. In D. Perlman, ; S. Duck (Eds.), Newbury Park, CA: Sage Publications, pg: 177-206.
- BAUCOM, D.H. ; HALHLWEG, K. ; ATKINS, D.C. ; ENGL J. ; THURMAIER, F. (2006) "*Long-Term Prediction of Marital Quality Following a Relationship Education Program; Being Positive in a Constructive Way*" **Journal of Family Psychology**. Sep., Vol.20, Iss.3, pg: 448-457.
- BENSON, J.F. (2000) **Working More Creatively With Groups**. London, UK: Routledge.
- BERG, A.M. (2000) **Qualitative Evaluation of the Passionate Marriage Couple Enrichment Weekend**. Unpublished Doctoral Dissertation, Faculty of the Graduate School of the University of Minnesota.
- BERGER, C.R.; ROLOFF, M.E. (1982). "*Thinking About Friends and Lovers: Social Cognition and Relational Trajectories*". **Social Cognition and Communication**. In M.Roloff and C. Berger (Eds.) Beverly Hills, C.A: Sage. pg: 151-191.
- BERNE, E. (1988). **Psikiyatri ve Psikanaliz Rehberi**. Yaprak Yayınları. İstanbul.
- BİNİCİ, S.A. ; HOVARDALIOĞLU, S. (1996) "*Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeğinin (EKDÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*" **Türk Psikolojik Dergisi**. 11 (38), s: 66-76.
- BLOCH, S. (1989). **Psikoterapilere Giriş**. (Çev: Engin Eker, Ömer Tuncer, Candan Eriş) Cerrahpaşa Yayın Birliği. İstanbul.

- BLOOM, B.L. ; HODGES, W.W. (1981). “ *The Predicament of the Newly Seperated*”. **Community Mental/Health Journal**. 17, pg: 277-293.
- BLUM, J.S. ; MEHRABIAN, A. (1999) “*Personality and Temperament Correlates of Marital Satisfaction*” **Journal of Personality**. 67 (1), FEB, pg: 93-125.
- BODENMANN, G. ; CHARVOZ, L. ; CINA, A. ; WIDMER, K. (2001) “*Prevention of Marital Distress by Enhancing the Coping Skills of Couples: 1 Year Follow-Up Study*”. **Swiss Journal of Psychology**. 60 (1), MAR, pg: 3-10.
- BOST, K.K. ; COX, M.J. ; PAYNE, C. (2002) “*Structural and Supporting Changes in Couples’ Family and Friendship Networks*” **Journal of Marriage and Family**. May, 64, 2, pg.: 517-532.
- BOTWIN, M. D.; BUSS, D. M. ; SHACKELFORD, T. K. (1997). “*Personality and Mate Preferences: Five Factors in Mate Selection and Marital Satisfaction*”. **Journal of Personality**, 65(1), pg: 107-136.
- BOUCHARD, G. (1998) “*Predictive Validity of Coping Strategies on Marital Satisfaction: Cross-Sectional and Longitudinal Evidence*” **Journal of Family Psychology**. 12 (1), pg: 112-131.
- BURCHARD, G.A. (2001) **A Study of Two Marital Enrichment Programs and Couples’ Quality of Life**. Regent University, Virginia Beach, Unpublished Doctoral Dissertation, Virginia.
- BOWMAN, D.R. (2003) **Do Art Tasks Enhance The Clinical Supervision of Counselors-in-Training?** Virginia Polytechnic Institute and State University, Unpublished Doctoral Dissertation, Virginia.
- BRADBURY, T.N. ; BEACH, S.R. ; FINCHAM, F.D. , NELSON, G.M. (1996) “*Attributions and Behavior in Functional and Dysfunctional Marriages*”. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. June, Vol. 64, No:3, pg: 569-576.
- BRADBURY, T.N. ; FINCHAM, F.D. ; BEACH, S.R.H. (2000) “*Research on the Nature and Determinants of Marital Satisfaction: A Decade in Review*” **Journal of Marriage and the Family**. 62 (4), November, pg: 964-980.

- BRAUKHAUS, C. ; HAHLWEG, K. ; KROGER, C. ; GROTH, T. ; FEHM-WOLFS DORF, G. (2001) “A Little Bit More? The Impact of Adding Booster Sessions to a Prevention Training Program for Marital Distress” **Verhaltenstherapie**. 11 (1) MAR, pg: 55-62.
- BRAY, J. H. (1995) “Family Assessment: Current Issues in Evaluating Families” **Family Relations**. October, 44, pg: 469-477.
- BRYAN, A.A.M. (1995) **Effect of Community Based Intervention on Relationship Quality in Expectant Parent Couples**. Unpublished Doctoral Dissertation, Faculty of the Graduate School of the University of Minnesota.
- BRUNSTEINİ J. (1996) “Personal Goals and Social Support in Close Relationships: Effects on Relationship Mood and Marital Satisfaction” **Journal of Personality and Social Psychology**. 71 (5), pg: 1006-1019.
- BUTLER, M.H. ; WAMPLER, K.S. (1999) “A Meta-Analytic Update of Research on the Couple Communication Program” **The American Journal of Family Therapy**. 27 (3), pg: 223-237.
- BÜYÜKŞAHİN, A. ; HOVARDALIOĞLU, S. (2004) “Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi” **Türk Psikoloji Dergisi**. 19 (54), s: 59-72.
- BYRNE, C.A. & ARIAS, I. (1997). “Marital Satisfaction and Marital Violence: Moderating Effects of Attributional Processes”. **Journal of Family Psychology**. 11(2), pg:188-195.
- CAMP, P.L. GANONG, L.H. (1997) “Locus of Control and Marital Satisfaction in Long-Term Marriages” **Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services**. 78 (6), pg: 624-631.
- CARRANO, J.; CLEVELAND, K. ; TINKEW, J.B. ; MOORE, K.A. (2003) **Conceptualizing and Measuring “Healthy Marriages” for Empirical Research and Evaluation Studies: A Compendium of Measures-Part II**. Task One, Child Trends, Inc., Washington, DC.

- CAUGHLIN, J.P. (2002) "*The Demand/Withdraw Pattern of Communication as a Predictor of Marital Satisfaction Over Time-Unresolved Issues and Future Directions*" **Human Communication Research**. 28 (1), JAN, pg: 49-85.
- CAUGHLIN, J.P. ; HUSTON, T.L. (2002) "*A Contextual Analysis of the Association Between Demand/Withdraw and Marital Satisfaction*" **Personal Relationship**. 9 (1), MAR, pg: 95-119.
- CHAPIN, L.R. ; CHAPIN, T.J. ; SATTLER, L.G. (2001) "*The Relationship of Conflict Resolution Styles and Certain Marital Satisfaction Factors to Marital Distress*" **Family Journal**. Vol. 9; Issue: 3, Jul, pg: 259-265.
- CHERLIN, A.J. (1981). **Marriage Divorce and Remarriage**. Cambridge: Harvard University Pres.
- CHRISTENSEN, A. ; SHENK, L.J. (1991) "*Communication, Conflict and Psychological Distance in Nondistressed, Clinic and Divorcing Couples*". **Journal of Consulting And Clinical Psychology**, 59 (3), pg: 458-463.
- CLEAVER, G. (1987) "Marriage Enrichment by Means of a Structured Communication programme" **Family Relations**, 36, pg: 49-54.
- COBB, R.J. ; DAVILA, J. ; BRADBURY, T.N. (2001) "*Attachment Security and Marital Satisfaction: The Role of Positive Perceptions and Social Support*" **Personality and Social Psychology Bulletin**. 27 (9), SEP, pg: 1131-11143.
- CONDIE, S.J. (1989). "*Older Married Couples*." (Edt: S.J. Bahr & E.T. Peterson) **Aging and the Family**. Washington: Lexington Books.
- COONTZ, S. (2005) **Marriage, A History; From Obedience to Intimacy, or How Love Conquered Marriage**. Viking Boks, US.
- CORDOVA, J.V. ; JACOBSON, N.S. ; CHRISTENSEN,A. (1998) "*Acceptance Versus Change Interventions in Behavioral Couple Therapy: Impact on Couples' In-Session Communication*" **Journal of Marital and Family Therapy**. 24 (4), OCT, pg: 437-455.

- CORNELIUS, T. (2004) **Examining The Behavioral and Psychological Components of Communication Skills Training with Married Couples: Are Differential Effects Mediated by the Topic Discussed and Initial Level of Marital Distress?** Degree of Doctor of Philosophy, Western Michigan University, Department of Psychology, Michigan.
- COUTTA, R. ( 2001) **An Investigation Into the Significance of an Acceptance-Based Marital Enrichment Group on Couple Intimacy and Acceptance.** Unpublished Doctoral Dissertation, Division of Pastoral Ministries, New Orleans.
- COVEY, S.R. (1997) **The 7 Habits of Highly Effective Families.** Franklin Covey Company, New York.
- CRABB, L.J. JR. (1982). **Marriage, Divorce, Remarriage.** Cambridge: Harvard University Press.
- CRABTREE, K.H. (2002) **Differences in Narrative Style and Structure Between European American and African American Children: Implications for Storytelling in Psychotherapy.** Degree of Doctor of Philosophy, The University of Southern Mississippi.
- CRAWFORD, D.W. ; HOUTS, R.M. ; HUSTON T.L. ; GEORGE, L.J. (2002) *“Compatibility, Leisure and Satisfaction in Marital Relationships”* **Journal of Marriage and The Family.** 64 (2), MAY, pg: 433-449.
- CRESWELL, J.W. (1994). **Research Design: Qualitative and Quantitative Approaches.** Sage Publication, Thousand Oaks, CA.
- CREW, R.L. (1983) **An Analysis of the Principles of Adult Education Found in Selected Marriage Enrichment Models; An Androgogical Enrichment Model.** Unpublished Doctoral Dissertation, New Orleans Babtist Theological Seminary.
- ÇOPUR, Z. ; ŞAFAK, Ş. (2003) *“Ailede Gelirin Kullanımına İlişkin Karşılaşılan Problemlerin İncelenmesi”* **Aile Ve Toplum,** Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:5, Cilt:2, Sayı:6, Ekim, Aralık, s: 7-14.



- DAVILA, J. ; BRADBURY, T.N. ; FINCHAM, F. (1998). “*Negative Affectivity as a Mediator of the Association Between Adult Attachment and Marital Satisfaction*” **Personal Relationships**. 5 (4) DEC pg: 467-484.
- DEACON, S.A. ; PIERCY, F.P. (2001). “*Qualitative Methods in Family Evaluation: Creative Assessment Techniques*” **The American Journal of Family Therapy**. 29, pg: 355-373.
- DEACON, S.A. (1998) “*The Talk About Game*”. In L.L. Hecker and S.A. Deacon (Eds.) **The Therapist’s Notebook: Homework, Handouts, and Activities for Psychotherapy** New York Haworth Pres. pg: 269-270 .
- DeFRAIN, J. ; COOK, R. ; GONZALES-KRUGE G. (2005) “*Family Health and Dysfunction*” **Family Therapy : Review Preparing for Comprehensive and Licensing Examinations**. (Ed: Coombs, Robert H.), Lawrence Erlbaum Associates, Incorporated, Mahwah, NJ, USA. , pg: 8-12.
- DeMOSS, Y. (2004) **Brief Interventions and Resiliency in Couples**. Unpublished Doctoral Dissertation, Northcentral Univesity, Prescott, Arizona.
- DENTON, W.H. ; BURLESON, B.R. ; CLARK, T.E. ; RODRIGUEZ, C.P. HOBBS, B.V. (2000) “*A Randomized Trial of Emotion-Focused Therapy for Couples in a Training Clinic*” **Journal of Marital and Family Therapy**. 26 (1), JAN, pg: 65-78.
- DeSHAZER, S. ; BERG, I. ; LIPCHIK, E. ; NUNNALLY, E. ; MOLNAR, A. ; GINGERICH, W. ; WEINER- DAVIS, M. (1986). “*Brief Therapy: Focused Solution Development*”. **Family Process**. 25 (2), pg: 207-222.
- DEVLET PLANLAMA TEŞKİLATI: DPT (1989) **Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu Raporu**. No: 2165-ÖİK, Ankara.
- DeWITT, D.J. (1982) **Combined Premarital and Early Marital Counseling Program Based on Adler’s Individual Psychology**. Unpublished Doctoral Dissertation, Rosemead School of Psychology, La Mirada, California.
- DINKMEYER, D. ; CARLSTON, J. (1984). **Time for a Better Marriage**. American Guidance Service, Minnesota.

- DOKUR, M. ; PROFETA, Y. (2006) **Aile ve Çift Terapisi**. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- DURAIRAJ, A.A.S (2003) **An Analysis of the Difference Between the Worldwide Marriage Encounter Team Couples and One-Time Participant Couples on Marital Satisfaction, Work Motivation, Couple Activities and Relationships Among These Variables**. Unpublished Doctoral Dissertation, Duquesne University, Executive Counselor Education and Supervision, Pennsylvania.
- DUYAN, G.Ç. (2000) **Aile İşlevleri ve Ailenin Sosyal, Demografik ve Ekonomik Nitelikleri ve Yaşam Döngüsü Arasındaki İlişkiler**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Hizmet Ana Bilim Dalı, Ankara.
- DWYER, M.T. (2005) **Emotional Intelligence and Conflict Resolution Style as Predictors of Marital Satisfaction In the First Year of Marriage**. Unpublished Doctoral Dissertation, College of Education at the University of Kentucky, Lexington.
- EKŞİ, B. (2005) “*Evliliğe Hazırlık Aşamasındaki Karı-Koca Adaylarının Evlilik ve Anne-Baba Olma Üzerine Düşünceleri*” **Aile ve Toplum Dergisi**. Ocak-Mart, Yıl: 7 , Cilt: 2, Sayı: 8, s: 75-84 .
- EPSTEIN, N. ; BAUCOM, D.H. (1993) “*Cognitive Factors in Marital Disturbance*”. (K.S. Dobson ; P.C. Kendall (Eds.), **Psychopathology and Cognition**. San Diego, CA: Academic Press. Pg: 351-385.
- ERCAN, İ. ; KAN, İ. (2004) “*Ölçeklerde Geçerlik ve Güvenirlik*” **Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi**. 30 (3) s: 211-216.
- ERGİN, D.Y. (1995). “*Ölçeklerde Geçerlik ve Güvenirlik*”. **M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi**. Sayı:7, s: 125-148.
- ESER, N. (2000) “*Çekirdek Aile; Yalnız Aile*” **Aile ve Evlilik Terapileri Derneği Bülteni**. Sayı: 1 , s: 9.
- FALS-STEWART, W. ; BIRCHLER, G. ; O’FARRELL, T.J. (1996) *Behavioral Couples Therapy for Mail Substance-Abusing Patients Effects on Relationship Adjustment and*

- Drug Using Behavior*” **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. October, Vol:64 No:5, pg: 959-972.
- FEENEY, J.A. (2002) “*Attachment, Marital Interaction and Relationship Satisfaction: A Diary Study*” **Personal Relationships**, 9 (1), MAR., pg: 39-55.
- FERGUSON,D. ; FERGUSON, T.; THURMAN, C. ; THURMAN, H. (1993) **The Pursuit of Intimacy**. Thomas Nelson Publishers, Nashville.
- FINCHAM, F.D.; BEACH, S.R.H. (2001) “*Forgiveness: Toward a Public Health Approach to Intervention*”. **Clinician's Guide to Maintaining and Enhancing Close Relationships**. (Edt.: John H. Harvey), Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ, USA.
- FINCHAM, F.D. ; BEACH, S.R.H. ; HAROLD, G.T. ; OSBORNE, L.N. (1997) “*Marital Satisfaction and Depression: Different Causal Relationships for Men and Women?*” **Psychological Science**. 8 (5), SEP, pg: 351-357.
- FINCHAM, F.D. (1994) “*Cognition in Marriage: Current Status and Future Challenges*”. **Applied and Preventive Psychology**. 3, pg:185-189.
- FINCHAM, F.D. ; BRADBURY,T.N. (1990). “*Psychology and the Study of Marriage*” F.D.Fincham, T.N. Burry (Eds.), **The Psychology Of Marriage: Basic Issues and Applications**. New York: The Guilford Pres, pg: 2-5.
- FINCHAM, F. D. ; BRADBURY, T. N. (1987) “*The Assessment of Marital Quality: A Reevaluation*” **Journal of Marriage and the Family**. 49, pg: 797-809.
- FITZPATRICK, M.A. (1988) “*Marital Interaction: What Do We Know?*” **Between Husbands and Wives: Communication in Marriage**. Beverly Hills, CA: Sage, pg: 31-58.
- FISHMAN, E.A. ; MEYERS, S.A. (2000) “*Marital Satisfaction and Child Adjustment: Direct and Mediated Pathways*” **Contemporary Family Therapy**. December, vol.22, no.24, pg: 437-452.

- FİDANER, H. (1995) **Ruh Sağlığı Hizmetlerinde Aileye Yaklaşım**. Sevgi Matbaacılık Ltd. Şti., İzmir.
- FİŞEK, G. (1992) “*Türk Ailesinin Dinamik ve Yapısal Özellikleri Üzerine Düşünceler ve Konuya İlişkin Bir Ön Çalışma*” **Aile Yazıları: Birey, Kişilik ve Toplum**. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Ankara.
- FLECK, S. (1980) “*Family Functioning and Family Pathology*” **Psychiatric Annals**, 10, pg: 46-54.
- FORD, F.R. (1983) “*Rules: The Invisible Family*” **Family Process**. Volume: 22, Number:2, June, pg: 135-145.
- FOWERS, B.J. ; OLSON, D.H. (1993) “*ENRICH Marital Satisfaction Scale : A Brief Research and Clinical Tool*” **Journal of Family Psychology**. Vol.7, No.2, pg: 176-185.
- GETZ, H.G. (2002) “*Family Therapy in an Women’s Group: Integrating Marriage and Family Therapy*” **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**. Vol.10, No.2, April, pg: 220-223.
- GILBERT, A. ; CHURCHILL, Jr., (1991). **Marketing Research, Methodological Foundations**. (5th ed.)USA, Orlando: The Dryden Press.
- GLADDING, S. (2002) **Family Therapy. History, Theory and Practice**. Pearson Education,Inc., Merrill Prentice Hall, New Jersey.
- GOFORTH, K.D. (2003) **Gender Comparisons of Marriage Education Participants’ and Nonparticipants’ Relational Qualities and Dynamics**. Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Tennessee, Knoxville.
- GOLDERNBERG, I. ; GOLDERNBERG, H. (1996) **Family Therapy: An Overview**. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- GOLDERNBERG, I. ; GOLDERNBERG, H. (1985) **Family Therapy**. Brooks/Cole Publishing Company, California.

- GOTTMAN, J.M. ; SILVER, N (1999) **The Seven Principles for Making Marriage Work.**  
New York: Three Rivers Press.
- GÖKÇE, B. (1978) “*Evlilik Kurumuna Sosyolojik Bir Yaklaşım*” **Aile Yazıları 4**, Aile Araştırma Kurumu Yayınları.
- GRAHAM, J.M. ; CONOLEY, C.W. (2006) “*The Role of Marital Attributions in the Relationship Between Life Stressors and Marital Quality*” **Personal Relationships.** Jun, Vol. 13, Issue: 2, p: 231-241.
- GRANDON, J.R. (1999) **The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Process and Marital Satisfaction.** Degree of Doctor of Philosophy, University of North Carolina at Greensboro.
- GREENBERG, L.S. ; JOHNSON, S.M. (1988) **Emotionally Focused Therapy for Couples.**  
New York Guilford Press.
- GREEFF, A.P. ; MALHERBE, H.L. (2001) “*Intimacy and Marital Satisfaction in Spouses*” **Journal of Sex and Marital Therapy.** Vol. 27, No: 3, May., pg: 247-257.
- GREEFF, A.P. ; De BRUYNE, T. (2000) “*Conflict Management Style and Marital Satisfaction*” **Journal of Sex and Marital Satisfaction.** October, Vol.26, No. 4, pg: 321-334.
- GROCE, R.D. (2001) **An Experiential Study of Elementary Teachers with the Storytelling Process.** Degree of Doctor of Philosophy, Texas A&M University.
- GROTE, N.K. ; FRIEZE, I.H. ; STONE, C.A. (1996) “*Children, Traditionalism in the Division of Family Work, and Marital Satisfaction: What’s Love Got To Do With It?*” **Personal Relationships.** 3 (3), SEP., pg: 211-228.
- GUNTER, J.S. (2004) **An Examination of the Dimensions of Commitment and Satisfaction Across Years Married.** Unpublished Doctoral Dissertation, University of Oklahoma Graduate College, Oklahoma.
- GURMAN, A.S. ; KNISKERN, D.P. (1991) **Handbook of Family Therapy.** Volume II., Brunner/Mazel Publishers, New York.

- GÜLERCE, A. (1996) **Türkiye’de Ailelerin Psikolojik Örüntüleri**. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- GÜNAY, O. (2000). **Evlilik Uyumu İle Kişisel Düşünme Modelleri Arasındaki İlişki**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.İstanbul.
- GÜNİNDİ-ERSÖZ (2003) “*Dünya Konferansları Belgelerinde Aile ve Yoksulluk: Saptamalar ve Öneriler*” **Aile Ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:5, Cilt:2, Sayı:6, Ekim-Aralık, s: 71-80.
- HAHLWEG, K. ; MARKMAN, H.J. (1988). “*Effectiveness of behavioral marital therapy: Empirical Status of Behavioral Techniques in Preventing and Alleviating Marital Distress*”. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 56, pg: 440-447.
- HALEY, J. (1988). **İletişim**. (Çev: Ali Uzunöz) Çark Yayınevi. Ankara.
- HALFORD, K.W. (2004) “*The Future of Couple Relationship Education: Suggestions on How It Can Make a Difference*” **Family Relations**. Oct., Vol.53, Iss., pg: 559-567.
- HALFORD, K.W. ; MARKMAN, H.J. ; STANLEY, S. ; KLINE, G.H. (2003) “*Best Practice in Couple Relationship Education*” **Journal of Marital and Family Therapy**. 29, pg: 385-406.
- HALFORD, K.W. ; MARKMAN, H.J. (1997) **Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention**, Wiley, New York.
- HAMAMCI, Z. (2005) “*Dysfunctional Relationship Beliefs In Marital Satisfaction and Adjustment*” **Social Behavior and Personality**. 33(4), pg: 313-328
- HAMBURG, S. (1983). “*Reading aloud as a first homework task in marital therapy*”. **Journal of Marital and Family Therapy**. 9, pg: 81-87.
- HARRIS, L. (1981) “*Factors Considered Important In Life*”. **Lois Harris Survey Release**. January,1. p: 143.
- HATİPOĞLU, Z. (1993) **The Role of Certain Demographic Variables and Marital Conflict in Marital Satisfaction of Husbands and Wives**. Yayınlanmamış Yüksek

Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.

HEPPNER, P.P. ; PETERSEN, C.H. (1982) “*The Development and Implications of a Personel Problem Solving Inventory*” **Journal of Counseling Psychology**. 29, 66-75.

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

HOVARDALIOĞLU, S. ; SEZGİN, N. (1998). **Eğitimde ve Psikolojide Ölçme Standartları**. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, No: 14, Ankara.

HUGGINS, C.E.(2002) “*Support of Mate's Goals a Key to Happy Marriage*” **Journal of Social and Clinical Psychology**. 21. pg: 157-164.

HÜNLER, O.S. ; GENÇÖZ, T. (2003) “*Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü*” **Türk Psikoloji Dergisi**, 18 (51), s: 99 – 108

İMAMOĞLU, O. (1991) “*Aile İçinde Kadın ve Erkek Rollerini*” **Aile Kurultayı**. Aile Araştırma Kurumu Yayını, Ankara.

JACOBS, E. (1992). **Creative Counseling Techniques: An Illustrated Guide**. PAR Psychological Assesment Resources, Inc. Odessa, USA.

JACOBSON, N.S. ; CHIRISTENSEN, A. ; PRINCE, S.E. ; CORDOVA, J. ; ELDRIDGE, K. (2000) “*Integrative Behavioral Couple Therapy: an Acceptance-Based, Promising New Treatment for Couple Discord*” **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 68 (2): APR, pg: 351-355.

JACOBSON, N.S. (1984). “*The Modification of Cognitive Processes in Behavioral Marital Therapy: Integrating Cognitive and Behavioral Intervention Strategies*”. **Mental Interaction: Analysis and Modification**. In K. Hahleweg ; N.S. Jacobson (Eds.), New York Guilford Pres, pg: 285-308.

- JAKUBOWSKI, S.F. ; MILNE, E.P. ; BRUNNER, H. ; MILLER, R.B. (2004) “*A Review of Empirically Supported Marital Enrichment Programs*” **Family Relations**. OCT., 53,5, pg: 528-536.
- JANICKI, D.L. ; KAMARCK, T.W. ; GWALTNEY, C.J. ; SHIFFMAN, S. (2006) “Application of Ecological Momentary Assessment to the Study of Marital Adjustment and Social Interactions During Daily Life” **Journal of Family Psychology**. Vol.20, No: 1, pg: 168-172.
- JOHNSON, L.N. ; SANDBERG, J.G. ; MILLER, R.B. (1999) “*Research Practices of Marriage and Family Therapists*” **American Journal of Family Therapy**. Jul-Sep99, Vol.27, Issue 3, pg:239, 11p, 1 chart.
- JOHNSON, M.D. ; BRADBURY, T.N. (1999) “*Marital Satisfaction and Topographical Assessment of Marital Interaction: A Longitudinal Analysis of Newlywed Couples*” **Personal Relationships**. 6 (1), MAR, pg: 19-40.
- JOHNSON, P.L. ; O’LEARY, K.D. (1996) “*Behavioral Components of Marital Satisfaction: An Individualized Assessment Approach*” **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 64 (2), pg: 417-423.
- JOHNSON, S.M. ; TALITMAN, E. (1997) “*Predictors of Success in Emotionally Focused Marital Therapy*” **Journal of Marital and Family Therapy**. 23 (2): APR, pg: 135-152.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (1990) **İnsan-Aile-Kültür**. Remzi Kitapevi, İstanbul.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (1979) “*Türkiye’de Çocuğun Değeri, Kadının Rolü ve Doğurganlığı, Türk Toplumunda Kadın*.” (Edt.: N. Abadan-Unat), Ankara.
- KARASAR, N. (1991) **Bilimsel Araştırma Yöntemi**. 4. Basım, Ankara: 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Ltd.
- KARNEY, B.R. ; BRADBURY, T.N. (1997) “*Neuroticism, Marital Interaction, and the Trajectory of Marital Satisfaction*”. **Journal of Personality and Social Psychology**. 72 (5), pg: 1075-1092.



- KAYE, E. ; NICK,S. ; JAMES W. (1977) **Relationship in Marriage and the Family**. Mc Millan Publishes. London Collier.
- KAZGAN, G. (1982) **Türk Toplumunda Kadın: Türk Ekonomisinde Kadınların İşgücüne Aktarılması, Mesleki Dağılımı, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-Ekonomik Statüsü**. (Derleyen: N. Abadan-Urat) 2. Basım, Kent Basımevi, İstanbul.
- KELLY, E.L. ; JAMES, J.C. (1987) “*Personality and Compability: A Prospective Analysis of Marital Stability and Marital Satisfaction*” **Journal of Personality and Social Psychology**. 52 (1), pg: 27-40.
- KELLY, J.B. (1982). **Divorce: The Adult Perspective**. In B.B. Wolman & G. Stricker (Eds.) Hand Book of Developmental Psychology. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall. Pg: 734-350.
- KERKMANN, B.C. ; LEE, T.R. ; LOWN, J.M. ; ALLGOOD, S. M. ; (2000) “*Financial Management, Financial Problems And Marital Satisfaction Among Recently Married University Students*” **Financial Counseling and Planning**, 11(2), pg: 55-64.
- KERSCHNER, M. (1996) **Item Selection of the Hunt Assessment of Marital Program Outcome**. Unpublished Doctoral Dissertation, Graduate School of Psychology, Fuller Theological Seminary.
- KERSTEN, K.K. (1990). “ *The Process of Marital Disaffection: Interventions at Various Stages:*”: **Family Relations**. Jul 90, Vol. 39 Issue 3, pg: 257-266.
- KING, L.A. (1993) “*Emotional Expression, Ambivalence Over- Expression, and Marital Satisfaction*” **Journal of Social and Personal Relationships**. 10 (4), NOV., pg: 601-607.
- KINGSBURY, N.M. ; MİNDA, R.B. (1988). “ *An Analysis of ThreeExpected Intumate Relationship States: Commitment, Meintenance and Termination*”. **Journal of Social and Personal Relationships**. 5, pg: 405-422.
- KIRBY, J.S. (2005) **A Study of The Marital Satisfaction Levels of Participants in a Marriage Education Course**. Unpublished Doctoral Dissertation, Department of

Educational Leadership and Counseling Department, University of Louisiana,  
Monroe.

KIŞLAK, Ş.T. (1997) “*Evlilik Uyumu İle Nedensellik Ve Sorumluluk Yüklemeleri Arasındaki İlişkiler*” **Türk Psikoloji Dergisi**. 12 (40), s: 55-64.

KIŞLAK, Ş.T. ; ÇABUKÇA, F. (2002) “*Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu İle İlişkisi*”, **Aile Ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:5, Cilt:2, Sayı:5, Nisan-Haziran, s: 35-42.

KOYDEMİR, S. ; SELİŞİK, Z.E.S. ; TEZER, E. (2005) “*Evlilik Uyumu ve Mükemmeliyetçilik Boyutları Arasındaki İlişkiler*” **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**. Cilt: III, Sayı: 23, s: 65-73.

KÖYMEN, Ü. (1994). “*Öğrenme ve Ders Çalışma Stratejileri Envanteri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*”. **Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**. Cilt:2, Sayı:1, s: 19-28.

KULAKSIZOĞLU, A. (2004) **Örnek Grup Rehberlik Programları**. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

KULIK, L. (2002) “*Equality in Marriage, Marital Satisfaction, and Life Satisfaction: A Comparative Analysis of Preretired and Retired Men and Women in Israel*” **Families in Society-The Journal of Contemporary Human Services**. 83 (2), MAR-APR, pg: 197-207.

KURDEK, L.A. (1995) “*Predicting Change in Marital Satisfaction From Husbands and Wives Conflict-Resolution Styles*” **Journal of Marriage and the Family**. 57 (1),: FEB, pg: 153-164.

L'ABATE, L. ; BAGAROZZI, D.A. (1991) **Source Book of Marriage and Family Evaluation**. New York: Brunner/Mazel.

LARSON, J.H. (2004) “*Innovations in Marriage Education: Introduction and Challenges*” **Family Relations**. October, 53,5, Proquest Psychology Journals, pg: 421-424.

- LAWSON, D.M. (1989) "*Love Attitude and Marital Adjustment in the Family Lifecycle*" **Sociological Specturum**. 8, pg: 391-406.
- LAWRENCE, E. ; ELDRIDGE, K. A. ; CHIRISTENSEN, A. (1998) "*The Enhancement of Tradational Behavioral Couples Therapy: Consideration of Individual Factors and Dyadic Development*" **Clinical Psychology Review**, Vol.18, No: 6, pg: 745-764.
- LAZARUS, R.S. ; FOLKMAN, S. (1984) **Stress, Appraisal and Coping**. New York Springer.
- LeLIEUVRE, B.R. (1998) "'Goodnight Saigon" Music, Fiction, Poetry, and Film in Readjustment Group Counseling" **Professional Psychology: Research and Practice**. Vol.29 No.1 pg: 74-78.
- LEVINGER,G. ; HUSTON,T.L. (1990). "*The Social Psychology of Marriage*" F.D. Fincham, T.N. Bradbury (Eds.), **The Psychology Of Marriage: Basic Issues and Aplications**. New York: The Guilford Press: pg:19-25.
- LEV-WIESEL, R.(1998). "Spouses' Perceptions of Each Other's Coping Ability With Possible Stressful Life Events and Marital Quality". **Contemporary Family Therapy**, 20 (2), pg: 211-220.
- LIPPITT, D.N. (2005) **An Examination of the Relationship Between Differentiation, Adult Attachment Style and Marital Satisfaction: A Multi Dimentional Approach**. Unpublished Doctoral Dissertation, Capella University.
- LOWER, L.M. (2005) "*Couples with Young Children*" **Handbook of Couples Therapy**. (Edt.: Michele Harway) John Wiley & Sons, Incorporated, Hoboken, NJ, USA, p 35.
- MACE, D.R. ; MACE V. (1977) **How to Have a Happy Marriage**. Nashvill, Tennessee: Abington.
- MARKMAN, H.J. ; HALFORD, W.K. (2005) "*International Perspectives on Couple Relationship Education*" **Family Process**. Jun, Vol.44, Iss. 2, pg.139-146.

- MARKMAN, H.J. ; FLOYD, F.J. ; STANLEY, S.M. ; STORAASLI, R.D. (1988) "*Relationship Education of Marital Distress: A Longitudinal Investigation*" **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. 56, pg: 210-217.
- MARKMAN, H.J. ; JAMIESON. K.J. ; FLOYD, F.J. (1983) "*The Assessment and Modification of Premarital Relationships*" **Advance in Family Intervention, Assessment and Theory**. J.A.I. Press. 3, pg: 41-90.
- MASUDA, M. ; DUCK, S. (2001) "*Issues in Ebb and Flow: Management and Maintenance of Relationships as a Skilled Activity*". **Clinician's Guide to Maintaining and Enhancing Close Relationships**. (Edt.: John H. Harvey), Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ, USA.
- MEYERS S.A. ; LANDSBERGER, S.A. (2002) "*Direct and Indirect Pathways Between Adult Attachment Style and Marital Satisfaction*" **Personal Relationships**. 9 (2), Jun., pg:159-172.
- Mc GOLDRICK, M., & GERSON, R. (1985). **Genograms in Family Assessment**. New York: Norton.
- Mc CUBIN, H.I. (1990) "*Marital and Family Satisfaction*" **Families: What Makes Them Work**. Updated Edition. Sage Publition. London.
- Mc CLURE, R. ; LODEN, M. (1982) "*Religious Activity, Denomination, Membership and Life Satisfaction*" **Psychology**. 19 (1), pg: 12-17.
- Mc PHATTER, A.R. (1991) "*Assessment Revisited: A Comprehensive Approach to Understanding Family Dynamics*". **Families in Society**, 72, pg: 11-21.
- MILLER, P.J. ; CAUGHLIN, J.P. ; HUSTON, T.L. (2003) "*Trait Expressiveness and Marital Satisfaction: The Role of Idealization Process*" **Journal of Marriage and Family**. Nov., Vol.65, Iss. 4 ; pg: 978.
- MILLER, S. ; WACKMAN, D. NUNNALLY, E. ; SALINE, C. (1984) **Straight Talk**. New American Library, Signet Boks, New York.

- MILLER, T.M. (2003) **The Impact of Spesific Support-Focused Marital Therapy Interventions on Marital Satisfaction and Related Variables.** Unpublished Doctoral Dissertation , George Mason University, Fairfax, V.A.
- MONTAG, K.R. (1993) **An Empirical Evvaluation of Alternatif Modalities in The Cognitive Behavioral Treatment of Marital Discorsd.** Unpublished Doctoral Dissertation, Washigton State University, Department of Psychology.
- MÖLLER, K. ; HWANG, C.P. ; WICKBERG, B. (2006) “*Romantic Attachment, Parenthood and Marital Satisfaction*” **Journal of Reproductive and Infant Psychology.** Vol: 24, Issue: 3, pg: 233-240.
- National Sources Recent Demographic Developments in Europe** (2002) Council of Europe New Cronos Database, Eurostat and Transmonee Database, UNICEF.
- NAZLI, S. (2000) **Aile Danışması.** Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- NAZLI, S. (1997) **Aile Fonksiyonlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi.** Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi. Ankara.
- NICHOLS, W. (2005) “*The First Years of Marital Commitment*” **Handbook of Couples Therapy.** (Edt.: Michele Harway) John Wiley & Sons, Incorporated, Hoboken, NJ, USA, p 35-36.
- NOLLER, P.; FEENEY, J.A. (2002) “*Communication, Relationship Concerns and Satisfsaction in Early Marriage*” **Stability and Change in Relationships.** (Edt.: Harry T. Reis) Cambridge University Press, New York, p: 31.
- NOLLER, P. (1984). **Nonverbal Communication and Marital Interaction.** Oxford, England: Pergamon.
- NUNNALLY, J.C. (1970). **Introduction To Psychological Measurement.** Mc Graw Hill Book Company, New York, pg: 279-280.
- ODELL, K.S. ; COCHRAN, E.J. ; LAWRENCE, L.D. ; GARTIN, S.A. (1990) “*The Job and Marital Satisfaction of Secondary Agriculture Teachers and Their Spouses*” **Journal Of Agricultural Education,** Fall, pg: 14-18.

- OFLAZ, F. (1995) **Psikiyatrik Hastaların Eşlerinin Psikososyal Güçlükleri ve Stresle Baş Etme Yollarının İncelenmesi**. GATA Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- OLSON, D.H.; FOWERS, B.J. (1993) “*Five Types of Marriage: An Empirical Typology Based on ENRICH*” **The Family Journal**. Vol.1, No:3, pg: 196-207.
- ONUR, B. (1986). **Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm**. Ankara V Yayınları. Birinci Baskı.
- ORATHINKAL, J. ; VANSTEENWEGEN, A. (2006) “*The Effect of Forgiveness on Marital Satisfaction in Relation to Marital Stability*” **Contemporary Family Therapy**. Vol: 28, No: 2, pg: 251-260.
- ORBUCH, T. (1996). “*Marital Quality Over the Life Course*”. **Social Psychology Quarterly**. 59(2), pg:162-171.
- ORDEN, S.R. ; BRADBURN, N.M. (1990). “*Dimensions of Marriage Happiness*”. **The American Journal of Sociology**. 38, pg: 715-734.
- OSTER,G.D. ; GOULD, P.D. (1987) **Using Drawings in Assessment and Therapy**. New York: Brunner/Mazel.
- OXFORD, M.C. (2003) **SUCCESS: Satisfying Unions Through Couples Communication and Enhancement Program for Married Couples**. Doctor of Philosophy Dissertation, Texas A&M University, Texas.
- ÖNER, N. (1994). **Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler**. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları. İstanbul.
- ÖZÇELİK, D. (1998). **Ölçme ve Değerlendirme**. ÖSYM Yayınları: 8, Ankara.
- ÖZDEMİR, Ö. (2003) “*Tamamlanmamış Evlilik: İki Olgu*” **Klinik Psikiyatri Dergisi**, 2003; 6(3), s: 174-180.
- ÖZEN, D.Ş. (1998). **Eşler Arası Çatışma ve Boşanmanın Farklı Yaş ve Cinsiyetteki Çocukların Davranış ve Uyum Problemleri ile Algıladıkları Sosyal Destek**

- Üzerindeki Rolü.** Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara.
- ÖZGÜVEN, İ.E. ( 2000) **Psikolojik Testler.** Oprem Yayınları, Ankara.
- ÖZGÜVEN, İ.E. (2000) **Evlilik ve Aile Terapisi.** PDREM Yayınları, Ankara.
- ÖZUĞURLU, K. (1999) **Karı-Koca İlişkilerinden Doğan Sorunlar.** Ana-Baba Okulu. Remzi Kitapevi, İstanbul.
- PAPP, P. (1983). **The Process of Changes.** New York, Guilford Press. pg: 163-164.
- PARASURAMAN, A. ; ZEITHAML, V.A. and BERRY, L.L. (1988). “*Servqual: A Multiple Item Scale for Measuring Consumer Perception of Service Quality*”. **Journal of Retailing.** Volume 61, Number 1.
- PARROTT III, L. ; PARROTT, L. (1995) **Saving Your Marriage Before It Starts.** Zondervan Publishing.
- PAUL, N.L. ; PAUL, B. (1986). **A Marital Puzzle: Transgenerstionsl Analysis in Marriage Counseling.** New York: Norton.
- PETY, J.R. (1983) **The Effects of Marital Expectation Training on Communication Style and Problem Solving Ability of Couples.** Unpublished Doctoral Dissertation, The Florida State University.
- PINSOF, W. M. (2005) **Family Psychology : The Art of the Science.** Oxford University Press, Incorporated, Cary, NC, USA.
- REISSMAN, C. ; ARON, A. ; BERGER, M.R. (1993) “*Shared Activities and Marital Satisfaction-Causal Direction and Self-Expansion Versus Boredom*” **Journal of Social and Personal Relationships.** 10 (2), MAY, pg: 243-254.
- REN, X.S. (1997). “*Marital Status and Quality of Relationships: the Impact on Health Perception*” . **Social Science and Medicine.** 44(2), pg: 241-249.

- REYNOLDS, W. ; REMER, R. ; JOHNSON, M. (1995) "*Marital Satisfaction in Later Life- An Examination of Equity, Equality, and Reward Theories*" **International Journal of Aging&Human Deveplement**. 40 (2), pg: 155-173.
- RIPLEY, J.S. (1996) **The Effecets of Marital Social Values on Outcomes of Forgiveness Couples Enrichment Psychoeducational Groups, or Communication Couples Enrichment Psychoeducational Groups**. Unpublished Doctoral Dissertation, Virginia Commonwealth University, Richmont, Virginia.
- RIVETT. M. ; STREET, E. (2003) **Family Therapy in Focus**. GBR: Sage Publications, Incorporated, London.
- ROBERTS, L. (2000) "*Fire and Ice in Marital communication: Hostile and Distancing Behaviors as Predictors of MArital Distress*" **Journal of Marriage and the Family**. 62, August, pg: 693-707.
- ROGERS, S.J. (1996). "*Mothers' Work Hours and Marital Quality: Variations by Family Structure and Family Size*". **Journal of Marriage and the Family**. 58(3), pg: 606-617.
- ROGERS, S.J. ; AMATO, P. (1997) "*Is Marital Quality Declining? The Evidence From Two Generations*" **Social Forces**. 75 (3), Retrieved October, 17, 2004 from EBSCO HOST Databases: Academic Premier, pg: 1089-1100.
- ROSEN-GRANDON, J.R. (1999) **The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Process and Marital Satisfaction**. Unpublished Doctoral Dissertation, University of North Carolina.
- RUSBULT, C.E. (1983). "*A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development (and Deterioration)of Satisfaction andCommitment in Heterosexual Involvement*". **Journal of Personality and Social Psychology**. 45, pg: 101, 117.
- RUSSELL-CHAPIN, L.A. ; CHAPIN, T.J. ; SATTTLER, L.G. (2001) "*The Relationship of Conflict Resolution Styles and Certain Marital Satisfaction Factors to Marital Distress*" **Family Journal**. Jul, Vol.9, Issue 3, pg: 259-264.



- RYAN, K.D. (2001) **A Relapse Prevention Program for Distressed Couples Following a Workshop-Based Marital Intervention.** Unpublished Doctoral Dissertation, University of Washington.
- SABO, D.M. (1993) **Project Demonstrating Excellence Recovery of Hope Intensive MARital Therapy Program.** Unpublished Doctoral Dissertation, The Union Institute, Cincinnati, Ohio.
- SACCO, W.P. ; PHARES, V. (2001) “*Partner Appraisal and Marital Satisfaction: The Rol of Self-Esteem and Depression*” **Journal of Marriage and the Family.** 63 (2): May, pg: 504-513.
- SAGER, C.J. (1981). “*Couple Therapy and Marriage Contract.*”. **Handbook of Family Therapy.** In A.S. Gurman & D.P. Kniskern (Eds.) New York, Bruner /Mazel. Pg: 85-130.
- SALTS, C.J. (1985). *Divorce Stage Theory and Therap: Therapeutic Implications Throught the Divorcing Process*”. **Divorce Therapy.** In D.H. Sprenkle (Ed.), New York Haworth Pres, pg: 13-23.
- SANFORD, K. (2003) “*Problem Solving Conversation in Marriage: Does it Matter What Topics Couples Discuss?*” **Personel Relationships.** March, Vol.10, No.1, pg: 97-112.
- SATABELLÌ, R.M. (1988). “*Exploring Relationship Satisfaction: A Social Exchange Perspective on the Interdependence Between Theory, Research adn Practise*”. **Family Relations.** 37, pg: 217-222.
- SAVAŞIR, I. ; ŞAHİN, N. (1997). **Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler.** Türk Psikologlar Derneği Yayınları No: 9, Ankara.
- SAYGER, T.V. ; HORNE, A.M. ; GLASER, B.A. (1993). “*Marital Satisfaction and Social-Learning Family-Therapy for Child Conduct Problems- Generalization of Treatment Effects*”. **Journal of Marital and Family Therapy.** 19 (4). October pg:393-402.
- SANDERSON, C.A. ; CANTOR, N. (2001) “*The Association of Intimacy Goals and Marital Satisfaction: A Test of Four Mediatlional Hypotheses*” **Personality and Social Psychology Bulletin.** 27 (12), DEC., pg: 1567-1577.

- SCHUMACHER, J. ; STOBEL-RICHTER, Y. ; BRAHLER, E. (2002) *“Is There an Association Between Marital Satisfaction and Recalled Parental Rearing Behavior?”* **Zeitschrift Fur Entwicklungspsychologie und Padagogische.** 34 (4), pg: 227-235.
- SCHUMM, W.R. ; WEBB, F.J. ; BOLLMAN, SR (1998) *“Gender and Marital Satisfaction: Data from the National Survey of Families and Households”* **Psychological Reports.** 83 (1), Aug, pg: 319-327.
- SCHWAB, J.J. (2000) **Family Functioning: The General Living Systems Research Model.** Kluwer Academic Publishers, Hingham, MA, USA.
- SEGRIN, C. (2004) **Family Communication.** Lawrence Erlbaum Associates, Incorporated, Mahwah, NJ, USA.
- SMITH, R.L. ; CARLSON, J. (1995) *“Marriage and Family Counseling”* **Journal of Counseling and Development.** Nov./Dec.95, Vol:74, Issue:2, pg: 154-157.
- SMITH, R.L. ; STEVENS-SMITH, P. (1992) **Basic Techniques in Marriage and Family Counseling and Therapy: Eric Digest.** ERIC Clearinghouse on Counseling and Personel Services Ann Arbor MI.
- SPORAKOWSKI, M.J. (1995) *“Assessment and Diagnosis in Marriage and Family Counseling”* **Journal of Counseling and Development.** Sep/Oct95, Vol:74, Issue:1, pg: 60-64.
- SPRENKLE, D.H. (1988). *“Treating Issues Related to Devorce and Seperation”.* **Troubled Relationships.** In E. Nunnally ; C.S. Chillman, 6 F.M. Cox (Eds.), Newbury Park, CA: Sage, pg: 74-95
- STAHMANN, R.F. ; HIEBERT, W.J. (1997) **PreMarital and ReMarital Counseling, The Professional’s Handbook.** Jossey-Bass A Wiley Company, San Francisco.
- Standarts for Educational and Psychological Testing.** (1992). American Educational Research Association, American Psychological Association, National Coincil on Measurement in Education. Published by the American Psychological Association. Washington, DC.

- SELLS, J.N. ; GIORDANO, F.G. ; KING, L. (2002) “*A Pialot Study in Marital Group Therapy: Process and Outcome*” **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**. April, Vol.10, No.2, pg: 156-166.
- STANLEY, L.V. ; JEFFREY, L.E. ; SHELDON, D.R. ; JAMES, A.H. (1983) “*Group Training in Marital Communication: A Comparative Study*” **Journal of Marriage and the Family**. August, pg: 661-669.
- STANLEY, S.M. ; TRATHEN, D.W. (1994) “*PREP: An Empirically Based Model for Marital and Premarital Intervention*” **Journal of Psychology and Chiristianity**, 12, pg: 158-165.
- STORAASLİ, R.D. & MARKMAN, H.J. (1990). “*Relationship Problems in the Early Stages of Marriage: A Longitudinal Investigation*”. **Journal of Family Psychology**. 4(1), pg:80-98 .
- STUART, R.B. (1980). **Helping Couples Change**. New York: Guilford Pres.
- SUNGUR, M.Z. (2000) “*Davranışçı Sistemik Çift Terapileri*” **Aile ve Evlilik Terapileri Derneği Bülteni**. Sayı: 01, s: 5.
- SYNDER, D.K. (1997) **Marital Satisfaction Inventory, Revised (MSI-R) Manual**. Published by Western Psychological Services, Los Angeles.
- ŞAHİN, N.H., DURAK, A. (1995). “*Üniversite Öğrencileri İçin Bir Stresle Başa Çıkma Tarzı Ölçeği*”. **Türk Psikoloji Dergisi**. 10(34), 56-73.
- ŞAHİNKAYA, R. (1990) “*Türk Aileleri Hangi Yönlerden Birbirlerinden Farklılıklar Gösterirler?*” **Aile Yazıları 1**, (Derleyenler: Beylü Dikeçligil, Ahmet Çiğdem, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Bilim serisi 5/1, Ankara.
- ŞEMİN, İ. (2001). **Ölçme ve Değerlendirmede Temel İlkeler**. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, Cilt:1, No: 1, İzmir.
- TALMAN, I. (1970) “*The Family as a Small Problem-Solving Group*” **Journal of Marriage and the Family**, 32, pg: 94-104.

- TAŞTAN, N. (1996) **Interspousal Communication in a Problem Solving Situation.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Bölümü, Ankara.
- TEKİN, H. (1993). **Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme.** Yargı Yayınları, Ankara.
- TEKİNDAL, S. (1997). **Ölçme Değerlendirmeye İlişkin Tutum Aracı Geliştirme.** Amasya. Cem Ofset.
- TEZBAŞARAN, A. (1996). **Likert Tipi Ölçek Geliştirme Kılavuzu.** Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- TEZCAN, M. (2003) *“Türk Kültürü’nde Kız Kaçırma Geleneklerinin Antropolojik Çözümü”*, **Aile Ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:5, Cilt:2, Sayı:6, Ekim-Aralık, s: 41-48.
- TEZCAN, M. (2000) **Türk Ailesi Antropolojisi.** İmge Kitapevi, Ankara.
- TEZER, E. (1994) *“Evli Eşler Arasındaki Çatışmalar İle Çeşitli Demografik Değişkenlerin Evlilik Doyumuna Etkisi: Kadın Eşin Bir İşte Çalıştığı ve Çalışmadığı Eşler Üzerinde Bir Araştırma”* **3P-Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi.** II, 3, s: 209-216.
- TEZER, E. (1986) **Evli Eşler Arasındaki Çatışma Davranışları: Algılama ve Doyum.** Hacettepe Üniversitesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara.
- TORUN, C. (2005) **Relationship Maintenance Strategies and Marital Satisfaction Among Turkish Couples.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikolojik Bölümü, İstanbul.
- TURGUT, M.F. (1997) **Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Metotları.** Ankara, Gül Yayınevi.
- TURGUT, M.F. (1989). **Eğitimde Ölçme Teknikleri.** Doküman No: 3. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

- TÜMER, A.B. (1998) **Evli Çiftlerde Gözlenebilen Çatışma Odakları Ve İletişim Sorunları**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Bölümü, İzmir.
- TÜZER, V. (2001) *"Kronik Hastalıklar ve Yeti Yitiminde Sistemik Aile Yaklaşımı"* **Klinik Psikiyatri**. 4, s: 193-201.
- Türk Medeni Kanunu**, Kanun No: 4721, Kabul Tarihi: 22.11.2001, Resmi Gazete: 8.12.2001 – 24607, ([www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html](http://www.belgenet.com/yasa/medenikanun/indexmk.html)).
- TRUDEL, G., TURGEON, L., PICHÉ, L. (2000). *"Marital and sexual aspects of old age."* **Sexual and Relationship Therapy**, 15, pg: 381-406.
- TWENGE, J.M. ; CAMPBELL, W.K. ; FOSTER, C.A. (2003) *"Parenthood and Marital Satisfaction: A Meta-Analitik Review"* **Journal of Marriage and Family**. Vol.65, Iss.3, p.: 574.
- ÜLKEN, H.Z. (1990) *"Aile"* **Aile Yazıları 1**, (Derleyenler: Beylül Dikeçligil, Ahmet Çiğdem, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Bilim serisi 5/1, Ankara.
- ÜNVER, Ö. ; GAMGAM, H. (1996) **Uygulamalar İstatistiksel Yöntemler**. Genişletilmiş 2. Baskı, Siyasal Kitapevi, Ankara.
- VANDVIK, I.H. ; ECKBLAD, G.F. (1994) *"The Two-Houses Technique: A Clinical Method for Assessment of Children's Perception of Their Families"*. **Nordic Journal of Psychiatry**. 48, pg: 401-407.
- VANGELISTI, A.L. MAGUIRE, K. (2001) *"Hurtful Messages in Family Relationships: When the Pain Lingers"* **Clinician's Guide to Maintaining and Enhancing Close Relationships**. (Edt.: John H. Harvey), Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ, USA.
- VAUGHAN, L.A. (2001) **The Relationship Between Marital Satisfaction Levels Associated With Participation in the FREE (Forgiveness and Reconciliation Through Experiencing Emphathy) and Hope-Focused Marital Enrichment Program**. Unpublished Doctoral Dissertation, Regent University.

- VELİDEDEOĞLU, K.N. (2006) **Kadın Erkek İlişkilerinde Sorunlar ve Çözümleri**. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- VOLLING, B.L. ; ELINS, J.L. (1998). “ *Family Relationships and Childrens Emotional Adjustment as Corelates of Maternal and Parental Differential Treatment: A Replication with Toddler and Preschool Siblings*”. **Child Development**. December, Vol:69, Num.6, pg: 1640-1656.
- VOLTAN-ACAR, N. (2002). **Grupla Psikolojik Danışmada Araştırmalar Deneyler**. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- WALLERSTEIN, J. ; BLAKESLEE, S. (1989). **Second Changes: Men, Women and Children a Decade After Divorce**. New York: Ticknor & Fields.
- WALKER, J.G. ; JOHNSON, S. ; MANION, I. ; CLOUTIER, P. ; (1996) “*Emotionally Focused Marital Intervention for Couples With Chronically Ill Children*”. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**. October, Vol.64. No.5. pg: 1029-1036.
- WANG, L.N. ; CRANE, D.R. (2001) “*The Relationship between Marital Satisfaction, Marital Stability, Nuclear Family Triangulation and Childhood Depression*” **American Journal of Family Therapy**. 29 (4), JUL\_SEP, pg 337-347.
- WEAVER, L.J. (1997) **Perceptions of Coping Skills, Marital Satisfaction and Work Satisfaction: An Industry Based Assesment**. Unpublished Master of Science Dissertation, Arizona State University.
- WEIGEL, D.J. ; BALLARD-RESCH, D.S. (2001) “*The Impact of Relational Maintenance Behaviors on Marital Satisfaction: A Longitudşonal Analysis*” **Journal of Family Communication**. October, Vol.1, No.4, pg: 265-279.
- WEINER-DAVİS, M. ; De SHAZER, S. ; GINGERICH, W. (1987). “*Building on pretreatment change to construct the therapeutic Solution: An Exploratory Study*”. **Journal of Marital and Family Therapy**. 13 (4), pg: 359-364.
- WEITEN, W. (1986). **Psychology Applied to Modern Life**. Monterey, CA: Brooks/Cole.

- WENZEL, A. ; HARVEY, J.H. (2001) “*Maintaining and Enhancing Close Relationships: Linking Theory with Practice*”. **Clinician's Guide to Maintaining and Enhancing Close Relationships**. (Edt.: John H. Harvey), Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ, USA.
- WESTEROP, K. (2002) **Building Healthy Couple Relationships: Do Communication Skills, Gender, Hope and Family Types Make a Difference?**. Unpublished Master of Art Thesis, Trinity Western University, Graduate Counselling Psychology Program, Canada.
- WHELIHAN, W.S. (2000) **Changes in Couples' Perceptions of Intimacy and Sexuality and Meanings of Sex: Evaluation of a Couple Enrichment Program**. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Minnesota, Faculty of The Graduate School.
- WHISMAN, M.A. ; DELINSKY, S.S. (2002) “*Marital Satisfaction and an Information-Processing: Measure of Partner-Schemas*” **Cognitive Therapy and Research**, Vol. 26, No. 5, October 2002, pg. 617–627.
- WHYTE, D. (1997) **Explorations in Family Nursing**. Routledge, London, UK.
- WILKIE, J.R. (1998). “*Gender and Fairness: Marital Satisfaction in Two Earner Couples*”. **Journal of Marriage and The Family**. 60 (3), pg: 577-594 .
- WILKINSON, I. (1998) **Child and Family Assessment: Clinical Guidelines for Practitioners** (2nd Edition), Brunner-Routledge. Florence, KY, USA.
- WILKINSON, I. (1987) “*Family Assessment: A Review*”. **Journal of Family Therapy**. 9, pg: 367-380.
- WILLOUGHBY, J.C.. ; GLIDDEN, L.M. (1995) “*Fathers Helping Out-Shared Child-Care and Marital Satisfaction of Parents of Children with Disabilities*” **American Journal on Mental Retardation**. 99 (4), JAN., pg: 399-406.
- WITKIN, S. ; EDLESON, J. ; ROSE, S. ; HALL, J. (1983). “*Group Training in Marital Communication: A Comparative Study*”. **Journal of Marriage and Family**. August, p: 661-670.

- WORTHINGTON, E.L. (1990). “*Marriage Counseling: A Christian Approach to Counseling Couples*”. **Counseling and Values**. Oct., Vo. 35, Issue 1, pg: 3-16.
- WU, P.L.D. (2000) **Analysis of the Effects of Marriage Encounter As a Form of Family Life Education**. Unpublished Doctoral Dissertation, Faculty of the Claremont Graduate University, Claremont, California.
- YAVUZER, H. (2001) **Çocuk ve Suç**. (Onuncu Basım), Remzi Kitapevi, İstanbul.
- YELSMA, P. ; MARROW, S. (2003) “*An Examination of Couples’ Difficulties With Emotional Expressiveness*” **Journal of Family Communication**. January, Vol.3, No.1, pg: 41-62.
- YILDIRAK, N. ; GÜLÇUBUK, B. ; GÜN, S. ; OLHAN, E. ; KILIÇ, M. (2002) **Türkiye’de Gezici ve Geçici Kadın Tarım İşçilerinin Çalışma ve Yaşam Koşulları ve Sorunları**. Uluslararası Çalışma Örgütü Türkiye Temsilciliği, Ankara. [www.ilo.org/public/turkish/region/eurpro/ankara/publ/kadintarim.pdf](http://www.ilo.org/public/turkish/region/eurpro/ankara/publ/kadintarim.pdf)
- YILDIRIM, İ. (1993) “*Farklı Sosyo Ekonomik Düzeydeki Evli Bireylerin Uyum Düzeyleri*” **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Cilt/Vol : II, Sayı/No : 4, Aralık/Desember, s: 23-28.
- YILDIRIM, İ. (1992) **Evli Bireylerin Uyum Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, H.Ü.E.F. Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Ana Bilim Dalı, Ankara.
- YILDIRIM, N. (2004) **Türkiye’de Boşanma Sebepleri**. Bilig/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı: 28, s: 59-81.
- YILDIZ, A.S. (2003) **Ebeveynin Problem Çözme Becerisini Geliştirmeye Yönelik Deneysel Bir Çalışma**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimler Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- YILMAZ, A. (2001) “*Eşler Arasındaki Uyum, Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar*”, **Aile Ve Toplum**, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Dergisi. Yıl:4, Cilt:1, Sayı:4, Eylül, Aralık, s: 49-58.



- YILMAZ, A. (2001b) “Eşler arasındaki Uyum, Anne-Baba Tutumu ve Benlik Algısı Arasındaki İlişkilerin Gelişimsel Olarak İncelenmesi” **Türk Psikoloji Dergisi**. 16 (47), s: 1-24.
- YILMAZ, H. (1996). **Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme**. Konya: Öz Eğitim Basım.
- YÖRÜKOĞLU, A. (1983). **Değişen Toplumda Aile ve Çocuk**. Aydın Kitapevi, Ankara.
- ZIMMERMAN, T.S. (2000) “*Marital Equality and Satisfactio in Stay-At-Home Mother and Stay-At-Home Father Families*” **Contemporary Family Therapy**, vo.22, No: 3, September, pg: 337-354.
- ZVONKOVIC, A.M. ; SCHMIEGE, C.J. HALL, L.D. (1994) “Influence Strategies Used When Couples AMke Work Family Decisions and Their Impotance for Marital Satisfaction” **Family Relations**. 43 (2), APR, pg: 182-188.

## **EKLER**

**EK 1: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE MANN-WHITNEY U TESTİ SONUÇLARI.**

**EK 2: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE MANN-WHITNEY U TESTİ SONUÇLARI.**

**EK 3: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI.**

**EK 4: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI.**

**EK 5: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI (KONTROL GRUBU ÖNTEST SONTEST PUANLARI AÇISINDAN).**

**EK 6: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI (KONTROL GRUBU ÖNTEST SONTEST PUANLARI AÇISINDAN).**

**EK 7: EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ (EDÖ) ÖRNEK SORU MADDELERİ**

**EK 8: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ (PÇE)**

**EK 9: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ÖLÇEĞİ (SBTÖ)**

**EK 10: ANKET FORMU**

**EK 11: GRUP ÇALIŞMASINA KATILMAYAN DİĞER EŞE GÖNDERİLEN ÖRNEK MEKTUP.**

**EK 12: AİLEDE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİ GELİŞTİRME YOLUYLA EVLİLİK DOYUMUNU ARTTIRMA GRUP ÇALIŞMASI.**

**EK 1: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE  
MANN-WHITNEY U TESTİ SONUÇLARI**

	Problem Çözme Envanteri Toplam Puan sontest	Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut sonntest	Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut sontest	Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut sontest	Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut sontest	Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut sontest	Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut sontest
Mann-Whitney U	41,000	45,500	45,500	49,500	33,500	35,000	34,500
Wilcoxon W	96,000	100,500	100,500	104,500	88,500	90,000	89,500
Z	-,681	-,342	-,342	-,038	-1,258	-1,145	-1,177
Asymp. Sig. (2-tailed)	,496	,732	,732	,969	,208	,252	,239
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,529(a)	,739(a)	,739(a)	,971(a)	,218(a)	,280(a)	,247(a)
p>.05							

**EK 2: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI  
ÜZERİNDE MANN-WHITNEY U TESTİ SONUÇLARI**

	Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut sonnest	Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut sonnest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut sonnest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut sonnest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut sonnest
Mann-Whitney U	32,500	40,500	32,500	47,500	22,500
Wilcoxon W	87,500	95,500	87,500	102,500	77,500
Z	-1,344	-,744	-1,330	-,190	-2,100
Asymp. Sig. (2-tailed)	,179	,457	,184	,849	,036*
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,190(a)	,481(a)	,190(a)	,853(a)	,035(a)
p>.05					
*p<.05					

**EK 3: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE  
WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ SIRA SAYILARI  
TESTİ SONUÇLARI**

	Problem Çözme Envanteri Toplam Puan sonnest - Problem Çözme Envanteri Toplam Puan öntest	Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut öntest
Z	-,927(b)	-,547(b)	-,856(b)	-,811(b)	-,104(b)	-,656(b)	-,429(a)
Asymp. Sig. (2- tailed)	,354	,585	,392	,417	,917	,512	,668

p>.05

**EK 4: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI  
ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ  
SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI**

	Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut öntest
Z	-1,402(b)	-1,534(b)	-,637(a)	-1,006(b)	-1,341(b)
Asymp. Sig. (2-Tailed)	,161	,125	,524	,315	,180

p>.05

**EK 5: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI ÜZERİNDE  
WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ  
SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI  
(KONTROL GRUBU ÖNTEST SONTEST PUANLARI AÇISINDAN)**

	Problem Çözme Envanteri Toplam Puan sonnest - Problem Çözme Envanteri Toplam Puan öntest	Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Birinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri İkinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Üçüncü Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Dördüncü Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Beşinci Alt Boyut öntest	Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut sonnest - Problem Çözme Envanteri Altıncı Alt Boyut öntest
Z	-1,190(a)	-,878(b)	-2,254(a)	-1,017(a)	-,086(b)	-1,897(a)	-,568(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,234	,380	,024*	,309	,931	,058	,570

p>.05

\*p<.05

GRUP = kontrol

**EK 6: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ENVANTERİ VE ALT BOYUTLARI  
ÜZERİNDE WILCOXON EŞLEŞTİRİLMİŞ ÇİFTLER İŞARETLENMİŞ  
SIRA SAYILARI TESTİ SONUÇLARI  
(KONTROL GRUBU ÖNTEST SONTEST PUANLARI AÇISINDAN)**

	Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Birinci Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları İkinci Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Üçüncü Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Dördüncü Alt Boyut öntest	Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut sonnest - Stresle Başa Çıkma Tarzları Beşinci Alt Boyut öntest
Z	-,595(a)	,000(c)	-1,134(a)	-1,763(a)	-,850(b)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,552	1,000	,257	,078	,395

p>.05  
GRUP = kontrol



## EK 7: EVLİLİK DOYUM ÖLÇEĞİ (EDÖ)

### EDÖ SORU FORMU ÖRNEK SORU MADDELERİ

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatlice okuyunuz ve eşinizle olan ilişkinizi göz önüne alarak yanıtlayınız. Her bir durumun yanında, D ( ) doğru ve Y ( ) yanlış seçenekleri bulunmaktadır. Tüm maddeleri dikkatlice okuyarak, kendi evlilik yaşamınız açısından değerlendiriniz ve size en uygun seçeneği (X) ile işaretleyiniz. Eğer okuduğunuz maddenin evlilik ilişkiniz açısından doğru veya kısmen doğru olduğunu düşünüyorsanız D, yanlış veya çoğu zaman yanlış olduğunu düşünüyorsanız Y şıklarının yanındaki parantezlere X işareti koyunuz. Lütfen her bir madde için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz.

1. İlişkimiz bana mutluluk veriyor.
10. Beraberliğimizden her zaman memnuniyet duydum.
20. Arkadaşlarımla eşimle olduğundan daha çok eğleniyorum.
30. Cinsel birlikteliğimizde bazı sorunlar var.
40. Eşimin çok çekici olduğunu düşünüyorum.
50. Eğer eşimin ailesi, bize bu kadar karışmasaydı, daha mutlu bir beraberliğimiz olabilirdi.
60. Eşim sinirlendiği zaman etraftaki eşyaları fırlatır veya yere atar.
70. Eşimle beraber oyun ve eğlenceye bir hayli zaman ayırırız.
80. İlişkimizde yoğun bir aşk ve sevgi var.
90. Birbirimize yeterince yakın değiliz.
100. Çocuklarla ilgili kuralları, eşimle beraber koyarız.

Prof. Dr. Betül AYDIN  
Uzm. Psik. Dan. Nilgün CANEL

## EK 8: PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ (PÇE)

### PÇE

Bu envanterin amacı, günlük yaşamdaki problemlerinize (sorunlarınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Lütfen aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğince samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırın. Cevaplarınızı bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, böyle sorunlarla karşılaştığınızda **gerçekten** ne yaptığınızı düşünerek vermeniz gerekmektedir. Bunu yapabilmek için kolay bir yol olarak her soru için kendinize şu soruyu sorun: “Burada sözü edilen davranışı ben ne sıklıkla yaparım?”.

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

1. Her zaman böyle davranırım.
2. Çoğunlukla böyle davranırım.
3. Sık sık böyle davranırım.
4. Arada sırada böyle davranırım.
5. Ender olarak böyle davranırım.
6. Hiçbir zaman böyle davranmam.

Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?

	1()	2()	3()	4()	5()	6()
1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise, bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.						
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda, ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı, uzun boylu düşünmem.						
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa, o sorunla başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.						
4. Bir sorunumu çözdükten sonra, bu sorunumu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.						
5. Sorunlarımı çözmeye konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.						
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra, durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.						
7. Bir sorunum olduğunda, onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.						
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.						
9. Bir sorun kafamı karıştırdığımda duygu ve düşüncelerimi somut ve açık-seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.						
10. Başlangıçta çözümünü fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözmeye yeteneğim vardır.						
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.						
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.						
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.						
14. Bazen, durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine, gelişigüzel sürüklenip giderim.						
15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin						

başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.						
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
17. Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
19. Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken, o planı yürütebileceğime güvenirim.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşıyorum.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
30. Bir sorunla karşılaştığımda, bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışımdaki etmenleri, genellikle dikkate almam.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
31. Bir konuyla karşılaştığımda ilk yaptığım şeylerden biri durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim ilgilendiğim sonuca uyar.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	1()	2()	3()	4()	5()	6()
35. Bir sorunun farkına vardığımda ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	1()	2()	3()	4()	5()	6()

## EK 9: STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ÖLÇEĞİ (SBTÖ)

Bu ölçek kişilerin yaşamlarındaki sıkıntılar ve stresle başa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı yada stres oluşturan olayları düşünerek, bu sıkıntılarınızla başa çıkmak için genellikle neler yaptığınızı hatırlayın ve aşağıdaki davranışların sizi tanımlama ve size uygunluk derecesini işaretleyin. **Doğru yada yanlış cevap yoktur.** Herhangi bir davranış size hiç uygun değilse, %0'ın altındaki parantezin içine X işareti koyun, bazen uygunsa %30, sıklıkla uygunsa %70, çok uygunsa %100'ün altını işaretleyin. Cevaplarınızın geçerli olması için, lütfen her bir madde için yalnızca bir tek seçeneği işaretlemeye ve işaretlenmemiş madde bırakmamaya özen gösteriniz.

EŞİMLE İLGİLİ BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA.....	%0	%30	%70	%100
1. Kimsenin bilmesini istemem.	( )	( )	( )	( )
2. İyimser olmaya çalışırım.	( )	( )	( )	( )
3. Bir mucize olmasını beklerim.	( )	( )	( )	( )
4. Olayı/olayları büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım	( )	( )	( )	( )
5. Başa gelen çekilir diye düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
6. Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.	( )	( )	( )	( )
7. Kendimi kapana sıkışmış gibi hissederim.	( )	( )	( )	( )
8. Olayın/olayların değerlendirmesini yaparak en iyi kararı vermeye çalışırım.	( )	( )	( )	( )
9. İçinde bulunduğum kötü durumu kimsenin bilmesini istemem.	( )	( )	( )	( )
10. Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum.	( )	( )	( )	( )
11. Olanları kafama takıp sürekli düşünmekten kendimi alamam.	( )	( )	( )	( )
12. Kendime karşı hoş görülü olamaya çalışırım.	( )	( )	( )	( )
13. İş olacağına varır diye düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
14. Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım.	( )	( )	( )	( )
15. Problemin çözümü için adak adarım.	( )	( )	( )	( )
16. Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.	( )	( )	( )	( )
17. Elimden hiçbir şeyin gelmeyeceğine inanırım.	( )	( )	( )	( )
18. Olayda/olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.	( )	( )	( )	( )
19. Her şeyin istediğim gibi olacağına inanırım.	( )	( )	( )	( )
20. Problemi/problemleri, adım adım çözmeye çalışırım.	( )	( )	( )	( )
21. Mücadeleden vaz geçerim.	( )	( )	( )	( )
22. Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
23. Hakkımı savunabileceğime inanırım.	( )	( )	( )	( )
24. Olanlar karşısında “kaderim buymuş” derim.	( )	( )	( )	( )
25. “Keşke daha güçlü bir insan olsaydım” diye düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
26. Bir kişi olarak iyi yönde değiştiğimi ve olgunlaştığımı hissederim.	( )	( )	( )	( )
27. “Benim suçum ne” diye düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
28. “Hep benim yüzümden oldu” diye düşünürüm.	( )	( )	( )	( )
29. Sorunun gerçek nedenini anlayabilmek için başkalarına danışırım.	( )	( )	( )	( )
30. Bana destek olabilecek kişilerin varlığını bilmek beni rahatlatır.	( )	( )	( )	( )

## EK 10: ANKET FORMU

Elinizdeki anket, evlilik konusunda gerçekleştirilmekte olan bilimsel bir araştırmaya veri sağlamak amacıyla dzenlenmiştir. Sizlerden elde edilen bilgiler ışığında, evlilik doyumunu etkileyen bazı etmenlerin neler olabileceği saptanmaya çalışılmaktadır. Anketi cevaplarken isim yazmanız istenmemektedir. Araştırmanın gerçeği sonuçlar verebilmesi için anketi doğru, içten ve eksiksiz olarak yanıtlamanız rica edilmektedir. Katılımınız için teşekkür ederiz.

Prof. Dr. Betül Aydın – Arş. Gör. A.Nilgün Canel

1. Cinsiyetiniz: Kadın ( ) Erkek ( )
2. Yaşınız: .....
3. Gelir düzeyiniz:
  - a. Düşük ( )
  - b. Orta Altı ( )
  - c. Orta ( )
  - d. Orta üstü ( )
  - e. Yüksek ( )
4. Eğitim düzeyiniz:
  - a. Okur yazar değil ( )
  - b. İlköğretim ( )
  - c. Lise ( )
  - d. Üniversite ( )
  - e. Yüksek Lis/Doktora ( )
  - g. Doktora üstü ( )
5. Eşinizin eğitim düzeyi:
  - a. Okur yazar değil ( )
  - b. İlköğretim ( )
  - c. Lise ( )
  - d. Üniversite ( )
  - e. Yüksek Lis/Doktora ( )
  - g. Doktora üstü ( )
6. Kaç senelik evlisiniz: .....
7. Kaç çocuğunuz var?
  - a. Hiç Yok ( )
  - b. Tek Çocuk ( ) Yaş.....
  - c. İki çocuk ( ) Yaş.... Yaş....
  - d. Üç veya daha fazla ( )Yaşları.....
8. Mesleğiniz: .....
9. Halen bir işte çalışıyor musunuz
  - a. Evet ( )
  - b. Hayır ( )
10. Eşinizin mesleği.....
11. Eşiniz halen çalışıyor mu?.....
12. Eşinizle nasıl evlendiniz?
  - a. Anlaşarak evlendik. ( )
  - b. Arkadaşlar tanıştırdı. ( )
  - c. Ailem tanıştırdı. ( )
  - d. Kaçarak evlendik. ( )
  - e. Başka (Belirtiniz).....
13. Kaç yaşında evlendiniz? .....

**EK 11: GRUP ÇALIŞMASINA KATILMAYAN EŞE GÖNDERİLEN  
ÖRNEK MEKTUP**

*Sayın .....*

*Eşiniz .....tarihinden itibaren, .....tarihine kadar süreceğ olan evlilik doyumunu arttırma programına katılmayı kabul etmiş bulunmaktadır. Bu programın amacına ulaşabilmesi için sizin değerli katkılarınıza da ihtiyaç duyulacaktır. Size herhangi bir yük getirmeyecek ve sizinde süreçten zevk almanızı sağlayacak bazı ev ödevlerinde değerli katılım ve katkınızın önemli olduğu düşünülmektedir. Ev ödevlerini yerine getirmesi hususunda eşinize göstereceğiniz anlayış ve destek için şimdiden teşekkür ederiz. Bu konuda eşinize yardımcı olmayı kabul ettiğiniz takdirde, aşağıdaki ilgili kısmı imzalayarak göndermeniz önemle rica olunur. Saygılarımızla.*

*“Eşimin ev ödevlerine katkıda bulunmayı kabul ediyorum”*

*İmza:*

*Program Danışmanı: Prof. Dr. Betül AYDIN*

*Uygulayıcı: Araştırma Görevlisi A.Nilgün CANEL*

**EK 12: AİLEDE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİ GELİŞTİRME YOLUYLA  
EVLİLİK DOYUMUNU ARTTIRMA GRUP ÇALIŞMASINA AİT  
GRUP OTURUMLARI**

Her oturuma ait amaçlar, araçlar ve sürece aşağıda yer verilmiştir. Oturumlara başlamadan önce katılımcıların eşlerine gönderilen mektup örneği EK 11’de yer almaktadır.

**1. OTURUM**

**TANIŞMA VE AMAÇ BELİRLEME**

**Süre:** 120 Dakika

**Amaçlar:**

1. Grubun birbiriyle tanışması, birbirine ısınması.
2. Grup kurallarının belirlenmesi ve gerçekçi olmayan beklentilerin yok edilmesi.
3. Katılımcıların gruptan beklentilerini ifade edebilmeleri ve amaçlarını oluşturmaları.
4. Gruba katılım ve değişim konusunda kendi içsel motivasyonlarını oluşturmalarına yardımcı olma.
5. Katılımcıların evliliklerinin dünü, bugünü ve yarını konusunda düşünmelerini ve değerlendirmeler yapabilmelerini sağlamak.

**Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. Üzerlerinde katılımcıların isimlerinin yazılı olduğu yaka kartları.
2. Tahta ve tahta kalemi.

**Süreç:**

1. Öncelikle tüm katılımcılara, grup içerisindeki paylaşımlarda hitabeti kolaylaştırmak için üzerinde isimlerinin yazılı olduğu yaka kartları dağıtılmıştır. Kısa tanışmanın ardından öncelikle grubun birbirini tanınması ve birbirine alışması için bir oyun oynanacağı söylenmiştir. .

2. Kendi kişilik yapıları içerisinde en beğendikleri üç özelliklerini ve hayatta en çok değer verdikleri üç insanı düşünmeleri ve kağıda yazmaları istenmiştir. Grup serbest bir şekilde odanın içerisinde dolaşarak birbirlerine yazlıklarını okumuştur.
3. Katılımcılar paylaşımda bulunurken, benzer ve farklı kişilik özelliklerine ve hayatta en çok değer verilen bireylerin kim olduğu sorusuna verilen “*eşim ve çocuğum*” cevaplarına dikkat çekilmiştir. Bu vesileyle bu grubun amaçlarından bir tanesinin de, bireylerin aile ortamlarında yaşadıkları çatışma ve gerginlik durumlarıyla başa çıkmayı öğrenerek, aile ve evlilik hayatlarından aldıkları zevki arttırmak olduğu vurgulanmıştır.
4. Uygulayıcı tahtaya GRUBUN KURALLARI ibaresini yazmış ve grubu motive etmesi açısından ilk kuralı “*grupta konuşulan ve paylaşılan her şeyin grupta kalacağı*” ifadesiyle kendisi teklif etmiştir. Katılımcıların grubun kuralları konusundaki teklifleri tek tek tahtaya yazılmıştır. (Grubun kuralları arasında yer alması gerektiği düşünülen, grup üyelerinin çok zorunlu kalmadıkları müddetçe her oturuma katılmalarının gerekliliği, grupta herkesin dikkatle dinlenmesi ve grup üyelerinin birbirlerine saygı göstermelerinin gerekliliği, herkesin duygu ve düşüncelerini ifade etmekte özgür olduğu, ev ödevlerinin yerine getirilmesi gibi konuların konuşulmasına gayret edilmiştir). Grubun kuralları uygulayıcı tarafından oturumdan sonra temize çekilerek, her oturumda etkinlik mekanının bir kenarına asılmıştır.
5. Daha sonra grubun amaca odaklanmasını kolaylaştırmak ve grup etkileşimini başlatmak amacıyla, grup üyelerine “*eşinizle nasıl tanıştınız*” sorusu yöneltilmiştir. Konuşmalar esnasında, ilk tanışılan günlerdeki heyecan ve beklentilere dikkat çekilmiştir. Flört dönemlerinde yaşanan romantik ilişki vurgulanmıştır.

**Kapanış:** Oturumun sonunda herkesin eşine bir mektup yazması ve oturumda yaşadıklarını özetlemesi istenmiştir. (Gladding, 2002).



## 2. OTURUM

### PROBLEM ALANLARINI FARK EDEBİLME

**Süre:** 90 DAKİKA

**Amaçlar:**

1. Katılımcıların evliliklerinin dün, bugün ve yarın konusunda düşünmelerini ve değerlendirmeler yapabilmelerini sağlamak.
2. Evliliğine dair beklenti ve problemler hakkında farkındalık kazanmak.

**Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “Dün, Bugün, Yarın Evlilik Soru Listesi”.

**Süreç:**

1. Geçen haftanın kısa bir özetinden sonra ev ödevleri konusunda paylaşımlar alınmış ve eşlerinin tepkilerini değerlendirmeleri sağlanmıştır.
2. Kişinin zaman içerisinde evliliğinde yaşadığı değişimlere dikkat çekilebilmesi için, önceden hazırlanmış olan “*Dün, Bugün, Yarın Evlilik Soru Listesi*” formu katılımcılara dağıtılmıştır. Katılımcılardan formdaki sorular üzerinde dikkatlice düşünerek, dün, bugün ve gelecekteki ilişkileri açısından evliliklerine uygun sıfatlar yazmaları istenmiştir.
3. Verilen yanıtlar tek tek dinlendikten sonra, dün bugün ve yarın arasındaki farklılıklara dikkat çekilmiş ve neyin değiştiği, ilk günlerden bu güne nelerin farklı olduğu gibi sorularla ilişkilerindeki gelişim veya değişimleri net bir şekilde görebilmeleri sağlanmıştır.
4. Katılımcıların, “*yarın nasıl bir evliliğim olmasını istiyorum*” sorusu üzerinde düşünmeleri sağlanmıştır. Daha sonra, bu amaca ulaşabilmek için “*kendi üzerlerine düşen görevin*” ne olabileceği üzerinde düşünmeleri istenmiştir.

**Ev Ödevi:** Katılımcıların evliliklerinin geleceğine dair olumlu beklentiler geliştirebilmelerini kolaylaştırabilmek amacıyla verilen ödevde, bireylerden, kendi üzerlerine düşen görevi yerine getirdikleri takdirde hayatlarında ne gibi değişiklikler olabileceğini

haftaya kadar düşünceleri ve listelemeleri istenmiştir. Oturumun sonunda herkesin eşine bir mektup yazması hatırlatılmıştır.

### 3. OTURUM

#### EVLİLİKTE İLETİŞİM BECERİLERİNİ GELİŞTİRME

**Süre:** 90 DAKİKA

**Amaçlar:**

1. Evlilik ilişkileriyle ilgili irrasyonel düşünceler hakkında farkındalık kazanma.
2. Evlilik ilişkileriyle ilgili mitler hakkında farkındalık kazanma.

**Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “Hayallerim, Aşkım ve Ben” imajinasyon uygulaması.
2. “Evlilik Mitleri”yle ilgili liste.
3. “Eşinizi Tanıyor musunuz” uygulaması.

**Süreç:**

1. Geçen haftanın kısa bir özetinden sonra, katılımcıların evliliklerinin geleceğine dair olumlu beklentiler geliştirebilmelerini kolaylaştırabilmek amacıyla verilmiş olan ev ödevleri konusunda paylaşımlar alınmış ve eşlerinin tepkilerini değerlendirmeleri sağlanmıştır.
2. Evlilik ilişkilerin bir bütün olarak değerlendirmelerini ve aralarındaki iletişim sekansları hakkında farkındalık kazanmalarını amaçlayan “*Hayallerim Aşkım ve Ben*” uygulamasında geçilmiştir. Uygulama çiftlerin aralarındaki evlilik ilişkisinin gidişatını, aralarındaki iletişimin niteliğini, ilişkinin geçmişini ve bu gününü değerlendirmelerini kolaylaştırıcı bir imajinasyon çalışmasıdır.
3. Uygulamanın ardından özellikle iletişim açısından yaşanan değişimler, evliliğin ilk yıllarında ilişkiye gösterilen özen ve şimdiki arasındaki farklılıklar v.b. üzerinde tartışılmıştır.

4. Ardından ilişkiyi güçleştiren evlilikle ilgili mitlere yer verilmiştir (Parrott, Parrott, 1995 ; Stahmann, Hiebert, 1997). Mitlerin doğurduğu irrasyonel düşünceler üzerinde durulmuştur.

**Ev Ödevi:** Katılımcılardan evliliklerindeki “*on önemli şey*”i yazıp bir zarfa koymaları istenmiştir. Aynı şeyi eşlerinin de yaparak bir başka zarfa koymasını istemeleri söylenmiştir. Her iki zarfı da açıp okumadan ve birbirlerine göstermeden, haftaya gelirken yanlarında getirmeleri istenmiştir. Eşe mektup uygulaması hatırlatılarak oturum bitiriliştir.

#### 4. OTURUM

##### EVLİLİKTE PROBLEM ÇÖZME

**Süre:** 90 DAKİKA

##### **Amaçlar:**

1. Problem çözmeyi kolaylaştırmak açısından evlilik ilişkisi içerisinde yer alması gereken özveri, fedakarlık ve empati duygusunu desteklemek.
2. Problemlerin çözümü için, kişilerin sahip oldukları kendi içsel kaynaklarını keşfederek kullanabilmelerini sağlamak.

##### **Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “10 Önemli Şey” uygulaması.
2. “Davranış Değiş Tokuşu” uygulaması.
3. “Değişim Destek Kağıdı”.

##### **Süreç:**

1. Oturuma geçen haftaki ev ödevleri ile başlanmıştır. Katılımcıların zarfları açmak konusunda oldukça heyecanlı ve sabırsız oldukları gözlenmiştir. Katılımcılara yanlarında getirdikleri zarfları açmaları ve içindekileri okumaları söylenmiştir. Kendilerinin ve eşlerinin belirttiği “*evliliklerinde yer alan on önemli şey*”in neler olduğunu okuyup incelemeleri istenmiştir. Daha sonra ikisinin ilişkiye bakış açılarındaki benzerlik ve farklılıkları ortaya çıkartmak için, ortak maddeler ve farklı olanlar üzerinde durulmuştur.

2. Daha sonra gruba “birlikte yaşamak için bireysel farklılıkları kabul etmenin evlilik ilişkisi içerisindeki önemi” sorulmuş ve grubun bu konuda bir müddet tartışmasına imkan tanınmıştır.
3. Ardından tüm katılımcılara “Davranış Değiş-Tokuş Formu” dağıtılmıştır. Formda yer alan “Eşimin Hoşlanmadığı Yönlerim” bölümü, katılımcılar tarafından doldurulmuştur. Ardından katılımcılara, eğer eşleriyle bir anlaşma yapma şansları olsaydı ve kendilerinin bir davranışlarını değiştirmelerine karşılık eşlerinin de bir davranışını değiştireceği söyleneydi, listeden hangi davranışlarını değiştirebileceklerini düşündükleri sorulmuştur. Ardından kendilerinin eşlerinde hoşlanmadıkları yönlerini düşünerek “Eşimde Hoşlanmadığım Yönler” yazılı sütunu doldurmaları söylenmiş, “Eşim Hangilerini Değiştirebilir” sorusunun cevabını ise eşleriyle tartışmaları istenmiştir.
4. Ardından “Değişim Destek Kağıdı” dağıtılmıştır. Öncelikle “Davranış Değiş-Tokuş Formu”ndan kendileri için belirtmiş oldukları, ve değiştirmek istedikleri bir özelliklerini seçerek bunu “Değişim Destek Kağıdı”nın birinci bölümüne yazmaları istenmiştir. Problemleri çözenin bir başka yolunun da, kendimizin değişmesi olduğunu vurgulamak önemlidir. (Grubun tek eş katımlı yapısından dolayı, bireysel değişikliğin öneminin sıklıkla vurgulanması gerekmektedir).
5. Daha sonra, daha önce bu problemi yaşamadıkları, problemle başa çıkmayı bir kez olsun başarabildikleri bir yaşantılarının olup olmadığı sorulmuştur. Kişilerin aslında problemleriyle başa çıkacak içsel güç ve enerjiye sahip oldukları ancak bunu kullanmayı bilmedikleri üzerinde durulmuştur. Her problemin çözümünün kişinin kendi içindeki güçleri keşfetmesiyle mümkün olduğu belirtildikten sonra, değiştirmeyi istedikleri özellikleriyle başa çıkabilmelerinin en etkili yolunun, zaten sahip oldukları bu güçleri ortaya çıkartarak kullanmak olduğu belirtilmiştir. Daha sonra “Değişim Destek Kağıdı”nda yer alan “bu problemi bir kez daha yaşadığım zaman” ibaresinin karşısına, daha önce denemiş ve problemle baş etmeyi başarmış oldukları yöntemleri yazmaları istenir. Bu haftaki ev ödevlerinden bir tanesinin de bu hafta içerisinde böyle bir durum yaşadıkları zaman, planlarını kullanmaları olduğu hatırlatılır.

**Ev Ödevi:** Evlerine gittikleri zaman öncelikle kendi zarflarını eşlerinin de okumasına izin vermeleri istenmiştir. Benzerlik ve farklılıklar konusunda konuşmayı

unutmamaları hatırlatılmış, ardından “*Davranış Değiş tokuş Formu*”nda, öncelikle eşinin eklemeyi istediği herhangi bir özellik olup olmadığını sormaları, ardında da ilgili bölümü eşlerinin doldurması istenmiştir. Karşılıklı olarak değiş tokuşunu yapacakları tüm davranışları belirlemeleri istenmiştir. Daha sonra ev ödevi olarak “*Eşinizi Tanıyor musunuz*” uygulaması verilmiştir. “*Eşinizin mutlu olduğunu nereden anlarsınız?*”, “*eşinizin sinirli olduğunu nereden anlarsınız*” gibi cümleler içeren ödevin amacı, eşlerin birbirlerinin iletişim mesajlarını ve beden dillerini fark etmelerini sağlayarak, bir sonraki seansta yer verilecek olan çatışma çözme konusuna hazırlık yapabilmektir. Ödevi eşleriyle beraber yapabilecekleri hatırlatılmıştır.

## 5. OTURUM

### EVLİLİKTE İLETİŞİM VE ÇATIŞMA ÇÖZME

**Süre:** 90 DAKİKA

#### **Amaçlar:**

1. Kişilerin çatışma odaklarının farkına varabilmeleri ve kendi öfkelerini kontrol edebilecekleri gerçeğini idrak edebilmeleri.
2. Çözüm hakkında düşünebilme ve bireysel farklılıkları kabul edebilme.
3. Problemlerin yarattığı çatışma ve gerginliklerin azaltılması ve kontrol edilebilmesi.

#### **Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “Benimle Oynar mısın”? uygulaması.
2. “Lastik Bant” oyunu.
3. “Çözüm Kutusu” uygulaması.

#### **Süreç:**

1. Oturuma geçen haftanın genel bir değerlendirmesi yapılarak başlanmıştır. Katılımcıların duygu ve düşünceleri ve bir hafta içerisinde yaşadıklarını paylaşmaları sağlanmıştır. Ardından geçen hafta verilen ev ödevi hatırlatılarak

fikirlerin paylaşımına geçilmiştir. Verilen cevaplardaki beden dili mesajlarına dikkat çekilmiş ve bir başkasının beden dilini okumanın ne gibi bir faydası olabileceği sorulmuştur. İletişimle ilgili tartışmalar esnasında evlilikte iletişimle ilgili önemli noktalar vurgulanmıştır (Rosen-Grandon, 1999).

2. Daha sonra, ilişkideki problem alanları hakkında farkındalığı arttırmak amacıyla “Benimle Oynar mısın”? uygulamasına geçilmiş ve “Eğer evlilik ilişkinizi bir oyuna benzeterek tanımlayacak olsaydınız, hangi oyuna benzetirdiniz? Futbol, boks, kikkoks, monopoly, satranç, körebe, saklambaç, yakartop, beklide bir dans, tango, rock’n roll, veya sizin aklınıza gelen başka bir oyun” sorusu gruba yöneltilmiştir. Verilen cevaplar gruba paylaşılırken, neden bu oyunu seçtikleri sorulmuş ve cevaplarda yer alan çatışma öğelerine dikkat çekilmiştir. Oyunun amacı, kişiye evliliğindeki ilişki interaksyonunu farklı bir gözle değerlendirme şansı sunmak olduğu kadar, çatışma kaynaklarına da dikkat çekmektir (Jacobs, 1992 ; Deacon, Piercy, 2001).
6. Tartışmaların ardından herkesin yanındaki kişiyle eş olması söylenmiş ve her gruba bir lastik bant verilmiştir. Daha sonra lastik bantları çekerek germeleri söylenmiş ve “şimdi biraz daha gerin, daha fazla gerin, daha fazla gerin” şeklinde bir yönlendirmeye süreç devam ettirilmiştir. Uygulama esnasında ne hissettikleri sorulur ve duyguların paylaşılması sağlanmıştır. Bu egzersiz örneğini kullanarak tartışmalar esnasında gerilen sinirlere dikkat çekilmiş kopmaması için ne yapmak gerektiği sorulmuş ve gevşetmek gerektiği cevabının üzerinde durulmuştur. Bu süreci idare etmenin kişinin kendi elinde olduğu tartışılmıştır. İşte tıpkı bu örnekte olduğu gibi, bireylerin kendi gergin ortamlarını da yönetebilecekleri ve kontrol edebilecekleri söylenmiştir (Jacobs, 1992).
7. Ardından çatışma çözümünü kolaylaştırmak için ortaya üzerinde “Çözüm Kutusu” yazan bir kutu konulmuştur. Kutu daha önceden uygulayıcı tarafından hazırlanmış ve içerisinde küçük ebatlı çocuk oyuncaklarının bulunduğu bir kutudur. Daha sonra uygulayıcı, katılımcılara, evlilik ilişkilerindeki temel problem üzerinde bir süre düşüncelerini söylemiş ve kutunun içindeki oyuncaklara bakarak, “problemlerini temsil edebileceğini düşündükleri bir oyuncak seçip almaların” istemiştir. Ardından “Probleme dikkatle bakın ve düşünün. Problem size ne diyor?” yönergesi verilmiştir. Herkese düşünmesi için yeterli zaman verildikten sonra tekrar kutunun başına geçmeleri ve şimdide “çözümü temsil eden bir oyuncak seçmeleri” istenmiştir. “Şimdi de çözüme dikkatle bakın, çözüm probleme

*ne diyor? Düşünün*” yönergesiyle beraber, grupla paylaşımlara geçilmiştir. Tüm katılımcıların problem ve çözüm üzerinde düşünmeleri ve sesli olarak ifade etmeleri sağlanmıştır.

**Ev Ödevi:** Bu oturumun sonunda katılımcılara, evde eşleriyle birlikte deneyecekleri bir ev ödevi verilmiştir. Ödevin amacı, bireyin kafasında olumlu bir ilişkiye dair pozitif bir bilişsel yapı oluşturabilmektir (Deacon, Piercy, 2001). Katılımcılardan kendilerine piyangodan harika bir tatil çıktığını ve bu tatile eşleriyle beraber gideceklerini hayal etmeleri istenmiştir. Bu tatili eşleriyle beraber nasıl geçireceklerini en küçük ayrıntısına kadar düşünerek hayal etmeleri söylenmiş ve sadece olumlu şeyleri hayal etmeleri kural olarak belirlenmiştir. Eşlerine seansı özetleyen mektuplarını yazmaları hatırlatılmıştır.

## 6. OTURUM

### ÇOCUKLARIMIZ AİLE KÖKENİMİZ VE EVLİLİĞİMİZ

**Süre:** 90 DAKİKA

**Amaçlar:**

1. Aile kökeni ve çocuktan kaynaklanan temel problemlerin ve bunların ilişkiye yansımalarının fark edilmesi.
2. Ebeveynin çocuğunun duygularıyla empati kurabilmesini geliştirme.
3. Aile içerisinde olumlu bir ilişki ve iletişim oluşturabilme ve aile içerisinde ortak hedef oluşturma yoluyla aile birlikteliğini destekleme.
4. Çocukların bakımı ve onlara ayrılan zaman konusunda eşit sorumluluk duygusu geliştirmek.

**Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. Minik Boş Sandalye.
2. Masal Günü Uygulaması.

### **Süreç:**

1. Oturuma geçen haftanın genel bir değerlendirmesi yapılarak başlanmış ve ardından geçen hafta verilen ödevle ilgili paylaşımlara geçilmiştir. Tatil hayali içerisinde çocukları evde bırakarak gitmiş olanların, bu konudan rahatsızlık duyduklarını belirttikleri gözlenmiştir.
2. Paylaşımların ardından şu ana kadarki oturumlarda çocuklardan kaynaklanan çatışma durumlarının da evlilik ilişkisi içerisinde var olduğuna ve bazen çocuklarla ilgili yaşanan olayların bireylerin evlilik ilişkilerine de yansıdığına dikkat çekilmiştir. Ardından ortaya *Minik Boş Sandalye* (Jacobs, 1992) konulmuş ve kendilerini küçük bir çocuk olarak bu sandalyede otururken hayal etmeleri istenmiştir. Anne babanızdan ne duymak istediklerini düşünmeleri için teşvik edilmişlerdir. Ardından aynı sandalyede çocuklarının oturduğunu hayal etmeleri istenmiş ve bu sefer de çocuklarının onlardan ne duymak istediğini düşünmeleri teşvik edilmiştir. Egzersizin ardından düşünce ve duyguların paylaşımına geçilmiştir. Katılımcıların bu uygulamaya çok yoğun duygularla katıldıkları ve çocuklarını kabul duygusunu kazandırmak açısından uygulamanın oldukça etkili olduğu gözlenmiştir. Kendileri bir çocukken sandalyede oturduklarında, kendi anne-babalarına söyledikleriyle, kendi çocuklarının onlara söyledikleri şeyler arasındaki benzerlik ve farklılıklara dikkat çekilmiştir. Aynı şekilde, kendilerinin anne-babalarından duymak istedikleriyle çocuklarının onlardan duymak istedikleri arasındaki benzerliklere değinilmiştir.
3. Ardından, aile danışma teknikleri içerisinde aile içi iletişimi geliştirmek ve çocukların dinleme becerilerini geliştirmek amacıyla sıklıkla kullanılan "*hikaye anlatma (storytelling)*" tekniğinin kullanılmasına geçilmiştir (Crabtree, 2002; Groce, 2001). Katılımcılara dinledikleri masallar içerisinde unutamadıkları masallar olup olmadığı ve bu masalları onlara kimin anlattığı sorulmuş, küçükken masal dinledikleri esnada dikkatlerini büyüklerinin sözlerine nasıl verdikleri hatırlatılmıştır. Dikkatle dinleme becerisiyle beraber, masalı anlatan kişiyle aralarındaki duygusal bağa dikkat çekilmiştir. Ayrıca dinledikleri ve unutamadıkları masallardaki kahramanların kişilik özellikleriyle kendi kişilik özellikleri arasındaki benzerliklere dikkat etmeleri istenmiştir. Tüm bu bilgiler bir araya getirildiğinde, masal anlatmanın çocuğu oyalamanın ötesinde, aile içinde



büyüklerle aralarında etkili ve sıcak bir iletişimin doğmasına, dinleme becerilerini geliştirici yapısına ve çocuğun olumlu örnekleri model almasını sağlamasına olan katkısına dikkat çekilmiştir. Daha sonra, aile içerisinde ortak hedef oluşturma prensibinin aile içi iletişimi arttırmadaki önemli katkısı da göz önüne alınarak (Smith, Stenevs-Smith, 1992), katılımcılardan tüm ailelerinin de katılacağı bir “*masal günü*” planlamaları istenmiştir. Masal gününü haftanın belirli bir gün (veya günleri) ve saatinde tüm ailenin katılımıyla gerçekleştirmeleri ve masalın ardından masal hakkındaki görüşlerini birbirleriyle paylaşmaları önerilmiştir.

4. Ardından diğer aile büyüklerinin evlilik üzerindeki etkilerine değinilmiş, katılımcıların kendi anne babaları ve eşlerinin anne babalarıyla olan ve ilişkilerine yansıyan yaşantı ve sorunlarını birbirleriyle paylaşmaları sağlanmıştır. Bu paylaşımlar esnasında problemlerine getirdikleri çözümler ve başa çıkma yollarına dikkat çekilmiştir.

**Ev Ödevi:** Bu oturumun sonunda katılımcılara *masal günü* tasarımları ve uygulamaları hatırlatılmıştır. Eşlerine seansı özetleyen mektuplarını yazmaları hatırlatılmıştır.

## 7. OTURUM

### SEVGİ DOLU BİR BERABERLİK VE ROMANTİZM

**Süre:** 90 DAKİKA

#### **Amaçlar:**

1. Problemi çözme konusunda motivasyonu arttırmak için sevgi ve romantizmi destekleme.
2. Evlilik ilişkisi içerisinde bağlılığı destekleme.
3. Evlilik ilişkisi içerisinde olumlu iletişimler yaratabilme.

#### **Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “Sevgi Bombardımanı” oyunu.
2. “Evlilik Banka Hesabı” uygulaması.

### Süreç:

1. Öncelikle geçen haftaki ödevleriyle ilgili paylaşımlar gerçekleştirilmiştir. Ardından çiftlerin olumlu mesajlar yansıtma larının karş ılarındaki kişiyi ve ilişkiyi ne kadar olumlu etkilediğine dikkat çekilmiş ve gruba “*Birden bire eşiniz size dönüyor ve seni seviyorum diyor. Ne hissedersiniz?*” sorusu yöneltilmiştir. Soruyla ilgili olarak duyguları alınmıştır.
2. Ardından grup üyelerinin birbirlerini yeterince tanıyor olmalarından faydalanılarak “*Sevgi Bombardmanı*” oyununa geçilmiştir (Voltan-Acar, 2002). Oyun sayesinde eşlerin birbirlerinin egolarını desteklemelerinin, tıpkı zaman zaman ş arj edilen bir telefon gibi, ilişkinin tazelenmesine ve enerji kazanmasına neden olduğu noktası üzerinde durulmuştur. Bu tip olumlu geri bildirimleri eşlerinden duymalarının kendilerini nasıl hissettireceği sorulmuş, kendileri eşlerine yansıttıklarında eşlerinin nasıl hissedeceği sorulmuştur.
3. Ardından olumlu geri bildirimleri kolaylaşt ırmak ve bireylere bu amaç için farklı fikirler sunabilmek amacıyla “*Evlilik Banka Hesabı*” uygulamasına geçilmiştir. Gerekli durumlarda kullanmak üzere bankaya bir miktar mevduat yat ırmak mantığını içeren uygulamada, evlilik konusunda ki yatırımlarının, bir öpücük, bir sevgi notu veya kartı, bir sevgi sözcüğü, belki küçük bir hediye, sadece onun için yapılmış herhangi bir şey olabileceği söylenmiştir. Bu açıklamanın ardından, katılımcılara birer boş kağıt dağıtılmış ve bu kağıda kendi evlilik banka hesaplarını oluşturmaları istenmiştir. Oluşturdukları listeye neler katabileceklerini, kendi eşlerinin hoşlanabilecekleri şeyleri ve eşlerinin beklenti ve ihtiyaçlarını düşünerek hazırlamaları sağ lanmıştır. Katılımcılara bu listeyi saklamaları ve sık sık kullanmaları hatırlatılmıştır.

**Ev Ödevi:** Bu oturumun sonunda katılımcılara bu haftaki ev ödevlerinin eşlerine “*romantik bir sürpriz tasarlamak*” olduğu ve romantik sürprizi tasarlamakla kalmayıp onu hayata da geçirecekleri söylenmiştir. Bir dahaki oturumda eşleriyle yaşadıkları romantik yaşantıyı grupta paylaşacakları anlatılmış, ortaya bir hediye paketi çıkartılarak haftaya tüm grubun bu konudaki yaşantısı dinlendikten sonra oylama yapılacağı ve en başarılı romantik sürprizi tasarlayana bu hediye nin verileceği açıklanmıştır. Eşlerine yazacakları mektup hatırlatılarak oturuma son verilmiştir.

## 8. OTURUM

### SEANSLARIN BÜTÜNLÜĞÜ VE KAPANIŞ

**Süre:** 90 DAKİKA

**Amaçlar:**

1. Daha önceki oturumlar arasında genel bir bütünlük sağlama.
2. Geleceğe dair motivasyon sağlamak amacıyla olumlu beklentiler yaratma.

**Araçlar, Teknik ve Egzersizler:**

1. “Beş Sene Sonra” uygulaması.
2. Başarı Belgesi.

**Süreç:**

1. Oturuma geçen hafta verilen ev ödevini uygulayan katılımcıların paylaşımlarıyla başlanmıştır. Yaşadıkları romantizmin ilişkileri üzerindeki etkilerine dikkat çekilmiş, yaşanan olumlu duyguların devamı için romantizmin ilişkideki yeri ve önemi konusunda tartışmaları sağlanmıştır. Romantik yaklaşımların ilişki içerisinde yer almasının evlilik doyumunu arttırıcı etkisinden bahsedilmiştir. Ödevini gerçekleştirmeyen katılımcılar eleştirilmemiş fakat neden gerçekleştirmediklerini düşünmeleri istenmiştir. Daha sonra en romantik sürprizi tasarlayan katılımcıya grubun ortak kararıyla ödülü verilmiştir.
2. Oturuma bireylerin evlilik ilişkilerinin geleceğine dair yapılanmalarını kolaylaştırıcı bir uygulama olan “*Beş Sene Sonra*” uygulaması ile devam edilmiştir (Jacobs, 1992) Uygulama katılımcıların bundan beş sene sonraki hayatlarını hayal etmelerini sağlayan bir uygulamadır. Gruptan, beş sene sonra arzu ettikleri evlilik ilişkisini hayal etmeleri istenmiş ve bu konuda bilişsel süreçlerini harekete geçirmeleri kolaylaştırılmaya çalışılmıştır. Uygulamanın ardından grup içerisinde duygu ve düşüncelerin paylaşımına geçilmiştir.
3. Programın sonunda katılımcılara başarı belgeleri verilmiştir (Gladding, 2002). Başarı belgelerini sürekli görebilecekleri bir yere asmaları istenmiştir. Mektuplarını yazmaları hatırlatıldıktan sonra kapanış konuşması yapılmış ve

oturumlara, olumlu yaşantıyı desteklemek amacıyla küçük bir partiyle son verilmiştir.

