

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

EVLİLİK UYUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ
VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME
DAVRANIŞI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DENÇA DEMİR

141106104

Danışman Öğretim Üyesi:
Prof. Dr. Nermin ÇELEN

İstanbul, Eylül 2016

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

**EVLİLİK UYUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ
VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME
DAVRANIŞI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DENÇA DEMİR

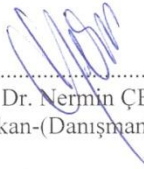
141106104

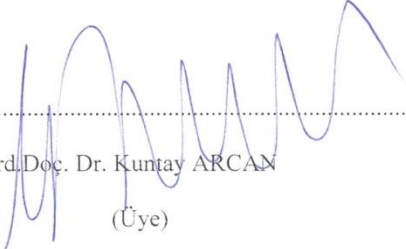
İstanbul, Eylül 2016

TEZ ONAY SAYFASI

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

28.09.2016 tarihinde tezinin savunmasını yapan 14 11 06 104 numaralı Dença DEMİR'e ait "Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Kişilerarası Problem Çözme Davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi " başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Klinik Psikoloji) Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak **Oy Birliği/Oy Çokluğuyla** Kabul Edilmiştir.


.....
Prof. Dr. Nermin ÇELEN
Başkan-(Danışman)


.....
Yrd.Doç. Dr. Kuntay ARCAN
(Üye)


.....
Yrd. Doç. Dr. Handan DOĞAN
(Üye)

ÖNSÖZ

Öncelikle tez danışmanlığımı kabul eden, tezimin her aşamasında yardımlarını, desteğini ve anlayışını esirgemeyen değerli danışman hocam Prof. Dr. Nermin Çelen'e çok teşekkür ederim.

Jürimde yer alan hem lisans eğitimimde hem de yüksek lisans eğitimimde öğreticiliğinden ve desteğinden faydalandığım aynı zamanda süpervizyon sırasında deneyimlerinden faydalandığım sevgili hocam Yrd. Doç. Dr. Kuntay Arcan'a, jürimde yer alan lisans eğitimim sürecinde eğitimlerinden yararlandığım Yrd. Doç. Dr. Handan Doğan'a çok teşekkür ederim.

Beni her zaman destekleyen, bana duydukları güveni her zaman hissettiren, sevgili anne ve babama, aynı zamanda bu süreçte yanımda olan ve bana güç veren sevgili eşime de çok teşekkür ederim.

Bu koşturma içerisinde onunla olabilmek zamanından çaldığım, benim çalışmama fırsat veren ve en önemlisi güç ve umut veren, hayatıma ışık olan biricik kızım Dora'ya sonsuz teşekkürler.

"Bu çalışmadaki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak elde edip sunacağımı, çalışmada bana ait olmayan tüm veri ve sonuçların kaynağını göstereceğimi beyan ederim".

DENA DEMİR

ÖZET

Dünya üzerinde evlilik ve evlilik uyumuyla ilgili sorunlar zamanla yayılmaya başlamıştır ve ülkemizde de önlemler almayı gerektirecek kadar ciddi bir konu haline dönüşmüştür. Son yıllarda boşanmalarında artması ile birlikte evlilik uyumunun araştırılması kaçınılmaz olmuştur. Evliliklerin sürdürülmesinde etkisi olabileceği düşünülen değişkenler arasında, yetişkin bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme becerileri araştırma kapsamında ele alınmıştır.

Bu araştırmadaki temel amaç; eşlerin bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme beceri düzeylerinin evlilik uyumuna etkisini araştırmaktır. Demografik değişkenlerin evlilik uyumu üzerindeki etkileri araştırmanın bir diğer amacı olarak kabul edilmiştir. 90 kadın ve 90 erkekten oluşan toplam 180 kişiyle yapılan bu çalışmada, demografik değişkenler araştırmacı tarafından oluşturulan anketten elde edilen bilgilerle incelenmiştir. Evli bireylerin çift uyumunu ölçmek için “Çift Uyum Ölçeği”, bağlanma stillerini ölçmek için “İlişki Ölçekleri Anketi”, ve kişilerarası problem çözme becerilerini ölçmek içinde “Kişilerarası Problem Çözme Envanteri” uygulanmıştır. Araştırma; İstanbul ili, Anadolu ve Avrupa yakası sınırlarında ikamet eden, 25 -55 yaşlar arasındaki çiftlerle sınırlandırılmıştır.

Elde edilen sonuçlarda bağlanma stillerinden güvenli bağlanma stili ile evlilik uyumunun alt ölçeği olan memnuniyet-doyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bunun dışında evlilik uyumu ile kişilerarası problem çözme envanterinin alt ölçeklerinden olan ısrarcı-sebatkar yaklaşım ve yapıcı problem çözme arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kişiler arası problem çözme envanterinin diğer alt ölçekleri olan kendine güvenmeme, sorumluluk almama ve probleme olumsuz yaklaşma düzeyleri ile evlilik uyum düzeyleri arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Evlilik uyumunun demografik değişkenler ile olan ilişkisi incelendiğinde eşlerin çocuk sahibi olma durumları, yaşları ve gelirlerini algılama durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Evlilik uyumu ile eşlerin evlilik süreleri arasındaki ilişki ise anlamlı bulunmuştur.

İstatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ve alanda konuyla ilgili yapılan çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Evlilik, Evlilik Uyumu, Bağlanma, Problem Çözme

SUMMARY

Problems related to marriage and marital adjustment have begun to spread all over the world. This problem has turned into a serious issue which requires significant measures. With the increase in divorce rates, studying marital adjustment has become inevitable. Attachment styles of adults and interpersonal problem solving abilities which are thought to be among variables affecting continuation of marriages are included in the research.

The main goal of this research is to study effects of attachment styles of couples and interpersonal problem solving abilities on marital adjustment. Effects of demographical variables on marital adjustment are accepted as another goal of this research. This study was conducted on 90 women and 90 men, totally 180 people. Demographical variables are examined through information gathered through surveys made by the researcher. To measure the dyadic adjustment of couples 'Dyadic Adjustment Scale', to measure attachment styles 'Relationship Scales Questionnaire' to measure and interpersonal problem solving abilities 'Interpersonal Problem Solving Inventory' are applied. The application is limited to couples aged 25-55 residing in Istanbul in Anatolian and European sides.

According to results, positive correlation between secure attachment style, which is one the attachment styles, and gratification- satisfaction which is a subscale of marital adjustment, has been found. Apart from that, positive correlations between persistent- perseverant attitude, which is one of the subscales of marital adjustment and interpersonal problem solving inventory, and positive problem solving were found. Negative correlations have been found between other subscales of interpersonal problem solving inventory, which are lack of self-confidence, taking responsibility and negative approach towards problems, and levels of marital adjustment. No significant relation was found between statuses of couples' whether they have child, their age and status of income perception when the relation between marital adjustment and demographical variables were examined. Significant relation was found between marital adjustment and length of marriage period.

Findings obtained through statistical analysis are discussed by relating them with literature and studies conducted in this field.

Key words: Marriage, Marital adjustment, Attachment, Problem Solving

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vi
1. GİRİŞ.....	1
1.1.Evlilik.....	6
1.1.1. Evlilik Tanımı.....	6
1.1.2. Evlilik Uyumu.....	7
1.1.3. Evlilikte Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler.....	11
1.1.4. Evlilik Uyumu İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	12
1.1.5. Evlilik Uyumu Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki.....	16
1.1.5.1.Evlilik Uyumu Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	17
1.2.Bağlanma.....	20
1.2.1. Bağlanma Kuramı.....	20
1.2.2. Yetişkin Bağlanma Stilleri.....	26
1.2.2.1.Yetişkin Bağlanma Stilleri İle Yapılan Araştırmalar.....	36
1.3.Kişilerarası Problem Çözme Davranışı.....	39
1.3.1. Sosyal Problem Çözme.....	40
1.3.2. Kişiler Arası Problem Çözme.....	41
1.3.3. Problem Çözme ile Demografik Özellikler Arasındaki ilişki.....	42
1.3.4. Problem Çözme Davranışı İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	43
1.4. Kişilerarası Problem Çözme İle Bağlanma Arasındaki İlişki.....	45

1.4.1. Bağlanma ve Problem Çözme Davranışlarının ilişkisi.....	45
1.4.2. Bağlanma ve Problem Çözme ile ilişkili Değişkenler.....	45
1.4.3. Bağlanma ve Kişilerarası Problemlerin ilişkisi.....	46
1.4.4. Problem Çözme Görevlerinde Bağlanmanın Önemi.....	47
1.5. Eşlerin Evlilik Uyumları İle Problem(Sorun) Çözme Davranışları Arasındaki İlişki.....	48
1.6. Araştırmanın Amacı.....	51
1.7.Araştırmanın Önemi.....	52
2. YÖNTEM.....	54
2.1.Örneklem.....	54
2.2.Veritoplama Araçları	54
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu	54
2.2.2. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ (Dyadic Adjustment Scale-DAS)	54
2.2.3. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE).....	56
2.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA).....	58
2.3. İşlem.....	59
3. BULGULAR.....	61
4. TARTIŞMA.....	77
5. KAYNAKLAR.....	89
6. EKLER.....	106

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları	61
Tablo 3.2: Katılımcıların Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Dağılımı.....	62
Tablo 3.3: Katılımcıların Gelirlerini Algılama Düzeylerine Göre Dağılımı.....	62
Tablo 3.4: Katılımcıların Evlilik Yıllarına Göre Dağılımı.....	63
Tablo 3.5: Katılımcıların İlişkilerini Algılama Düzeylerine Göre Dağılımı	64
Tablo 3.6: Katılımcıların Anneleri İle Olan İletişim Düzeylerine Göre Dağılımı.....	64
Tablo 3.7: Katılımcıların Annelerinin Sorunlarıyla İlgilenme Düzeylerine Göre Dağılımı.....	65
Tablo 3.8: Katılımcıların Babaları İle Olan İletişim Düzeylerine Göre Dağılımı....	66
Tablo 3.9: Katılımcıların Babalarının Sorunlarıyla İlgilenme Düzeylerine Göre Dağılımı.....	66
Tablo 3.10: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonucu.....	67
Tablo 3.11: Katılımcıların evlilik uyumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucu.....	68
Tablo 3.12: Katılımcıların evlilik uyumları ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonu.....	69

Tablo 3.13: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin gelirlerini algılama durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu.....70

Tablo 3.14: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin evlilik yıllarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu71

Tablo 3.15: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların anneleri olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu72

Tablo 3.16: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların annelerinin onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu73

Tablo 3.17: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babaları olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu74

Tablo 3.18: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babalarının onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu75

Tablo 3.19: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin yaşlarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu76

1. BÖLÜM

GİRİŞ

Evlilik, karşı cinsten iki kişinin birlikte bir hayat kurmak, ortak kararlar almak, yaşamlarını paylaşmak ve belli gereksinimlerini karşılamak amacıyla yaptığı bir sözleşmedir (Özgüven, 2000).

Evlilik arkadaşlık, sevgi, bağlılık, beraberlik, güven, cinsellik ve çocuk sahibi olma gibi birçok gereksinimi doyurma beklentisi içinde kurulmakta fakat ömür boyu beraber ve mutlu olmak için başlanılmış bu birlikteliklerin bir kısmında, çok zaman geçmeden sorunlar ortaya çıkmaktadır (Keçe, 2010). Çözülemeyen sorunlar eşler arasında uyumsuzluğa yol açmaktadır ve bunun sonucunda da geçmişe göre daha sık ayrılma kararları alınmaktadır. Nitekim Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre, 2001-2010 yılları arasında evlenme oranındaki ortalama artış % 1 iken, boşanma oranında % 3'tür. Özellikle son iki yılda evlilik oranlarında neredeyse hiç artış gözlenmezken, boşanma oranlarındaki artış % 10 civarındadır (TUIK, 2010). Bu istatistikler, boşanma oranlarının evlenme oranlarından daha yüksek olduğunu ortaya koymakta, ilişkinin devamını sağlayan "evlilikte uyum" kavramının tanımlanmasını ve bu uyumu etkileyen faktörlerin araştırılmasını da zorunlu kılmaktadır.

Evlilikte uyum, farklı kişiliğe sahip eşlerin günlük yaşamın değişen koşullarına uyum sağlamaları, yaşadıkları anlaşmazlıkları uzlaşarak çözmeleri, birbirleriyle iyi iletişim kurmaları, mutlu olmak ve ortak hedeflere ulaşmak için birbirlerini tamamlamaları şeklinde tanımlanmaktadır (Spanier, 1976).

Kaliteli bir evlilikte, her iki tarafın da uyumlu olması beklenmektedir. Bu uyumun bozulması halinde, kişiler hem bireysel olarak sıkıntı yaşamakta, hem de içinde buldukları toplumu dolaylı yoldan etkilemektedirler. Ayrıca aile içindeki huzursuzluk çocukları da etkilemektedir.

Karşılıklı etkileşebilen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu olarak tanımlanmaktadır (Erbek ve ark. 2005a). Evlilik uyumu ile ilgili yapılan araştırmalarda bu uyumun hangi alanlarda bozulduğuna dair çeşitli sonuçlar elde edilmiş, genel olarak eşlerin kişilik yapıları, bağlanma özellikleri, eşler arasındaki

cinsel yaşamın niteliği, eşlerin fiziksel ve ruhsal durumları ve evliliği etkileyebilecek sosyo-demografik özellikler üzerinde durulmuştur (Erbek ve ark. 2005a, Erbek ve ark. 2005b, Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009).

Her evlilik ilişkisi kendi içerisinde farklı dinamikler barındırır ve çiftler evlilik ilişkisi içerisinde farklı davranış örüntüleri sergilerler. Bireylerin bebeklik döneminde bakım vericileri ile kurdukları ilişkilerin, ileriki yaşlarda romantik ilişkilerinde ve dolayısıyla evlilik ilişkisinde etkin olduğu, bu sebeple de bağlanma kuramının, çiftlerin ilişki örüntülerini anlama ve açıklamada önemli bir çerçeve oluşturduğu yapılan araştırmalarda tespit edilmiştir (Hazan ve Shaver, 1987, Feeney, 1999). Buna göre, bireylerin sahip oldukları bağlanma stilleri, romantik ilişki içerisinde bireyin bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerini önemli ölçüde etkilemektedir (Feeney, 1999).

Kişiler diğer insanlarla olan problemlerini çözmek için hâlihazırda var olan stratejileri doğrultusunda davranmaktadır. Kişilerin kişilerarası problemlerinin çözümünde kullandıkları stratejilerinin altında yatan değişkenlerden birinin de kişilikleri üzerinde çok önemli bir rol oynadığı bilinen bağlanma stilleri olması muhtemeldir. Bu sebeple kişilerarası problem çözme davranışı; eşlerin evlilik uyumlarının anlaşılabilmesinde kişinin sahip olduğu bağlanma stilinin incelenmesinin önemli olabileceği düşünülmektedir. Bu tezin kapsamında yetişkinlerdeki evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişki incelenecektir.

Çocukların sağlıklı bireyler olarak yetişmesinde yaşamlarındaki önemli kişilerle kurdukları etkileşim önemlidir. Kişilerarası ilişkilerde ilk deneyimler ebeveynlerle yaşanmakta, bu etkileşime ait deneyimler, yaşamın ileriki dönemlerinde kurulacak olan ilişkileri etkilemektedir. Bireylerin kişilerarası ilişkilerini etkileyen faktörlerden biri bağlanma stilleridir. Bebeklikte, ebeveynlerle kurulan ilk ilişkilerin yaşamın ileriki dönemlerinde diğer insanlarla kurulacak ilişkileri nasıl etkilediği bağlanma kuramı çerçevesinde ele alınmıştır. Bağlanma kuramına göre, yaşamın erken yıllarında kurulan ilk ilişkilerin niteliği ileriki yıllarda kurulacak ilişkilerin kalitesini belirlemekte ve yetişkinlikte kurulacak ilişkilere öncülük etmektedir (Collins ve Read, 1990).

Doğumdan itibaren, birey kendi kendine yetebilene kadar, bireylerin gelişiminden ve bakımından başkaları sorumludur. Sorumlu olan bu kişiler, çoğunlukla bireylerin ebeveynleri ya da bakımını üstlenen kişilerdir. Doğduğu andan itibaren bebek, bakım veren kişi ile ilişki kurmaya hazırdır. Bu açıdan ilişki kurduğu bireylerin, özellikle ilk ilişkilerinin oluştuğu sosyal çevresinin yani anne-babalarının rolü oldukça büyüktür (Ekşi, 1990). Bu doğrultuda ruhsal yaşamın ve diğer insanlarla olan ilişkilerin önemi üzerinde duran Freud, yaşamın ilk yıllarında çocuğun ilk ilişki kurduğu insanların onun yaşamında başka şeylerle kıyaslanamayacak kadar önemli olduğunu savunmuştur. Çocuğun bu kişilerle (bakımını üstlenen kişi, çoğunlukla annesi ve diğerleri) bağı, sevgi veya nefretle de olsa ya da daha sıkça rastlandığı gibi sevgi ve nefretle karışık da olsa bu geçerlidir (Brenner,1998).

Freud'un yakın ilişkiler ve bu ilişkilerin gelişimi hakkındaki görüşlerinden etkilenen John Bowlby, bağlanma kuramını bu temeller üzerine kurmuştur. Bağlanma kuramı, bireyin geçmiş ilişkilerindeki deneyimlerinin, kişinin bugünkü ve gelecekteki ilişkileri ve kişilerarası davranışlarına dair olan beklentilerini etkilediğini ileri sürmektedir (Bretherton, 1992). Bebeğin bakım vereni ile kurduğu bağlanma ilişkisinin niteliği, aynı zamanda "güvenlik hissi"nin de temelini oluşturmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Kuramın öncüleri olan Bowlby (1973, 1979) ve Ainsworth (1978), bağlanmayı "çocuk ve onun birincil bakıcısı arasındaki bağ ya da devam eden ilişki", bağlanma davranışını da "bu tür bir ilişkinin şekillenmesine ve daha sonra da ilişkilere aracılık etmesine hizmet eden davranışlar" olarak tanımlamışlardır (akt. Hazan ve Shaver, 1987).

Bireylerin bağlanma stillerinin oluşmasında ebeveynlerin anahtar rolü oynadığı düşünülmektedir. Bağlanma stillerindeki bireysel farklılıkların, çocuğun bakıcıya yönelik ihtiyaç duyduğunda ulaşılabilir olup olmadığı ya da karşılık verici olup olmadığına ilişkin algılarından kaynaklandığını belirtmişlerdir (Collins ve Read, 1990).

Son 40 yıldır insan gelişimini inceleyen araştırmacılar içinde bağlanma kuramı çok büyük ilgi çekmiştir. Bağlanma; insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmıştır. Duygusal bağ kurma eğilimi ve gereksinimi; yeni doğanların yaşamlarını sürdürebilmeleri için

gerekli ve gelişimsel açıdan işlevsel olan bağlanma sistemini ifade eder (Bowlby, 1973).

Birincisi bağlanmanın yapıldığı gelişimsel döneme odaklanan, ikincisi ise bağlanma figürünün önemine odaklanan çalışmalardır. Gelişimsel döneme odaklanan çocuklarla yapılan çalışmalar bağlanmanın davranışsal yönüne odaklanırken, ergenlik ve yetişkinlik dönemine odaklanan çalışmalar ise bağlanmanın duygusal-bilişsel yönüne odaklanmıştır. Bağlanma figürünün önemine odaklanan çalışmalara göre bağlanmanın niteliği ilişkiye özgüdür. Bağlanma figürünün önemi ile ilgili çalışmalar son yıllarda artmaya başlamıştır. Bu çalışmalar temelde Sosyal İlişkiler Modelini (SİM- Social Relations Model) kullanarak bağlanmayı incelemeye çalışmışlardır (Morsündül ve Çok, 2011).

Bağlanma stillerinin kişilerarası ilişkilerde önemli bir rol oynadığı kabul edilmektedir (Deniz, Hamarta ve Arı, 2005). Araştırmalardan anlaşılmaktadır ki, bireyin erken yaşlarda geliştirmiş olduğu bağlanma stilleri yetişkinlik yıllarında da davranışlarını birçok yönden etkilemeye devam etmektedir (Arslan ve Arı, 2012).

Sosyal becerilerden biri olan problem çözme becerileri bireyin karşılaştığı engelleri aşarak amacına ulaşmasını sağlamaktadır. Bireyin kendi problem çözme becerilerini değerlendirme ve algılama biçimi yaşamında karşılaştığı bu engellere nasıl yaklaştığını ve onlarla nasıl baş ettiğini etkileyen önemli bir bilişsel süreçtir (Heppner ve Krauskopf, 1987).

Problem çözme becerisinde kendine güvenen, olayları kontrol edebildiğine inanan, problemleri çözmek için çaba harcayan bireyler, kendilerini problem çözme konusunda yetersiz olarak algılayanlara göre problem çözme sürecinde daha kararlılırlar ve daha fazla çabaladıkları için de daha başarılı olmaktadır. Aynı zamanda kendisini problem çözme konusunda başarılı olarak algılayanların sosyal becerilerinin daha iyi ve daha az kaygılı oldukları da belirtilmiştir. Kısaca, algılanan problem çözme becerileriyle problem çözme performansının birbiriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Heppner, Neal ve Larson, 1984).

Evlilik ilişkisinin şekillenmesinde de belirleyici olan eşlerin uyum sağlamalarında birçok faktör birbiriyle etkileşim halindedir. Eşlerin çocuklukta aileleriyle kurdukları

bağlanma stilleri ve aynı zamanda kişiler arası problem çözme becerileri çift uyumları üzerinde belirleyici olmaktadır.

Evlilik uyumunu etkileyen bireysel değişkenler arasında yer alan bağlanma stilleri, kişinin ilk çocukluk yıllarında anneyle kurduğu bağla ilişkilidir. Sahip olunan bağlanma stili yetişkin yaşamında kurduğu ikili ilişkilerde belirleyici rol oynamaktadır. Evli çiftlerin yaşamlarında karşılaştıkları problemlere nasıl yaklaştıkları ve onlarla nasıl baş ettikleri önemli bir bilişsel süreçtir ve evlilik uyumunu da etkilemektedir.

Bu açıdan bu araştırmada, evli çiftlerde evlilik uyumunun bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişki araştırılacaktır. Ayrıca çift uyumu ve kişilerarası problem çözme davranışı, demografik değişkenlerden yaş, evlilik süresi, çocuk varlığı, ekonomik durum ve kişilerin ebeveyn durumlarına göre incelenecektir. Çalışmada evlilik uyumu olarak da tanımlanan çift uyumu, hem aile içi düzeni hem de aile dışı sosyal yaşamı etkileyen bir unsurdur. Bağlanma stili ve kişilerarası problem çözme davranışı dışında katılımcıların demografik özelliklerinin de evlilik uyumuyla olan ilişkisi incelenecektir. Bu doğrultuda öncelikle evlilik uyumu, bağlanma kuramı, daha sonra da kişiler arası problem çözme davranışı tanıtılmıştır. Bağlanma stilleri ve kişiler arası problem çözme becerisinin evlilik uyumuna etkisi araştırılmıştır. Yetişkin bağlanma stilleri ile kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkiye dair literatür gözden geçirildikten sonra araştırmanın amacı ve soruları üzerinde durulmuştur.

1.1. EVLİLİK

1.1.1. Evlilik Tanımı

Evlilik, toplumun temel yapı taşı olan ailenin oluşumunu sağlayan resmi yoldur. Başka bir tanımla, değer yargıları ve aile geçmişleri açısından farklılıklar taşıyan iki yabancı kişinin yeni değerler ve davranışlar örüntüsüyle yapılandığı bir kurumdur (Ateş ve ark., 2004).

İki insan birlikte olmaya başladıkları andan itibaren, daha önceki bireysel yaşam tarzlarını değiştirmeye ve yeni etkileşim biçimleri denemeye başlamaktadırlar. Bu

etkileşim biçimlerinin oluşması halinde, çift iki kişilik psikolojik bir sistem oluşturmaktadır. Bu aynı zamanda, bireylerin sosyal yaşamlarıyla kendi ruhsal dünyaları arasındaki ilişkilerinin yeniden düzenlenmesi anlamına gelmektedir (Gülerce, 1996).

Evlilik; cinsel birlikteliği yasal kılmak, çiftler ve doğacak çocuklar arasındaki sorumlulukları ve hakları ortaya koyan yazısız evlilik sözleşmesini kabul etmektir (Hashmi, Khurshid & Hassan, 2007).

Cinsel güdüyü doyumak biyolojik ihtiyaçlar olarak evliliğin en önemli nedenlerinden biridir. Cinsel istek ve beklentilerin toplumsal olarak da kabul edilen bir boyutta karşılanması evlilikle sağlanmaktadır. Sosyal ihtiyaçlar olarak kişilerin kabul görme, uyum içinde olduğunu hissetme, güven duyma ve koruma ihtiyaçları ön plandadır. Kişinin evlilik aracılığıyla yalnız olmadığını bilmesi, bir eşe sahip olması ve onunla ortak bir amaca yönelmesi evliliğin sosyal tarafını oluşturmaktadır. Psikolojik ihtiyaçları ise; başta sevilme ve beğenilme arzusu barındırmaktadır (Özgüven, 2000).

Russell'a (1983) göre, doyumlu bir evlilik; çiftlerin eşitlik duygusunu taşıdıkları, düşünsel ve bedensel yakınlık geliştirebildikleri bir ortamda kurulabilen bir ilişkidir (akt. Gökmen, 2001).

Çiftlerin evlenme sebeplerine bakıldığında da yaşadıkları problemleri iyi çözmelerindense, birbirlerinin varlığıyla huzur ve mutluluk bulmalarının ön planda olduğu görülmektedir (Bradbury ve Karney, 2004).

Evlilik ile ilgili yapılan araştırmalarda en çok ele alınan kavramlar evlilik uyumu ve evlilik doyumudur. Evlilik doyumunu, çiftlerin ilişkilerinin tüm yönlerinde hissettikleri öznel mutluluk ve hoşnut olma duyguları olarak tanımlanmaktadır (Azizoğlu, 2000).

Evlilik doyumunu kişinin hem evlilik hakkındaki genel duygularını hem de ilişkisinin belirli yönleri hakkındaki duygularını içermektedir. Evlilik uyumu ise evli çiftlerin evliliklerindeki başarı ve işlevselliğini de tanımlayan hem evlilik hem de mutluluk kavramların içeren genel bir terimdir (Kalkan, 2002).

Evlilik uyumu ile evlilik doyumu kavramları arasında yüksek korelasyon bulunmaktadır ve bu iki kavram sıklıkla birbirinin yerine kullanılabilir. Evlilik uyumu ve evlilik doyumunun farklı kavramlar olduğunu ileri süren araştırmacıların yanı sıra yüksek doyuma sahip çiftlerin aynı zamanda uyum düzeylerinin de yüksek olduğunu ifade eden araştırmacılar bu iki kavramın farklı kavramlar olmadığını ileri sürmektedir (Selin, 2009).

1.1.2. **Evlilik Uyumu**

İnsan sosyal bir varlıktır ve bu sosyal yapısının içinde sahip olduğu en önemli yetilerinden biri uyum sağlama becerisidir. Kişi içinde yaşadığı topluma ve çevresine uyum sağlayabildiği ve bu uyumu sürdürebildiği sürece mutlu ve sağlıklı bir yaşam sürebilmektedir. Evlilik de sosyal yaşamın bir parçasıdır ve sağlıklı bir evlilik ilişkisinin sağlanabilmesi ve uyumlu bir beraberliği gerekli kılmaktadır. Uyumlu bir evlilik beraberinde başarılı bir aile yaşantısında getirecektir. Ailede birlik ve beraberliğin oluşabilmesi için de eşler arasında ekonomik, kültürel ve psikososyal konularda anlaşmaya varılmalı ve uyum sağlanmalıdır.

Evlilik ilişkisi; etkileşim rollerinin ve iletişim ağlarının oluşturduğu bir sistem olarak ele alınmaktadır. Burada eşler arasındaki uyumun sağlanması ve mutlu bir evlilik yaşantısının sürdürülebilmesi için eşlerin demografik özellikleri, iletişim, değer ve amaçlar, karar verme, evle ilgili faaliyetlerin yürütülme biçimi, yakın akrabalarla ilişkiler, serbest zamanların değerlendirilmesi, gelir iradesi gibi konularda birbirlerine uyum göstermelerini de gerektirmektedir (Şener, 2002).

Bir ilişkiyi sürdürebilmenin yüksek uyumu gerektirdiği düşünülmektedir. Evlilik uyumu, devam eden ilişki sürecinin durumunu ve yönünü de belirlemektedir. Dolayısıyla evlilikte uyumu, iyi ya da kötü şekilde nitelendirilebilecek belirli bir devamlılık içindeki hareket süreci olarak da tanımlamışlardır (Fışıloğlu, 1992).

Evlilik uyumu çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatlarında yaşadıkları memnuniyet ve mutluluk olarak ortaya konulmuştur. Ancak evlilik uyumu, evlilik doyumu kavramından ayrılmaktadır; çünkü evlilik uyumu daha kapsamlı ve aynı zamanda evliliğin niteliğini bir koşul olarak belirlemektedir. Böylece, çiftlerden her ikisinin de ilişki sürdürebilme kapasiteleri evlilik uyumunu sağlamak için önemli hale gelmektedir (Akar, 2005).

Psikoloji literatüründe evlilik uyumu son yıllarda çok incelenen bir konu haline gelmiştir. Evlilik uyumuna dair birçok araştırmada farklı yaklaşımlara rastlanmaktadır. Bazı araştırmacılar, eşler arasındaki uyumu ölçerken eşlerin evlilikleri hakkında nasıl hissettikleri ile ilgilenmişler ve eşler arasındaki uyumun belirleyicileri olarak eşlerin evlilik doyumuna ilişkin kendilerinden aldıkları bilgileri kullanmışlardır. Bazı araştırmacılar ise eşler arasındaki uyumu, eşlerin ayrı ayrı duyguları olarak değil, eşler arasındaki ilişkinin bir özelliği olarak değerlendirmişlerdir (Yılmaz, 2001).

Eşler arası uyumun genel olarak beş bölümden oluştuğu ifade edilmektedir; eşler arasındaki mutluluk, etkileşim, evlilik ve aile ile ilgili konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olduğu gibi çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanabilmektedir (Erbek, Bastepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan, 2005).

Evlilik uyumu, evliliğin her yönüyle özel olarak değerlendirilebilmesi olarak tanımlanmıştır. Evlilikte bireysel olarak isteklerin, beklentilerin, ihtiyaçların karşılama derecesi ve buna ilişkin algısı olarak düşünülmüştür (Demiray, 2006).

Evlilikte uyum uzlaşma, uyma, problem çözme ve hedef belirleme gibi bilişsel süreçlerle ilgilidir. Bu bilişsel süreçlerin evlilik uyumunu nasıl etkilediğini açıklayan en kapsamlı yaklaşımlardan biri yükleme kuramıdır. Evlilik uyumlarını etkileyen bir değişken de kişilik özellikleridir. Kişilik özellikleri bir bireyi diğerinden ayıran ve kişinin tutarlı davranmasının nedeni olan biyolojik kökenli eğilimler olarak tanımlanmaktadır (Spotts, Lichtenstein, Pedersen, Neiderhiser, Hansson ve Cederblad, 2005).

Sözlüksel (psycho-lexical) yaklaşıma dayalı tanımlanan bu özellikler dışa dönüklük, duygusal dengesizlik, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumluluktur (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2007). Beş faktör modeli ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin ele alındığı çeşitli araştırmalarda özellikle kadınların evlilik uyumunu erkeklerin duygusal dengesizlik düzeylerinin olumsuz; yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumluluk taşımalarının olumlu yönde etkilediği ortaya konulmuştur. Benzer şekilde, kadınların duygusal dengesizlikleriyle eşlerinin evlilik uyumları olumsuz; yumuşak başlı ve deneyime açık oluşları ile olumlu ilişkili bulunmuştur (Özer ve Güngör, 2012).

Reuben Hill'in (1966) evlilik uyumu ile ilişkili olarak saptadığı faktörler; *kocanın anne-baba evliliğinin mutluluğu, kocanın babası ile yakınlığı, kocanın çocukluğunun geçtiği yer, kocanın evlenme yaşı, kocanın eğitim seviyesidir.* (akt. Akar, 2005).

Evlilik uyumu, mutlu ve doyumlu evliliklerde önemli bir role sahiptir. Evliliklerin temeline baktığımızda, evlilik uyumunun çiftleri bir arada tutan faktörlerden en önemlilerinden biri olduğu görülmektedir (Erbek ve ark., 2005).

Gottman ve Silver 1996 yılında, evli çiftlerle yaptığı araştırmalarında ilişkilerdeki mutluluğu arttıran faktörleri incelemiştir. Bunlar aşağıda belirtildiği gibi; bütün taşları dökmek, yumuşak tartışmalar yapabilmek, esnek planlar yapabilmek ve prensip sahibi olmaktır.

Bütün Taşları Dökmek: Gottman ve Silver 1996 yılında çiftlerle yürüttüğü çalışmalarında birbirleri ile tartışırken aklına gelen her şeyi söylemekten kaçınan çiftlerin daha mutlu olduklarını bulmuştur.

Yumuşak Tartışmalar: Çiftler arasındaki tartışmaların başlamasının ilk sebebinin çoğunlukla, çiftlerin çatışma yaşadıkları konuda konuşurken eleştirilerini yüksek sesle yapmaları olduğunu gözlemlemiştir. Eleştirilerini daha yumuşak bir ses tonu ile ve karşı tarafı suçlamadan yapan eşler, tartışmaların kavgaya dönmesini engellemektedirler (Gottman ve Silver, 1996).

Esnek Planlar: Kadınların planlarını eşlerinin programlarına göre değiştirmekte daha esnek ve rahat olduğunu, erkeklerin ise bunu yapmakta zorlandıklarını bulunmuştur. İlişkide tarafların ne kadar esnek olabildiği evliliğin başarısını büyük ölçüde etkilemektedir (Gottman ve Silver, 1996).

Prensip Sahibi Olmak: Yapılan çalışmalar mutlu çiftlerin ilişkilerinde bazı kuralları olduklarını göstermiştir. İlişkisinde çok mutlu olan çiftlerin yeni evli ya da birbirlerine yeni aşık olmuş olsalar bile birbirlerindeki incitici ya da reddedici davranışı kabullenmedikleri görülmüştür. İlişkinin başından itibaren kötü davranışlara karşı düşük toleranslı olmak, uzun vadede mutlu bir ilişkinin göstergesidir.

Bakım Onarım Çalışmaları: Çiftlerle yürütülen çalışmalarda başarılı çiftlerin yaptıkları büyük tartışmalarla nasıl baş edeceklerini iyi bildikleri gözlemlemiştir.

Mutlu çiftlerin tartışma kontrolden çıkmadan olumsuz durumu nasıl tamir edeceklerini ve ilişkilerini düzelteceklerini iyi bilirler. Mutlu çiftlerin tartışma sırasında yaptığı başarılı müdahalelerden bazıları; tartışma konusunu alakasız bir konu ile değiştirmek, espri yapmak, bu durumun karşı tarafı ne kadar zorladığını anladığını söylemek, tartışmayı 'bu bizim problemimiz'' vb. diyerek ortak bir noktaya çekmektir (Gottman ve Silver, 1996).

Çiftler arası uyumu belirleyebilecek kriterler ise şu şekilde tanımlanabilmektedir (Fıfıloğlu, 2007):

- Çiftler arasında problem yaratan farklılıklar
- Kişiler arası gerilimler ve kaygılar
- Çiftler arasında doyum
- Çiftler arasında bağlılık
- Çift olma açısından önem arz eden konularda görüş birliği

Uyumlu bir evlilikte eşler birbirlerine karşı sorumluluk duygusu taşımakta, birbirlerini sosyal açıdan desteklemekte, birlikte isteyerek zaman geçirmekte, aralarında açık iletişim bulunmakta ve kriz durumlarında birbirlerine kenetlenmektedirler (Çelik ve Tümkiye, 2010).

Özetle evlilik uyumu, kadın ve erkeğin ilişkilerini nasıl algıladıkları, duygusal tatmini, beklentilerini ne kadar karşıladığı, cinsel birliktelik gibi kavramları da kapsayan birçok değişkeni barındıran bir kavramdır. Evlilik uyumunu etkileyen faktörler arasında bu araştırmaya konu olan kişilerarası problem çözme davranışı ve yetişkin bağlanma stilleridir. Ayrıca demografik özelliklerin de evlilik uyumunu yordaması açıklanacaktır.

1.1.3. Evlilikte Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumunu etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Muhakkak ki evlilikte karşılıklı sevgi ve saygı mutlu bir evlilik yaşantısının ön koşullarından biridir, fakat buna ek olarak eşlerin birbirlerine ve ilişkilerine karşı farkındalık sahibi olmaları, birbirlerini dinlemeleri ve duygularını açıkça ifade edebilmeleri de uyumlu bir

evliliğin olmazsa olmaz koşullarındandır. Nesne ilişkileri kuramcıları ise eşler arasındaki romantik ilişkilerini kişilerin çocukluklarında ebeveynleriyle olan ilişkilerinin bir yansıması olduğunu ifade etmektedirler. Çocuğun anne ve babasına duyduğu bağlılık ve yakınlık yetişkinlik döneminde başkaları ile olan ilişki kurma becerileri etkilemektedir.

Evliliklerinde yaşadıkları problemler nedeniyle evlilik terapisine başvuran çiftler arasında en çok karşılaşılan ve evliliğe de en çok zarar veren problem olarak çiftler arasında etkileşimi ile ilgili olan problemler olduğu belirlenmiştir (Fidanoğlu, 2007).

Evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin başında karşılıklı iletişim ve etkileşim ile bunların temelindeki birey olma ve kendi benliğini kaybetmeden karşıdakinin benliğiyle bütünleşebilme yetileri gelmektedir. Aynı zamanda diğer birçok faktör de evlilik uyumun şekillenmesinde belirleyici olabilmektedir. Yine evlilik uyumu bir başka tanımda da evlilikteki mutluluk ve başarı ile bağlantılı olduğuna inanılan paylaşılan aktiviteler, çatışmalar gibi faktörlerin bileşkesi olarak ele alınmış diğer bir tanımda da sorunları çözme kapasitesi üzerine vurgu yapılmıştır (Fışiloğlu ve Demir, 2000).

Uyumlu bir evlilik, beraberinde başarılı bir aile yaşantısını da getirecektir. Eşlerin birbirleriyle uyuşmayı, paylaşmayı başarabildiği, görev ve sorumluluklarını olgunca kabullendiği bir beraberlik açık, etkili ve nitelikli ve iletişimi sağlarken aynı zamanda evlilik başarısını ve mutluluğunu da olumlu yönde etkileyecektir (Şener, 2002).

1.1.4. Evlilik Uyumu İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Literatüre baktığımızda 19. yüzyılın başından beri yabancı literatürde evlilik konusunda araştırmalar yapılmaktadır. İlk çalışmalarda, daha çok evliliğin niteliği ele alınarak kişisel değişkenler, bireysel özellikler ve aile değişkenleri ile olan ilişkisi incelenmiştir. Daha sonraki yıllarda ise araştırmalarda değişiklikler olmuş, evlilik doyumu ile eşlerin davranışları arasındaki ilişkiler araştırılmaya başlanmış ve sorunlu eşlerle sorunsuz eşler problem çözme davranışları bakımından karşılaştırılmıştır. 1980'li yılların sonuna doğru yapılan araştırmalarda öncelik evliliğe ilişkin işlevsel olmayan inançlar, gerçek dışı beklentiler, eşler arasındaki etkileşim gibi evlilik doyumunu etkileyen konular olmuştur (Fincham ve Bradbury, 1990).

Türkiye’de evlilikle ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, daha çok evlilik doyumunu açıklamaya ve özellikle yüklemelere yönelik ilişkilerde bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme olduğu görülmektedir (Tezer, 1986; Hatipoğlu, 1993; Hasta, 1996).

Evlilik ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalarda daha çok eşlerin yaptığı yüklemeler konusuna odaklanılmıştır. Yapılan bir çalışmanın sonuçları, eşleri ile uyumsuzluk yaşayanların, eşlerinin olumsuz davranışları karşısında olumsuz yüklemeler yaptıklarını ve bu yüklemelerin ardından ortaya çıkan olumsuz davranışların evlilik doyumunun daha da azalmasına neden olduğunu göstermektedir (Tutarel-Kışlak, 1997).

Evlilik uyumu düşük olan çiftler tartışma anında birbirlerine karşı daha fazla olumsuz davranış sergilemektedirler ve olumlu tepkileri daha azdır. Evlilik uyumu yüksek olan çiftlerin ise birbirleriyle etkileşimleri daha kaliteli olmakta, çiftler daha fazla fikir birliği sergilerken daha fazla çatışma yaşamaktadırlar (Janicki, Kamorek, Gwaltney ve Shiffman, 2006).

Başka bir çalışmada çatışma ve boşanmanın davranış ve uyum sorunları üzerindeki roller incelenmiştir. Eşler arasındaki uyumun çocuklar üzerindeki etkilerinin değerlendirildiği bu çalışmada, çatışmalı ve boşanmış ebeveynlerin çocuklarının psikolojik sorunlarının düzeyleri ve kaygı düzeylerinin, çatışmasız ebeveynlerin çocuklarına oranla daha yüksek olduğu; çatışmasız ebeveynlerin çocuklarının, çatışmalı ve boşanmış çocuklarına oranla çevrelerinden daha fazla sosyal destek algıladıkları ortaya çıkmıştır (Sirvanli-Özen, 1999).

Çalışmalar kaçınan iletişimi benimseyen çiftlerin kabul edilebilir bir evlilik uyumlarının olabileceğini veya kaliteli bir evlilik sürdürebileceklerini göstermektedir. Kaçınan çiftlerin eşler arasındaki farklılıkları kabul eder gibi göründüklerini ve güç durumlarda büyük tartışmalara girmediklerini gözlemlenmiştir. Bulgular, ilişkilerinde eşitliğe önem veren paylaşımcı çiftlerin evlilik uyumlarının daha iyi olduğunu, daha eşitlikçi ve yapıcı bir iletişim içinde bulduklarını ortaya koymaktadır. Birbiriyle paylaşma arzusu içinde olmayan

çiftlerin çatışmaları çözme gereksinimini her zaman hissetmedikleri ya da eşlerden sadece birinin bütün kararları aldığı, bu gibi durumlarda iletişimin evlilik uyumunu daha az etkileyebileceği söylenebilir. Bu çiftler bu açıdan geleneksel ya da çatışmadan kaçınan çiftlere benzetilebilir (Gottman ve Silver, 1996).

Norman Epstein (1999), iletişim biçimlerinin evlilik uyumuna katkısı ile ilgili yaptığı bir çalışmada, ilişkiye odaklı evliliği olan kadınların evlilik uyumunun, ilişkiye daha az odaklı olan kadınlara göre daha iyi olduğunu ve bunun da iletişimle ilişkili olduğunu, erkekler açısından ise bir farklılık olmadığını belirtmiştir (akt. Erbek ve ark., 2005a).

Geriye dönük çalışmalar kadınlarda depresyon ile evlilik uyumu arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Evliliğini uyumsuz olarak bildiren kadınların, evlilik uyumlu olarak bildirenlerden belirgin olarak daha depresif oldukları saptanmıştır (Erbek ve ark., 2005a).

Bir başka çalışmada çiftlerden biri depresif belirtiler gösterdiğinde evlilik ilişkisinde de birtakım bozukluklar olacağı ileri sürülmüştür. Bu bozukluklar; eşler arası yakınlık, evlilik içi çatışmaların çözülmesi, iletişim yeteneği, cinsel doyum ve duyu dışavurumudur (Kahn, Coyne ve Margolin, 1985).

Eşitlik ve güvene dayanan, birbirine bağlı olma durumunun evlilik doyumunda önemli rol oynadığı ileri sürülmektedir (Fox, 1973).

Evlilik uyumunun önemli yordayıcılarından biri de eşler arasındaki bağlılıktır. Güven duygusu; ev işlerindeki rollerin paylaşımı ve evin geçimini sağlama gibi alanlarda eşitlik anlayışı ile bağlantılıdır. Güven duygusunun yokluğunda, eşitlik ilkesine dayanan evliliğin güvensizlik duyguları ile tehdit altına girdiğini vurgulamıştır (İmamoğlu ve Yasak, 1997).

Her eşin ilişkileri kendi evlilik doyumlarının önemli bir belirleyicisi olduğu düşünülmektedir. Bu bulgular, Türkiye'de yapılan benzer çalışma gruplarıyla uyumlu bulunmuştur. Ayrıca yüksek sosyoekonomik düzeydeki bireylerde olduğu gibi maddi olarak bağımlı olma durumunun azaldığında, duygusal bağlılık ve birbiriyle ilgili olmanın, eşler arasındaki uyumlu olmanın artmasında ve evlilik doyumunda çok önemli olduğunu bir kez daha vurgulamıştır (Fox, 1973).

Kendini açma ile yakın olmanın aynı şeyler olmadığı fakat kendini açmak eşler arasında yakınlığın derecesini etkilemektedir. Her ne kadar çiftler evlilik ilişkisinde yakın olma ve kendini açma konusunda benzer görüşlerde olsalar da kadınlar ve erkekler arasında yakın olma ve evlilik doyumu algısının farklı olduğu saptanmıştır (Waring ve Chelune, 1983).

Eşlerin problem çözme becerilerine sahip olması ve onların sorunlarına çözümler getirebilmeleri ilişkiden aldıkları doyuma önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Evlilik yaşantısında sorunların artarak ortaya çıkması ve etkin bir şekilde çözümlenememesi, zaman içinde evliliklerin yıpranmasına, ilişkilerin bozulmasına ve boşanmalara neden olmaktadır. Araştırmalar bir sorunu çözmek için gerekli davranışı gösteremeyeceğini düşünen eşlerin, buhran anlarında daha umutsuz davrandıklarını, daha olumlu beklentileri olan eşlerin ise problem çözmeye daha yatkın olduklarını göstermektedir (Bradbury ve Fincham, 1990).

Evlilik ilişkisi geliştirme programının evli çiftlerin evlilik uyum düzeylerine etkisi incelenmiştir. Araştırmanın deney ve kontrol grubu toplam 28 evli kişiden oluşmakta olup, gruplara Evlilikte Uyum Ölçeği ön-test ve son-test olarak uygulanmıştır. Oturumlar yaklaşık 2,5 saat olmak üzere 10 hafta sürmüştür. Oturumların sonunda deney ve kontrol gruplarına uygulanan Evlilikte Uyum Ölçeği ön-test ve son-test puan ortalamaları arasında bir fark olup olmadığını belirlemek için kovaryans analizi kullanılmıştır. Çalışma evlilik ilişkisini geliştirme grubuna katılmanın evli bireylerin evlilik uyum düzeyleri üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturduğu bulunmuştur. Ayrıca deney ve kontrol grubundaki çiftlerin evlilik uyumlarına ilişkin ön-test ve son-test sonuçlarının cinsiyete göre değişme göstermediği de ifade edilmiştir (Kalkan, 2002).

Yapılan bir başka çalışmada da sorunlu ve mutlu çiftlerin problem çözme davranışı açısından birbirlerinden farklılık gösterdikleri ve kadınların erkeklere göre olumsuz davranışlarla daha fazla ilgilendikleri belirtilmiştir (Fichten ve Wright, 1983).

Kısacası evlilik uyumu, kadın ve erkeğin ilişkilerini nasıl algıladıkları, beklentilerini ne kadar karşıladığı; duygusal tatmin, evlilikteki doyum, cinsel birliktelik gibi kavramları da kapsayan çok değişkenli bir olgudur. Uyumu etkileyen faktörler arasında bu araştırmaya konu olan yetişkin bağlanma stilleri ve kişiler arası problem

çözme davranışıdır. Ayrıca demografik özelliklerin de evlilik uyumunu yordaması açıklanacaktır.

1.1.5. Evlilik Uyumu Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki

Yetişkin kişilik gelişimi sürecinin en önemli görevleri, yakın, istikrarlı ve genel olarak tatmin edici ilişkiler kurmak ve sürdürmektir (Blatt ve Blass, 1995). Bu tanımlanan türdeki ilişkiler genelde evlilik kavramı içinde yer almaktadır. Bu nedenle evlilikle ilgili yapılan araştırmalar yetişkinlik dönemiyle ilgili birçok konuda odak noktası olmuştur. Bağlanma stilleri, yetişkinlikte kurulan yakın ilişkilerle ilgili çalışmalarda incelenen önemli bir değişkendir ve bu konuda birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların temel varsayımı, bağlanma stiline yaşam boyu kalıcı ve durağan bir yapı olmasıdır. Çocuklukta oluşan içsel işleyen modellerin, yetişkinlikte algısal ve bilişsel süreci ve dolayısıyla davranışları ve yetişkinlikte kurulan ilişki kalitesini etkilediği bilinmektedir (Collins ve Read, 1994).

Bowlby'nin bağlanma yaklaşımı temel alınarak yetişkinlikteki romantik ilişkiler açıklanabilmektedir. Bireyler bebeklik ya da çocukluk döneminde ebeveyn ile kurulan bağlanmanın bir benzerini, yetişkinlikte romantik eşleriyle kurdukları ilişkide sergilerler (Hazan ve Shaver, 1987).

Literatüre baktığımızda araştırmacılar, temelde güvenli ve güvensiz olmak üzere iki bağlanma stilinden söz etmektedirler. Güvenli bağlanma, çocuğun duygu ve ihtiyaçlarına duyarlı olan ve bu ihtiyaçlara yerinde ve zamanında karşılık veren ebeveynle karşı geliştirilen bağlanma türü iken güvensiz bağlanma bunun tam tersi özellikler taşıyan ebeveynlere karşı geliştirilen bağlanma türü olarak tanımlanmıştır (Ainsworth, Blehar ve Waters, 1978).

Ergenler ve yetişkinlerle yapılan çalışmalar, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin olumsuz duygu ve davranışları daha az gösterdiklerini, diğer kişilerle daha güçlü ilişkiler kurduklarını ve diğer bireylerin duygusal sıkıntılarında daha duyarlı olduklarını göstermektedir. Güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerin ise daha az pozitif duygular yaşadığı, kaygı ve depresyon gibi olumsuz duyguları dengelemekte daha başarısız oldukları belirtilmiştir (Rothbard ve Shaver 1994).

Özetle bağlanma kuramına göre bireyin anne ya da bakım veren kişiyle kurduğu bağlanma stili, yetişkinlik döneminde ikili ilişkilerine yansımakta ve ilişkilerini olumlu ya da olumsuz yönde etkilemektedir (Hazan & Shaver, 1987). Dolayısıyla bireyin bağlanma stili, evlilik ilişkilerini de olumlu ya da olumsuz yönde etkilemektedir (Davila, Karney & Bradbury, 1999).

1.1.5.1. Evlilik Uyumu Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Çalışmalarında, evlilik ilişkisinin niteliğinin bağlanma stilleri üzerinde etkili olduğu vurgulanmaktadır. Genel olarak, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin evlilik uyumlarının daha iyi olduğu yönünde yorumlar bulunmaktadır (Erbek ve ark., 2005).

Güvenli işleyen modellere sahip çiftlerin, duyguların ayarlanmasında daha yapıcı yollar ve daha yüksek evlilik uyumu gösterdiğini belirten bir çalışmada, ayrıca erkeğin güvenlik düzeyinin, problem çözme sırasında kadını reddetmeyle ilişkili olduğu ve kadının güvenlik düzeyinin iletişim sırasında erkeğin dinleme kalitesiyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Kobak ve Hazan, 1991).

Kobak ve Hazan (1991), bağlanma stilleriyle hem erkeğin hem de kadının ilişki doyumu arasında önemli ilişkiler bulmuştur. Ayrıca, güvenli çiftler güvensiz çiftlere göre gözlenen evlilik etkileşimleri sırasında daha yapıcı problem çözme davranışları göstermişlerdir. Hem kaçınan hem de kaygılı çiftler güvenli çiftlere göre daha fazla evlilik stresi belirtmişlerdir. Eşlerin ikisinin de güvenli olduğu evliliklerde, bir güvenli bir güvensiz evliliklerine göre daha çok yakınlık ve eşlerin ikisinin de güvensiz olduğu evliliklere göre daha az geri çekilme ve sözel saldırganlık bulunmuştur (Senchak ve Leonard, 1992).

Hem kadınlar hem de erkekler için görülen bu ilişkinin, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin, yakınlık gösterebilme, güven, iyimserlik, baş etme becerileri gibi özelliklerine bağlı olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında güvensiz bireylerin tepkilerinin yakınlık korkusu, emosyonel dalgalanmalar, kötümserlik, çaresizlik ve

kendilerine ve başkalarına duydukları güvende yetersizlik gibi özellikleriyle ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Bretherton, 1992).

Evlilik uyumu ve ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerine yapılan çalışmada, evlilik uyumu ve çocuğun güvenliği arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Güvensiz annelerin çocukları içinde, yüksek evlilik uyumu skoruna sahip kadınların çocuklarının güvenlik skorları daha yüksektir. Buradan evlilik uyumunun, anne-çocuk ilişkisinin kalitesini belirlediği söylenebilir (Eiden, Teti ve Corns, 1995).

Evli çiftlerin evlilik uyumları, bağlanma stilleri ve benlik saygıları incelendiğinde, evlilik uyum puanı en yüksek olan kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip olduğu görülmüştür (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu 2006).

Bir başka çalışmada, güvensiz bağlanmayla eşin olumsuz davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Genellikle güvensiz bağlanma stiline sahip olan bireyler, eşlerinin davranışlarını daha fazla tepkisel olarak değerlendirme eğiliminde olmaktadır. Güvenli bağlanma stilindeki eşler ise olumlu ve yapıcı davranışlar sergileme eğilimindedirler. Eşlerinin davranışlarını da daha pozitif içerikli olarak algılama eğilimindedirler. Güvenli bağlanma stilindeki bireylerin eşlerini kabul etme düzeylerinin, ilişkiye yönelik problem çözme becerilerinin ve çatışma durumunda uzlaşma eğilimlerinin, çok daha yüksek olduğu görülmektedir. Aynı zamanda 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 (Feeney, 2002).

Bağlanma stilleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, yetişkin bağlanma stiline yakın ilişkilerin yürümesiyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu ilişkiyi açıklamanın bir parçasının da bilişsel süreçler olabileceği öne sürülmüştür (Gallo ve Smith, 2001).

Bazı araştırmacılar, evlilik ilişkisinin doğası ile gerçekçi olmayan inanışların çok yüksek oranda uyumsuz evlilik ilişkisiyle bağlantılı olabileceğini ve bilişsel içeriğin evlilikte yaşanan problemlere eşlik eden genel mantıksızlık durumlarından daha önemli olduğunu vurgulamışlardır. Aynı zamanda kişinin kendisini ve eşini

algılayışının yani kişilerarası ilişkilerdeki algının evlilik uyumunun önemli bir göstergesi olduğunu da vurgulamışlardır (Erbek ve ark., 2005a).

Evlilik uyumu ve depresyon arasındaki ilişkinin bağlanma stillerinin etkisini inceleyen bir araştırmada, kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip hastalarda depresif belirtilerin evlilik uyumuna olumsuz etkilerinin daha çok gözlemlendiği belirtilmiş, güvensiz ve kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip kadınların evliliklerindeki sorunlar için kendilerini daha çok suçlama eğiliminde oldukları iddia edilmiştir (Scott ve Cordova, 2002).

Güvenli-güvenli bağlanma stillerine sahip çiftlerin evlilik uyumlarının, güvenli-güvensiz ya da güvensiz-güvensiz bağlanma gösteren çiftlere göre çok daha iyi olduğu belirtilmiştir (Hazan ve Shaver, 2000).

Güvenli bağlanma gösteren çiftlerin evlilik uyumlarının, güvensiz bağlanma gösterenlere oranla daha iyi olmasının dinamikleri, çalışmalarda ele alınmaktadır. Güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin davranışlarının eşlerinin stres ve sahip oldukları kötümserlik düzeylerini arttırabildiği; evlilik sorunlarıyla uygun bir şekilde başa çıkamamaları, birbirlerine duygusal destek göstermemeleri ya da çatışmaları çözümlenmede kullandıkları uyuma yönelik olmayan çözüm yollarında direnmeleri gibi tutum ve davranışların bu farklılıktan sorumlu olabileceği söylenmektedir (akt., Erdoğan, 2007).

Evlilik sorunları ile demografik veriler, eşlerin bağlanma özellikleri, psikiyatrik durumları ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, evlilik sorunları yaşayan 25 çift ve aynı zamanda kontrol grubunu oluşturan, herhangi bir evlilik sorunu belirtmeyen 25 çift alınmıştır. Yapılan değerlendirmelerde evlilikte sorunlar yaşayan çiftlerde kadınların bağlanma stillerinde kaçınma ve kaygı boyutlarının öne çıktığı, erkeklerde ise kaçınma boyutundan yüksek puanlar alındığı bulunmuştur (Erdoğan, 2007).

Kişilerin ve eşlerinin bağlanma stillerine bağlı olarak, eşlerin evliliğin farklı aşamalarındaki evlilik doyumlarını incelenmiştir. Kadınların güvenli bağlanması evliliğin kritik olan ve olmayan her iki döneminde de karşılıklı doyumu olumlu

olarak etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Evliliğin kritik olan ve olmayan aşamalarında, her iki dönemde de eşlerden en az birinin güvenli bağlanma stiline sahip olmasının karşılıklı doyum üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu bulunmuştur (Özenç, 2002).

Güvensiz bağlanan genç yetişkin bireylerin romantik ilişkilerde ilişkiden aldıkları doyum azalmakta ve güvenli bağlananlarda ise doyum düzeyi artmaktadır (Stackert ve Bursik, 2003).

Türkiye’de Hamamcı (2005) tarafından yapılan bir çalışmada yakınlıktan kaçınma ile ilgili olan işlevsel olmayan inançların, evli erkeklerin evlilik uyumu ile orta düzeyde negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bağlanma stilleri evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalardan birinde, iki eşin de güvensiz bağlandığı evliliklerin Türkiye’de en sık karşılaşılan evlilik şekli olduğu bulunmuştur, ancak her iki eşin de güvenli bağlandığı çiftler en yüksek uyuma sahiptir (Ertan, 2002).

1.2. BAĞLANMA

1.2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, duygusal gelişim ve kişilik gelişimi süreçlerini ve bunlara dayalı bireysel farklılıkları anlamak bakımından zengin bir çerçeveye sahiptir (Sümer, 2006). Psikolojinin içinde bağlanma kavramı bebeklik dönemindeki davranışların incelenmesi ile başlamıştır.

Bağlanma süreciyle ilgili çalışmalar John Bowlby'nin (1969) Tavistock Kliniğinde, tanıdığı ve sevdiği kişilerden ayrılmak zorunda kalan küçük çocukların kişilik gelişimi üzerinde, bu durumun etkilerini incelemesiyle başlamıştır. Ainsworth'un Bowlby'nin araştırma grubuna katılması, bağlanma çalışmasına deneysel araştırma yöntemi ve çocuk gelişimi yöneliminin dahil edilmesini sağlamıştır (akt. Kart, 2002).

Bowlby'nin bağlanma kuramı etiyoloji, nesne ilişkileri ve psikodinamik yaklaşımlar üzerine kurulmuş bir kişilik gelişim kuramıdır ve temel olarak bağlanmayı bebeklik ve çocukluk dönemine odaklanarak ele almaktadır (Bretherton, 2000).

Bir çocuk psikiyatristi olan Bowlby'nin, bağlanmayla ilişkin araştırmaları anne yoksunluğuna olan ilgisinden kaynaklanmıştır. Bowlby, psikanaliz geleneği içinde ve nesne ilişkileri ekolünde yetişmiştir. Bununla birlikte Bowlby, yürüttüğü çalışmalarda psikanaliz ve nesne ilişkileri geleneğinin eksikliklerini de gördüğünden farklı açıklama ve yaklaşımlara yönelmiştir. Bowlby, 1944 yılında yayınlanan “Kırk dört çocuk hırsız: Kişilikleri ve Hayatları” çalışmasında, çocukların annelerinden erken ayrılmaları ile suçlu olmaları arasında pozitif yönde güçlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşır ve bu ilişkiyi analiz etmek için daha detaylı araştırmaya yönelir. Çocuk bakımevlerindeki ve tanıdık bakıcılarından uzun bir süre veya tamamen ayrılmış çocukları gözleyen Bowlby'ye, çocukların tepkilerinin iki yönü dikkat çekici gelmiştir. İlki, çocukların ayrılıklara verdikleri tepkiler arasında büyük bir benzerlik olmasıdır. Tahmin edilebilir ve değişmez bir sırayla duygusal tepkiler sergilemektedirler. Önce ağlamayı, etkin araştırmayı, başkalarının sakinleştirme çabalarına direnci içeren *protesto* sergilenmekte ve bunu üzüntü taşıyan *umutsuzluk* takip etmektedir. Daha sonra da *duygusal kopma* yaşanmaktadır. Dikkat çeken ikinci yönü ise, kısa süreli ayrılıkların bile uzun süre devam eden etkilerinin olmasıdır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bowlby, bağlanmanın çocuk açısından hayati bir önemi olduğunun ötesinde, ‘dünyayı keşfederken geri dönülebilecek bir üs olma’, ‘fiziksel ihtiyaçlarını karşılama’ ve ‘hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilme imkânı’ gibi üç temel işlevi gördüğünü ifade etmektedir (akt. Tüzün ve Sayar, 2006).

Bowlby'e göre, bebeğin ihtiyaçlarının giderilmesi, kendini güvende hissetmesi, duygusal beklentilerinin karşılanması gibi olumlu bir yönde ilerlemesi durumunda, bebek, bakımını yapan kişiyle kurduğu ilişki sonucunda kendini sevmeye ve onaylanmaya değer görerek önemli olduğunu hissedecek, aynı zamanda karşısındakileri ve dünyayı da güvenilir bir yer olarak algılayacaktır (Çalışır, 2009). Eğer bu ihtiyaçlar yeterli düzeyde karşılanmazsa, çocukta oluşan benlik algısıyla bağlantılı olarak bir takım patoloji geliştirebilme riski olduğu düşünülmektedir. Bilişsel süreçleri içeren bu süreç ise Bowlby tarafından “içsel çalışan modeller” (internal working models) olarak adlandırılmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bağlanma sistemi bebeğin ona bakım veren kişiye yakın olmasını ve çocuğun dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı korunmasını sağlar. Bakıcı ile kurulacak yakınlığın korunması bağlanma sistemi içindeki en temel hedefdir ve bu sayede bebeğe güven içinde gelişebileceği bir alan sağlanır. Yakınlık bebeğin çevresini keşfetmede kullanabileceği ve tehlike anında korunabileceği bir sığınak işlevi görür (Bowlby, 1973).

Bir kişinin erişkinlikte başka insanlarla kuracağı ilişkinin niteliği ve insanlardan beklentileri, bu kişinin bebeklik döneminde bakım vericisi ile (bu genellikle anne olabilir) kuracağı bağlanma ilişkisi ile belirlenir. Anne ve çocuk arasındaki sıcak duygular, özellikle korku ve stres anlarında birbirlerine sağladıkları rahatlık ve destek, bağlanmayı oluşturur (Bowlby, 1969).

Bebekler dünyaya geldikleri andan itibaren hayatta kalabilmek için bir başkasının bakımına, onunla ilgilenilmesine ve onlardan gelecek sevgiye muhtaçtırlar. Fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayacak olan başta anne olmak üzere bakım veren kişilere bağlanmanın oluşması kaçınılmazdır. İlk yıllarda kurulan bu bağ, bireyin kişiliğinin önemli bir parçasını oluşturmakta ve tüm hayatında belirleyici bir faktör olmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bağlanma iki taraflı bir ilişkidir ve her iki tarafın da birbirinin ihtiyaçlarını karşılaması ile gelişir. Yeni doğan bir bebek beslenmek, temizlenmek, ısınmak, korunmak, kısaca yaşayabilmek ve hayatta kalabilmek için anneye ya da başka bir bakım verene muhtaçtır. Ancak anneler, babalar ya da çocuğa bakmakla yükümlü diğer yetişkinler çocuğun bakımını sadece bir görev olarak algılamazlar, bundan mutluluk ve doyum da sağlarlar. Çocukla yaşadıkları etkileşimin sonucunda onunla aralarında hissettikleri bağ giderek daha da güçlenir. Bu bağlanmanın oluşmasında bebeklerin birtakım davranış özellikleri de etkili olur (Kantarıcı, 2009).

Bowlby'nin öncü olarak başlattığı bağlanma araştırmalarında bebeklerin bakım vericilerine nasıl duygusal bir bağ oluşturdukları ve onlardan ayrılmaları sırasında nasıl stres ve gerginlik belirttikleri konu edilmiştir (Feeney ve Noller, 1990).

Bağlanma kuramına göre, bebekler bağlanma figürü olarak gördükleri birincil bakım vericilerine karşı, ilk aylardan itibaren gözlemlenebilen bir duygusal yakınlık

gösterirler. Bu bakım vericiden uzaklaştıkları ya da ayrıldıkları zaman da korku ya da gerginlik belirtileri ortaya koyarlar (Bowlby, 1969).

Bağlanma davranışının altında yatan sistem hem insan hem de diğer birçok canlılar için hayati bir önem taşımaktadır. Diğer temel davranış sistemleri gibi bağlanmanın da doğal seçim (natural selection) sonucu ortaya çıktığı ve kişi için hayatta kalabilme avantajı sağladığına inanılmaktadır (Ainsworth, Bleahar, Waters ve Wall, 1989).

Bağlanma davranışının altında yatan davranış sistemi, nörofizyolojik süreçlerden kaynaklandığı varsayılan içsel süreçleri içerir. Bu içsel süreçler hem genetik rehberliğinde hem de çevresel faktörlerin etkisi altında gelişimsel değişimlere maruz kalır (Ainsworth, 1989). Bağlanma Kuramına göre, bebekler, bakım vericileri ile olan etkileşimlerini özümseyerek, kendileri ve diğer insanlar hakkında içsel çalışan modeller geliştirirler. *İçsel çalışan modeller*, Bowlby'nin kuramının temelini oluşturur.

İçsel çalışan modeller, birbirleriyle ilişkili olan iki farklı boyuttan oluşmaktadır: Kendilik modeli, bireyin kendisini ne kadar değerli gördüğüne ve başkaları tarafından da ne ölçüde sevmeye değer olduğuna ilişkin algılarını, diğeri modeli ise, bireyin ihtiyacı olduğunda yakın çevresindeki insanlardan ne oranda yardım isteyebileceğine ve bu kişilerin güven vericiliğine ilişkin değerlendirmelerini yansıtmaktadır (Bowlby, 1969).

Bowlby'e göre bakım veren ile tekrarlanan günlük yaşantılar, çocuğun gelişimin de bakım verenin içsel temsillerini oluşturur (Bowlby, 1973). Bakım verenin çocuğa verdiği tepkiler ve çocuğun yakınlık isteğine karşı sergilediği davranışlar bilişsel temsiller olarak kodlanır. Çocuğun kendisi ve başkalarına ilişkin bilişlerinden oluşan içsel çalışan modeller, bakım verenin tepkileri ile ilişkilidir. Çocuk ihtiyacı olduğunda bakım verenden gereken desteği ve olumlu tepkiyi görürse bakım verene ulaşılabilir, güvenilir ve destekleyici olduğuna ilişkin bilişsel temsiller geliştirir. Tersini durumda ise bakım verenin çocuğun gereksinimlerine duyarsız kaldığında ya da birbiriyle uyuşmayan tepkilerle karşılık verdiğinde çocuk bağlanma figürünü reddedici, kendisini de sevmeye ve desteklenmeye değmez biri olarak görür (Bowlby, 1973).

Çocuğun kendisi ve başkalarına ilişkin zihninde oluşan ‘içsel çalışan modeller’, bakım veren kişinin tepkileri ile de ilişkilidir. Çocuk, ihtiyacı olduğunda bakım verenden gereken desteği ve olumlu tepkiyi görürse bakıcısının ulaşılabilir, güvenilir ve destekleyici olduğuna ilişkin “değerli ben ↔ güvenilir o” gibi bilişsel temsiller geliştirir. Ters durumda ise bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına duysuz kaldığında ya da tutarsız tepkilerle ona karşılık verdiğinde çocuk bağlanma figürünü reddedici, kendisini de sevilmeye ve desteklenmeye değer biri olarak görür (yani “değersiz ben ↔ güvenilirmez o” bilişsel temsili) (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011; Morsünbül ve Çok, 2011).

Bebek ile ebeveyn ilişkilerinde ilk yaşantıların izleri ‘içsel çalışan modeller’ aracılığıyla sonraki yaşantılara aktarılmaktadır. Bu modeller bireyin hayatı boyunca ilişkilerinde belirleyici rolü üstlenmektedir. Çocukluk döneminde oluşan bu bilişsel şemalar, bireyin gelecekteki deneyimlerini yapılandırmakta ve bu yapılandırma bireyin kendisine ve diğerlerine ilişkin algılarını, inançlarını, kişilerarası ilişkilerini, beklentilerini ve tutumlarını şekillendirmektedir (Bowlby, 1973).

Çocukların bakım vericilerinden ayrılma anlarında verdikleri tepkilere göre üç bağlanma davranışı: güvenli, kaygılı ve kaçingandır (secure, anxious-resistant, and avoidant.) Güvenli bağlanmış olarak nitelendirilen çocuklar, bakım vericilerin ayrılışından sonra geri dönmelerini memnuniyetle karşılamışlar, gerginlik ya da stres hissetmiş olmalarına rağmen de yakınlık aramışlar ve yakınlık görünce de kolaylıkla rahatlamışlardır. Kaygılı bağlandığı belirtilen çocukların bakım vericilerine karşı kararsız-tutarsız (ambivalent) davranışlar gösterdikleri ve rahatlayamadıkları gözlenmiştir. Kaçınmacı bağlanan çocukların ise, bakım vericileri ile yaklaşmadıkları görülmüştür (Ainsworth 1978).

Bağlanma kuramının gelişmesinde katkı ve açılımlarda bulunan Ainsworth ve arkadaşları (1978), güvenli ve güvensiz bağlanma stilleri arasındaki farklılıkları ortaya koymak amacıyla laboratuvar ortamında çalışmalarını yürütmüşlerdir. Sonuçta, bebeklerin bakımını üstlendikleri kişilerle oluşmuş üç temel bağlantı örüntüsünün varlığını saptamışlardır. Bunlar:

1. Güvenli: Güvenli bağlanmada bebeklerin davranışları, yakınlığı koruma, rahatlık arama ve dış dünyayı keşfetmek için bakımı üstlenen kişiyi güvence olarak kullanır. Güvenli bağlanmış bebek, annesi odayı terk ettiği zaman huzursuz olsa da annesi geri

döndüğü anda stresi azalır, rahatlar ve yanında olduğu sürece aktif keşif sürecine devam eder.

2. *Kaygılı/Kararsız*: Anne, bebeğin istek ve davranışlarına karşı tutarsız tepkiler gösterdiğinde, bazen ulaşamaz olduğunda ya da tepkisiz kaldığında, bebek kaygılı ve kızgın olur, ayrılmak istemez, ayrıldığında da anne geri döndüğünde de yatışmaz ve o kadar kaygılıdır ki keşif etkinliklerinde bulunamaz.

3. *Kaygılı/Kaçınmacı*: Kaygılı/kaçınmacı bağlanma stiline sahip bebekler annelerinin kendilerine dokunmalarını tutarlı olarak reddederler ve temas etmekten kaçınırlar. Annesine karşı bebeğin hiç güveni kalmadığı için, ayrılığa karşı da tepkisiz kalır ve geri döndüğünde de yanında bulursa da ona yakın durmak istemez (Hazan ve Shaver, 1994).

Daha sonra bir başka bağlanma stilini gündeme gelmiştir. Buna dağınık/yönü belirsiz bağlanma örüntüsü adı verilmiştir (Kesebir ve diğ, 2011). Burada sağlığı bozuk olan, bebeği ihmal ve istismar eden ya da bebeği döven kişilerin bebekle olan ilişki örüntüsünün bebekte stres ile baş edememe, korkma, hareketlerde yavaşlama ve donup kalma gibi dağınık bağlanma stilinin ölçütleri sayılmaktadır (Main ve Solomon, 1990).

Bağlanmadaki bireysel farklılıkların, bağlanmanın varlığı ya da yokluğu ile ilgili değil, ilişki kalitesindeki farklılıkları yansıttığı düşünülmektedir. Bağlanma kuramcıları, bağlanma ilişkisi ile diğer ilişkileri birbirinden ayırt etmek için önemli özellikler belirlemişlerdir. Öncelikle, bağlanma bağının varlığı, bir bireyin bağlanma figürü ile yakın ilişkide kalmaya düşkünlüğünden anlaşılmaktadır. İkinci olarak, bağlanma figürü, tehdit, tehlike ya da hastalık gibi durumlarda güvenli bir alan olarak kullanılmaktadır. Bir başka deyişle bağlanma figürü bir koruma bir destek olarak görülmektedir. Üçüncü özellik ise, bağlanma figürünün güvenlik üssü olarak görülmesi ve güven ve rahatlık hissettirerek keşfe yöneltmesidir (Fraley ve Shaver, 2000).

İçsel çalışan modeller çocukluktan ergenliğe kadar sürekli olarak pekiştirilir. Ergenliğin sonunda içsel çalışan modeller daha sürekli ve değişime karşı daha dirençli hale gelmektedir. Ergenler ve erişkinler oluşturdukları içsel çalışan modelleri kendileri için önemli olan ilişkilerde kullanmaktadırlar (Bowlby, 1973).

Son zamanlarda bakım verici-bebek bağlanması, yetişkin bağlanması ve kişilik çözümlenmesi çalışmalarına aktarılmaya başlamış ve buna bağlı olarak gelişim psikolojisi, bağlanmayı yaşam boyu süren bir kavram olarak incelemeye başlamıştır (Kart, 2000).

1.2.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri

Bağlanma davranışı bebeklik ve çocukluk döneminde açıkça görülmekle birlikte özellikle güvende olma duygusunun azaldığı, kaygının ve korkunun arttığı zamanlarda olmak üzere tüm hayat boyunca gözlemlenebilmektedir (Deniz, 2006).

Bowlby'nin (1979) "*bağlanma, beşikten mezara insan davranışının bütünleyici bir parçasıdır*" şeklindeki ifadesine rağmen, bağlanma kuramı, uzun süre bebeklik ve çocukluk dönemlerine ve bu dönemdeki temel bakım veren ile çocuk arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Farklı yaklaşımları benimsemiş olan pek çok kuramcı gibi, bir kısım bağlanma kuramcısı da, çocukluk yaşantılarının ve içsel çalışan modellerin hayat boyunca hemen hemen aynı kaldığı görüşünü ileri sürmüşlerdir. (Çalışır, 2009).

Bağlanma kuramı bakımından da bir geçiş dönemi olan ergenlik dönemi bireyin yeni durumlarla baş etmesinde temel rol oynar. Ergen, ilk bağlanma figürü olan anne-babasına daha az bağımlı olmak için büyük çaba harcamaktadır. Çünkü anne-babalar artık sığınılacak güvenli bağlar olarak algılanmaktan çok sınırlayıcı bağlanmalar olarak algılanmaya başlanır. Bu yüzden bir ergenin amacı, kimseye bağlı olmadan dünyada kendi yolunu bulmak ve 'kendi' olabilmek için bağımsızlığa olan ihtiyacını karşılamaya çalışmaktadır (Lee, 2003).

Ergenlik döneminde ortaya çıkmaya başlayan yeni bağlanma stili, ergenin eşleri ya da kendi çocukları ile bağlanmaları şeklinde gelecekteki bağlanma davranışının bir göstergesi olduğu düşünülmektedir. Güvenme figürünün ebeveynlerden arkadaşlara geçişinin önemli bir mücadele olduğu düşünülmektedir. Ergenlerin hayatlarının daha sonraki dönemlerinde de bağlanma stillerini desteklemesi açısından da önemli bir süreçtir. Çünkü ergenlerin romantik içerikli bağlanmaları, uzun süreli bağlanma ilişkilerine dönüşme potansiyeline sahip arkadaşlıklara zemin hazırlayabilmektedir (Lee, 2003).

Bununla birlikte anne-baba bağlanma figürü önceki önemini yitirdiği düşünülse de, ergen ile anne-babası arasındaki bağlanma ilişkisi, niteliğini değiştirerek devam eder. Özellikle, Türkiye gibi ülkelerde aile yapısı çekirdek aile modeli yönünde değişmiştir. Maddî olarak bağımlılıkların azaldığı gözlense de, duygusal bağılıklar gücünü ve önemini dinsel ve geleneksel faktörlerin etkisiyle halen devam ettirmektedir. Bu nedenle kişi yetişkin veya yaşlı da olsa, bağlanma örüntülerinde anne-babanın, hatta diğer büyüklerin etkisinin rolü inkar edilemez (Yıldız, 2012).

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma davranışı, çocukluk ve ergenlikte gösterilen bağlanma davranışının bir devamı olarak kabul edilmektedir (Bartholomew ve Shaver, 1998).

Araştırmalara göre, erken dönemdeki bağlanma örüntüsü, bireyin hayatı boyunca etkinlik göstermektedir (Bowlby 1969; Hazan ve Shaver, 1987). Bağlanma kuramına göre, yetişkin romantik ilişkilerinde, romantik ilişkiyi şekillendiren birçok davranış ve dinamik, bağlanma davranışını düzenleyen ve erken yaşlarda gelişen bağlanma sisteminden kaynaklanmaktadır (Fraley ve Shaver, 2000). Buna göre insanlar bebekliklerinde birincil olarak bağlandıkları bakım vericileri ile aralarında gelişen ilişkiye göre gelecek yaşamlarındaki bağlanma stillerini geliştirirler ve bu onların hem arkadaş hem de romantik ilişkilerini etkiler (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkin bağlanmasında, eşler arası ilişki ile bakım verici- çocuk arasındaki ilişkiyi birbirinden ayıran en önemli farklardan biri, yetişkin bağlanma stillerinin bağlanma figürü ya da bağlanılan bireye bağımlı olmaması ve ona göre şekil almamasıdır. Her iki bağlanma sisteminde de bağlanma figürü vardır, ancak yetişkin ilişkilerinde bu roller karşılıklı olarak yer değiştirebilir. Yani eşlerden her ikisi de hem bakım verici / koruyucu / güvenlik üssü, hem de bu bakıma ihtiyacı olan kişi olabilir (Crowell ve Treboux, 1995).

Yetişkin bağlanmasının bir diğer farklı özelliği de cinsel bağıllık, paylaşma, arkadaş ilişkisi gibi birçok bağ ve ilişkiye de rol oynamasıdır (Ainsworth, 1985; Weiss, 1974). Bebeklik ve çocukluk dönemlerinde bir bağlanma figürü bakım verir ama bakım almaz; bir bebek ya da çocuk güvenlik arar ama güvenlik sağlamaz. Oysaki yetişkin bağlanma ilişkilerinin öne çıkan temel özelliği karşılıklı bir biçimde olmasıdır. Her iki taraf aynı zamanda hem bakım verir ve hem de bakım alır. Diğer farklılık ise bir bebek ve çocuğun asıl bağlanma figürü genellikle anne ya da baba

iken, bir yetişkinin bağlanma figürü bir akran, genellikle de bir cinsel ortaktır. Kısacası, en alışılmış yetişkin bağlanma ilişkileri gibi üç davranışsal sistemin bütünleştirilmesini gerektirir: *bağlanma, bakım ve cinsel birleşme* (Hazan ve Shaver, 1994).

Yetişkin bağlanma stilleriyle ilgili çalışmalarda çoğunlukla ‘dörtlü yetişkin bağlanma modeli’ ile ‘Hazan-Shaver’ın yetişkin bağlanma modeli’ kullanılmaktadır (Yıldız, 2012). Farklı bir düşünceye göre de, yetişkin ilişkilerinde, romantik eşlerin birbirlerine bağlanmaları gerekmemektedir. Romantik bağlanma hakkındaki literatür bilgisi, ilişkilerin ardında bağlanma ilişkisi olduğunu sıklıkla vurgulansa da son yıllardaki araştırmalara göre, bağlanma stilleri kadar, ilişki içindeki bireyler için ilişki süreçlerinin bir bağlanma fonksiyonu gösterip göstermediği de önemlidir (Fraley ve Shaver, 2000).

a) Üçlü Yetişkin Bağlanma Modeli

Yetişkinlik döneminde bağlanma süreçleri ile ilgili ilk çalışmalar Main ve Goldwyn (1982) ile Main ve ark. (1985) tarafından yapılmıştır. Onlar, ‘Yetişkin Bağlanma Görüşmesi’ adı altında ebeveynler için bir görüşme yöntemi geliştirmişlerdir. Yetişkin bir bireyden, çocukluğunda kendi ebeveyniyle ilişkisini, ayrılma karşısındaki tutumlarını vb. dile getirmesi istenmiştir. Aldıkları cevaplar doğrultusunda Main ve Goldwyn (1982), üçlü bir sınıflandırma oluşturmuşlardır: a) Güvenli/özerk, b) Güvensiz. Güvensiz kategorisi de kendi içinde “kayıtsız” ve “endişeli” olarak ikiye ayrılmıştır. Sonradan ise c) “Çözümsüz, düzensiz” kategorisi bu kategorilere eklenmiştir (akt. Masterson, 2008).

1970 -1980’li yıllarda bazı araştırmacılar Bowlby’nin görüşleri çerçevesinde yetişkin ilişkilerini, aşklarını ve yetişkinlerin yalnızlıklarını anlamak için çalışmalar yapmışlardır. Araştırmalara göre yalnızlık çeken yetişkinlerin, çocukluk dönemlerine dair bakım vericileri ile problemler deneyimler aktardıklarını ve romantik ilişkilerinde de aşırı mesafeli davrandıkları ya da aşırı bağımlılık yaşadıkları belirtilmiş ve bu doğrultuda bağlanma geçmişinin yetişkinlikteki ilişkileri biçimlendirmede etkili olduğu görüşü savunulmuştur. Romantik ilişkilerde bağlanma stillerinin etkilerini araştıran çalışmalarda gözlenen bir diğer önemli bulgu ise, bireylerin aşk ilişkilerine yaklaşımlarının yoğun / takıntılı yakınlıktan aşırı uzak / mesafeli gibi bireye göre değişebilen farklılıklar izlenmiştir (Fraley ve Shaver, 2000). Bu görüşe göre, erken

dönemdeki sosyal deneyimler ilişkilerdeki stilleri etkilemektedir ve bebeklik dönemindeki üç farklı bağlanma stili olan güvenli kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri, yetişkin romantik bağlanma stilleri için de geçerlidir (Feeney ve Noller, 1990).

Hazan ve Shaver'da (1987), Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) bebeklik dönemi bağlanma süreci ile ilgili ortaya koymuş olduğu üç bağlanma stilini, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkiyi ve temelde tüm sosyal ilişkileri incelemek amacıyla geliştirmişlerdir. Bu dönemdeki romantik ilişkilerin nasıl şekillendiği, sürdürüldüğü ve sona erdirildiği; ancak bebeklik dönemindeki bağlanma süreci çerçevesinde anlaşılabilirliğini öne sürmüşlerdir (akt. Kantarcı, 2009).

Bebeklerdeki bağlanma sistemi ile yetişkin romantik ilişkisindeki bağlanma sistemi benzer şekilde aktive olur ve benzer amaçlara hizmet eder. Yetişkinlerde benzer olarak, eşleri ya da partnerleri yakınlarında, ulaşılabilir ve ihtiyaçlarına cevap veren bir durumda olduklarında güvende ve rahat hissederler. Bu durumda, eş bir güvenlik üssü vazifesi yapıyor olabilir ve bireyin keşfedici davranışlarına olanak tanınmış olabilir. Birey gerginlik hissettiğinde hasta olduğunda ya da tehdit algıladığında, eş bir koruma, rahatlatma ve güvenlik oluşturma vazifesi görür. (Hazan ve Shaver, 1987).

Hazan ve Shaver'ın 1987 yılında, romantik aşk ilişkisinin de bir bağlanma süreci olarak kabul edildiği araştırmalarında, bir "aşk sınavı" (love quiz) oluşturulmuştur ve bu soru formları yerel bir gazetede yayımlanmıştır. Bu çalışmada Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) bebeklik dönemi için tanımladıkları üç bağlanma boyutu yetişkin aşk ilişkisi soru formlarına yansıtılmıştır. Bu soru formlarının ilk kısmı ilişkide olunan kişi hakkındaki 56 farklı yargıyı, ikinci kısım bu ilişkinin şu an mı yoksa geçmişte mi yaşandığını, üçüncü kısım bağlanma geçmişini (katılımcının çocukken bakım vericileri ile olan bağlanma stilini) ölçmek amacıyla düzenlenmiş soruları içermektedir. Bu gazete baskısına cevap veren 620 katılımcıdan (205 erkek, 415 kadın) gelen sonuçlara göre, katılımcıların %56' sının güvenli, %25' inin kaçınan ve % 19' unun ise kaygılı-kararsız bağlanan gruba dahil olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanan gruba kıyasla, güvensiz bağlanan iki grup, aşk ile ilgili daha olumsuz deneyimler, daha kısa süreli romantik ilişkiler ve çocukluk dönemlerinde bakım vericileri ile ilgili daha az olumlu tanımlar bildirmişlerdir. Bireylerin bakım vericileri ile olan ilişkileri hakkındaki algıları yetişkin bağlanması

için yordayıcı olarak bulunmuştur. Ayrıca bu iki güvensiz bağlanma sergileyen gruptaki bireyler güvenli bağlananlara oranla, kendileri ile ilgili daha fazla şüphe ve başkalarına karşı daha az kabul belirtmişlerdir (akt. Kantarcı, 2009).

Hazan ve Shaver'ın (1987) bu üçlü modelinin ardından Bartholomew ve Horowitz (1991), üçlü modeldeki kendilik ve diğerleri modellerine, olumluluk ve olumsuzluk boyutlarını da eklemişlerdir. Ayrıca kaçınan bağlanma boyutunun iki farklı formu barındırdığını fark etmiş ve daha sonra bağlanma stillerini, güvenli (secure), kayıtsız-kaçıncı (dismissing), saplantılı (preoccupied) ve korkulu-kaçıncı (fearful) bağlanma stilleri olarak adlandırmışlardır. Böylece Bartholomew ve Horowitz, yetişkin bağlanması için dört kategorili bir model sunmuştur. Bağlanma ilişkisinin bu içsel çalışan modelleri, çocukluk döneminde bakım verici ile gerçekleştirilen davranışsal ilişkiler sonucu gelişen bilişsel / duygusal yapılardır ve bağlanmadaki bireysel farklılıklar da bu bilişsel modellerin oluşumuna dayanmaktadır. Bu içsel çalışan modeller, erken dönemdeki deneyimlerin sonraki yaşam olaylarına aktarılması bakımından önemlidir ve objektif durumlardan çok öznel görüş ve deneyimlerin nasıl özümsemiğine dayanır (Crowell ve Treboux, 1995).

b) Dörtlü Yetişkin Bağlanma Modeli

Bartholomew (1990) önce 'içsel çalışan modeller' kavramı çerçevesinde, bireyin benlik gelişimine göre kendisi ve başkaları hakkında olumlu ya da olumsuz temsilleri içeren iki tür içsel çalışan model oluşturmuştur. Sonra buradan hareketle yetişkinlik dönemindeki bağlanma süreci için dörtlü bir model önermiştir. Bir yıl sonra Horowitz ile gerçekleştirdikleri bir çalışmada Bartholomew, bu modeli daha sistematik hale dönüştürmüştür (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre *güvenli bağlanma*, bireyin kendisini sevmeye değer olarak algılaması ve diğer insanların güvenilir ve duyarlı olmasıdır. *Saplantılı bağlanma*, bireyin kendini sevmeye değer görmemesi ve diğer insanların güvenilir ve duyarlı olmasıdır. *Kayıtsız bağlanma*, bireyin kendini sevmeye değer algılaması ve diğer insanların güvenilir ve duyarlı olmamasıdır. *Korkulu bağlanma* ise, bireyin kendini sevmeye değer görmemesi ve diğer insanların da güvenilir ve duyarsız olması özelliklerini kapsar. Sonuç olarak dört bağlanma kategorisinde, kendi ve diğerleri hakkındaki olumlu ve olumsuz düşüncelerin birleşimi ile açıklanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Yapılan araştırmada, iki önemli boyut olan kişinin benlik modeli ve kişinin başkaları modeli çerçevesinde yetişkin bağlanmasındaki kişisel farklılıklara bakılmıştır. Her bir stilin prototipik tanımları yapılmış ve kişilerin hangi prototipe ne kadar karşılık geldikleri, bireyin o andaki arkadaş ilişkileri ve önceki aile ilişkileri ile ilgili yarı yapılandırılmış görüşmeler ile ölçölmek istenmiştir. Bireysel görüşmeler, kişisel raporlamalar ve arkadaşlardan alınan raporlarla birlikte çeşitli ölçekler de kullanılmıştır. Sonuç olarak, yetişkin bağlanmasının yönelimini belirleyen iki boyut olan benlik ve diğerleri hakkındaki modeller, birbirinden bağımsız olarak değişiklik gösterdiği şeklinde yorumlanmıştır. Örneğin çalışmadaki benlik ile ilgili olumsuz değerlendirilen saplantılı ve korkulu stiller, bireyin kendisi ile ilgili güvensizliğine dair benzer özellikler göstermişler, ancak diğer insanlara olan güven duygusu ve ilişkiye hazır oluş bakımından da farklılık göstermişlerdir. Bu da daha önceleri ya fazlaca bağlı olmayı ya da tamamen kağmayı öngören modellerin sınırlılıklarını ortadan kaldırmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Benzer olarak yakın ilişkilerden kaçınmayı temel alan iki bağlanma stili olan korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri, yakın ilişki kurmadaki zorluk ve diğer insanlara güvenmede tereddüt etme açısından benzerlik göstermektedir. Kişinin kendine olan güven ve yeterlilik duyguları bakımından ise tamamen farklı grupları işaret etmektedir. Bu da, kişiler arası ilişkilerinde mesafe koyan insanların, yakın ilişki kurmada korkuları olduğu fikrinin aşırı bir genelleme ve konuyu dar bir açıdan değerlendirme olduğu şeklinde yorumlanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bu araştırmaya katılan kişilerin çoğu, bağlanma stillerine bakıldığında, kendilerine dair ve diğer insanlara dair tutumlarında aynı özellikleri sergilemişlerdir. Ancak saplantılı ve kayıtsız stilleri, benlik ve diğerleri bakımından farklılık göstermiştir. Saplantılı stilde, bireyler başkalarından red aldıklarında kendilerini suçlamışlar ve bu nedenle diğer insanlar hakkında olumlu görüşler beslemişler, ancak kayıtsız stildekiler, karşıdan gelen retler ile diğer insanların suçlu olduğunu düşünmüş ve bu nedenle de yüksek öz-güven bildirmişlerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bireylerin kendilerine ve diğerlerine (arkadaş, sevgili, eş) yönelik olumlu ve olumsuz bakış açıları bağlanma stillerini ortaya çıkaran modele göre, kendisine ve karşısındaki kişilere olumlu bakanlar *güvenli bağlanan* kişiler olarak adlandırılmaktadır. Özsayęı ve özerklik düzeyleri yüksek olan bu kişiler yakın

ilişkilerden rahatsız olmazlar. Ayrıca, güvenli bağlanan bireyler terk edilme korkusu yaşamazlar ve kişiler arası sorunla da karşılaşmazlar (Bartholomew, 1990).

Saplantılı bağlanma stiline sahip olan kişiler kendileriyle ilgili değerlendirmeleri olumsuz, diğerleriyle ilgili değerlendirmeleri ise olumlu yöndedir. Bağımlı bir ilişki örüntüsü sergileyen bu kişiler yakınlıktan rahatsız olmazlar ama terk edilme korkusu yaşarlar (Bartholomew, 1990).

Modelde tanımlanan diğer bir bağlanma türü ise *kaçınmacı bağlanma*dır. Bu bağlanma stilline sahip kişilerin kendileriyle ilgili algılamaları olumlu, başkalarıyla ilgili algılamaları olumsuz yöndedir. Acı çekmekten korkan ve bu nedenle bağlanma kaygısı yaşayan bu kişiler yakınlıktan rahatsız olurlar (Bartholomew, 1990).

Son olarak, *korkulu bağlanma* stiline sahip kişiler hem kendilerine hem de karşısındakilere olumsuz bakarlar. Bu kişiler sosyal ilişkiler kurmayı istemelerine rağmen yüksek düzeyde yakınlık ve terk edilme korkusu yaşarlar. Korkulu bağlanan kişiler bu nedenle romantik bir ilişki kurmaktan kaçınırlar (Bartholomew, 1990).

Bartholomew ve Horowitz'in bu açıklamaları ve tanımları çerçevesinde dörtlü bağlanma kategorileri şu şekilde özetlenebilir:

Güvenli Bağlanma Stili: Bu kişiler kendilerini sevmeye değer kişiler olarak algılar ve başka kişilerin de genellikle destekleyici olduğuna inanırlar. Güvenli bağlanma stilinde bireyler, kendilerini ve başkalarını olumlu algırlar. Benlik saygıları yüksek olup, kendilerini sevmeye değer bulurlar ve aynı zamanda başkalarını güvenilir olarak değerlendirirler. İlişkilerinin temelinde yakınlık, saygı ve karşılılık esas olduğundan olumlu sosyal ilişkiler geliştirirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998). Güvenli bağlanan yetişkinlerin olumlu benlik imgelerini korumak için başkalarının onayına daha az gereksinim duymaktadırlar, bu konuda daha az kaygı yaşadıklarını ve başkalarıyla görece daha kolay yakınlık kurabilmelerinin ötesinde de özerk kalmayı da başarmışlardır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Saplantılı Bağlanma Stili, Saplantılı yetişkinler yanlış anlaşıldıklarına, gerçekte olana göre benlik-değerlerinin daha düşük algılandığına inanırlar ve başka kişileri güvenilmez bulurlar, onları kalıcı, uzun süreli ilişkiler için vaatte bulunmaya isteksiz

olarak algırlarlar. O halde saplantılı bağlanan kişilerde en belirgin özellik, kendine-güven eksikliğidir ve o nedenle hem reddedilmekten hem de yakın bir ilişkide karşı tarafın terk etmesinden çok korkarlar (Kart, 2002).

Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini olumsuz değerlendirmelerine yani değersiz hissetmelerine karşın, başkalarını ise olumlu değerlendirmektedirler. Bu stilde, bireyin kendine verdiği değer başkalarının onu kabul etmesine bağlıdır. Bu nedenle bu kişiler kendi değerliliğini onaylamak için ilişkilerinde başkalarının onayını kazanmaya çabalamaktadırlar. Böyle bireyler diğerleriyle yakın ilişkiler içerisinde olayım derken onlarla yapışkan tarzda ilişkiler kurmak isterler, fakat bu ilişki biçimi diğerlerini rahatsız eder ve tam tersi durum ortaya çıkar, yani kendilerinden uzaklaştırırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998).

Korkulu-Kaçınmacı Bağlanma Stili, Bireysel değersizlik duyguları ile başkalarının güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentileri yansıtır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu yetişkinler, sosyal temas ve yakınlık isterler fakat başka kişilere itimatsızlık ve reddedilme korkusu yaşadıkları için öznel rahatsızlık ve sosyal onaya karşı bozulmuş, yolunda gitmeyen sosyal ilişkiler kurarlar. Bu tür kişiler reddedilme olasılığını engellemek için riskli buldukları sosyal ortam ve yakın ilişkilerden kaçarak incinmemeyi güvence altına almaya çalışırlar, bu eğilim olası doyumsuz ilişkileri daha kurulmadan göz ardı etmelerine neden olur (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler hem kendini hem de başkalarını olumsuz değerlendirmektedirler. Bir taraftan kişi kendini değersiz hissetmez ve sevilmeye layık görmez öte taraftan da diğerlerini olumsuz, güvenilmez ve reddedici olarak algırlar. Bununla birlikte ilişkilerinde de yakınlık isterler ancak başkalarına güvenmedikleri ve reddedilmekten korktukları için sosyal durumlardan ve yakın ilişkilerden kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998).

Kayıtsız - Kaçınmacı Bağlanma Stili, Kendine değer verme (yüksek özsaygı) ve başkalarına karşı olumsuz tutuma sahip olmanın karışımı ile tanımlanır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu stil, bağlanma gereksinimlerinin göz ardı edildiği veya Bowlby (1969)'nin dediğine göre, bağlanma sisteminin durdurulduğu (deactivated) çok daha karmaşık bir stratejiyi yansıtmaktadır. Bağlanma figürünün reddedişi karşısında olumlu bir benlik imgesini sürdürmenin tek yolu, kendini bu figürden uzak tutmak ve

olumsuz duyguları önemsizleştirecek bir benlik modeli geliştirmektir. O nedenle bu kişiler, yakın ilişkilerden kaçır, bağımsızlığa aşırı değer verir ve ilişkilerin çok da önemli olmadığına inanmaya başlarlar (Kantarıcı, 2009).

Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini olumlu, başkalarını olumsuz değerlendirmektedirler. Bu kişiler kendilerine aşırı güvenirler ama hayal kırıklığına uğramamak ve kendilerini bu konuda güvenceye almak için ilişki kurma ihtimali olacak diğerlerine karşı güven duygusu taşımazlar. Hem özsayıları ve özerklik duyguları hem de sosyal ilişki kurmadan kaçınma davranışları yüksektir. Bununla bağımsız ve güçlü olmayı hedefleyerek kendilerine yönelik olumlu benlik algılarını devam ettirmek isterler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bartholomew ve Shaver, 1998).

c) Hazan ve Shaver'ın Yetişkin Bağlanma Modeli

Hazan ve Shaver (1994), Ainsworth'un ortaya koymuş olduğu üçlü bağlanma stiline yetişkin hayatındaki karşılıkları olan ve özellikle yakın ilişkiler çerçevesinde tanımladıkları romantik ilişkiler kavramına vurgu yaparak, yetişkinler için *güvenli*, *kaygılı-kararsız* ve *kaygılı-kaçınan* olmak üzere **üç bağlanma stili** tanımlamışlardır.

Buna göre, *güvenli bağlanma* stiline sahip yetişkinler, kendilerini güvende hissedebilmek için genellikle sadece bağlanma kişilerinin gerektiğinde dokunulabilecek imkân ve yakınlığa sahip olmalarından emin olmalarını rahatlatma kaynağı olarak kullanırlar. Önemli olan güvenliği hissetmektir, bunu başarmak için yetişkinlerin bebeklerden daha fazla seçenekleri vardır. Yetişkinlerin güvenli bağlanmalarını destekleyen, yakınlık arayışı, koruma, bakım verme ve cinsel yakınlık isteği olmaktadır. Böylece güvenli bağlanma stiline birey, kendine güvenir, sosyal açıdan girişken ve yakın ilişkiler kurmada rahat olan kişidir. *Kaygılı/kararsız* yetişkinler kendilerine güvenmeyen, reddedilmek ya da terk edilmekten kaygı duyan kişilerdir. Yetişkin bağlanmasını inceleyen çalışmalarda, kaygılı/kararsız bağlanma ile romantik eşin olumlu tepki vermesine takılıp kalmışlık arasında bir ilişki bulunmaktadır: Kolayca âşık olma; ilişki sürerken bile aşırı kıskançlık, korku, kaygı ve yalnızlığa açık olma; özsayı düşüklüğü gibi düşünülebilir. Ayrıca, kaygılı/kararsız bağlananlar, eşlerini, kendilerine bağlamaya isteksiz ve yetersiz ya da yeterince karşılık vermeyen bakıcılar olarak görmek eğilimindedirler.

Kaygılı/kaçınan yetişkinlerin ise, hissedilen güvenliği korumak için özellikle stresli ve sıkıntılı şartlarda, yakın (sırdaş) sosyal temastan kaçınmayı içerir. Yetişkin

bağlanması ile ilgili araştırmalara göre, kaçınma, yakınlık korkusunda ve "yakın" ilişkilerde mesafeyi koruma eğiliminde kendisini gösterir. Birbirlerine açılan eşler karşısında rahatsızlık duymakta ve açılmaktan kaçınmaktadırlar. Ani bir kararla din değiştirmeye daha açıktırlar. Akranları tarafından düşmanca görülme eğilimindedirler. İşlerini toplumsal etkileşimden kaçınmak için kullanırlar ve bağlanılmamış cinsel ilişkilere girmeye, gerilimi azaltmak için alkol ve başka maddeler kullanmaya eğilimlidirler (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma süreci, *bakımı, toplumsallığı ve cinsel birleşmeyi* içeren belirgin fakat iç içe geçmiş davranışsal sistemlerden biridir. Onların odaklandıkları konu, yetişkinlerin romantik ya da cinsel bir eşle kurdukları türden yakın ilişkilerdir. Bağlanma kuramı açısından, herhangi bir yaşta iki birey arasında bir yakın ilişkinin biçimlenmesi, en yaygın görünümü ile fiziksel yakınlık bağlamı içinde ortaya çıkar. Bir başka ifadeyle, bağlanma ilişkisinin biçimlenebilmesi için yakınlığı özendirici etkili bir gücün olması gerekir. Bebeklik döneminde yakınlık, bağlanma sistemi ve bebeğin güvenlik ihtiyacı tarafından düzenlenip kontrol edilir. Yetişkin romantik ilişkilerinde cinsel çekimin, bağlanmanın şekillenmesi yönünde yakınlık arayışı sürecinde özendirici olduğu ileri sürülmektedir. Karşılıklı çekim ve cinsel ilgi çiftleri bir araya getirebilir, fakat eşler birbirlerinin rahatlatma ve güvenlik ihtiyaçlarını doyumakta başarısız olurlarsa, ilişkinin doyumsuzlukla sonuçlanma ihtimali yüksektir. Bağlanma kuramına göre, bir ilişki temel ihtiyaçları karşılama ölçüsünde doyurucudur. Özetle, ilişki doyumu, *büyük ölçüde rahatlık, bakım ve cinsel doyum ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlıdır*. Bir eşin diğerinin ihtiyaçlarını karşılamadaki istekliliğine ve becerisine güven, bir bölümü ile eşin gerçek davranışına, bir bölümü ile de her eşin ilişkiye getirdiği beklentilere ya da karşılaştırma düzeylerine bağlıdır (Hazan ve Shaver, 1994).

1.2.3. Yetişkin Bağlanma Stilleri İle Yapılan Araştırmalar

Çiftlerin bağlanma stilleri ve sahip oldukları bağlanma stillerinin aile içinde yaşanan evliliğe ait çatışmaları nasıl etkilediği araştırılmıştır. Rastgele seçilen 300 evli bireye dağıtılan ölçeklerden elde edilen veriler üzerinden istatistiksel işlemler yapılmıştır. Araştırma sonucunda, olumlu bağlanma stilleri ile olumlu çatışmayı çözme tutumları arasında beklenildiği gibi olumlu yönde ilişki bulunamamıştır. Bunun yanında bağlanma stilleri ve çatışmayı çözme tutumları arasında cinsiyet farklılıkları yoktur.

Bağlanma stilleri üzerinde evlilik süresi, evlenme biçimi ve eğitim düzeyi açısından grup farklılıkları bulunmuştur (Demirci, 2004).

Bağlanma stilleri ve evlilik uyumunun incelendiği araştırmada da 100 evli çift (toplam 100 kadın, 100 erkek) yapılan uygulamada güvenli ve saplantılı bağlanma stilindeki kişilerin evlilikte uyum puanları korkulu bağlanan kişilere göre yüksek bulunmuştur. Bu bulgular, cinsiyet temel etkisi ile bağlanma stili ve cinsiyet ortak etkisinin anlamlı düzeyde olmadığını göstermiştir (Tutarel ve Çavuşoğlu, 2006).

Romantik ilişkilerde bağlanma ile çatışma çözme stratejileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bağlanmanın hem kategorik olarak hem de kaygı ve kaçınmalı boyutlarıyla ele alındığı çalışmada ayrıca bağlanma ve çatışma çözme stratejileri arasındaki olumsuz duygu durumu düzenleme beklentisinin rolü araştırılmıştır. Sonuç olarak, bağlanma stillerine göre uyma stratejisinin farklılığı anlamlı bulunamamıştır. Bağlanmanın boyutları incelendiğinde; güvenli bağlanma stiline sahip grup tüm alt boyutlarda duygu durum düzenleme beklentisi en yüksek olan grup bulunmuş, kaygı ve kaçınma boyutlarının romantik ilişkide kullanılan çatışma çözme stratejileri üzerinde doğrudan ve olumsuz duygu durum düzenlenmesi aracılığıyla dolaylı etkisi değerlendirilmiştir. Kaygı düzeyinin uzlaşma stratejisini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur (Bahadır, 2006).

Bir başka araştırmada ise bağlanma stillerinin evlilikte uyum ve eşler arasında depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi belirlediği ve dengelediği yönündeki hipotez test edilmiştir. 91 evli çiftle yapılan araştırmada, kaygılı-kaçınan bağlanma stili puanlarının, hem kadın eş, hem erkek eşlerde evlilikte uyum ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi belirlediği ve dengelediği görülmüştür. Güvenli bağlanma stili puanlarının ise, kadınlarda evlilikte uyum ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi belirlediği ve dengelediği görülmüştür. Bu bulgular, evlilik ilişkilerinde, güvensizlik ve depresif semptomlara yatkınlık arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Scott ve Cordova, 2002).

Hazan ve Shaver (1990) güvenli bağlananların kaygılı/dengesiz bağlananlara göre daha yüksek özsaygıya sahip olduklarını, sosyal olarak hislerini daha fazla açığa vurabildiklerini ve daha az yalnızlıkla ilgili hislere kapıldıklarını bulmuştur. Kendilerine ait bilgileri diğerlerine kolaylıkla aktaran kaygılı/kararsız stiline sahip

yetişkinler, bağlandıkları kişinin yeterli bakım ve ilgi göstermediklerini düşünür ve suçlarlar (Hazan ve Shaver, 1994).

Farklı ülkelerde yetişkinlerin bağlanma örüntüsünün incelendiği araştırmalarda bağlanma kategorilerinde benzer dağılımın olduğu belirlenmiştir. Yetişkinlerin %55'inin güvenli, %25'inin kaçınmalı ve %20'sinin kaygılı/kararsız bağlanma stili sergiledikleri saptanmıştır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma stillerinin kimlik statüleri üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışmada, bağlanma stillerinin kimlik statüleri üzerindeki yordayıcı güçleri genel anlamda beklentilerle uyumlu bulunmuştur. Cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkileri kontrol edildiğinde başarılı kimlik statüsü, güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma stilleri tarafından anlamlı ve olumlu yönde yordanırken, cinsiyetin etkisi kontrol edilmediğinde sadece güvenli bağlanmanın anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu bulgu özellikle kadınlarla ilgili olarak saplantılı bağlanmaya sahip olmanın başarılı kimlik kazanımı açısından bir tehdit olmadığına işaret etmektedir. Kimlik statüleri içerisinde bağlanma değişkenleri tarafından yordanmayan tek statü bağımlı kimlik olmuştur. Kimlik arayışı, saplantılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma stilleri tarafından; kimlik kargaşası ise bağlanma stillerinden sadece kaçınmacı bağlanma tarafından yordanmıştır (İlhan ve Özdemir, 2012).

Yapılan çalışmalarda bağlanma stilleriyle problem çözme davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir (Kobak ve Hazan, 1991). Davila ve arkadaşları (1996) kişinin bağlanma bilişlerinin kişilerarası problem çözme stratejileri ile ilişkili olduğunu kanıtlamışlardır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, kişilerarası problem çözme becerisindeki yetersizlik, yakın ilişkilerdeki güvensiz bağlanma ile ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde yine başka bir çalışmada yetişkinlerdeki güvensiz bağlanma yöneliminin daha az yapıcı olan problem çözme davranışıyla ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında, eşlerin güvenli bağlanma örüntülerinin problem çözme sırasındaki yapıcı iletişimi koruma becerilerini etkilediği görülmektedir (Kobak ve Hazan, 1991).

1.3. KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞI

Problem çözme, problemlili durumla başa çıkmak için etkili olabilecek çeşitli tepkileri kullanışlı hale getiren ve bu çeşitli tepkiler arasından en etkili olanı seçme ihtimalini artıran davranışsal işlemdir. Yani problem çözme terimi kişinin karşılaştığı probleme bir çözüm bulmaya çabaladığı sürece ya da tekniğe karşılık gelmektedir. Problem çözme içsel veya dışsal istek ya da sorunlara uyum sağlayabilmek için bilişsel, duygusal ve davranışsal işlemlerin karşılıklı etkileşimi olarak tanımlanmaktadır (D'Zurilla ve Goldfried, 1971).

Toplum içinde hemen hemen her insan, problem çözmeye yönelik birçok durumla karşı karşıya kalmaktadır. Morgan (1991) problemi temelde, bireyin bir hedefe ulaşmada engellenme ile karşılaştığı bir çatışma durumu olarak tanımlamaktadır. Heppner ve Krauskopf'a (1987) göre, kişinin içsel ve dışsal taleplerine tepki verme durumu olarak tanımlanmaktadır. D'Zurilla ve Nezu'ya (1987) göre ise problem, etkili olmak ya da uyum sağlamak için tepki gerektiren bir durum olarak tanımlanmaktadır (akt. Çam ve Tümkaya, 2007).

Çoğu insan için hayat stresli olaylarla ve günlük zorluklarla doludur. Yaşanan olayların zorluğuna ve olası olumsuz sonuçlarına bağlı olarak karşılaşılan bu problemler önemsiz ya da önemli olarak değerlendirilebilir. Günlük hayatta sıkıntıya sebep olan problemlerin bir çoğu önemsiz olaylardır (örn., birşeyini kaybetmek). Bazıları ise daha önemli yaşam olaylarıdır (örn., boşanma, iş kaybı). Önemi az da olsa çok da olsa bu problemlerin kişinin fiziksel ve psikolojik iyilik durumunu etkileyebileceği yapılan araştırmalarla desteklenmiştir. Başlangıçta kişinin deneyimlediği stresli olayın niceliğinin ve niteliğinin fazlalığına göre fiziksel ve psikolojik sonucun olumsuzluğunu artıracığına inanılmaktaydı. Fakat daha fazla araştırma yapıldığında çok sayıda günlük hayattaki zorluğa ve hatta ciddi olumsuz yaşam olaylarına maruz kalan herkesin fiziksel ya da psikolojik bir olumsuzluk yaşamadığı anlaşılmıştır. Bu bulgular, yaşanan problemin çözümünün zorluk ya da ciddiyet derecesinden bağımsız, yaşanan zorlukla başa çıkabilmedeki etkinlik düzeyinde ilintili olduğu ve kişiden kişiye değişebildiği görülmüştür (Çam ve Tümkaya, 2007).

Problem çözme davranışı duruma ve zamana göre değişmektedir. Her bireye göre problemi algılama durumu değişiklik göstereceğinden, problemi çözme davranışları

da buna baęlı olarak deęiřeceęi dūřünūlmūřtur. Bazı arařtırmalarda problemlerle bařa çıkma ile eř anlamlı olarak problem çözme kullanılmaktadır (Heppner ve Petersen, 1982).

Günlük hayatta gerekli olan iřlevlerin sürdürülebilmesi için karřılařılan problemlerin etkili bir řekilde özülebilmesinin gerektięi dūřünūlmektedir. Etkili olmayan davranıřlar ve bu davranıřların yarattıęı sonuçlar klinik açıdan anormal olarak deęerlendirilen davranıřlar ya da duygusal bozukluklar, řeklinde deęerlendirilebilir. Hayatına etkili bir řekilde devam etmesi gereken kiřinin, karřılařtıęı bazı problemleri çözemedięi zaman, yařayabileceęi kaygı ve depresyon gibi istenmeyen sonuçların yařanabileceęi dūřünūlmūřtur (Ergin, 2009).

1.3.1. Sosyal Problem özme

Sosyal problem çözme, kişinin günlük hayatta karşılaştığı problemlilerle durumlarla etkili ve uygun bir şekilde bařa çıkabilmesi için gerekli olan yolları tespit etme, keşfetme ya da yaratma çabalarını içeren bilişsel-davranışçı sūre olarak tanımlanmaktadır. Bu görūře göre sosyal problem çözme, kişinin stresli durumlarla etkili bir biçimde bařa çıkma becerisini artıran bilinçli, akılcı, çaba gerektiren ve amaca yōnelik bir bařa çıkma sūreci olarak da değerlendirilebilmektedir (D’Zurilla, 1986).

Sosyal problem çözme teriminde kullanılan “sosyal” sıfatı problem çözme alanını belirli bir tür problem ile kısıtlamak anlamına gelmemektedir. Bu sıfatın kullanılma amacı problem çözme durumunun doğal sosyal çevrede meydana geldiğini ve gerçek hayattaki problem çözmenin hem bir sosyal öğrenme sūreci hem de bir sosyal beceri olarak görūldüęünü vurgulamaktır. Bu sebeple, sosyal problem çözme araştırmaları, kişisel olmayan problemler (örn., yetersiz mali durum), kişisel problemler (örn., kilolu olmak, dūřük benlik algısı), kişilerarası problemler (örn., kız/erkek arkadaş, 6 ebeveynler ya da arkadaşlarla olan problemler), küçük grup problemleri (örn., aile çatışmaları) ve daha geniş sosyal problemler (örn., toplum meseleleri) de dahil olmak üzere yaşamdaki her çeşit problem ile ilgilenmektedir (D’Zurilla, 1986). Bu tezin kapsamında sosyal problem çözmenin bir alt kümesi olan, kişilerarası çatışmaların çözümüne odaklanan, kişilerarası problem çözmenin üzerinde durulacaktır.

1.3.2. Kişilerarası Problem Çözme

Kişilerarası problemler diğer insanlarla ilişkili problemlerin sonucunda ortaya çıkar ve psikoterapide en sık bildirilen problem türlerinden biridir (Horowitz, 2004). Kişilerarası problem çözme, bir çatışma ya da anlaşmazlık üzerine bir çözüm bulmayı amaçlayan, aynı zamanda da tüm kişiler için uygun olan bilişsel ve kişilerarası süreç olarak tanımlanmıştır. Kişilerarası problem çözme, bireyin kişilerarası ilişkilerde yaşadığı mevcut durum ile ulaşmak istediği durum arasındaki farkın algılandığı ve bunun neden olduğu gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak da ifade edilebilmektedir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Olivares, 2004).

Kişilerarası problemleri çözmeyi engelleyen olumsuz düşünceler ve bunu kolaylaştıran olumlu düşüncelerin varlığı düşünülmektedir (Çam ve Tümkaya, 2006). Bu konudaki farklı çalışmaların özetlendiği bir çalışmada, kişinin problemin çözümünü çok zor olarak görmesi, kendisinin problemi çözemeyeceğini düşünmesi, imkanlarının yetersiz olduğuna inanması, kendisini çaresiz görmesi ve çözüm konusunda hızlı davranması gibi düşüncelerin sorunun çözümünü engelleyen olumsuz düşünceler olduğunu belirtilmiştir. Sorunun çözümü konusunda olumlu düşünme ve iyi niyet, birden fazla çözüm yolunun olduğuna inanma, çözüm sonucunda her iki tarafın kazanacağını düşünme, sorunlara farklı bakış açılarıyla bakabilme, güç ve kuvvet kullanmak yerine sorunlar üzerinde uzlaşma, problem çözümünde duyguları dikkate alma gibi yaklaşımların sorunun çözümünü kolaylaştıran faktörler olduğu vurgulanmaktadır (Öğülmüş, 2001).

Kişilerarası problem veya çatışmaların nedenleri arasında birçok farklı neden olabilmektedir. Nedeni ne olursa olsun kişilerarası problem, etkileşimde bulunan taraflardan en az birinin, mevcut etkileşim biçimi ile ideal etkileşim biçimi arasındaki farkı algıladığı, bu fark yüzünden gerginlik hissettiği, gerginliği ortadan kaldırmak için girişimlerde bulunduğu, ancak girişimlerinin engellendiği bir durum olarak tanımlanmaktadır (Öğülmüş, 2001).

Bu anlamda kişilerarası problem çözme, bireyin kişilerarası ilişkilerde yaşadığı mevcut durum ile ulaşmak istediği durum arasındaki farkın algılandığı ve bunun yol

açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak ifade edilebilir (Çam ve Tümkaya, 2007).

Johnson ve Johnson (1995), kişilerarası bir problem ya da bir çatışma yaşadığında insanların beş farklı çözüm stratejisinden birini izleyebileceklerini belirtmektedir. İzlenecek strateji, amaç ve ilişkinin önemine verilen değere (az önemli-çok önemli) bağlı olarak değişmektedir. Bu iki faktör çerçevesinde; geri çekilme, yatıştırma, uzlaşma, güç kullanma ve yüzleşme stratejileri tanımlanmıştır (akt. Çam ve Tümkaya, 2007).

1.3.3. Problem Çözme ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişki

Problem çözme becerisiyle ilgili yapılan çalışmalar bireylerin yaş, cinsiyet ve ebeveyn eğitim düzeyi gibi sosyo-demografik özellikleri ile problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi de incelemiştir. Farklı yaş gruplarında yapılan araştırmaların sonuçları genellikle yaş arttıkça problem çözme becerisinin de arttığına yönelik bulgular elde etmektedir (Batıgün ve Şahin, 2003; D'Zurilla ve ark., 1998). Bazı çalışmalar ise yine yaş ilerledikçe problem çözme becerisinin arttığını göstermiş, fakat bu durumun 35 yaşından sonra olumsuz yönde değiştiği iddia edilmiştir (Ulupınar, 1997). Başka bir çalışmada ise yaş değişkenine göre problem çözme envanteri puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır (Ağır, 2007).

Problem çözme becerilerinin annenin ve babanın eğitim durumuyla olan ilişkisini inceleyen çalışmalar da tutarsız sonuçlar elde etmişlerdir. Bazı çalışmalar anne ve babaların eğitim durumları ile çocuklarının algıladıkları problem çözme becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır (Deniz ve ark., 2002; Korkut, 2002). Öte yandan, ebeveynin eğitim düzeyi arttıkça çocuğun problem çözme becerilerinin de artacağını öneren çalışmalar da mevcuttur (Saygılı, 2000).

Problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılan çalışmalarda çok çeşitli örneklerle de çelişkili sonuçlara ulaşılmıştır Yapılan birçok çalışmada çeşitli yaş gruplarında problem çözme becerisi bakımından kadınların erkeklerden daha başarılı olduğu gözlenmektedir (Danışık, 2005; Katkat, 2001).

Problem çözüme becerisi cinsiyete göre değerlendirilirken, kadınların problem çözüme becerilerini erkeklere oranla daha olumlu bir şekilde algıladıklarını gösteren çalışmalar olduğu gibi, erkeklerin problem çözüme becerilerini kadınlara oranla daha olumlu bir şekilde algıladıklarını bildiren çalışmaların varlığı da mevcuttur. Yapılan bazı çalışmalar algılanan problem çözüme becerileri düzeyinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğunu fakat bu farkın erkeklerin lehine olduğu belirtilmiştir (D’Zurilla ve ark., 1998; Korkut, 2002).

Öte yandan, bazı çalışmalar ise cinsiyetin algılanan problem çözüme becerisinde bir fark yaratmadığı görüşünü desteklemektedir (Deniz, Arslan ve Hamarta, 2002). Taylan da (1990), üniversite öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, problem çözüme puanlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılık olmadığını göstermiştir (Oğuztürk, Akça ve Şahin, 2011).

1.3.4. Problem Çözme Davranışı İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada da üniversite öğrencilerinin problem çözüme becerileriyle fiziksel saldırganlıkları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu çalışma aynı zamanda üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözüme becerilerindeki yetersizliğin saldırganlığı yordadığını da göstermektedir (Feyzioğlu, 2008).

Jerath, Hasija, Malholta (1993), üniversite öğrencilerinin cinsiyeti, zekâ düzeyi, içe dönük kişilik tipi ve yaşanan stres düzeyinin problem çözüme durumunda kaygı düzeyine etkisini incelemiştir. Bu çalışmada dışa dönük olanların içe dönük olanlara göre, kızların erkeklere göre, orta seviyede zekâ düzeyine sahip olanların ortalamasının üstündeki ve yüksek seviyede zekâyâ sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde kaygıya sahip olduklarını bulmuşlardır (akt. Arslan, 2001).

Sosyal problem çözüme becerileri ile stres düzeyleri arasındaki ilişki kolejde okuyan öğrencilerle araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre problem çözüme becerisi ile olumsuz yaşam olayları sonucu oluşan stres arasında negatif bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak bireylerin iç denetime sahip olmaları ile etkili problem

çözme becerisinin stres üzerinde azaltıcı bir etkisinin olduğu bulunmuştur (D’Zurilla ve Sheedy, 1991).

Kişilerin sorunlarını sonuçlandırma oranları ile önerilen çözüm yollarının sayısı arasında belirgin biçimde olumsuz bağlantı bulunması, basit çözüm yollarının daha etkili olduğu ve aşırı ayrıntının sorun çözme etkililiğini azalttığını göstermektedir. Ayrıca evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin sorun sıklığının daha az ve aynı zamanda sorunlarının da daha tipik olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak çiftlerin sorun çözme becerilerinin evlilik doyumu düşük ve yüksek olan çiftleri öngörmeye güçlü bir belirleyici olabileceği düşünülmektedir. Kişisel benzerlik ve eşin doğru algısı eşler arasındaki yakınlığı arttırmaktadır. Faktör analizleri evliliğin dört önemli boyutunu göz önüne sermektedir. Bunlar; evlilikte uyum, kişisel özellikler, yakınlık ve problem çözmedir (Erbek ve ark., 2005a).

1.4. BAĞLANMA İLE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ARASINDAKİ İLİŞKİ

1.4.1. Bağlanma ve Problem Çözme Davranışlarının ilişkisi

Yetişkin bağlanma stilleri ile yakın ilişkilerdeki problem çözme tutum ve davranışları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, bağlanma stillerinin işbirliğine dayanan problem çözme davranışıyla anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip olan kişiler korkulu bağlanma stiline sahip olan kişilere göre anlamlı derecede yüksek işbirliği puanları elde etmişlerdir. Aynı zamanda, sonuçlar yakın ilişkilerinde işbirliği yaparak en düşük olarak problem çözen kişilerin korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, korkulu bağlanma stiline sahip olan kişilerin sorunlu bir sevgililik ve tatmin edici olmayan deneyimleri yaşamaya en yatkın kişiler olduğu gözlemlenmiştir (Lopez, Gover, Leskela, Sauer, Schirmer ve Wyssmann, 1997).

1.4.2. Bağlanma ve Problem Çözme ile ilişkili Değişkenler

Bağlanma ile problem çözmeyi inceleyen çalışmalar gözden geçirildiğinde bazı çalışmalarda hem problem çözme davranışının hem de bağlanmanın çeşitli

değişkenlerle ilişkisinin incelendiği fakat problem çözme ve bağlanma davranışının birbirleriyle olan ilişkisine değinilmediği gözlenmiştir.

Yapılan bir çalışmada iletişim becerileri ile ilişki doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bağlanma stilleri ve problem çözme becerileri değişkenlerini de dahil ederek bu değişkenleri kontrol edilmiştir. Bu çalışmanın sonuçları, güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin aynı zamanda problem çözme becerileri hakkında olumlu değerlendirmelere sahip olmalarının ilişki doyumu ile ilişkili önemli faktörler olduğunu göstermiştir. Bu faktörler kontrol altına alındıktan sonra bile iletişim becerilerinin ilişki doyumu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bağlanma ve problem çözme davranışı aynı çalışma kapsamında ele alınmış olsa da, bu çalışmalarda bağlanma ile problem çözmenin ilişkisine değinilmemiştir (Ergin, 2009).

1.4.3. Bağlanma ve Kişilerarası Problem Çözmenin İlişkisi

Literatüre bakıldığında bağlanma ile kişilerarası problemlerin ilişkisinin incelendiği bazı çalışmaların olduğu göze çarpmaktadır (Horowitz, Rosenberg ve Bartholomew, 1993). Örneğin, bağlanmanın, kişilerarası problemlerin ve geçmiş dönemdeki aile işleyişinin eşe uygulanan şiddet ile ilişkisi incelenmiştir. İncelenen bu çalışmada bağlanma stillerinin ve kişilerarası problemler davranışının psikolojik saldırganlık ve eşe uygulanan şiddet ile ilişkili olduğu bulunmuş olsa da bağlanma ile kişilerarası problemler arasındaki ilişkiye değinilmemiştir (Lawson, 2008).

Horowitz ve arkadaşların yaptığı çalışmalarda kişilerarası problemin çözme davranışlarının kişinin bağlanma geçmişinden kaynaklandığını farklı bağlanma stillerinin farklı türlerdeki kişilerarası problemlerle ilişkisi olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu nedenle kişilerarası problemlerle bağlanma stillerinin ilişkilerinin incelendiği bir çalışmada, kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kişilerin birçok düşmanca ve üstünlüğe dayalı problem davranışları sergiledikleri gözlemlenmiştir. Öte yandan korkulu bağlanma stiline sahip kişiler ise iddiasızlık ve sosyal ketlenmeyi (içedönüklük) yansıtan problemleri daha fazla bildirmektedir. Bu sonuçlar farklı türlerdeki kişilerarası problemlerin farklı bağlanma stilleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Horowitz ve ark., 1993).

Bağlanma ve kişiler arası problem çözme arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, çalışmanın bulguları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma yönelimlerinin etkili olmayan problem çözme davranışları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada hem kaygılı, hem de kaçınmacı bağlanma boyutlarının etkili olmayan problem çözme davranışlarını yordadığı görülmüştür. Kaygılı bağlanan kişilerin problemlere olumsuz yaklaşma eğiliminde olduğu, problemin çözümü konusunda kendine güvenmediği ve bunun için sorumluluk almaktan kaçındığı gözlenmiştir. Yaşanan yoğun kaygı da karşılaşılan problemlerin etkili bir şekilde çözülmesine engel olmaktadır. Kaçınmacı bağlanan kişiler de kişilerarası problemler karşısında etkili problem çözme davranışlarını gösterememektedir. Bu çalışmada da görüldüğü gibi, problemden kaçma eğiliminde olan kaçınmacı bağlanan kişi, problemin çözümünde kendine güvensizlik yaşayacağı ve problemi çözmek adına sorumluluk almayacağı için problemlerini etkili bir şekilde çözmekte zorlanacaktır (Ergin ve Dağ, 2013).

1.4.4. Problem Çözme Görevlerinde Bağlanmanın Önemi

Kişilerarası ilişkilerdeki problem çözme davranışı, bazı çalışmalarda çiftlerin gözlem altındayken problem çözme ile ilgili verilen bir görevi çözmeye çalışmaları olarak değerlendirilmektedir (Kobak ve Hazan, 1991). Bu tür çalışmalarda genellikle çiftlerden problem çözme tartışmalarına katılarak ilişkilerine ait bir problemi tartışmaları ve çözmeleri istenmektedir. Gözleme dayalı bu çalışmada, kararsız bağlanma stiline sahip olan romantik ilişkideki çiftlerden ilişkideki herhangi bir problem hakkında tartışmaları istenmiştir (Simpson, Rholes ve Phillips, 1996).

Bu çalışmada kararsız bağlanma stiline sahip kişilerin hem daha yüksek olumsuz stres tepkisi ve eşlerine yönelik daha fazla düşmanca tepkiler, hem de daha düşük kalitede problem çözme davranışı gösterdikleri gözlenmiştir. Ayrıca bu çalışmada kaçınan bağlanma stiline sahip olan erkekler için problem çözme ile ilgili olan görev sırasında destek ve sıcaklık ifadesindeki eksiklik ile de ilişkili olduğu bulunmuştur (Kobak ve Hazan, 1991).

Başka bir çalışmada, bağlanma figürleri tarafından sürekli olarak ihtiyaçlarının karşılanmayacağını bekleyen kişilerin problem çözme becerilerinde işlevsiz bir biçimde öfke sergileme eğiliminde oldukları gözlenmiştir. Bağlanma davranışı ile duygu düzenleme ilişkisini inceleyen çalışmalardan birinde evli çiftlere verilen

problem çözüme görevi sırasında eşlerin sahip olduğu bağlanma güvenliğinin yapıcı duygu düzenleme ile olan ilişkisi incelenmiştir. Çalışmanın sonuçları güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin, yapıcı problem çözüme iletişimini korumak için gerekli olan duygu düzenleme becerisini desteklediği görüşünü doğrulamaktadır (Kobak ve Hazan, 1991).

Bağlanma stilleriyle evlilikteki duygu düzenleme örüntüleri arasında bir ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Bunun sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip olan kadınların evliliğe ilişkin problem çözüme becerilerinde duygularını düzenleyebildikleri bulunmuştur (Paley, Cox, Burchinal ve Payne, 1999).

Bu bulgulara paralel olarak, güvensiz bağlanma stiline sahip üniversite öğrencilerinin yaşlılarıyla kıyaslandığında güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilere göre problem çözüme ve sosyal durumlarda olumsuz hislerini daha yapıcı bir şekilde düzenlediklerini gözlemlenmiştir. Bu çalışmaların bulguları birleştirildiğinde ise, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin duygu düzenleme becerilerinin daha gelişmiş olduğu ve kişilerarası ilişkilerdeki problemlerini daha yapıcı şekillerde çözüme eğiliminde oldukları görülmektedir (Kobak ve Sceery, 1988).

Sonuç olarak, literatür gözden geçirildiğinde güvensiz bağlanmanın gelecekteki yaşama olumsuz etkileri ile etkin problem çözüme becerileri sergileyemeyen kişilerin sahip olduğu olumsuz özelliklerin, benzerlikler gösterdiği görülmektedir; fakat bu benzerlikler aralarındaki ilişkinin varlığı yeteri kadar gösterilmemektedir.

1.5. EŞLERİN EVLİLİK UYUMLARI İLE PROBLEM ÇÖZME DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Evlilikte mutluluk çiftlerin ilişki kurma becerileri ile ilişkilidir. Bu bağlamda sorun çözüme önemli bir ilişki kurma becerisidir. Evlilik doyumu ile sorun çözüme becerileri ve çift ilişkileri ile ilgili çok az şey bilinmektedir. Evlilik içi sorunlarda etkili sorun çözüme yeteneğinin evlilik doyumuna önemli katkısı olduğu bilinmektedir. Evlilik sorunlarını çözümede birçok uygun kodlama sistemi vardır. Bu sistemler, sorun çözüme becerisinden çok sürece odaklanır (Erbek ve ark., 2005a).

David R. Winemiller evlilik içi sorunları çözmeyi değerlendiren bir ölçek olan Evlilik Etkin Kodlama Sistemini (Marital Efficacy Coding Sytem) kullanarak yaptığı

bir çalışmada eşlerin etkili çözüm önerisinde bulunabilme becerilerinin evlilik doyumunun önemli belirleyicilerinden biri olduğunu belirtmiştir. Evlilik doyumu, eşlerin hangi sıklıkla sorun yaşadığı, sorunu çözerken gerçek yaşam koşullarını hangi oranda göz önüne aldıkları ve ne sıklıkta etkili çözüm yolu ürettikleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Evliliklerinde doyum alamayan çiftlerin sorun çözümleri daha az sonuç verici olduğu bulunmuştur (akt. Erbek ve ark., 2005a).

Lavee, Mc Cubbin ve Olson (1987), geçmiş yaşam olaylarının daha çok kişisel çatışma ve evlilikteki rollerle ilişkili olup evlilik uyumunda azalmaya neden olduğunu ileri sürmüşlerdir (akt. Erbek ve ark., 2005a).

Sorun çözme sürecinde eşlerin davranışlarındaki değişiklikler yaşam olayları ile etkilenmekte ve bu da eşlerin uyumlarını etkilemektedir. Uyum sağlayıcı sorun çözme becerilerini kullanan kişilerin yaşam olayları düşünüldüğünde, becerileri pratik yaptıkça güçlenmekte, evlilik içi sorunları azalmakta ve evlilik uyumları da artmaktadır. Evlilik ile ilgili olan çalışmalar eşlerin sorun çözme davranışlarını sözel içerik ve duygusal ifade açısından ele almaktadır. Sözel içerikle ilgili olan çalışmalar olumsuz davranışların doyumlu çiftlerle doyumsuz çiftleri birbirinden ayırdığını ve evlilik üzerinde olumsuz davranışların yıpratıcı etki yaptığını göstermektedir. Aynı zamanda eşlerin iletişimlerinde sırasında sergiledikleri özgün duyguların sorunlu ve sorunsuz çiftleri ayırmada etkili olduğu ileri sürülmektedir (Erbek ve ark., 2005a).

Eşler arasında ayrılma, birbirlerine sızlanma, yaşadıkları üzüntü evlilik doyumundaki düşüşü öngörebildiği gibi eşler arasındaki mizah da evlilik doyumundaki artışı öngörebilir. Yapılan araştırmalarda çatışmalarını başarılı bir şekilde çözümleyen eşlerin çocuklarına sorun çözmede çok iyi model oldukları belirtilmektedir (Erbek ve ark., 2005a).

Çocuklar ve ergenler sadece eşler arasında yaşanan çatışmaya tepki vermezler, aynı zamanda çatışmanın nasıl çözümlendiğiyle de ilgilenirler. Dolayısıyla, çocukların duyguları ve davranışları eşler arasında yaşanan çatışmanın nasıl çözümlendiğiyle ilişkilidir. Eğer çiftler sürekli kavga ediyorsa, bu onların mutsuz olduğu anlamına gelmeyebilir. Bazı eşler çoğu konularda anlaşamazlar fakat karşılıklı konuşarak sorunlarını çözümlerler. Çocuğun davranışlarını anlamak için de, eşlerin çatışmalarının nasıl çözümlendiğine bakılması gerekmektedir. Eşler arasında yaşanan çatışmaya uzun süre maruz kalan çocukların, daha sonraki oluşabilecek çatışma

ortamlarında daha incinebilir oldukları ve daha çok duygusal tepkiler verdikleri görülmektedir (Davies ve Cummings, 1994).

Literatürdeki çalışmalara baktığımızda, çatışmanın aslında insanın yaşamının bir parçası olduğu düşünülmektedir. Eşler arasında yaşanan sıradan çatışmalara çocukların maruz kalmalarının yaşamda karşılaşacakları çatışmalar ile nasıl başa çıkacaklarını öğrenmeleri açısından yararlı olabileceği de vurgulanmaktadır. Ancak bu çatışmalar kişiler arası ilişkileri yıpratmamışsa, problemler çözümlenebiliyorsa ve fiziksel şiddet de uygulanmıyorsa, çocukların duygusal gelişiminde önemli bir rol oynayabileceği görülmektedir (Yılmaz, 2001).

Uyum sağlayıcı sorun çözme becerileri eşleri yaşam olaylarına karşı daha esnek hale getirebilirken uyumsuz sorun çözme becerileri eşleri soruna daha duyarlı hale getirebilir. Örneğin, uyumlu sorun çözme becerileri olan bir çift, sorunlarını savunmacı olmayan bir şekilde tartışabilir, nötral ses tonunda birbirlerinin görüşünü öğrenmek isteyebilir ve sohbetlerine mizah katabilir. Eşlerden birinin sorunu olduğunda sorunu birlikte çözebilirler, soruna karşı birlikte bir savunma planı geliştirebilirler. Tam tersine; eşlerden birinin sorun çözme becerisi yetersiz ise güçlüklerden dolayı diğerini suçlayıcı ve sınırlı olabilir, yüksek ses tonunu kullanabilir ve birlikte plan geliştirmekten kaçabilir. Sonuç olarak da evlilik doyumunda azalma olabilir. Kısacası, yaşam olaylarında çift uyumunu arttıran en önemli unsur eşler arasındaki sağlıklı etkileşimdir. Yaşam olayları, bilişsel yetersizlik ve duygusal huzursuzluk durumunda sorun çözme davranışında kötüleşmeye ve stresin artmasına neden olabilir. Bu yetersizlik, eşleri birbirlerinin hatasını aramaya ve öfkeye, düşmanlığa, üzüntüye, yetersiz iletişime ve yetersiz duygusal paylaşımına neden olabilir.

Thomas N. Bradbury ve Catherine L. Cohan'nın (1997) yaptıkları çalışmada sorun çözme davranışının yaşam olaylarının etkisini hafiflettiğini, kadınların öfke gösterdiklerinde ve kaynaşmaya yönelik davrandıklarında yaşam olaylarından kaynaklanan depresif yakınmalarında hafif azalma olduğunu saptamıştır. Sonuç olarak bu durum depresif kadınların evlilik uyumlarında artışa neden olmaktadır. Evlilikte erkeğin kişilerarası sorunları fazla olduğunda kadının öfkesi, erkeğin depresif yakınmalarının artışı öngörebilmektedir (akt. Erbek ve ark., 2005a).

Özetle, kadınların öfkesinin yaşam olayları bağlamında kendi kişisel ve evlilik uyumları için faydalı olduğu ile ilgili bulgular vardır. Beklenenin tersine evlilik içi

ciddi sorun olduğunda erkeğin olayı aşırı derecede karikatürize etmesinin boşanma riskini arttırdığı saptanmıştır. Mizah, kaygı içeren bir kaçma davranışı olarak görülebilir. Çiftlerin sorunla yüzleşmekten kaçınmasına, sorunun saptırılmasına yol açar, ancak sorunun çözümüne katkıda bulunmaz. Evliliklerinde mutsuz olan kadınların geri çekildiği, boyun eğici davrandıkları, sorunun çözümüne katkıda bulunmadıkları ve bu durumun dış olaylardan kaynaklanan evlilik sorunlarında uyum sağlayıcı olmadığı belirtilmiştir. Bu durumda sorun tamamen çözülmeyen devam etmektedir (akt. Erbek ve ark., 2005a).

Evlilik ilişkisi ile ilgili yapılan çalışmalardan önemli bir yeri olan Hill'in (1949) çalışması kriz kuramını göstermektedir. Bu kuram ailelerin işlevlerini açıklamak için geliştirilmesine karşın, bazı araştırmacılar kuramı, evliliğin sonuçlarını yordamak ve açıklamak için kullanmaktadırlar. Bu yaklaşım, evlilik doyumundaki azalmadan, ayrılık ya da boşanmadan krizin başarısızlıkla sonuçlanmasını sorumlu tutmaktadır. Genel olarak daha fazla stres yaratan olaylar yaşayan eşler, evlilikle ilgili olumsuz sonuçlara daha yatkındırlar. Bu durum eşlerin sorun çözme becerileri ve olayları tanımlama biçimlerine göre de değişmektedir (Azizoğlu, 2000).

1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI

Toplumun mikro düzeydeki kurumu olarak ailenin ana öğelerini oluşturan eşlerin birbirleriyle uyumlu olması makro düzeyde toplumu sağlıklı kılmaktadır. Sağlıklı evlilikler hem bireyler hem de toplumlar açısından önemli olmakla beraber evlilik uyumu hem aile için hem de aile dışı ilişkilerinde önemli belirleyicilerinden biri olmaktadır (Fıfıloğlu, 1992).

Günümüzde boşanma oranlarının daha hızlı artması nedeniyle eşler arasındaki uyum son yıllarda giderek önem kazanmaya başlamıştır. Bu nedenle evlilikteki uyum ya da uyumsuzluğun hangi faktörlere bağlı olarak ortaya çıktığını ortaya koymak bu araştırmanın temel amacını oluşturmaktadır.

Buraya kadar özetlenen araştırmalardan da anlaşılacağı gibi, bireylerin ilk çocukluk dönemi deneyimleri sonucu kurduğu bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı, yetişkin yaşamlarında kurdukları evliliklerde çift uyumunu belirleyen faktörler arasında yer almaktadır. Sözü edilen literatür temel alınarak, bu

araştırmada, evli çiftlerde çift uyumunun, bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın ikincil amacı da, evlilik uyumunun demografik değişkenlerden, yaş, çocuğun varlığı, gelir algılaması, evlilik süresi ve eşlerin çocukluklarında ebeveynleri ile kurdukları ilişki düzeylerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir.

Araştırmanın problemi, bağlanma stillerinin ve kişilerarası problem çözme becerilerinin evlilik uyumu üzerine ilişkisini incelemek olup buna ek olarak çeşitli değişkenlerin (yaş, evlilik süresi, çocuğun varlığı, gelir algılaması, eşlerin ebeveynleri ile ilişkileri) evlilik uyumu üzerine ilişkisi problem kapsamında ele alınmıştır.

Bu araştırma kapsamında aşağıdaki alt problemlere yanıt aranacaktır:

1. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evlilik uyumu ile kişiler arası problem çözme davranışı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Yaş, çocuğun varlığı, gelirlerini algılama düzeyi, evlilik süresi ve eşlerin ebeveynleri ile olan ilişki düzeyleri ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.7. ARAşTIRMANIN ÖNEMİ

Evlilik, kadın ve erkeğin, yaşamlarını paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlar doğrultusunda yaptıkları sözleşmedir. Kaliteli bir evlilikte, her iki tarafın da uyumlu olması beklenmektedir. Bu uyumun bozulması halinde, kişiler hem bireysel olarak sıkıntı yaşamakta, hem de içinde buldukları toplumu dolaylı yoldan etkilemektedirler. Ayrıca aile içindeki huzursuzluk çocukları da etkilemektedir.

Temel bağlanma kuramına göre, bağlanma stili değişmezdir, kişiliğin oluşmasında etkilidir ve yaşamda kişiler arası ilişkileri de yönlendirmektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Çocuklar ebeveynlerinden gördükleri aile yaşantısını ileride kuracakları aile yaşantılarına yansıtabilmektedirler. Kısacası aile içi ebeveynlerin çift uyumu ve

çocuk arasında sıkı bir ilişki vardır. Bu bağlamda evlilik uyumu ile ilgili yapılacak olan çalışmaların oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Evlilik uyumunu belirlemede önemli olduğu düşünülen kişilerin kendi problemlerini çözme becerileri ve bebeklikte kurdukları ilişkinin niteliğidir. Kurulan bu ilk ilişkinin niteliği, ileriki yaşamda insanoğlunun kuracağı ilişkileri etkilemektedir. Bu açıdan bağlanma stillerinin evlilik uyumunu da etkilediği düşünülmektedir.

Bu tezin kapsamında kişilerin evlilik içinde uyumunu belirleyen çocuklukta geliştirdikleri bağlanma stilleri ve sosyal becerisi olarak düşünülen kişiler arası problem çözme davranışı yeterince anlaşılabilirse, çiftler kurdukları ilişkide uyumu etkileyen değişkenleri anlayabilirler ve bu da tüm evli çiftlere ve çocuk yetiştiren ebeveynlere yol gösterici olur.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklem grubu, 2015 yılı Aralık ayında, seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş ve İstanbul ilinde ikamet eden 25-55 yaş arası, evli çiftlerden oluşmaktadır. Çiftler birlikte araştırmaya katılmıştır. Örneklem 90 kadın ve 90 erkek olmak üzere 180 kişiden oluşmaktadır. Kişiler ölçekleri kendileri doldurup, teslim etmişlerdir. Araştırmada her bir çift kendi içinde küçük bir grup olarak incelenmiş ve daha sonra bu küçük grup büyük grubun da içine katılıp incelenmiştir. Araştırmada evli çiftlerin sosyo ekonomik düzeyleri de (SED) önemli bir değişken olduğundan, örneklem seçiminde her SED'den çiftlerin seçilmesine dikkat edilmiştir. Araştırmada veri toplamak amacı ile Kişisel Bilgi Formu, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE) ve Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ) ve İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ile kullanılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin sorular bulunmaktadır. Katılımcılardan yaş, cinsiyet, eşlerin eğitim durumları, eşlerin anne ve babalarının eğitim durumları, iş durumları, gelir düzeyleri, eşlerin aile içindeki uyumsuzluğun neden olabileceğine dair kişisel görüşleri, ilgili soruları yanıtlamaları beklenmektedir.

2.2.2. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ (Dyadic Adjustment Scale-DAS)

Çift uyum ölçeği Spainer tarafından 1976 yılında geliştirilmiştir. Spainer evlilik uyumunun:

- a) eşler arasında sorun yarartan farklılıklar,
- b) kişiler arası gerginlik ve kişisel anksiyete,

- c) eşler arası tatmin,
- d) eşler arası bağlılık,
- e) yapılmakta olan işlerin önemi konusunda eşler arasındaki fikir birliğinin dereceleriyle karar verilecek bir süreç olduğunu belirtmiştir.

Bu ölçek davranışçı araştırmalar için büyük önem taşımaktadır. Tutum, davranış ve bilişsel süreçleri bir arada ele alan çok boyutlu bir ölçek olarak geliştirilmiştir ve çift uyumunun yanı sıra evlilik doyumunun da ölçülmesinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Çift Uyum Ölçeği çiftlerin algıladıkları biçimde ikili ilişkilerinin özelliklerini ölçmek için geliştirilmiş 32 maddelik bir ölçektir. Dört alt ölçekten oluşur; a) eşler arası tatmin alt ölçeği; negatif ve pozitif düşünce modelleri ile pozitif ve aversif iletişimi sorgulayan 10 madde içerir; b) eşler arası bağlılık alt ölçeği; birlikte geçirilen zamanı ve konuşmaları anlatan 5 maddeden oluşur; c) eşler arası fikir birliği alt ölçeği; evlilik ilişkisindeki temel konular hakkındaki anlaşma düzeyini gösteren 13 maddeden oluşur; d) duygusal ifade alt ölçeği; sevgi gösterme şekillerinde anlaşma derecesini gösterir ve sevgi gösteren davranışları yapmayı içeren 4 maddeyi içerir. Toplum ölçüm puanları evlilik doyumu ve tatmin derecesini yansıtmaktadır. Testten alınabilecek puanların dağılımı 0-51'dir. Toplam uyum puanının yüksek oluşu bireyin ilişkisinin ya da evlilik uyumunun daha iyi olduğunu gösterir.

Alt Ölçek Madde Numarası Toplam (32 madde)

Memnuniyet-doyum: 16,17,18,19,20,22,23,31,32 - 10

Fikir birliği: 1,2,3,5,7,8,9,10,11,12,13,14,15 - 13

Bağlılık: 24,25,26,27,28 - 5

Duygusal İfade: 4,6,29,30 - 4

- 1-) Çift fikir birliği: Evlilik ilişkisi içinde önemli konularda anlaşma düzeyi ile ilgili on üç maddeden oluşur.
- 2-) Çift tatmini: Duygu ve iletişim ile ilgili olumlu ve olumsuz özellikleri değerlendiren on maddeden oluşur.
- 3-) Çift birlikteliği (bağlılık): Birlikte geçirilen zamanda beraber yapılan davranışlar, fikir alışverişleri ve sakin bir şekilde tartışma ile ilgili beş maddeden oluşur.
- 4-) Duygulanım ifadesi: Sevgi gösterme şekillerinde anlaşma ve sevgi gösterme davranışları ile ilgili dört maddeden oluşur.

Çift uyum ölçeğinin Türk örneklem grubunda geçerlik çalışması 1995 yılında Amine Aysun Yavuz tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada ÇUÖ'nin geçerliliğini incelemek

için Türkçe standartizasyonu yapılmış Aile Değerlendirme Ölçeği'nin (Family Assessment Device) Genel Fonksiyonlar (General Functioning) alt ölçeği kullanılmıştır. ÇUÖ puanları ile çeşitli demografik değişkenler arasındaki ilişki de araştırılmıştır. ÇUÖ'nin Türkçe versiyonu ve Genel Fonksiyonlar alt ölçeği, orta-yüksek sosyoekonomik sınıftan 129 kadına verilmiştir. ÇUÖ'nin iç tutarlılığı önceki araştırmalarda bildirilen değerlere yakın bulunmuştur. Genel fonksiyonlardan alınan puanlarla ÇUÖ'den alınan puanlar arasındaki korelasyon $-.78$ olarak bulunmuştur. ÇUÖ'nin Türkçe versiyonunun, eşler arası uyum ve tatmini değerlendirmede yararlı olabileceği sonucuna varılmıştır.

Çift Uyum Ölçeği'nin Türk örnekleminde geçerlik güvenirlik çalışması 1997 yılında Fışiloğlu ve Demir tarafından yapılmıştır. Evlilik uyumunun ölçümü amacıyla kullanılan Çift Uyum Ölçeği'nin yapı geçerliği çalışmasında Evlilik Uyum Ölçeği (Locke-Wallace Marital Adjustment Scale) kullanılmıştır ($r=.82$). Spainer'ın (1976) çalışmasında ölçek puanlarına bağlı olarak boşanmış ve evli çiftler ayırt edilirken, başka bir çalışma, terapi gören çiftlerin görmeyenlerden daha düşük puan aldığını göstermektedir. Bu bulgu, ölçeğin klinik olarak da mutlu ve mutsuz çiftleri 51 ayırt edebildiğini göstermektedir. Sonuçta, ÇUÖ temel psikometrik gereksinimleri tahmin eden, mükemmel ayırıcı, uygun ve yordayıcı geçerliği olan bir ölçektir.

Araştırma kapsamında yapılan çalışmada Çift Uyum Ölçeği'nin güvenirliği $.80$ olarak bulunmuştur. Memnuniyet-doyum, fikir birliği, bağlılık ve duygusal ifade boyutları ise sırasıyla $.78$, $.80$, $.78$ ve $.78$ olarak bulunmuştur.

2.2.3. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (KPÇE)

Sosyal problem çözme davranışını ölçmek için geliştirilmiş ölçekler kişilerarası ilişkilerde yaşanan problemlere yönelik yaklaşım ve davranışları açıklamada yetersiz kalacağı için ve yurtdışında geliştirilmiş olan kişilerarası problem çözme davranışını ölçmeye yönelik kullanılan ölçeklerin sınırlılıkları nedeniyle, bu çalışmada Çam ve Tümkaya (2007) tarafından geliştirilmiş olan Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) kullanılmasının daha uygun olacağı düşünülmüştür.

Kişilerarası problem çözme yönelim ve becerilerini ölçmeye yönelik olan KPÇE, 50 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin "Hiç uygun değil" (1) ile "Tamamıyla uygun" (5) arasında olmak üzere beşli derecelendirme seçenekleri vardır. Ölçekten alınan

puanın yüksek olması kişilerarası problem çözümü becerisinin yüksek olduğunu göstermektedir.

KPÇE'nin faktör analizi sonucunda 5 alt ölçeğe sahip olduğu görülmüştür. Bu 5 faktör kişilerarası problem çözümeyle ilgili varyansın %38.38'ini açıklamaktadır. Faktörler *Probleme Olumsuz Yaklaşma* (POY), *Yapıcı Problem Çözme* (YPC), *Kendine Güvensizlik* (KG), *Sorumluluk Almama* (SA) ve *Israrcı-Sebatkar Yaklaşım* (I-SY) alt ölçekleri olarak adlandırılmıştır. Alt ölçek puanlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının .67 ile .91 arasında, test-tekrar test korelasyon değerlerinin ise .69 ile .89 arasında değiştiği gözlenmektedir. Envanterin alt ölçek puanlarının iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayıları POY=.91, YPC=.88, KG=.67, SA=.74 ve I-SY=.70'dir (Çam ve Tümkaya, 2007).

1. Yapıcı problem çözme (YPC): Kişilerarası problem yaşandığında problemin etkili ve yapıcı biçimde çözümüne katkı sağlaması, duyu, düşünce ve davranışlarla ilişkilidir.
2. Israrcı-sebatkâr yaklaşım (I-SY): Kişilerarası ilişkilerde karşılaşılan problemlerin çözümü konusundaki düşünce ve davranışlarla ilişkilidir. Problem yaşadığında problem çözülünceye kadar inatla üstüne gidilmesi ve bir problemi çözerken, mutlaka bir sonuca ulaşmaya çalışması ile ilgilidir.
3. Probleme olumsuz yaklaşma (POY): Kişilerarası bir problemle karşılaşıldığında yaşanan çaresizlik, karamsarlık ve üzüntü gibi yoğun olumsuz duyu ve düşüncelerle ilgilidir.
4. Kendine güvensizlik (KG): Karşılaşılan problemin çözümüne yönelik güvensizlikle ilgilidir.
5. Sorumluluk almama (SA): Problemin çözümünde sorumluluk üstlenmemeye ilgilidir (Çam ve Tümkaya, 2007).

Araştırma kapsamında yapılan çalışmada Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin güvenilirliği .82 olarak bulunmuştur. POY, KG, YPC, SA ve ISY boyutları ise sırasıyla .83, .84, .81, .81 ve .82 olarak bulunmuştur.

2.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomew'un(1994) geliştirdiği İÖA, 1-7 arası basamaklardan oluşan Likert tipi 30 maddelik bir ölçektir. Bağlanma stilleriyle ilişkili farklı maddeler toplanıp, bu toplamın her bir ölçekteki madde sayısına bölünmesiyle dört yetişkin bağlanma stilini (güvenli, kayıtsız, saplantılı, korkulu) ölçmek amaçlanmaktadır. Bağlanma stillerine atanmada katılımcının en yüksek puana sahip olduğu bağlanma stili dikkate alınmaktadır. İÖA, Hazan ve Shaver'ın (1987; 1990; 1994) bağlanma ölçümündeki paragraflarından, Bartholomew ve Horowitz'in (1991) "İlişki Anketi" ve Collins ve Read'in (1990) "Yetişkin Bağlanma Ölçeği'nde" kullanılan maddelerden oluşturulmuştur (Sümer ve Güngör, 1999). Sümer ve Güngör (1999) tarafından bu ölçek Türkçeye uyarlanmıştır.

Değerlendirme sonucunda 17 maddeye indirilmiştir. Katılımcılar, her bir maddenin kendilerini ve yakın ilişkilerdeki genel tutumlarını ne derece tanımladığını 7 basamaklı bir ölçek üzerinde işaretlemişlerdir. (1=beni hiç tanımlamıyor; 7=tamamıyla beni tanımlıyor). Ölçekte, güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Bir madde ters kodlanarak iki alt boyutta kullanılmaktadır. Buna göre 1., 4., 9. ve 14. sorular korkulu stili, 2., 5., 12., 13. ve 16. sorular kayıtsız stili, 3., 7., 8., 10. ve 17. sorular güvenli stili, 5 (recode), 6., 11., 15. sorular saplantılı stili ölçmektedir.

Dört bağlanma stilini yansıtan sürekli puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmektedir. Böylece alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Bu yolla elde edilen sürekli puanlar katılımcıları bağlanma stilleri içinde gruplandırır. Gruplandırma sürecinde her bir katılımcı, en yüksek puana sahip olduğu bağlanma kategorisine atanır (Sümer, 2006). İÖA'nın kullanıldığı araştırmalar alt ölçeklerinin güvenilirliklerinin görece düşük düzeyde olduğunu göstermiştir.

Griffin ve Bartholomew (1994), İÖA alt ölçeklerinin alfa değerlerinin düşük olmasının, az sayıda maddeden oluşmasından veya ölçeklerin psikometrik kalitesinin yetersizliğinden değil, alt ölçeklerin hem benliğe hem de başkalarına ilişkin iki modeli birlikte içermesinden kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir. Ancak alt ölçeklerin

güvenilirliklerinin düşük olmasına karşın yapı geçerliklerinin yeterli düzeyde olduğu gösterilmiştir (Sümer, 2006; Sümer ve Güngör, 1999).

İlişki Ölçekleri Anketi Türk Kültürüne Sümer ve Güngör (1999) tarafından uyarlanmıştır. Uyarlanan bu ölçekte 17 madde bulunmaktadır. Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlık katsayıları .27 ile .61 değerleri arasındadır. Sümer ve Güngör (1999), İÖA'ni 123 Türk öğrenci üzerinde uygulamışlar ve faktör yapısını incelemişlerdir. Varimax rotasyon kullanılarak yapılan analizlerde her iki yöntem için de öz değeri 1'in üzerinde iki faktör elde edilmiştir. Birinci faktör varyansın %43'ünü, ikinci faktör ise %33'ünü açıklamaktadır (Toplam %76). Birinci faktörde güvenli stil -.84, korkulu stil .80 faktör yükü ile ikinci faktörde ise kayıtsız bağlanma stili .76,94 saplantılı bağlanma stili -.84 faktör yükü ile yer almıştır (Sümer ve Güngör, 1999). Ancak ölçeğin faktör yapılarının ergen grup üzerinde geçerli olup olmadığını belirleme amacıyla faktör analizinin yapılmadığı görülmüştür. Bu nedenle tekrar geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin yeterli düzeyde test tekrar test güvenilirliği vardır, bağlanma stilleri arasında beklendik yönde ilişkiler mevcuttur. Literatürle tutarlı biçimde karşıt bağlanma stilleri aynı faktörde toplanmaktadır, yapı geçerliği yüksektir.

Araştırma kapsamında yapılan çalışmada İlişki Ölçekleri Anketi'nin güvenilirliği .76 olarak bulunmuştur. Korkulu, saplantılı, kayıtsız ve güvenli boyutları ise sırasıyla .73, .74, .73 ve .73 olarak bulunmuştur.

2.3. İşlem

Araştırmada katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler, çözümlenebilirliği için kodlanmış ve bilgisayara yüklenmiştir. Veri çözümlemesi yapılırken demografik sorular frekanslar ve yüzdeleri kapsayacak şekilde tablo halinde sunulmuştur. İstatistiksel analiz bilgisayarda SPSS-16.0 paket programı ile yapılmıştır.

Betimleyici istatistiklerden frekans (f) ve yüzde (%) kullanılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediğinden non-parametrik testler kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlere göre bağımlı değişkenlerde farklılık olup olmadığını belirlemek için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Benzer şekilde, ikiden fazla seçeneği olan

bağımsız değişkene göre, bağımlı değişkenlerde farklılık olup olmadığını belirlemek için ise Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Bağımlı değişkenler arasındaki ilişki düzeyini ve yönünü belirlemek için Spearman Korelasyonu kullanılmıştır.



3. BÖLÜM

BULGULAR

Araştırma sonucunda elde edilen verilerle ilgili tanımlayıcı bulgular ve istatistiksel analiz sonuçları aşağıdaki gibidir: çalışmaya 90 çift, 90 erkek, 90 kadın toplam 180 kişi katılmıştır.

Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları Tablo 3.1’de görülmektedir:

Tablo 3.1: Katılımcıların Yaşlarına Göre Dağılımları

Yaş	Frekans(f)	Yüzde (%)
25-30 yaş	29	16,1
31-36 yaş	60	33,3
37-42 yaş	47	26,1
43-48 yaş	29	16,1
49-54 yaş	7	3,9
55 yaş ve üstü	8	4,4

Tablo 3.1’de araştırmaya katılan eşlerin yaş bilgilerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, katılımcıların 29’unun (%16,1) 25-30 yaş arası, 60’ının (%33,3) 31-36 yaş arası, 47’sinin (%26,1) 37-42 yaş arası, 29’unun (%16,) 43-48 yaş arası, 7’sinin (%3,9) 49-54 yaş arası, N=8’inin (%4,4) 55 yaş ve üstü olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların çocuk sahibi olma durumları tablo 3.2’de gösterilmiştir.

Tablo 3.2: Katılımcıların Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Dağılımı

Çocuk Varlığı	Frekans(f)	Yüzde(%)
Var	135	75,0
Yok	45	25,0
Toplam	180	100,0

Tablo 3.2’de araştırmaya katılan eşlerin çocuk sahibi olma durumlarına ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, katılımcıların 135’nin (%75,0) çocuğu varken, 45’inin (%25,0) çocuğu yoktur.

Katılımcıların gelir algılaması tablo 3.3’te gösterilmiştir.

Tablo 3.3: Katılımcıların Gelirlerini Algılama Düzeylerine Göre Dağılımı

Gelir Algılaması	Frekans(f)	Yüzde(%)
Düşük	9	5,0
Ortanın altı	17	9,4
Orta	96	53,3
Ortanın üstü	52	28,9
Yüksek	6	23,3
Toplam	180	100,0

Tablo 3.3’te araştırmaya katılan eşlerin gelirlerini algılama düzeylerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcılar gelirini, 9’u (%5,0) düşük, 17’si (%9,4) ortanın altı, 96’sı (%53,3) orta, 52’si (%28,9) ortanın üstü, 6’sı (%23,3) yüksek algılamaktadır.

Katılımcıların evlilik yılları tablo 3.4'te gösterilmiştir.

Tablo 3.4: Katılımcıların Evlilik Yıllarına Göre Dağılımı

Evlilik Yılı	Frekans(f)	Yüzde(%)
1-2 Yıl	35	29,4
2-4 Yıl	21	11,7
4-6 Yıl	20	11,1
6-8 Yıl	21	11,7
8-10 Yıl	11	6,1
10 Yıl ve Üzeri	72	40,0
Toplam	180	100,0

Tablo 3.4'te araştırmaya katılan eşlerin evlilik yıllarına ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcıların 35'inin (%29,4) 1-2 yıl, 21'inin (%11,7) 2-4 yıl, 20'sinin (%11,1) 4-6 yıl, 21'inin (%11,7) 6-8 yıl, 11'inin (%6,1) 8-10 yıl, 72'sinin (%40,0) 10 yıl ve üzeri evli oldukları bulunmuştur.

Katılımcıların eşleri ile ilişkilerini algılama durumları tablo 3.5'de gösterilmiştir.

Tablo 3.5: Katılımcıların İlişkilerini Algılama Düzeylerine Göre Dağılımı

İlişki Algılaması	Frekans(f)	Yüzde(%)
Uyumlu	164	91,1
Uyumsuz	16	8,9
Toplam	180	100,0

Tablo 3.5’de araştırmaya katılan eşlerin ilişkilerini algılama düzeylerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcıların 164’ (%91,1) evliliklerini uyumlu bulurken, 16’sı (%8,9) evliliğini uyumsuz bulmaktadır.

Katılımcıların ocuklukta anneleri olan iletişim düzeyleri tablo 3.6’da gösterilmiştir.

Tablo 3.6: Katılımcıların Anneleri İle Olan İletişim Düzeylerine Göre Dağılımı

Anne ile olan iletişim	Frekans(f)	Yüzde(%)
İyi	111	61,7
Orta	57	31,7
Kötü	12	6,7
Toplam	180	100,0

Tablo 3.6’da araştırmaya katılan eşlerin çocukluk ve ergenlik dönemlerini düşündüklerinde anneleri ile olan iletişim düzeylerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcıların 111’i (%61,7) iyi, 57’si (%31,7) orta, 12’si (%6,7) kötü bir ilişkilerinin olduklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların annelerinin çocuklukta onların sorunlarıyla ilgileme düzeyleri tablo 3.7’de gösterilmiştir.

Tablo 3.7: Katılımcıların Annelerinin Sorunlarıyla İlgilenme Düzeylerine Göre Dağılımı

Annelerin ilgilenme	sorunla	Frekans(f)	Yüzde(%)
İyi		100	55,6
Orta		69	38,3
Kötü		11	6,1
Toplam		180	100,0

Tablo 3.7’de araştırmaya katılan eşlerin çocukluk ve ergenlik dönemlerini düşündüklerinde annelerinin onların sorunlarıyla ilgilenme düzeylerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcıların annelerinin onların sorunlarıyla ilgilenme düzeylerine verdikleri cevaplara bakıldığında 100’ünün (%55,6) iyi, 69’unun (%38,3) orta, 11’inin (%6,1) kötü düzeyde olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların çocuklukta babaları olan iletişim düzeyleri tablo 3.8’de gösterilmiştir.

Tablo 3.8: Katılımcıların Babaları İle Olan İletişim Düzeylerine Göre Dağılımı

Baba ile olan iletişim	Frekans(f)	Yüzde(%)
İyi	73	40,6
Orta	79	43,9
Kötü	27	15,0
Toplam	180	100,0

Tablo 3.8’de araştırmaya katılan eşlerin çocukluk ve ergenlik dönemlerini düşündüklerinde babalarıyla olan iletişim düzeylerine ait verilere yer verilmiştir.

Buna göre katılımcıların 73'ü (%40,6) iyi, 79'u (%43,9) orta, 27'si (%15,0) kötü bir ilişkilerinin olduklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların babalarının çocuklukta onların sorunlarıyla ilgilenme düzeyleri tablo 3.9'da gösterilmiştir.

Tablo 3.9: Katılımcıların Babalarının Sorunlarıyla İlgilenme Düzeylerine Göre Dağılımı

Babalarının sorunla İlgilenme	Frekans(f)	Yüzde(%)
İyi	63	35,0
Orta	86	47,8
Kötü	31	17,2
Toplam	180	100,0

Tablo 3.9'da araştırmaya katılan eşlerin çocukluk ve ergenlik dönemlerini düşündüklerinde babalarının onların sorunlarıyla ilgilenme düzeylerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre katılımcıların babalarının onların sorunlarıyla ilgilenme düzeylerine verdikleri cevaplara bakıldığında 63'ünün (%35,0) iyi, 86'sının (%47,8) orta, 31'inin (%17,2) kötü düzeyde olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonucu tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonucu

Çocuk Sahibi Olma	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Çocuk var	132	84,08	11098,00	2320,000	,073
Çocuk yok	43	100,05	4302,00		

*p< .05

Tablo 10’da görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların çocuk sahibi olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonucunda, evlilik uyumunun çocuk sahibi olma durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyumları ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucu tablo 3.11’de gösterilmiştir.

Tablo 3.11: Katılımcıların evlilik uyumları ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucu

Değişkenler	Toplam Evlilik Uyumu	Memnuniyet- Doyum	Fikir birliği	ağırlık	Duygusal ifade	
Toplam kişiler	-,043	,074	-,062	-,136	-,048	R
arası problem	,576	,320	,409	,069	,531	P
çözme	175	180	180	180	175	N
Probleme olumsuz yaklaşma	-,236(**)	-,123	-,257(***)	-,227(**)	-,184(*)	R
	,002	,100	,000	,002	,015	P
	175	180	180	180	175	N
Yapıcı problem çözme	,254(**)	,273(***)	,226(**)	,159(*)	,212(**)	R
	,001	,000	,002	,033	,005	P
	175	180	180	180	175	N
Kendine güvensizlik	-,234(**)	-,125	-,261(***)	-,270(***)	-,173(*)	R
	,002	,094	,000	,000	,022	P
	175	180	180	180	175	N
Sorumluluk almama	-,190(*)	-,157(*)	-,158(*)	-,242(***)	,208(**)	R
	,012	,035	,034	,001	,006	P
	175	180	180	180	175	N
Israrıcı-Sebatkar Yaklaşım	,303(***)	,314(**)	,251(***)	,216(**)	,237(**)	R
	,000	,000	,001	,004	,002	P
	175	180	180	180	175	N

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

Katılımcıların evlilik uyumları ile kişilerarası problem çözme davranışları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucunda sorumluluk almama ($r = -,262; p < ,01$) ile evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Bu bulguya göre, katılımcıların evlilik uyum düzeyleri azaldıkça, kişiler arası problemlerde sorumluluk almama düzeyleri artmaktadır.

Katılımcıların evlilik uyumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucu tablo 3.12’de gösterilmiştir.

Tablo 3.12: Katılımcıların evlilik uyumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucu

Değişkenler	Korkulu Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Güvenli Bağlanma	
Toplam evlilik uyumu	-,120	-,085	-,036	,026	R
	,115	,262	,640	,733	P
	175	175	175	175	N
Memnuniyet - Doyum	-,124	,027	,017	,150(*)	R
	,097	,723	,822	,045	P
	180	180	180	180	N
Fikir Birliği	-,106	-,088	-,078	-,054	R
	,157	,239	,295	,471	P
	180	180	180	180	N
Bağlılık	-,063	-,096	-,078	,068	R
	,397	,200	,295	,366	P
	180	180	180	180	N
Duygusal İfade	-,041	-,099	,023	-,018	R
	,592	,194	,761	,816	P
	175	175	175	175	N

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

Tablo 3.12: Katılımcıların evlilik uyumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan Spearman Korelasyonu sonucunda güvenli bağlanma ($r=,150$; $p<05$) ile memnuniyet –doyum arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Bulgulara göre katılımcıların güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça evlilikten memnun olma ve doyum alma düzeyleri de artacaktır.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin gelirlerini algılama durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 13’de gösterilmiştir.

Tablo 13: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin gelirlerini algılama durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Gelir Algılama	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
Düşük	9	53,28			
Ortanın altı	18	67,39			
Orta	92	91,56	8,570	4	,073
Ortanın üstü	51	94,04			
Yüksek	5	97,60			

*p< .05

Tablo 13’de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların gelirlerini algılama durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun gelirlerini algılama durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin evlilik yıllarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 14’de gösterilmiştir.

Tablo 14: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin evlilik yıllarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Evlilik Yılı	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
1-2 Yıl	33	110,11			
2-4 Yıl	21	70,86			
4-6 Yıl	20	98,18	11,517	5	,042*
6-8 Yıl	21	80,10			
8-10 Yıl	11	94,77			
10 Yıl ve üzeri	69	81,02			

*p< .05

Tablo 14’de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların evlilik yılının süresine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun evlilik yılının süresine göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların anneleri olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 15’de gösterilmiştir.

Tablo 15: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların anneleri olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Anne ile İletişim	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
İyi	108	94,97			
Orta	55	84,54	12,561	2	,002*
Kötü	12	41,17			

*p< .05

Tablo 15’de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların anneleri ile olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun anneleri ile iletişim durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların annelerinin onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 16’da gösterilmiştir.

Tablo 16: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların annelerinin onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Anne Sorunla İlgilenme	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
İyi	96	96,80			
Orta	68	83,24	13,115	2	,001*
Kötü	11	40,64			

*p< .05

Tablo 16’da görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların annelerinin onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun annelerinin onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babaları olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 17’de gösterilmiştir.

Tablo 17: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babaları olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Baba ile İletişim	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
İyi	71	97,27			
Orta	76	87,85	10,245	2	,006*
Kötü	27	60,83			

*p< .05

Tablo 17’de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların babaları ile olan iletişimlerinin durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun babaları ile iletişim durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babalarının onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 18’de gösterilmiştir.

Tablo18: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin katılımcıların babalarının onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Baba Sorunla İlgilenme	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
İyi	61	102,97			
Orta	84	80,43	8,201	2	,017*
Kötü	30	78,77			

*p< .05

Tablo 18’de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların babalarının onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun babalarının onların sorunları ile ilgilenme düzeyine göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin yaşlarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19: Katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin yaşlarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucu

Yaş	N	Sıra Ortalaması	X	SD	P
25-30 Yaş	27	82,13			
31-36 Yaş	59	95,36			
37-42 Yaş	47	90,14	5,213	5	,390
43-48 Yaş	27	73,35			
49-54 Yaş	7	73,64			
55 Yaş ve üzeri	8	103,00			

*p< .05

Tablo 19’da görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyinin katılımcıların yaşlarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda, evlilik uyumunun yaşa göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada, evli çiftlerde evlilik uyumunun, bağlanma biçimleri ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. İkincil olarak evlilik uyumu demografik değişkenlerden, yaş, kronik hastalık, çocuğun varlığı, gelir algılaması ve kişilerin ebeveynleri ile olan ilişki durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir. Tartışma ve giriş bölümünde kullanılan “evlilik uyumu” ve “çift uyumu” aynı anlamda kullanılmaktadır.

Bu bölümde araştırmanın amaçları doğrultusunda yapılan ve bulgular bölümünde sunulan analizlerin sonuçları değerlendirilerek, literatür ışığında tartışılacaktır.

Araştırmada ilk olarak evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde evlilik uyumunun alt temsillerinden olan memnuniyet-doyum ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evlilik uyumunun alt ölçeği olan memnuniyet-doyum, duygu ve iletişim ile ilgili olumlu ve olumsuz özellikleri içermektedir. Bu sonuca göre güvenli bağlanmış eşlerin, evlilik uyumunu temsil eden evlilik doyum düzeyleri de artmaktadır. Diğer bağlanma stilleri ile evlilik uyumu arasında bir fark bulunamamıştır. Literatürde Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, (2006), Gallo & Smith (2001), Scott, Cordova (2002) evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu söylemektedirler.

Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu (2006) da katılımcıların bağlanma stillerine göre evlilikte uyum puanları arasında bazı farklar olduğunu göstermiştir. Bowlby'nin ileri sürdüğü gibi, bağlanmanın yakın ilişkilere rehber olması için kişinin kendi ve diğerlerine ilişkin zihinsel temsilleri gereklidir. Genelde evlilikte uyum puanı en yüksek olan kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip oldukları söylenmektedir. Evlilikte uyum puanı en düşük olanlar ise korkulu bağlanma stiline sahip kadın ve erkekler oldukları söylenmektedir. Dörtlü Bağlanma Modelinde de güvenli ve korkulu bağlanma stilleri birbirlerine zıt olduğundan, evlilik uyum puanlarıyla ilgili karşıtlık da beklenen bir sonuçtur.

Literatürde bu konuyla ilgili yapılan çalışmalarda farklı sonuçlar mevcuttur. Feeney, Noller ve Callan (1994) güvenli; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu (2006) ve Büyüksahin (2006) güvenli ve saplantı bağlanan eşlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu belirtmektedirler. Ayrıca Gollo ve Smith (2001) erkek ve kadınların bağlanma stillerindeki etkileşimin evlilik doyumunun yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadırlar.

Cohn ve arkadaşları (1992), güvenli bağlanan yetişkinlerin çift etkileşimlerinde duygularını daha iyi düzenleyebildiği, daha uyumlu ve daha az çatışmalı ilişkiler kurduğunu bulmuştur. Ayrıca evliliklerde en azından bir partnerin güvenli bağlandığı durumlara daha yüksek evlilik uyumu bildirilmiştir. Kobak ve Hazan, 1991 yılındaki çalışmalarında, güvenli bağlanmanın daha yüksek evlilik uyumuyla ilişkisini göstermiştir. Bu konudaki çalışmaların bireysel ve toplumsal önemliliğini gösteren bir diğer bulgu da çocukların bağlanma stillerinin, aile dinamikleri aracılığıyla ebeveynlerin bağlanma stilleriyle gösterdiği paralelliktir (Mikulincer ve Florian, 1999)

Hazan ve Shaver'in sınıflamasına (güvenli, kaygılı/ kararsız, kaçınan) dayanan diğer bazı çalışmalarda, kaygılı/kararsız bağlanma biçimine sahip olan çiftlerin evlilikten aldıkları doyumun az olduğu da belirlenmiştir (Amir ve ark., 1999; Erwin, Salter ve Purves, 2001; Solmuş, 2003). Hazan ve Shaver' in sınıflamasındaki kaygılı/kararsız bağlanma stili, Bartholomew ve Horowitz' in dörtlü bağlanma modelindeki saplantılı bağlanma stiline denk gelmektedir. Saplantılı bağlanan kişilerin kaygıları vardır, kaygılı-kararsız bağlananlar yakınlık kurma ihtiyaçlarının dışında aynı zamanda da öfkeleri ve kıskançlıkları vardır.

Hazan ve Shaver (2000) evli çiftler üzerine yaptığı çalışmada güvenli-güvenli bağlanma stiline sahip çiftlerin, güvenli-güvensiz ve güvensiz-güvensiz bağlanma stiline sahip olan çiftlere kıyasla evlilik uyumlarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu çalışmada güvenli bağlanma ile evlilik uyumunun alt temsili olan evlilik doyumunu arasında anlamlı ilişki bulunsa da diğer bağlanma stilleri arasında bir fark bulunamamıştır. Literatürde diğer bağlanma stilleri ile evlilik uyum arasında ilişkinin varlığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Bu yüzden tüm bu sonuçlar çalışma bulgusunu kısmen desteklemektedir.

Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin olduğunu belirten başka araştırmalarda ise farklı sonuçlar bulunmuştur. Kobak ve Hazan (1991) çalışmalarında kaygılı ve kaçınmalı bağlanma biçiminin daha düşük evlilik doyumuyla ilişkisini bildirmişlerdir

Kuyumcu (2005) saplantılı bağlananların; Möller, Hwang ve Wickberg (2006) korkulu bağlanan kadınların; Turanlı (2010) korkulu ve saplantılı bağlananların evlilik uyumlarının düşük olduğunu ifade etmektedirler. Kaygılı bağlanmanın, kaçınmalı bağlanma stiline kıyasla evlilik uyumu için daha önemli bir belirleyici olduğu bulunmuştur (Gallo ve Smith, 2001). Bir başka çalışmada ise erkeklere göre kadınlarda kaygılı bağlanma stili ve evlilik kalitesi algısının birbiriyle daha anlamlı ilişkisi olduğu bildirilmiştir (Marchand, 2000).

Turanlı (2010) yetişkin bağlanma stilleri ile çift uyumu arasında bir ilişki bulmuştur. Buna göre korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile çift uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Yani, saplantılı ve korkulu bağlanma düzeyi arttıkça, çift uyum düzeyinin azaldığı bulunmuştur.

Bulgularda kaygılı-kararsız bağlanma stiline oldukça az sayıda olduğu görülmektedir. Bu durum genel toplumda da bu bağlanma stiline azlığını destekleyen bir bulgudur. Alandaki başka çalışmalarda da bu durum aynen gözlenmiştir (Senchak ve Leonard, 1992). Güvenli bağlanma stili güvensiz stillere göre daha yaygındır. 2004 yılında yayınlanan farklı altmış iki kültürden çalışmacının, bağlanma stillerinin evrenselliğini araştırdığı bir çalışmada, güvenli bağlanma stiline incelenen kültürlerin %79'unda baskın olduğu, ancak doğu Asya kültürlerinde ise saplantılı stiline ilk sırayı aldığı belirtilmiştir (Schmitt ve ark., 2004). Bu bulgu, doğu kültüründe yaygın olan toplukçu eğilimle açıklanmıştır. Ayrıca iki güvenli bağlanmış bireyi içeren evlilikler de iki güvensiz bağlanmışlardan çok daha fazladır. Önceki bulgularla tutarlı olarak, iki eşin de kaçınan veya kaygılı-kararsız olduğu evlilikler oldukça azdır. Güvensiz eşin olduğu evliliklerde genelde, kaygılı-kaçınan kadın ve kaçınan erkek stili görülmektedir. Bu da bu ikilinin ilişki süresinin durağanlığı ile ilgili önceki bulguları desteklemektedir (akt. Açık, 2008).

Buna karşın, Feldman, Gowen ve Fisher (1998) romantik ilişkilerden sağlanan doyumla bağlanma stilleri arasında bir farklılık bulunmadığını dile getirmektedirler.

Beştav (2007) ise bir araştırmada daha güçlü yordayıcıların bulunması durumunda, bağlanmanın evlilik uyumu üzerindeki etkilerinin azaldığını belirtmiştir. Özer ve Cihan-Güngör (2012) yaptıkları çalışmalarında evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Bu çalışmada evlilik uyumu ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde kişilerarası problem çözme ölçeğinin alt ölçeği olan yapıcı problem çözme düzeyi (YPÇ) ile evlilik uyum düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapıcı problem çözme düzeyi, kişilerarası problemlerde problemin etkili ve yapıcı biçimde çözümüne katkı sağlayan duygu, düşünce ve davranışları içermektedir. YPÇ düzeyi arttıkça, evlilik uyum düzeyi de artmaktadır. Buna bağlı olarak evlilik uyum ölçeğinin alt ölçekleri olan memnuniyet-doyum, duygulanım ifadesi, fikir birliği ve bağlılık puanları da artmaktadır.

Kişilerarası problem çözme ölçeğinin alt ölçeği olan kendine güvenmeme (KG) düzeyi ile evlilik uyum düzeyi arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. KG, problemin çözümüne yönelik güvensizlikle ilgilidir. KG düzeyi arttıkça, evlilik uyum düzeyi düşmektedir. Buna bağlı olarak evlilik uyum ölçeğinin alt ölçekleri olan duygulanım ifadesi, fikir birliği ve bağlılık puanları da düşmektedir. Problemin çözümünde kendine güvenmeyen eşlerin evlilikten aldıkları doyum, birlikte geçirdikleri zaman, anlaşma düzeyleri ve sevgi gösterme şekilleri olan duygulanım ifadeleri azalmaktadır.

Kişilerarası problem çözme ölçeğinin alt ölçeği olan ısrarcı-sebatkar yaklaşım (ISY) düzeyi ile evlilik uyum düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. ISY düzeyi arttıkça, evlilik uyum düzeyi de artmaktadır. ISY, Problem yaşadığında problem çözülmeye kadar inatla üstüne gidilmesi ve bir problemi çözerken, mutlaka bir sonuca ulaşmaya çalışması ile ilgilidir. Buna bağlı olarak evlilik uyum ölçeğinin alt ölçekleri olan memnuniyet-doyum, duygulanım ifadesi, fikir birliği ve bağlılık puanları da artmaktadır.

Kişilerarası problem çözme ölçeğinin alt ölçeği olan sorumluluk almama (SA) düzeyi ile evlilik uyum düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SA, problemin çözümünde sorumluluk

üstlenmemeye ilgilidir. Buna göre çiftlerin sorumluluk almama düzeyi arttıkça, evlilik uyum düzeyleri düşmektedir. Evlilikte sorumluluk oldukça önemlidir. Eşler üzerilerine düşen sorumlulukları yerine getirmediği evlilik uyumları azalmaktadır. Buna bağı olarak evlilik uyum ölçeğinin alt ölçekleri olan memnuniyet-doyum, duygulanım ifadesi, fikir birliği ve bağılık puanları da düşmektedir. Eşler evliliklerinde problemlerin çözümüne yönelik sorumluluklarını yerine getirmediğinde, evlilikten aldıkları doyum, birlikte geçirdikleri zaman, sevgi gösterme şekilleri ve anlaşma düzeyleri de azalmaktadır.

Kişilerarası problem çözme ölçeğinin alt ölçeği olan probleme olumsuz yaklaşma (POY) düzeyi ile evlilik uyum düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. POY kişilerarası problemlerde yaşanan çaresizlik, karamsarlık ve üzüntü gibi yoğun olumsuz duygu ve düşüncelerle ilgilidir. POY düzeyi arttıkça, evlilik uyum düzeyi düşmektedir. Buna bağı olarak evlilik uyum ölçeğinin alt ölçekleri olan duygulanım ifadesi, fikir birliği ve bağılık puanları da düşmektedir.

Evlilik yaşantısında sorunların artan bir biçimde ortaya çıkması ve çözümlenememesi, zaman içinde evliliklerin yıpranmasına, ilişkilerin bozulmasına ve boşanmalara neden olmaktadır. Araştırmalar bir sorunu çözmek için gerekli olan davranışı sergileyemeyeceğini düşünen eşlerin, kriz anlarında daha umutsuz davrandıklarını, daha olumlu beklentileri olan eşlerin ise problem çözmeye daha yatkın olduklarını göstermektedir (Bradbury ve Fincham, 1990). Örnek evlilik problemleri verilerek, bireylerin çözüm yollarının incelendiği bir çalışmada, evlilik doyumunu fazla olanların evlilik doyumunu az olanlara göre, daha etkili çözüm yolları geliştirdikleri belirlenmiştir (Winemiller ve Mitchel, 1994). Yapılan farklı bir çalışmada da sorunlu ve mutlu çiftlerin problem çözme davranışı açısından birbirlerinden farklılık gösterdikleri ve kadın eşlerin erkek eşlere göre olumsuz davranışlarla daha fazla ilgilendikleri bulunmuştur (Ficthen ve Wright, 1983).

Metts ve Cupach (1990) ise, işlevsel olmayan ilişki inançları ve problem çözme tepkileri ile yakın ilişkiden alınan doyum arasında bir ilişki olduğunu; ayrıca işlevsel olmayan inançların diğer iki değişken arasında arabulucu rol oynadığını göstermiştir.

Benzer sonuçlara farklı araştırmalarda da ulaşılmıştır (Epstein, Baucom ve Rankin, 1993; Sayers ve ark., 2001). Evli bireylerin başkalarını memnun etmeleri, kişisel başarıları ve özgürlüklerini yaşamaları ile evliliklerinde çatışma yaşama sıklığı arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiler bulunmuştur (Doğan, 2010

Güven ve Sevim'in çalışmasında evlilikte problem çözme becerilerinin, evlilik doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Literatür'e bakıldığında, araştırma bulgularının bu sonucu desteklendiği görölmektedir. (Hünler ve Gençöz, 2003). Buna göre, evlilikle ilgili yetersiz problem çözme algısı, evlilikte sorunların temel kaynağı olarak görölmektedir. Evlilik ilişkisinde, birlikte yaşandığı için sorunların ortaya çıkması kaçınılmazdır. Sorunların nedenleri ne olursa olsun, eşler sorunlarını çözebileceklerine inanıyorlarsa ve etkin problem çözme becerilerine de sahiplerse evlilik ilişkisinin bu sorunlardan olumsuz etkilenmeyeceği düşünölebilmektedir. Evlilik doyumunu birinci sırada yordayan değişkenin problem çözmeye ilişkin algılar olduğu düşünölmektedir. Elde edilen bulgulara göre eşlerin problem çözme becerilerinin geliştirilmesi evlilik doyumunu artırabilmektedir (Güven ve Sevim, 2007).

Özen (2006) alışmasında eşlerin çatışma çözüm stillerinin, evlilik uyumunu anlamlı bir şekilde yordadığını bulmuştur. Sonuçlar ayrıca göstermektedir ki eşlerin olumsuz çatışma ve çözüm stilleri, çiftlerin evlilik uyumunu olumsuz bir şekilde yordamaktadır. Ayrıca, olumlu çatışma çözüm stilinde yüksek, olumsuz çatışma çözüm stilinde düşük olan eşlerin evlilik uyumundan, olumsuz çatışma çözme stilinden düşük, olumsuz çatışma çözme stilinden yüksek olan eşlere göre daha yüksek olan eşlere göre daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir. Bu sonuçlar araştırma bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Türkiye'de yapılan bir çalışmada da dindarlığın ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ile ilişkisinin manidar olduğu ve evlilikte problem çözme becerilerinin iki değişken arasında arabulucu rol oynadığı görölmüştür (Hünler ve Gençöz, 2003). Tezer'in (1986) araştırmasında eşler arasındaki çatışmanın yaygınlığının, sıklığı ve yarattığı gerginlik düzeyinin, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyumla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tüm bu

sonuçlar araştırma bulgusunu desteklemektedir. Ayrıca bireylerin bağlanma özellikleri nedeniyle mi evliliklerinde sorunlar yaşadıkları yoksa bağlanma özellikleri nedeniyle evlilikte ortaya çıkan sorunlarla baş etmelerinin mi güçleştiği soruları henüz belirsizliğini korumaktadır.

Bu çalışmada evlilik uyumu ile eşlerin demografik özellikleri ile olan ilişkisi incelenmiştir. Evlilik uyumu ile çiftlerin sahip oldukları ocuk sayısı, yaşları, evlilik yılları ve ekonomik durumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Evlilik uyumu ile ocuk sayısı arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Tutarel-Kışlak ve çabukça'nın (2000) yaptıkları çalışmada, evlilik uyumunun ocuk sayısına göre değişmediğini belirtmişlerdir. Hamamcı (2005) yaptığı çalışmada ocuk sayısı gibi etmenlerin evlilik uyumunu etkilemediğini bulmuştur. Bu sonuçlar çalışma bulgusunu desteklemektedir.

Literatüre bakıldığında evlilik uyumu ile ocuk sayısı arasında ilişkiyi inceleyen çalışmalarda tersi bulgular yoğunluktadır. şendil ve Korkut'un (2012) alışmasından ocuk sayısı ile çift uyumu, çift tatmini, çift birlikteliği ve duygulanım ifadesi arasında da negatif yönde ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular da ocuk sayısındaki artışla beraber bireylerin genel evlilik kalitesinde bir azalma olduğunu düşündürtmektedir. Evlilikte yaşanan sıkıntıların çocuğu etkilediği kadar, çocuğun yarattığı sıkıntıların da evlilik ilişkilerini etkilediği (Belsky, 1990; Cummings,1994) bilinmektedir. ocuk aileyi bir arada tutabileceği gibi aynı zamanda eşler arasındaki çatışmayı azaltabilmekte ve evlilik uyumunu düşürebilmektedir. Bunun en büyük nedeni ocuk hakkında verilen kararların ortak alınacak olması ve çiftlerin kendi doğrularına göre çocuklar hakkında karar vermeleridir. Buda iftler arasında çatışmaya neden olabilir. Bu görüşü destekleyen Twenge, Campel, & Foster, (2003) alışmasında ocuk sahibi olmak eşlerin özgürlüklerini kısıtlamakla birlikte, rol paylaşımı ve sorumluluk alma konularında ailelerin yeni düzenlemeler yapmalarına neden olduğunu bulmuştur. Buda evlilik doyumunu negatif yönde etkilemektedir (akt. Demiray, 2006).

Açık (2008) evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasında ilişkiyi mevcut değişkenler çerçevesinde anlamak amacıyla, uyumlu veya uyumsuz evliliğe sahip olan, kadın ve

erkek katılımcıların bağlanma stilleri ve evlilik doyumu açısından farklılaşmış farklılaşmadığını anlamak için yaptığı araştırmada, uyumsuz grupta çocuk sahibi olma oranını, uyumlu gruba göre daha yüksek bulmuştur. Bu durumda çocuk sahibi olmanın birçok çiftin beklentisinin tersine evlilik uyumunu azalttığı söylenebilmektedir. Araştırmanın sonucunda elde edilen bu bulgunun, çocukların, evliliğin istikrarını arttırırken, en azından çok küçük olduklarında kalitesini azaltmak şeklinde tanımlanabilecek paradoksal bir etkiye sahip oldukları (Belsky, 1990) yönündeki bilgiyle tutarlı olduğu söylenebilir. Bununla birlikte bu bulgu, araştırmada örneklemin küçük olmasından dolayı genellenebilirliği sınırlı tutarak değerlendirilmesi gerektiği düşünülmüştür. Ancak çocuklarla ilgili sorumluluklar eşler arasındaki fikir ayrılıklarının artmasına ve dolayısıyla uyumun azalmasına sebep olabilmektedir (Açık, 2008).

Aktaş'ın (2009) araştırmasında, evlilik uyumunun çocuk sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Çocuk sayısı arttıkça çift uyumu puanları düşmektedir. Literatürde bu sonuca benzer araştırmalar bulunmaktadır. Davies & Cummings, (1994) çocuk yetiştirirken hangi stratejilerin kullanılacağı, anne-babadan hangisinin kararının çocuk üzerinde uygulanacağı ve çocuk hakkında kimin söz sahibi olacağı gibi konuların evlilik uyumunu etkilediğini savunmuşlardır.

Evlilikte mutluluğu etkileyen temel faktörlerden biri de çocuklardır. Çocukların mutluluk üzerine hem olumlu hem de olumsuz etkileri vardır. Çocuklar ortaklık, sevgi ve eğlence kaynağıdır (Hamamcı, 1996). Böylece aile bağlarını güçlendirirler ve bu bağları temsil eden duygusal ilişkilerin yaşanmasını sağlarlar (Callan, 1983). Çocuk eve yeni bir tat getirmekte ve çiftlerin ortak ürünü olarak gözükmekte ve buna bağlı olarak çiftleri birbirlerine daha çok yaklaştırmaktadır (Aktaş, 2009). Buna karşın çocuk bakımı deneyim gerektiren güç bir iştir ve genellikle kadınlara yüklenmektedir. Bu da karı koca arasındaki gizli bir gerginlik oluşturmakta ve çiftlerin mutluluğunu dolaylı olarak etkilemektedir (Hasta, 1996).

Çiftlerin çocuk sahibi olup olmamalarının evlilik uyumu üzerinde etkili olabileceği düşünülmüştür. Düşünülen, çocuğun evliliği tamamladığı ve eşleri yakınlaştırdığı ve çocuksuz çiftlerin daha mutsuz olduğu yönündedir (Callan, 1983). Fakat yapılan çalışmalarda, çocuk sahibi olmanın evlilik uyumunu arttırdığı gibi, azalttığını da destekleyen veriler bulunmuştur (Fırlıoğlu, 1992).

Çocuğu olanların uyumlarının daha yüksek olduğu gösteren Hoffman ve Levant, 1985'te Hochschild'ın 1989'daki çalışmalarında bulgular bu yöndedir (akt. Demiray, 2006). Annelik olgusunun toplumda önemli bir yer tuttuğunu, çocuk sahibi olmak kadar olamamanın da sorunlar yaratabileceği düşünölmüştür. Evlilik neslin devamını sağlamakta bir araç olarak göröldüğu için çocuk sahibi olamamak çift uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir. Erkeklerin neslinin devamını sağlamak amacıyla üstlendikleri rol açısından çocuk sahibi olmak, evlilik uyumlarını anlamlı bir biçimde etkilemektedir (Aktaş, 2009). Bu sonuçlar araştırma bulgusunu desteklememektedir. Bu araştırmada tersi bulguların bulunması örneklemin küçüklüğünden kaynaklanabilir.

Evlilik uyumu ile eşlerin gelir algılaması arasındaki fark istatistiksel olarak incelendiğinde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında evlilik uyumu ile ekonomik durum arasında ilişkiyi inceleyen çalışmalarda tersi bulgular mevcuttur. Şendil ve Korkut'un (2012) çalışmasında ekonomik durumu düşük olan bireylerin iyi olanlara göre daha düşük çift uyumu, ekonomik durumu orta olanların da iyi olanlara göre daha düşük çift uyumu olduğu bulunmuştur.

Evlilik konusunda yapılan araştırmalar, çiftlerin yaşadıkları travmatik olayların, ekonomik ve işle ilgili stresörlerin ya da stres yaratan genel yaşam olaylarının evlilik yaşamını olumsuz yönde etkileyebileceğine dair bulgulardan söz etmektedir. Bu anlamda ekonomik durumun getirdiği zorlukların evlilik yaşamını olumsuz yönde etkilemesi beklenen bir sonuçtur (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Aynı zamanda Bradbury, Fincham ve Beach (2000), düşük ekonomik gelire sahip bireylerin, evliliklerinde daha fazla stres ve daha fazla çatışma yaşayacaklarını bildirmişlerdir. Ekonomik seviyenin yükselmesiyle çift uyumunun arttığı görölmektedir (Işıloğlu, 2006).

Konuyla bağlantılı olarak Fox, sosyoekonomik seviyesi yüksek kişilerin, daha az bağımlılık geliştirdiklerini bu sayede, duygusal bağıllık ve birbiriyle ilgili olmanın arttığını, bununda evlilik uyumunu ve doyumunu arttırdığını ileri sürmüştür (akt. Akar, 2005). Bu sonuçlar çalışma bulgusunu desteklememektedir. Araştırmanın örneklem grubunun sosyoekonomik durumu değerlendirildiğinde çoğunluğun orta ekonomik seviyede olduğu söylenebilir. Bu açıdan ekonomik durumun

genellenebilirliği sınırlandığından, eşlerin gelirlerini algılama düzeyleri ile evlilik uyumları arasında fark anlamlı bulunmamış olabilir. Örneklemede çiftlerin sosyoekonomik durumları her seviyeden eşit oranda oluşsaydı bu sonuç farklılaşabilirdi. Aynı zamanda araştırmada ekonomik durum, eşlerin gelirlerini algılama düzeyi şeklinde sorulmuştur. Algılama düzeyleri kişisel bir değerlendirme olduğundan farklı sonuçların çıkması olasıdır. Bu yüzden evlilik uyumu ile gelir algılaması arasındaki fark anlamlı bulunmamış olabilir.

Evlilik uyumu ile evlilik süresi arasındaki fark istatistiksel olarak incelendiğinde ilişki anlamlı bulunmuştur. Lauer ve Lauer'a (1997) göre, evliliklerdeki memnuniyet-doyum üzerine yapılan çalışmalara göre çıkan tutarlı bir bulgu, arzunun, doyumun zamanla azaldığı şeklinde dir. Bu eğilimin ebeveynlik sonrası dönem boyunca; uzun süren evlilikler için de sürdürdüğü ortaya konmuştur. Bu bulgu, evlilik süresi arttıka bireylerin birbirlerine sevgi gösterme davranışlarında bir azalma olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bu sonuçlar çalışma bulgusunu desteklemektedir.

Aktaş (2009) çiftlerin evlilik uyumunun evlilik süresine göre farklılaştığını bulmuştur. Yani evlilik süresi evlilik uyumunda anlamlı bir fark yaratmaktadır. Bu fark daha ziyade zaman içinde çiftlerin kendilerini tanımlamalarından, birbirlerini benimsemelerinden, ortak bir dil oluşturmalarından, sınırlarını ve sorumluluklarını anlamalarından kaynaklanabilmektedir. Çiftler ortak bir yaşam kurduklarında karşlarına çıkan her soruna birlikte çözüm yolları bulmaya çalışırlar. Buda daha etkili sorun çözüme yöntemlerine başvurarak, sorunların etkisini azaltmaya, sorunları ortadan kaldırmaya ve birlikte başarma duygusunu yaşamaya fırsat vermektedir.

Evlilik, ilk yıllarda bir adaptasyon süreci gerektirmekte, yeni yaşantının uyumunu yakalamakta ve birlikte hareket etmek için gösterilen çabalar zamanla çiftler arasında uyumun oluşmasını sağlamaktadır. Bu görüşü destekleyen bir araştırmada Karney ve Bradbury (1997) tarafından yapılmıştır buna göre zaman geçtikçe evliliklerin kalitesinin artması evlilikte yaşanan mutluluk ve uyumla bağlantılıdır (akt. Aktaş, 2009).

Araştırmada evlilik uyum düzeyleri ile eşlerin yaşları arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Literatüre baktığımızda Pınar (2010) araştırmasında çift uyum düzeylerinin yaş grubu ile olan ilişkisini incelemiş ve elde edilen bulgulara göre; yaş grubu ve çift uyumu arasında anlamlı bir

ilişki saptanmamıştır. Literatürdeki bazı çalışmalarda olduğu gibi katılımcıların çift uyum düzeyleri yaşlarından bağımsızdır (Fışiloğlu, 1992; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2000).

Hamamcı (2005) yaptığı çalışmada yaş gibi etmenlerin evlilik uyumunu etkilemediğini bulmuştur. Evli, ya da uzun süreli ilişki yaşayan çiftler arasında yapılan bir araştırmada ilişki doyumunun yaşla ya da cinsiyetle ilişkisi olmadığı bulunmuştur (Bonds, Beardan, Carriere, Anderson ve Nicks, 2001). Bu sonuçlar çalışma bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Literatürde bunun tersi durumları da mevcuttur. Aktaş (2009) araştırmasında evlilik uyumunun yaş değişkenine göre farklılık gösterdiği bulmuştur. Çalışmasında evlilik uyumunun belirlenmesinde yaş anlamlı bir fark yaratmaktadır.

Evlilik uyumu ve eşlerin çocukluklarında ebeveynleri ile kurdukları ilişki ve onların sorunlarıyla ilgilenme düzeyleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde ilişki anlamlı bulunmuştur. Bu konuda yapılan araştırmaların sayısı oldukça azdır. Eşlerin evlilik uyumlarını, ebeveynleri ile olan ilişkilerin etkilediği düşünülmektedir ama bu konuda yapılan araştırmalar az olduğu için yeterli bilgiye ulaşılamamıştır. Buda araştırmanın sınırlılığı olarak görülebilir. Aynı zamanda bu konuda araştırma yapmak isteyenler içinde bir öneri olabilir.

Daha öncede belirtildiği üzere Bowlby (1973, 1979) ve Ainsworth (1978), bağlanmayı “çocuk ve onun birincil bakıcısı arasındaki bağ ya da devam eden ilişki şeklinde tanımlanmışlardır. Bu durumda eşlerin ebeveynleri ile kurdukları ilişki söz konusudur. Bağlanma stilleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin varlığı düşünüldüğünde, ebeveynler ile olan ilişki düzeyi de bu ilişkinin bir parçası olabilir. Bu açıdan baktığımızda farklı bir değişken gibi değilde aradaki bir değişken gibi yorumlanabilir.

Bu konuda yapılan benzer araştırmalara bakıldığında evlilik uyumunu etkilediği görülmektedir. Bağlanma kuramı yakın ilişkilerdeki uyumun, eşlerin ebeveynlerinden ayrışması ile de yakından ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Yeni evli çiftlerde evlilik uyumunu inceleyen bir çalışmada, erkeğin annesinden ayrışma-bireylemesinin, her iki eş için de evlilik uyumunda önemli bir değişken olduğu bulunmuştur. Kadınlar içinse her iki ebeveyninden ayrışma önemli bulunmakla birlikte

etkisi ilk değişkene göre daha dolaylıdır. Bu çalışmanın sonucu evliliği en olumsuz etkileyen değişkenin erkeğin ebeveynlerinden ayrışmasını başaramamış olması olduğunu bulunmuştur (Haws ve Mallinckrodt, 1998).

Evlilik uyumundaki değişiklikler akla bu sürecin öncesiyle ilgili soruları da getirmektedir. Evlilik ve aile işlevlerinin, çocukların kendileri uzun süreli ilişkiler kurarken onları nasıl etkilediğine dair kuşaklararası geçiş araştırmaları yürütülmüştür. Bu araştırmaların sonucunda, boşanmış çiftlerin çocuklarının evlilik döneminde daha zayıf bir iletişime sahip olduğu bilinmektedir ve ebeveyn boşanmasıyla genç kuşağın boşanması arasındaki ilişki aslında öfke ve kıskançlık gibi problemleri davranışlarla belirlenmektedir (Amato, 1996).

4.1. Sınırlılıklar ve Öneriler

Araştırmanın amaçları doğrultusunda evlilik uyumu ve eşlerin gelirlerini algılama durumları arasında anlamlı bir sonuç bulunamamıştır. Buna göre örneklem grubunda eşlerin çoğunluğunun ortalama bir gelire sahip oldukları gözükmektedir ve bu durum genellenebilirliği düşürmektedir. Örnekleme ekonomik durum eşit bir dağılım göstermediğinden araştırmanın sınırlılığı olara kabul edilebilir.

Bu tür araştırmalar kesitsel çalışmalardır. Farklı gruplardan farklı zamanlarda veri toplanarak yapılır ve bunun sonucunda değişkenler arası ilişkiye bakılmaktadır. Bu çalışmada da farklı çiftlerden veriler toplanmıştır bu da araştırmaların güvenilirliğini düşürmektedir. Bu durum araştırmanın sınırlılığı olabilir. Boylamsal bir çalışma planı oluşturulabilse, aynı eşlerden farklı zaman dilimlerinde veriler toplanabilirse o zaman daha güvenilir bilgiler elde edilebilir. Eşlerin evlilik uyum düzeyleri farklı zamanlarda ölçülebilir ve çocuğun varlığı ile evlilik uyum ilişkisi hem öncesinde hemde sonrasında nasıl bir ilişki içinde olduğu daha net anlaşılabilir.

Bu araştırma evlilik uyumu ile ilgili olduğundan klinik alanda aile danışmanlığı ve çift terapisi gibi alanlarda çalışan uzmanlar için bu çalışmayı değerlendirmeleri uygun olabilir.

KAYNAKLAR

- Açık, Ö. (2008). Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ağır, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ainsworth, M.D.S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709 – 716.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: a psychological study of strange situation. Hillsdale, N.J: Erlbaum.
- Akar, H. (2005). Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 12. Psikiyatri Birimi.
- Aktaş, S. (2009). Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 628-640.
- Amir, M., Horest, N. & Lin-Stein, T. (1999). “Infertility and adjustment in woman: the effects of attachment style and social support”, *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 6(4), 463- 479.
- Arslan, Ç. (2001). Öğretmenlerin ve Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

- Arslan, A., Arslan, E. ve Arı, R. (2012). Kişilerarası problem çözme yaklaşımlarının, bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1): 7-23.
- Ateş, R., Erdoğan, Ğ., Ergin, H., Gül, G., Şenel, H.G., G. Özkardeş, O., ve ark. (2004). *Evlilik okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bacanlı, H., İlhan, T. ve Aslan, S. (2007). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi, IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İzmir.
- Bahadır, Ş. (2006). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L.M. (1991). Attachment style among young adults: a test for a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2): 226 – 244.
- Batıgün, A. D. & Sahin, N. H. (2003). Öfke, dürtüsellik ve problem çözme becerilerindeki yetersizlik gençlik intiharlarının habercisi olabilir mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (51), 37-52.
- Belsky, J. (1990). Parental and nonparental child care and children's socioemotional development: A decade in review. *Journal of Marriage and die Family*, 52, S85-903.
- Beştav, F. G. (2007). Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Binici Azizoğlu, S. (2000). Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Blatt, S. J., & Blass, R. B. (1995). Relatedness and self-definition: A dialectic model of personality development. In G. G. Noam & K.W Fischer (Eds.), *Development and vulnerabilities in close relationships*(pp. 309–338). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss Volume 1: Attachment*. New York : Basic Books.

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, 964-980.

Bradbury, T. N. & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 862-879.

Brenner, C. (1998). *Psikanaliz temel kavramlar*. (Çev: Işık-Yusuf Savaşır). Ankara: HYB Yayıncılık.

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. 28: 759-775.

Bretherton I. (2000). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In *Attachment Theory: Social, Developmental and Clinical Perspectives* (Eds. S Goldberg, R Muir, J Kerr). Hillsdale, NJ, The Analytic Press. 45-84.

Büyüķřahin, A. (2006). Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Cohn, D. A., Silver, D. H., Cowan, C. P., Cowan, P. A. & Pearson, J. (1992). Working models of childhood attachment and couple relationships. *Journal of Family Issues*, 13(4), 432–449.
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (4): 644-663.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships* (pp. 53–90). London: Kingsley.
- Crowell, J.A. & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measure: implications for theory and research. *Journal of Social Development*, 4, 294 – 327.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1: 240-255.
- Çam, S. ve Tümkaya, S. (2007). Kişilerarası problem çözme envanteri'nin (kpçe) geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28:3.
- Çapan, E. B. (2009). Öğretmen adaylarının kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2 :127–142.
- Çelik, M. & Tümkaya, S. (2012). The relationship between job variables of life satisfaction and marital satisfaction of lecturers. Ahi Evran Üniversitesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 13(1), 223-238.

- Danışık, N. D. (2005). Ergenlerin sürekli öfke, öfke ifade tarzları ile problem zme becerileri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Davies, P. T. & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: an emotional security hypothesis. *Psychological bulletin*, 116(3), 387.
- Davila, J., Karney, B.R. & Bradbury, T.N. (1999). Attachment change process in early years in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 783-802.
- Demiray, . (2006). Evlilikte uyumun demografik zelliklere göre incelenmesi. Dicle niversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Deniz, M. E., Hamarta, E. & Arı, R. (2005). An invtigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality: An Internetal Journal*, 33 (1), 19 -32.
- Deniz, M.E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22: 89-99.
- Doğan, H. (2010). Evli bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri ile evliliklerinde çatışma yaşama durumları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- D'Zurilla, T. J. (1986). Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention. New York: Springer.
- D'Zurilla T. J. & Goldfried M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004). What is social problem solving?: Meanings, models, and measures. In E. C. Chang, T. J. D'Zurilla, & L.

- J. Sanna, (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training*. (pp. 11-27). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- D’Zurilla, T. J. & Sheedy, C. F. (1991). The relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 841-846.
- Eiden, R.D., Teti D.M. & Corns, K.M. (1995) Maternal working models of attachment, marital adjustment, and the parent-child relationship. *The Society for Research in Child Development Inc.*, 66, 1504-1518.
- Ekşi, A. (1990). Çocuk, genç, anne babalar. Bilgi Yayınevi, Ankara.
- Epstein, N., Baucom, D.H. & Rankin, L.A. (1993). Treatment of marital conflict: a cognitive– behavioral approach. *Clinical Psychology Review*. 13, 45-57.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H. ve ark. (2005a). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18:39-7.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H. ve ark. (2005b). Cinsellik ve çift uyumu: üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma. *Düşünen Adam*, 18:72-81.
- Erdoğan, S. (2007). Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Ergin, B. (2009). Kişilerarası problem çözme davranışı, yetişkinlerdeki bağlanma stilleri ve psikolojik rahatsızlık belirtileri arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ergin, B. E. ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14:36-45.

- Ertan, Ö. (2002). Bağlanma stillerinin eş seğimi ile kritik ve kritik olmayan evlilik dönemlerindeki doyum üzerindeki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, O.D.T.., Ankara.
- Erwin, P., G., Salter, K. & Purves, D.G. (2001). Attachment style family and romantic relationships. *Psychological Reports*, 88, 1251-1252.
- Feeney, J. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships, J.P. Shaver : *Handbook of Attachment and Couple Relationships*'den ss. 355-377, New York: Guilford Press.
- Feeney, J.A. (2002). Attachment, marital interaction and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9 (1), 39-55.
- Feeney, J.A. & Noller, P. (1990). Attachment Style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2): 281 – 291.
- Feeney, J., Noller, P. & Callan, V. J. (1994). Attachment style, communication and satisfaction in the early years of marriage, In Bartholomew K. & Perlman, D. (Ed.), *Advances in personal relationships* (269-308). London, Jessica Kingsley Publishers.
- Feldman, S. S., Gowen, L. K. & Fisher, L. (1998). Family relationships and gender as predictors of romantic intimacy in young adults: A Longitudinal Study. *Journal of Research on Adolescence*, 8 (2), 263-286
- Feyzioğlu, S.E. (2008). Bağlanma stilleri, problem czme becerileri ve hkmllk özellikleri arasındaki ilişkiler. Yksek Lisans Tezi, Ankara niversitesi, Sağlık Bilimleri Entts, Ankara.
- Fışıloğlu, H. (1992). Lisans st ğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.

Fıfıloğlu, H. ve Demir, A. (2000). Applicability of the dyadic adjustment scale for measurement scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European Journal of Psychological Assesment*, 16 (3), 214-218.

Ficthen, C. S. ve Wright, J. (1983) Problemsolving skills happy and distressed couples: Effects of videotape and verbal feedback. *Clinical Psychology*. 39, 340-52.

Fidanoğlu, O. (2007). Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon dőzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yőksek Lisans Tezi, Marmara Őniversitesi, İstanbul.

Fincham, F. D. & Bradbury, T, N. (1990). Psychology and the study of marriage. F.D. Fincham, T.N. Bradbury (Eds.), *The Psychology of Marriage*. içinde (2-5), New York: The Guilford Press.

Fox, GL. (1973). Some determinants of modernism among women in Ankara, Turkey. *Journal of Marriage and the Family*, 35: 520-529.

Fraley, C.R. & Shaver, P.R. (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*.

Gallo, L., C. & Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social & Personal Relationships*, 18(2), 263-299.

Gökmen, A. (2001). Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcőlők ve bağımlılık algılarının evlilik doyumunu Őzerindeki etkisi. Yőksek Lisans Tezi, Hacettepe Őniversitesi Sosyal Bilimler Enstitőső, Ankara.

Gőlerce, A. (1996). Tőrkiye'de ailelerin psikolojik Őrőntőleri. Boğaziği Őniversitesi, Eğitim Fakőltesi, Eğitim Bilimleri Bőlőmő. İstanbul.

- Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1:68-79.
- Güven, N. ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 49-61.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality International Journal*. 33, 313-328.
- Hashmi, H. A., Khurshid, M. & Hassan, I. (2007). Marital adjustment, stres and depression among working and non-working married woman. *İnternet Journal of Medical Update*, 2(1): 19-26.
- Hasta, D. (1996). Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumunu ilişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Hatipoğlu, Z. (1993). The role of certain demographic variables and marital conflict in marital satisfaction of husbands and wives. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Haws, A.W. & Mallinckrodt, B. (1998). Separation – Individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples. *The American Journal of Family Therapy*. 26, 293-306.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as adult attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3): 511 – 524.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1) : 22.
- Hazan C, & Shaver, P. (2000) Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve (çev: Ali Dönmez). *Türk Psikoloji Bülteni*, 16(7): 29-50.

- Heppner, P. P. & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.
- Heppner, P. P., Neal, W.G. & Larson, M.N. (1984). Problem solving training as prevention with college students. *The Personnel and Guidance Journal*. 62, 9: 514-519.
- Heppner, P.P. & Krauskopf, K. (1987). An information processing approach to personal problem solving. *The Counseling Psychologist*. 15, 34-37.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S.E. & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549-560.
- Horowitz, L. M. (2004). *Interpersonal foundations of psychopathology*. American Psychological Association: Washington, DC.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*. 18.(51).99-108.
- İlhan, T. ve Özdemir, Y. (2012). Beliren yetişkinlerde yaş, cinsiyet ve bağlanma stillerinin kimlik statüleri üzerindeki yordayıcı rolü. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19: 227-241.
- İmamoğlu, EO. ve Yasak, Y. (1997). Dimensions of marital relationships as perceived by Turkish husbands and wives. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 123(2): 211-232.
- 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*, 20(1), 168-172.

- Kalkan, M. (2002). Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kantarcı, D. (2009). Evli bireylerin bağlanma stillerine göre adatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kart, M.E. (2002). Yetişkin bağlanma stilleri ve çalışma davranışı: hekimlerle yapılan bir çalışma. *Mülkiye Dergisi*, 28 (245).
- Katkat, D. (2001). Öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler bakımından karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Keçe, A. C. (2010). İki gönül bir olunca samanlık seyran olmayabiliyor, 14.05.2015 tarihinde <http://www.cised.org.tr/basin/106/cised-iki-gonul-bir-olunca-samanlik-her-zaman-seyranolmayabiliyor...> adresinden indirilmiştir.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2).
- Kobak, R.R. & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage : effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6): 861 – 869.
- Kobak, R.R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59: 135-146.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
- Kuyumcu, B. (2005). Evli çiftlerin evlilik doyumu ile gestalt temas biçimleri, bağlanma stilleri ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi,

Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Lauer, R.H. & Lauer, J.C. (1997). *Marriage & family: The quest for intimacy*. New York: Mc Graw Hill, 203-223, 246-266.

Lawson, D. M. (2008). Attachment, interpersonal problems, and family of origin functioning: Differences between partner violent and nonpartner violent men. *Psychology of Men & Masculinity*, 9(2), 90-105.

Lee, E.J. (2003). The attachment system throughout the life course: review and criticisms of attachment theory. Rochester, NY: Rochester Institute of Technology. <http://www.personalityresearch.org/papers/lee.html> (Erişim: 29/01/2012)

Main, M. & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying disorganized/disoriented infants during the Ainsworth Strange Situation. In M. Greenberg, D. Cicchetti & M. Cummings (Eds), *Attachment in the preschool years*. Chicago: University of Chicago Press. 121-160.

Marchand, J. F. (2000). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms and conflict resolution behaviors. *Attachment an Human Development*, 6 (1), 99–112.

Metts, S. & Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*. 17, 170-185.

Mikulincer, M. & Florian, V. (1999). The association between parental reports of attachment style and family dynamics, and offspring's reports of adult attachment style. *Family Process*, 38, 243-257.

Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 3(3): 553-570.

- Möller, K., Hwang, C. P. & Wickberg (2006). Romantic attachment, parenthood and marital satisfaction, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24, 3, 233–240.
- Oğuztürk, Ö., Akça, F. ve Şahin, G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*. 14:173-184.
- Öğülmüş, S. (2001). Kişilerarası sorun çözme beceri ve eğitimi. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.
- Özen, A. (2006), Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak karı ve kocaların değer uyumları ve eşlerin çatışma çözüm stilleri, Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özenç, E. (2002). The role of attachment styles in partner pairing and satisfaction within marriage in critical and non-critical stages. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Özer, A. ve Cihan-Güngör, H. (2012). Yükleme tarzları, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerine göre evlilik uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2):11-24.
- Paley, B., Cox, M. J., Burchinal, M. R. & Payne, C. C. (1999). Attachment and marital functioning: Comparison of spouses with continuous-secure, earned-secure, dismissing, and preoccupied attachment stances. *Journal of Family Psychology*. 13(4), 580-597.
- Pınar, T. (2010). Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Rothbard, J. C. & Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life span. In. M. B. Sperling and W. H. Berman (Ed.). *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (p. 31–68). New York: The Guilford Press.

- Sayers, S. L., Kohn, S. C., Fiesco, D. M., Bellack, A. S., & Sarver, D. B. (2001). Marital cognition and depression in the context of marital discord. *Cognitive Therapy and Research*, 25,713-732.
- Saygılı, H. (2000), Problem çözme becerisi ile sosyal ve kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Schmitt, D.P., Alcalay, L., Allensworth, M, Allk, J., Ault, L. Austers, I. & ark., (2004). Patterns and universals of adult romantic attachmnet across 62 cultural regions: Are models of self and other pancultural constructs?. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35 (4), 367-402.
- Scott, R. L. ve Cordova J. V. (2002). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *The American Psychological Association*, 16(2), 199–208.
- Senchak, M., & Leonard, K. E. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 5 1-64.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S. & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 899-914.
- Solmuş, T. (2003). Romantik bağlanma (II) İlişkisel değişkenler ve ilişki süreci: *Türk Psikoloji Bülteni*, 9 (28- 29), 99-108.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads, *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Spotts, E. L., Lichtenstein, P., Pedersen, N., Neiderhiser, J. M., Hansson, K, Cederblad, et al. (2005). Personality and marital satisfaction, [Electronic Version], *European Journal of Personality*, 19, 205- 227.

Stackert, R. A. & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34 (8), 1419–1429.

Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21 (57): 1-22.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-109.

Sirvanli-Özen, D. (1999). Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri: Davranış ve uyum problemleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı*. 1, 6, 19-29.

Şendil, G. ve Korkut, Y. (2012). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28, 15-34.

Şener, A. (2002). Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tezer, E. (1986). Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algılama ve doyum. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Turanlı, P. (2005). Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tutarel Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ve nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*. 12, 55-64.

- Tutarel-Kıslak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi, *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5, 35-41.
- Tutarel-Kıslak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma stilleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-69.
- Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*. 19(1): 24-39.
- Ulupınar, S. (1997). Hemşirelik eğitiminin öğrencilerin sorun çözme becerilerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Waring, E. M. & Chelune, G. J. (1983). Marital intimacy and self-disclosure. *Journal of Clinical Psychology*, 39(2), 183-190.
- Winemiller, D. R., & Mitchel, E. M. (1994). Development of a coding sistem for marital problem solving. *Behavioral Research Theory*. 32, 159-164.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1).
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkilerin gelişimsel olarak incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 16 (47): 1-20.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 1(4).

EKLER-EK 1

ONAM FORMU

Prof. Dr. Nermin Çelen tarafından yönetilen ve Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında yürütülen “Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi” konulu araştırma hakkında bilgilendirildim. Çalışmaya katılmayı kabul ettiğim takdirde, 3 adet soru formu ve 1 adet bilgi formu dolduracağım. Çalışma sırasında bana uygulanacak ölçekler için tarafımdan veya bağlı bulunduğum sosyal güvenlik kuruluşundan herhangi bir ücret talep edilmeyeceği ve araştırmanın herhangi bir kısmında istediğim an çalışmaya katılmaktan vazgeçmekte özgür olduğum söylendi. Ayrıca, çalışmadan çıkacak sonuçların sadece araştırma amaçlı kullanılacağı ve tamamen saklı tutulacağı hakkında bilgilendirildim.

ARAŞTIRMA FORMU

- 1) Adınız - Soyadınız :
- 2) Yaşınız :
- 3) Cinsiyetiniz :
 Erkek Kadın
- 4) Eğitim düzeyiniz :
 İlkokul Ortaokul Lise Üniversite Lisans Üstü
 Diğer:
- 5) Çocuğunuz var mı?
 Evet Hayır
Varsa kaç tane?
Yaşları ?
- 6) İş durumunuz:
 Çalışıyorum Çalışmıyorum
Çalışmıyorsanız, neden?.....
- 7) Eşinizin iş durumu:

Çalışıyor Çalışmıyor
Çalışmıyorsanız, neden?.....

8) Eşinizin eğitim düzeyi :

İlkokul Ortaokul Lise Üniversite
Lisans Üstü
 Diğer:

9) Annenizin eğitim düzeyi :

İlkokul Ortaokul Lise Üniversite
Lisans Üstü
 Diğer:

10) Babanızın eğitim düzeyi :

İlkokul Ortaokul Lise Üniversite
Lisans Üstü
 Diğer:

11) Gelirinizi hangi düzeyde algılıyorsunuz?

Düşük Ortanın altı Orta Ortanın üstü
Yüksek

12) Evinizde yaşayan tüm kişilerin, yiyecek-içecek, kira, gaz, elektrik, ulaşım, okul, taksitler, doktor veya ilaç gibi pek çok masrafları olabilir. Bunların hepsini toplayacak olursak, evinizde yaşayan kişilerin aylık toplam masrafları ne kadardır?.....TL

13) Kronik bir hastalığınız(diyabet vb gibi) var mı ?

Evet Hayır

Cevabınız evetse hastalığınız nedir?

14) Eşinizin kronik bir hastalığı var mı?

Evet Hayır

Cevabınız evetse hastalığı nedir?

15) Kaç yıllık evlisiniz?

1-2 yıl arası 2-4 yıl arası Lise4-6 yıl arası 6-8 yıl arası 8-10 yıl arası 10 yıl ve üzeri

16) Eşiniz ile ilişkinizi nasıl algılıyorsunuz?
 Uyumlu Uyumsuz

17) Yukarıdaki soruya cevabınız uyumsuz ise neden?

Çocuk sahibi olamama Ekonomik sorun Aldatma Cinsellik Ailevi(kayınvalide gb.) problemler Fikir uyuşmazlığı
 Diğer:

18) İlişkiniz ne kadar bağlısınız?

Hiç Ortanın altı Orta Ortanın üstü Çok Çok fazla

19) İlişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?

Hiç Ortanın altı Orta Ortanın üstü Çok Çok fazla

20) Eşiniz ile ne sıklıkla sorun yaşıyorsunuz?

Hiç Ortanın altı Orta Ortanın üstü Çok Çok fazla

21) İzlediğiniz diziler evlilik algınızı etkiler mi?

Evet Hayır

Cevabınız evetse, nasıl etkiler tanımlar mısınız?.....

22) Eşiniz ile birlikteliğiniz nasıl başladı?

Flört Görücü usulü Arkadaş tanışmasıyla

23) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **anneniz** ile olan iletişiminiz nasıldı?

İyi Orta Kötü

24) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **anneniz** sizin sorunlarınız ile ilgilenir miydi?

İyi Orta Kötü

25) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **anneniz** ile ortak paylaştığınız aktiviteler var mıydı?

İyi Orta Kötü

26) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde gerek duyduğunuzda **annenizden** yardım alabiliyor muydunuz?

İyi Orta Kötü

27) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **babanız** ile olan iletişiminiz nasıldı?

İyi Orta Kötü

28) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **babanız** sizin sorunlarınız ile ilgilenir miydi?

İyi Orta Kötü

29) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde **babanız** ile ortak paylaştığınız aktiviteler var mıydı?

İyi Orta Kötü

30) Çocukluk ve ergenlik döneminizi düşündüğünüzde gerek duyduğunuzda **babanızdan** yardım alabiliyor muydunuz?

İyi Orta Kötü

EK-2

ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ

İlişikte, çiftler hakkında bazı cümleler bulunmaktadır. Size uyan seçeneğe (x) işareti koyunuz. Hiç bir cümle için uzun uzun düşünmeyiniz. Mümkün olduğu kadar çabuk ve samimi cevaplar veriniz Kararsızlığa düşerseniz, aklınıza gelen ilk seçenek doğrultusunda hareket ediniz. Lütfen, her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.

Her zaman anlarız	Hemen her zaman anlarız	Arada bir anlayamayız	Çok sık anlayamayız	Hemen her zaman anlayamayız	Hiçbir zaman anlayamayız	
5	4	3	2	1	0	
5	4	3	2	1	0	
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. Aile gelirinin idaresi
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. Eğlenceyle ilgili konularda
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. Dini konularda
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. Sevgi gösterme şekillerinde
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5. Arkadaşlar
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6. Cinsel ilişkiler
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7. Toplumsal örf ve adetlerle ilgili olarak
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8. Yaşam felsefesi
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9. Kendinizin ya da eşinizin ailesiyle ilişkilerde
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10. Önemli olduğuna inanılan amaç, hedef ve diğer konularda
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11. Birlikte geçirilen zaman konusunda
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12. Çok önemli kararlar verirken
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	13. Ev işlerinde
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14. Boş zaman ilgi ve uğraşlarında
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	15. Mesleki kararlarda

Her zaman **Çoğu zaman** **Yeterince** **Ara sıra** **Nadiren** **Hiç**
0 **1** **2** **3** **4** **5**

0 **1** **2** **3** **4** **5**

16. Boşanmayı, ayrı yaşamayı veya ilişkinizi sonlandırmayı ne

sıklıkta tartışıyor veya düşünüyorsunuz?

17. Kavga sonrasında siz veya eşiniz ne sıklıkta evi terkeder?

5 **4** **3** **2** **1** **0**

18. Sizce genellikle, siz ve eşiniz arasında işler ne sıklıkta

yolunda gider?

19. Eşinize içinizi döker misiniz?

0 **1** **2** **3** **4** **5**

20. Evlendiğiniz (veya birlikte olduğunuz) için hiç pişmanlık

duyar mısınız?

21. Eşinizle ne sıklıkta münakaşa edersiniz?

22. Eşinizle ne sıklıkta birbirinizi sinirlendirecek şeyler yaparsınız?

Her gün **Hemen her gün** **Ara sıra** **Nadiren** **Hiç**

4 **3** **2** **1** **0**

4 **3** **2** **1** **0**

23. Eşinizi öper misiniz?

Hepsi **Çoğu** **Bazıları** **Çok azı** **Hiçbiri**

4 **3** **2** **1** **0**

4 **3** **2** **1** **0**

24. Eşinizle ev dışındaki meraklarınızın ne kadarını birlikte gerçekleştirirsiniz?

Aşağıdakilerin siz ve eşiniz arasında ne sıklıkta olduğunu söyleyebilir misiniz?

Hiç	Ayda Birden az	Ayda Bir veya iki	Haftada bir veya iki	Hergün bir iki kere	Daha sık
0	1	2	3	4	5

0 1 2 3 4 5

25. Heyecan verici, keyifli fikir alışverişleri
26. Beraber gülme
27. Birlikte sakın bir şekilde tartışma
28. Bir konu üzerinde beraber çalışma

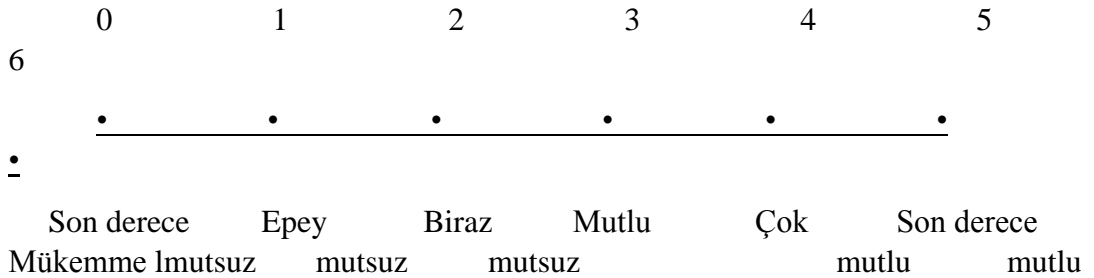
Aşağıdakiler, çiftlerin bazen anlaşıp bazen karşıt düştüğü şeylerdir. Aşağıdaki konular geçtiğimiz bir kaç hafta içinde aranızda fikir ayrılığı yarattıysa veya ilişkinizde sorun haline geldiyse, bunu belirtiniz (Evet veya Hayır olarak işaretleyiniz).

(0) (1)

Evet Hayır

29. Cinsel ilişki için fazla yorgun düşmek
30. Sevgi göstermemek

31. Aşağıdaki çizgi üzerinde yer alan noktalar ilişkinizdeki değişik mutluluk derecelerini ifade etmektedir. “Mutlu” noktası çoğu ilişkideki mutluluk derecesini ifade eder. Lütfen, her şeyi düşünerek ilişkinizin mutluluk derecesini en iyi tarif eden noktayı, çevresine bir daire çizerek gösteriniz.



32. Aşağıdaki cümlelerin hangisi, ilişkinizin geleceğiyle ilgili hissettiklerinizi en iyi tanımlar?

5 İlişkimin başarılı olmasını son derece fazla istiyorum ve öyle olması için her türlü

şeyi yaparım

4 İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve öyle olması için elimden gelen her şeyi

yaparım

3 İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve öyle olması için kendi payıma düşeni

gerçekleştiririm

2 İlişkim başarılı olursa iyi olurdu ve başarılı olması için şimdi yaptığımdan daha

fazlasını yapamam

1 İlişkim başarılı olsa iyi olurdu, fakat ilişkiyi sürdürmek için şu an yaptığımdan daha

iyisini yapmayı reddediyorum

0 İlişkim hiç bir zaman başarılı olamaz ve ilişkiyi devam ettirmek için daha fazla

yapabileceğim bir şey yok

EK-3

KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Aşağıda kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlara yönelik ifadeler yazılmıştır. Sizden bu ifadeleri tek tek okumanız ve her ifade için kendinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her ifade için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir ifadeyi boş bırakmamaya özen gösteriniz. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

İfade size ne kadar uygun?

Hiç Uygun Değil (1), Biraz Uygun (2), Uygun (3), Çoğunlukla Uygun (4), Tamamıyla Uygun (5)

	Hiç uygun	Biraz	Uygun	Çoğunlukla	Tamamıyla
1. Kişilerarası ilişkilerimde bir problem yaşadığımda onu mutlaka çözmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
2. Problem yaşadığım kişinin gözüyle problemi görmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
3. Problem yaşadığımda ne olursa olsun, problem hemen çözülsün isterim.	()	()	()	()	()
4. Bir problemi çözerken “mutlaka bir sonuca ulaşmalıyım” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
5. Bir problem yaşadığımda kendimi çaresiz hissedirim.	()	()	()	()	()
6. Bir sorunun nedeni benden kaynaklanıyorsa karamsarlığa kapılırım.	()	()	()	()	()
7. Problemin çözümü konusunda başarısız olacağımı düşünsem de onu çözmek için çabalarım.	()	()	()	()	()
8. Bir sorun yaşadığımda hemen kendimi suçlarım.	()	()	()	()	()
9. Bir problem yaşadığımda tüm hayatımın allak-bullak olduğunu hissedirim.	()	()	()	()	()
10. Bir problemle karşılaştığımda önce bunun hayatımdaki önemini gözden geçiririm.	()	()	()	()	()
11. Bir sorun durumunda ne olursa olsun ilk adımın atılmasını karşı taraftan beklerim.	()	()	()	()	()
12. Bir problem yaşadığımda, bununla ilgili uzun süre yoğun üzüntü yaşarım.	()	()	()	()	()
13. Yaşadığım bir problemi çözmek için, önce adım adım neler yapabileceğimi düşünürüm.	()	()	()	()	()
14. Bir problem durumunda, problem yaşadığım kişinin problemle ilgili neler düşünüyor olabileceğini tahmin etmeye	()	()	()	()	()

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çoğunlukla uygun	Tamamıyla uygun
15. Bir problemin çözümü için birden çok çözüm yolu bulmaya çalışırım.	()	()	()	()	()
16. Yaşadığım bir problemi çözmeye girişmeden önce, çözümün kolay ya da zor bir çözüm olup olmayacağını araştırırım.	()	()	()	()	()
17. Bir problem yaşadığımda öfkelenirim.	()	()	()	()	()
18. Bir problemle karşılaştığımda bu problem, hayatımın tamamını etkiler.	()	()	()	()	()
19. Bir sorunla karşılaştığımda, bununla ilgili yaşadıklarımı nasıl ifade edeceğimi düşünüp planlarım.	()	()	()	()	()
20. Ne yaparsam yapayım kişilerarası ilişkilerimde yaşayacağım bir problemin önüne geçemem.	()	()	()	()	()
21. Bir problem durumunda ne olursa olsun, haklılığımı ispat edip üste çıkmak için sonuna kadar kendimi savunurum.	()	()	()	()	()
22. Bir sorun yaşadığımda baştan, çözüm için ne kadar çaba harcasam da sonuçta sorunun çözülemeyeceğini düşünürüm.	()	()	()	()	()
23. Kişilerarası ilişkilerde problem yaşadığımda çözümün sonucu konusunda karamsarlığa kapılırım.	()	()	()	()	()
24. Bir sorun yaşadığımda, çözüm için ne yaparsam yapayım içinde bulunduğum durumu değiştiremem.	()	()	()	()	()
25. Yaşadığım yeni bir sorun karşısında, daha önce yaşadığım sorunlar için yaptıklarımın yararlanırım.	()	()	()	()	()
26. Kişilerarası bir sorun yaşadığımda, bunu hiç yaşamamış gibi davranırım.	()	()	()	()	()
27. Bir sorun yaşadığımda, onu çözme konusunda kendimden kuşulanırım.	()	()	()	()	()
28. Bir sorunu anlamaya çalışırken, sorun yaşadığım kişinin bakış açısıyla sorunu göremem.	()	()	()	()	()
29. Problemi çözerken attığım her adımdan, karşımdaki kişinin davranışlarının bundan nasıl etkilenebileceğini tahmin etmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
30. Kişiler arası ilişkilerde bir sorun yaşadığımda, bu durum bana sanki hayatın sonuymuş gibi gelir.	()	()	()	()	()
31. Bir ilişkide benim açımdan bir problem olduğunda bunu o kişiye hemen ifade ederim.	()	()	()	()	()
32. Bir problem yaşadığımda, ilk önce bu problemin üstesinden gelip gelmeyeceğime yönelik kendi kendimi değerlendiririm.	()	()	()	()	()
33. Çözemediğim bir sorun olduğunda o anda “orada olmamak, birden yok olmak” isterim.	()	()	()	()	()
34. Bir problem yaşadığımda, başarılı çözüm için nelere ihtiyacımın olduğunu araştırırım.	()	()	()	()	()

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Uygun	Çoğunlukla uygun	Tamamıyla Uygun
35. Yaşadığım problemin bana veya başkalarına doğrudan ya da dolaylı etkilerini düşünürüm.	()	()	()	()	()
36. Problemlerden ders çıkartılacak durumlar olduğunu düşünerek olaya pozitif bakarım.	()	()	()	()	()
37. Problemin çözümünde karşımdakiyle ortak bir çaba göstermeye çalışırım.	()	()	()	()	()
38. Biriyle bir problem yaşadığımda karşı taraf özür dilemedikçe durumu değiştirmek için uğraşmam.	()	()	()	()	()
39. Bir problem yaşadığımda hata karşı taraftaysa surat asarım.	()	()	()	()	()
40. Problemi yakınlarımla yaşıyorsam büyük bir hayal kırıklığına uğrarım.	()	()	()	()	()
41. Eğer yaşadığım problem büyükse dünya başıma yıkılmış gibi hissederim.	()	()	()	()	()
42. Problem konusunda benim hatamın olmadığını düşünüyorsam çözüm için hiçbir girişimde bulunmam.	()	()	()	()	()
43. Bir problem yaşadığımda “her kötü şey beni bulur” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
44. Kişilerarası bir problem yaşadığımda, problemi çözebilmek için araya başkalarını sokarım.	()	()	()	()	()
45. Bir problem yaşadığımda kendimi tutamam, hemen ağlarım.	()	()	()	()	()
46. Bir problem yaşadığımda problem çözülünceye kadar inatla üstüne giderim.	()	()	()	()	()
47. Problemlerle karşılaştığımda “keşke hiçbir zaman sorun yaşamam” diye düşünürüm.	()	()	()	()	()
48. Bir problem yaşıyorsam çözülünceye kadar bunun dışında hiçbir şeye dikkatimi yoğunlaştıramam.	()	()	()	()	()
49. Yaşadığım bir problemi etkili bir şekilde çözebilmem için kendimi ve problem yaşadığım kişiyi olduğu gibi kabul ederim.	()	()	()	()	()
50. Kişilerarası problemlerimi kimseye zarar vermeyecek bir şekilde çözerim.	()	()	()	()	()

EK-4

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendirerek karşısındaki kutucuğa yazınız.

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

Beni hiç
Tanımlamıyor

Beni kısmen
tanımlıyor

Tamıyla
beni tanımlıyor

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem	
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli	
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	
7. Yalnız kalmaktan korkarım.	
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	
9. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	
10. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	
13. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	

14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	
15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	



ÖZGEÇMİŞ

1991’de İstanbul’da doğdu. Özel Surp Haç Lisesi’ni bitirdikten sonra, Maltepe Üniversitesi’nde yarı burslu başladığı Psikoloji Bölümü’nü 2014 yılında birincilikle bitirdi. Yine aynı üniversitede klinik psikoloji alanında yüksek lisansa yüzde yirmi beş burs alarak başladı. Balıklı Rum Hastanesi Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Servisi’nde, Erenköy Ruh Ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde, Deha Anaokulunda ve Emrullah Turanlı Çocuk Yuvasında stajlarını tamamladı. 2014 yılında Özel Ataşehir Adıgüzel Anaokulunda Psikolog olarak çalışmaya başladı ve 2016 yılının şubat ayında doğum iznine ayrılarak işine son verdi. “Bilişsel Davranışçı Terapi” eğitimini, “Oyun Terapisi” eğitimlerini tamamladı (2013-2014). Çocuklar üzerene yapılan “Gelişimsel Testler” eğitimini aldı (2014). 2015 yılından bu yana süpervizör eşliğinde danışmanlık merkezinde yetişkin psikoterapilerini yürütmektedir.

Psikolog Dença Demir

dencademir@gmail.com

05374003611