



Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi Sayı: 9/2 2020 s. 898-918, TÜRKİYE

Araştırma Makalesi

EVLİ BİREYLERİN BAĞLANMA STİLLERİ VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞLARININ EVLİLİK UYUMLARINI YORDAYICI ROLÜ*

Aynur KARABACAK ÇELİK**

Muhammed ÇİFTÇİ***

Geliş Tarihi: Ekim, 2019

Kabul Tarihi: Nisan, 2020

Öz

Bu araştırmada, evli bireylerde bağlanma stilleri ile psikolojik iyi oluşun evlilik uyumu üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaçla ilişkisel modele uygun olarak tasarlanan araştırma, Erzurum il merkezi ve merkeze bağlı ilçelerde yaşayan 441 evli birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, evlilik uyumunun alt boyutları olan anlaşma ve ilişki tarzı ile bağlanma stillerinin kaçınma alt boyutu arasında negatif yönlü, psikolojik iyi oluş ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. Evlilik uyumunun anlaşma alt boyutu ile bağlanma stillerinin kaygı alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca bağlanma stillerinin kaçınma alt boyutu ile psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı gözlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluş, evlilik uyumu.

THE PREDICTIVE ROLE OF ATTACHMENT STYLES AND PSYCHOLOGICAL WELL BEING ON MARRIED INDIVIDUALS' MARITAL ADJUSTMENT

Abstract

This study aims to examine the predictive effect of attachment styles and psychological well-being on marital adjustment in married individuals. The study was conducted in accordance with the relational model. The study was carried out with 441 married individuals who live in Erzurum city centre and the center of a district. Marital Adjustment Scale, Inventory of Experiences in Close Relationship, Psychological Well Being Scale and Personal Information Form were used in the collection of the data.

* Bu araştırma, ikinci yazar danışmanlığında birinci yazarın hazırlamış olduğu yüksek lisans tezinin bir bölümünden oluşturulmuştur.

** Arş. Gör.; Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, aynur.karabacak@atauni.edu.tr.

*** Dr. Öğr. Üyesi; Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Özel Eğitim Bölümü; mciftci@atauni.edu.tr.

According to the results, it was found that there was negative significant relationship between agreement and relationship style sub scale of marital adjustment scale and avoidance sub scale of attachment styles. There was a negative significant relationship between agreement sub scale with anxiety sub scale of attachment styles. There was a positive significant relationship between agreement and relationship with psychological well-being. Besides avoidance and psychological well-being were significant predictors of relationship style.

Keywords: Attachment styles, psychological well being, marital adjustment.

1. Giriş

Toplumun temel yapı taşı olarak adlandırılan ailenin oluşmasında etkili olan resmi yol evlilik olarak ifade edilmektedir. Evlilik; aile biçimleri, düşünce sistemleri bakımından birbiri arasında farklılıklar bulunan iki yabancı kişinin kendilerine ait yeni davranışlar ve yeni düşünce sistemleri ile oluşturduğu bir kurumdur (Turanlı, 2010). Özgüven (2009) evlilik kavramını, karşı cinsten iki kişinin ortak bir hayat oluşturmak, birlikte kararlar almak, hayatı paylaşmak ve bazı ihtiyaçlarını karşılamak için yaptıkları sözleşme olarak tanımlamaktadır.

İnsanoğlunun soyunu devam ettirmesine yardım eden ve toplumsal bir kurum olma özelliğini taşıyan evlilik kurumu ile bireyler daha düzenli bir hayat yaşamaktadır. Bunun sonucunda da bireylerin toplumsal kurallara uyması kolaylaşmaktadır. Bireylerin hayatını pek çok açıdan iyileştiren evlilik kurumunu etkileyen faktörlerin ortaya çıkarılması son yıllarda psikolojinin ilgilendiği konular arasında yer almıştır (Bacanlı, 2001).

Evliliğin devam etmesini sağlayan faktörlerin neler olduğunu ortaya çıkarmak için çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Bu faktörlerden bazıları evlilik uyumu, evlilik kalitesi, evlilik doyumu, eşlerin birbirlerinden algıladıkları sosyal destek, kişilik özellikleri, akrabalık ilişkileri şeklinde sıralanabilir. Literatür incelendiğinde bu kavramlardan özellikle evlilik ilişkisinin sağlıklı bir şekilde devam etmesine yardımcı olan evlilik uyumu üzerinde durulduğu görülmektedir (Erişti, 2010).

Evlilikte uyum birbirinden farklı kişilik özellikleri olan eşlerin günlük hayatın şartlarına uyum sağlamaları, sorunlarını anlaşarak çözmelerini, birbirleri ile iyi iletişim halinde olmaları ve mutlu olmaları şeklinde tanımlanmaktadır (Brown, 2016; Locke ve Wallace, 1959; Özer, Cihan ve Güngör 2012). Evlilik uyumu, evli çiftlerin birlikteliklerinin uyumlu olması sonucunda evlilik hayatlarındaki mutluluğu ve memnun olma durumunu da ifade etmektedir (Tutarel Kışlak ve Çubukça, 2002). Tezer'e (1986) göre evlilik uyumu, bireyin evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarını karşılama seviyesine göre değişen algıdır.

Johnson, White, Edwards ve Booth'a (1986) göre, evlilik uyumu eşler arasındaki mutluluk, etkileşim, anlaşmazlıklar, problemler, boşanma olmak üzere beş bölümden meydana gelmektedir. Bunlardan, ilişkinin genel ve özel alanlarındaki doyumu anlamına gelen eşler arasındaki mutluluk birinci boyutu, birlikte geçirilen zaman ve yapılan faaliyetler olarak tanımlanan etkileşim ikinci boyutu, ilişkide bulunan sözel ve fiziksel çatışmayı anlatan anlaşmazlıklar üçüncü boyutu, alkol alma, kolay incinme, küsme gibi kişilerin problem oluşturan davranışları olarak belirtilen problemler dördüncü boyutu, problemlerle durumlarda boşanma ihtimalini düşünme olan boşanma ise beşinci boyutu oluşturmaktadır.

Evlilik uyumu ile ilgili yapılan çalışmalarda ele alınan değişkenlerin, ilişkilerle ilgili süreçler (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006), eşlerin evlilik hayatları ile ilgili hissettikleri evlilik doyumu algıları (Turanlı, 2010; Aydoğan ve Özbay, 2018) ve bağlanma stilleri (Calvo, Palmieri, Codamo, Scampoli ve Bianco, 2015; Dhar, 2015; Gallo ve Smith, 2001; Lussier, Sabourin ve Turgeon, 1997; Martins, Canavarro ve Moreira, 2016; Meyers ve Landsberger, 2002; Mohammadi, Samavi ve Ghazavi, 2016; Sivandian, Besharat, Asgarabad ve Moghadamzade, 2016; Solmuş, 2003) olduğu belirlenmiştir.

Romantik ilişkilerin doğasına bakıldığında aslında her romantik ilişkinin bir bağlanma süreci olduğu ve eş seçimi ile evlilik kararının da bağlanma stillerinden etkilendiği söylenebilir. Bağlanma, bireyin kendisinden ve karşısındaki bireyden beklentileri ve inançları ile ilişkili olduğu için hem evliliği hem de evlilikten önce eş seçimini ya da seçmemeyi de etkileyebilecektir (Solmuş, 2010). Bu bağlamda, bu çalışmada hayat boyu devam etme ve evlilik ilişkisinin doğasını etkileme potansiyeli olduğu düşünülen bağlanma stilleri kavramı bir değişken olarak ele alınmıştır.

Bağlanma, bireylerin kendileri için önemli olduğunu düşündükleri kişilerle kurdukları güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma kuramına göre, bebeklerin bağlanma figürü olarak gördükleri bakım veren kişilerle kurdukları iletişimin niteliği, yaşamın daha sonraki dönemlerinde kurulacak ilişkilerde de belirleyici bir role sahip olmaktadır. Bu açıdan, bakım veren kişiyle çocuk arasında kurulan ilişki sonucunda çocuğun kendisi ve bakıcısına ilişkin oluşturduğu zihinsel işleyen modeller hayat boyu sürmekte ve yaşamın diğer dönemlerinde de yakın ilişkilerde benzer örüntüleri kurmasına neden olmaktadır (Bowlby, 1980; Shaver ve Hazan, 1987).

Bağlanma konusunda yapılan çalışmalarda güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan olmak üzere üç temel bağlanma stili ortaya konmuştur (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1958). Bartholomew ve Horovitz (1991) ise bu bağlanma kuramına dayalı olarak güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dördümlü yetişkin bağlanma stillinin olduğunu ortaya koymuştur. Güvenli bağlanan bireylerin kendilerine ve başkalarına yönelik olumlu algıları bulunmaktadır. Kendilerini sevmeye değer görürler ve aynı zamanda başkalarını da güvenilir olarak değerlendirirler. Bu özellikleri sayesinde başkalarıyla kolaylıkla yakınlık kurabilirler. Saplantılı bağlanan bireylerin kendilerine ilişkin algıları olumsuzdur, yakın ilişkilerinde kendilerini sevmeye değer görmezler ve ilişkilerinde gerçekçi olmayan beklentiler içinde olurlar. Kayıtsız bağlanmada ise yüksek benlik saygısı söz konusu iken diğerlerine ilişkin olumsuz tutumları vardır. Bundan dolayı yakın ilişkilerin gerekliliğini ve başkalarına gereksinim duymayı reddederler. Korkulu bağlanma ise kaygı düzeyi yüksektir, benlik saygısı düşük ve diğerlerini güvenilmez ve reddedici olarak değerlendirme söz konusudur (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu çalışmada, yetişkin bağlanma stillerini ölçmek için kullanılan ölçme aracındaki iki alt boyut “kaygı” ve “kaçınma”dır. Yakın ilişkilerde düşük kaygı ve kaçınmanın olması ilişkideki güvenli bağlanma stiline karşılık gelirken, yüksek kaygı ve kaçınma ise korkulu bağlanma stiline işaret etmektedir. Yüksek kaygı düşük kaçınma saplantılı bağlanma stilini gösterirken, düşük kaygı ve yüksek kaçınma da kayıtsız bağlanma stilini göstermektedir (Sümer, 2006). Bu çalışmada yetişkin bağlanma stilleri olan güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri, yukarıda ifade edilen kaygı ve kaçınma alt boyutları açısından ele alınmıştır.

Bağlanma ve evlilik konularına dair yapılan araştırmalar incelendiğinde, bağlanma stilleri ile ilişkinin kalitesi ve doğası arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların olduğu

görülmektedir. Bu araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanan insanlar daha çok karşılıklı olarak duygularını paylaşabilecekleri, uyumlu ve destekleyici yönü bulunan ilişkileri tercih etmektedirler (Solmuş, 2010). Çünkü güvenli bağlanma stiline sahip bir bireyin kendisine ve başkalarına yönelik olumlu bir algılaması olduğu için kendilerini ve karşıdaki kişinin seilmeye değer olduğunu düşünürler (Terzi ve Cihangir Çankaya, 2016). Bu açıdan romantik ilişkide bu bağlanma türüne sahip bireyin aşk ilişkisini de güven ve olumlu duygular üzerine kurması beklenebilir. Dolayısıyla güvenli bağlanan bireylerin de ilişkilerinde düşük kaygı ve düşük kaçınma göstermeleri olasıdır (Sümer, 2006). Ancak, kaçınılmalı bağlanma stiline sahip bireyler, daha düşük güven, doyum ve uyum içeren ilişkileri tercih etmekte ve romantik ilişkilerinde güvensizlik ve korku duygusu daha belirgin hâle gelmektedir (Hazan ve Shaver, 1987). Bu bağlanma stilinde kendine yetme duygusu baskındır dolayısıyla birey, başkalarıyla iletişim ve yakın ilişki kurmanın gerekli olmadığını düşünmektedir (Mikulincer ve Florian, 2001). Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler ise hem sabit ve destekleyici bir ilişki ihtiyacı hissetmekte hem de eşlerine karşı ikilemleri davranışlar sergileyebilmektedir (Solmuş, 2010).

Genellikle yakın, kararlı ve doyum sağlayıcı ilişkiler kurabilmek ve bunu devam ettirebilmek yetişkinlik döneminde bireyin kişilik gelişimine katkıda bulunan en önemli görevlerinden biridir. Bu tür ilişkiler de evlilik kavramı içinde yer almaktadır. Bu nedenle yetişkinlikte kurulan yakın ilişkilerle ilgili yapılan çalışmalarda evlilik ilişkisi ve evlilik ilişkisinde önemli bir yere sahip olduğu düşünülen bağlanma stilleri, incelenen önemli bir değişken olmuştur. Yapılan çalışmaların temel varsayımına bakıldığında, bağlanma stillerinin yaşam boyu devam ettiği ve çocukluk döneminde oluşan bu stillerin yetişkinlik döneminde de algıları, bilişsel süreci, kişinin davranışlarını ve yetişkinlikteki ilişki kalitesini etkilediği görülmektedir (Collins ve Read, 1994).

Bağlanma stillerinden başka psikolojik iyi oluş kavramının da evlilik uyumunu etkilediği düşünülmektedir. Psikolojik iyi oluş, öz kabul, özerklik, yaşam amacı, bireysel gelişim, olumlu ilişkiler ve çevresel hakimiyet olmak üzere altı boyuttan oluşmaktadır (Ryff, 1989). Öz kabul, kişinin kendinde var olan bütün özelliklerini nesnel bir şekilde değerlendirip yargılamadan kabul etmesini, özerklik, duygu ve düşüncelerinde bağımsız olabilmesi ve kendi kararlarını alabilmesini, yaşam amacı, kişinin hayatını anlamlı ve amaçlı olarak değerlendirmesini, bireysel gelişim, kişinin kendinde var olan potansiyelinin farkında olmasını ve yeterliklerini geliştirme çabasını, olumlu ilişkiler, sosyal çevre ile geliştirilen olumlu bağları ve çevresel hakimiyet ise kişinin çevresi üzerinde kontrolünün olmasını ve çevresini düzenleyebilmesini içermektedir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002; Ryff, 1989; Ryff ve Singer, 2008). Glenn'e (1990) göre evlilik, bireylerin yaşam süresini uzatmakta ve ruhsal sağlıklarını koruyup mutluluklarını artırmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin psikolojik olarak hayatlarını sağlıklı bir biçimde devam ettirebilmeleri ve toplumsal hayatın devamlılığını sağlayabilmek için ailenin sürekliliğinin korunması gerekmektedir. Bireyler, temel birtakım fizyolojik ihtiyaçlar ile ait olma, sevme, sevilme gibi psikolojik ihtiyaçları ile kültürel değerleri kazanma, sağlıklı zihinsel gelişimini sürdürme gibi ihtiyaçlarını aile içinde karşılar. Bu ihtiyaçların yanı sıra bireyler aile hayatında kurdukları ilişkiler sayesinde, sosyal becerilerini ve kişiliğini geliştirme fırsatı bulup toplumla uyumlu bir birey haline gelmektedir.

Diener (1984) bireylerin evlilik uyumunun genel anlamda onların iyi oluşlarında önemli bir yere sahip olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte Fincham ve Beach (1999) bireyin psikolojik olarak sağlıklı olmasının bir koşulunun da eşler arasındaki uyum olduğunu ifade

etmiştir. Ayrıca evlilik hayatında ortaya çıkan bazı sorunlar psikolojik anlamda bireylerin psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkilemektedir. Dolayısıyla evlilik uyumu ile ilişkisi olduğu düşünülen psikolojik iyi oluş kavramının incelenmesi önemli olarak görülmektedir. Çünkü evlilik konusu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmacıların özellikle evlilikle mutluluk ve mutsuzluğa nelerin etki ettiği konusuna yöneldikleri görülmüştür (Therman, Bittenweiser, Ferguson, Johnson ve Wilson, 1938). Kublay ve Oktan (2015) tarafından yapılan çalışmada öznel mutluluğun evlilik uyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Yeşiltepe ve Çelik (2014) yapmış olduğu çalışmasında psikolojik iyi oluşun alt boyutlarının evlilik uyumunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Ekşi, Güneş ve Yaman (2018) tarafından yapılan çalışmada ise psikolojik iyi oluşun ve toplumsal cinsiyet rollerinin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu görülmüştür.

İlgili literatür tarandığında evlilik uyumu, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş kavramları çeşitli değişkenler açısından incelendiği belirlenmiştir (Busby, Boden, Niehuis, Reifman ve Fitzpatrick, 2015; Carr, House, Kessler, Nesse, Sonnega ve Wortman, 2000; Clout ve Brown, 2016; İşgör, 2017; Lapsley ve Edgerton, 2002; Li, Robustelli ve Whisman, 2016). Yapılan çalışmalar güvensiz bağlanan bireylerin düşük iyi oluşa sahip olduğunu (Kafetsios ve Sideridis, 2006; Kobak, Sudler ve Gamble, 1991; Priel ve Shamai, 1995), güvenli bağlanan bireylerin ise iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu (La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci, 2000; Torquati ve Rafaelli, 2004) ortaya koymuştur. Chung ve Choi (2014) tarafından yapılan çalışmada bağlanma stilleri ile iyi oluş arasındaki ilişkide evlilik doyumunun aracı rolü incelenmiş ve evlilik doyumunun kaygılı bağlanma ile iyi oluşa kısmi aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Kornaszewska Polak (2016) tarafından yapılan çalışmada ise bağlanma stilleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık rolünü incelenmiştir. Bu bağlamda evlilik ilişkisindeki uyumu etkileme potansiyeli olduğu düşünülen bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş kavramı evlilik uyumunu etkileyen değişkenlerin daha kapsamlı belirlenmesi amacıyla bu araştırma kapsamında beraber ele alınmıştır. Literatürdeki çalışmalar evlilik uyumunun psikolojik iyi oluşu artırdığını ortaya koymakta iken (Gülyüksel Akdağ ve Cihangir-Çankaya, 2015) bu çalışmada psikolojik iyi oluşun, bağlanma stilleri ile beraber evlilik uyumu üzerindeki yordayıcı etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Psikolojik iyi oluşu yüksek bireyler daha özerk, bireysel gelişim göstermede başarılı, yaşam amaçları olan, çevresiyle güçlü bağlar kurabilen, kendi özelliklerinin farkında olan bireylerdir (Ryff, 1989). Onların bu özellikleri sayesinde eşleri ile daha uyumlu bir beraberlik yaşayacakları ve psikolojik iyi oluşu yüksek bireylerin daha doyum sağlayıcı ve daha işlevsel bir yaşam sürdürmelerinden dolayı eşleri ile daha uyumlu olabilecekleri düşüncesinden hareketle bu çalışmada psikolojik iyi oluş, evlilik uyumunu yordayan bir değişken olarak ele alınmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın bu yönüyle literatürdeki çalışmalardan ayrıldığı düşünülmektedir. Ayrıca bireylerin evlilik uyumlarını belirlemede bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun rolünün araştırılması, bireylerde evlilik uyumunu etkileyen değişkenlerin belirlenmesine yardımcı olacağı ve evlilik hayatında uyumu etkileyeceği düşünülen bu değişkenlerin belirlenmesiyle beraber evli çiftlerin boşanma aşamasına gitmeden süreci daha sağlıklı sürdürmelerine yardımcı olunacağı düşünülmektedir. Bu açıdan evli bireylerin evlilik uyumu bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkilerin incelenmesi konulu bu araştırmadan elde edilecek bulguların bu alanda hizmet verecek aile danışmanlarına, psikolojik danışmanlara ve alanda çalışan uzmanlara danışma sürecinde yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, evli

bireylerin bağlanma stilleri, evlilik uyumları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu temel amaç doğrultusunda araştırmanın alt amaçları aşağıda belirtilmiştir:

1. Bağlanma stilleri psikolojik iyi oluş ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek,
2. Bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun anlamlı birer yordayıcısı olup olmadığını belirlemek.

2. Yöntem

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada evli bireylerin bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşlarının evlilik uyumları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemeyi amaçlayan betimsel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişki modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. İlişki modelini iki veya daha çok değişken arasında meydana gelen değişimi veya bu değişimin derecesini ortaya koymaya çalışan bir araştırma modelidir. Bu modelde, aralarında ilişki aranacak değişkenler, ilişkiyi bir çözümleme yapmaya imkân verecek şekilde ayrı ayrı sembolleştirilir (Karasar, 2015; McMillan ve Schumacher, 2010).

2.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmanın çalışma grubunu, 2014-2015 yılları arasında Erzurum ilinin Palandöken, Yakutiye ve Aziziye merkez ilçelerinde yaşayan ve uygun örnekleme yöntemiyle ulaşılan 441 evli birey oluşturmaktadır. 2013 yılındaki istatistikî verilere göre Erzurum ilinde yaşayan evli bireylerin sayısı 330.823'tür (TÜİK, 2013). Uygun örnekleme yönteminde, çalışmaya katılması kolay olan bir çalışma grubunun oluşturulması hedeflenir (Christensen, Johnson ve Turner, 2015). Çalışma grubunu oluşturan bireylerin yeterli büyüklüğe sahip olduğunu belirlemek için Krejcie ve Morgan'ın (1970) yapmış olduğu çalışmasından yararlanılmıştır. Krejcie ve Morgan'a (1970) göre 1.000.000 ve üzeri sayıdaki evren için örneklem büyüklüğünün en az 384 olması gerekmektedir. Bu çalışmanın evreni 330.823 kişiden oluşmakta ve örnekleme oluşturan 441 kişilik grup belirtilen değer içerisinde yer almaktadır.

Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylere ait demografik bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir:

Tablo 1: Evren ve Örneklem ile İlgili Demografik Bilgiler

Kişisel Bilgilerin Dağılımı (N=441)		N	%
Cinsiyet	Kadın	192	43.5
	Erkek	249	56.5
Yaş	20-30 yaş	130	29.5
	31-41 yaş	188	42.6
	42-52 yaş	87	19.7
	53 ve üstü yaş	36	8.2
	İlkokul	32	7.3
Öğrenim Durumu	Ortaokul	32	7.3
	Lise	65	14.7
	Ön lisans	31	7
	Lisans	165	37.4
	Yüksek lisans	48	10.9
	Doktora	68	15.4
Çalışma Durumu	Evet	380	86.2
	Hayır	61	13.8
Gelir Düzeyi	0-1000 ₺	40	9.1

	1001-2000 ₺	70	15.9
	2001-3000 ₺	184	41.7
	3001-4000 ₺	74	16.8
	4001 ve üzeri ₺	73	16.6
Meslekler	Memur	82	18.6
	Öğretmen	129	29.3
	Akademisyen	97	22
	Ev Hanımı	38	8.6
	İşçi	42	9.5
	Esnaf	53	12

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın çalışma grubuna dahil olan bireylerin yaş, cinsiyet, çalışıp çalışmama durumu, meslek, aylık ortalama gelir düzeyi gibi değişkenleri belirlemeye dönük olarak araştırmacı tarafından hazırlanmış bir formdur.

2.3.2. Evlilikte Uyum Ölçeği

Locke ve Wallace'ın (1959) geliştirdiği, Tutarel Kışlak'ın (1999) Türkçeye uyarladığı evlilikte uyum ölçeği, evliliğin niteliğini ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. Evlilikte uyum ölçeğinde 15 madde bulunmaktadır. Ölçekten en düşük 15, en yüksek 60 puan alınmaktadır. Ölçeğin, anlaşma ve ilişki tarzı olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekte ters puanlanan bir madde bulunmamaktadır. Ölçeğin anlaşma alt boyutuna ait puan hesaplanırken 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 ve 9 numaralı maddelerden alınan puanlar toplanırken, ilişki tarzı alt boyutuna ait puan hesaplanırken de 10, 11, 12, 13, 14 ve 15 numaralı maddeden alınan puanlar toplanmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini belirlemek için yapılan çalışmalar sonucunda, ölçeğin iç tutarlık katsayısının .84 olduğu görülmüştür. Ölçeğin orjinaline ait iç tutarlık katsayısının ise .90 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliğinin belirlenmesinde İlişkilerde Yükleme Ölçeği kullanılmıştır ve bu ölçek ile aralarında negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır ($r = -.54, p < .05$). Tutarel Kışlak (1996) tarafından yapılan çalışmada ise Evlilikte Uyum Ölçeği ile Aile Yapısını Değerlendirme Aracı ile korelasyon değerinin .66 olduğu bulunmuştur.

Bu araştırma kapsamında elde edilen iç tutarlılık katsayısının ölçeğin geneline ilişkin .75, anlaşma alt boyutu için .66 ve ilişki tarzı alt boyutu için .61 olduğu saptanmıştır.

2.3.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından geliştirilen, Sümer ve Güngör'ün (1999a) Türkçeye uyarladığı Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, yakın ilişkilerde başkalarından kaçınmayı ve yaşanan kaygıyı ölçmektedir. Ölçekte 36 madde bulunmaktadır ve kaygı ile kaçınma boyutlarının her biri 18'er madde ile ölçülmektedir. Bireylerin maddelere vermiş oldukları 1'den 7'ye kadar olan değerler ilgili maddeye ne derece katıldıklarını göstermektedir. Bu derecelendirmede "1" değeri beni "hiç tanımlamıyor", "7" değeri ise "tamamıyla beni tanımlıyor" anlamına gelmektedir. Maddelerden alınan puanların ortalamaları alınarak kaygı ve kaçınma alt boyutlarına ait puanlar hesaplanmaktadır. Kaçınma ve kaygı boyutlarından alınan düşük puan güvenli bağlanmayı, kaçınma ve kaygı boyutlarının ikisinden de alınan yüksek puan korkulu bağlanmayı, kaygı boyutundan yüksek kaçınma boyutundan alınan düşük puan saplantılı bağlanmayı ve kaygı boyutundan düşük kaçınma boyutundan alınan yüksek puan

kayıtsız bağlanmayı ifade etmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ait güvenilirlikleri incelendiğinde bu değerlerin kaygı alt boyutuna ait güvenilirliğin .86 ve kaçınma alt boyutuna ait güvenilirliğin .90 olduğu saptanmıştır. Kaçınma alt boyutunun iç tutarlılık değerinin .58 ve kaygı alt boyutuna ait iç tutarlılık değerinin .69 olduğu görülmüştür. Ölçeğin faktör yapısının incelenmesi için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksleri (GFI = .86; NNFI = .86; CFI = .89; RMR = .087) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal, 2005).

Bu araştırma kapsamında elde edilen iç tutarlılık katsayısı kaçınma alt boyutu için .83 ve kaygı alt boyutu için .82 olduğu saptanmıştır.

2.3.4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Diener ve arkadaşlarının (2009; 2010) geliştirdiği ve Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan psikolojik iyi oluş ölçeği sosyo psikolojik iyi oluşu ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçekte 8 madde bulunmaktadır ve maddelere verilen cevaplar 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (kesinlikle katılıyorum) arasında derecelendirilmektedir. Bütün maddeler olumlu şekilde ifade edilmektedir. Ölçekten en düşük 8, en yüksek 56 puan alınmaktadır. Ölçeğin alt boyutları bulunmamakta ve ölçekteki tüm maddelere verilen değerlerin toplanması ile ölçekten toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan bireyde psikolojik olarak pek çok kaynağa ve güce sahip olmayı göstermektedir. Psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerlik çalışmalarına bakıldığında açılımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın % 42 olduğu bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da uyum indeksleri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (RMSEA= 0.08, SRMR=0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95, IFI=0.95). Ölçeğin güvenilirlik çalışmasına bakıldığında iç tutarlılık katsayısının .80 olduğu saptanmıştır. Test tekrar test güvenilirliği sonuçlarına göre iki uygulama arasındaki ilişkinin .86 olduğu bulunmuştur.

Bu araştırma kapsamında elde edilen iç tutarlılık katsayısının .90 olduğu görülmüştür.

2.3.5. Verilerin Toplanması

Ev hanımı, işçi, esnaf, memur, öğretmen ve akademisyenlerden oluşan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden çalışma grubuna, uygulamaya geçmeden önce araştırmanın amacı, etik ilkeler ve gizlilik konularında bilgi verilmiştir. Çalışma grubuna gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra ölçekler evli bireylere uygulanmıştır. Ayrıca ölçeklerin bir kısmı katılımcılara internet üzerinden gönderilmiş ve verilerin bir kısmı bu yöntemle toplanmıştır.

2.3.6. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler üzerinde analiz işlemine geçmeden önce veri setinden geçerli sonuçları elde etmek amacıyla verilerin yeniden düzenlenmesi ve bazı varsayımların karşılanıp karşılanmadığının incelenmesi gerekmektedir. Bu amaçla analiz işleminden önce kayıp veri analizi, uç değer analizi, normal dağılım ve doğrusallık analizi ve çoklu bağımlı analizlerinin yapılması gerekmektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010).

Araştırmada elde edilen verilerdeki kayıp değer analizlerinin yapılmasında benimsenen yollardan birisi kayıp değer içeren verilerin veri setinden çıkarılmasıdır. Bir başka yöntem ise, araştırmada elde edilen verilerin ortalamaları alındıktan sonra kayıp değer içeren verilere bu ortalamaları atamaktır (Çokluk vd., 2010). Bu araştırmada kayıp değer analizinin yapımında

elde edilen verilerin ortalamaları alınarak kayıp değere sahip verilere bu ortalamaların atanması yoluna gidilmiştir.

Araştırma kapsamında elde edilen verilerde uç değer olup olmadığı z puanları incelenerek değerlendirilmiştir. Araştırmada elde edilen veri setinde yer alan değişkenlere ait puanlar standart z puanlarına dönüştürülür ve verilerin ortalamadan ne ölçüde sapma gösterdiği belirlenebilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Araştırma sonucu elde edilen sürekli değişkenlere ait puanlar z puanlarına dönüştürülmüş ve -3 ile +3 aralığı dışında yer alan 11 veri araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Bununla birlikte uç değer analizinde Mahalonobis uzaklık değerinden de yararlanılmıştır. Bu değerlerin hangi aralıkta olması gerektiğine ilişkin olarak Pearson ve Hartley (1966) üç yordayan değişken için değerlerin 16.27 olması gerektiğini belirtmektedir. Araştırmada elde edilen verilerde bu değerlerin üzerinde yer alan 8 veri araştırma kapsamından çıkarılmıştır.

Kayıp değer ve uç değer analizlerinin yapılmasından sonra veri setinin normallik varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme yapılırken değişkenlere ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri kullanılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin kabul edilebilirlik sınırlarına bakıldığında çarpıklık değerinin -1 ile +1 arasında basıklık değerlerinin de -1 ile +2 arasında olması gerektiği belirtilmektedir (Huck, 2008). Aşağıda sürekli değişkenlere ilişkin elde edilen çarpıklık ve basıklık değerlerine ait bilgilere yer verilmiştir:

Tablo 2: Ölçme Araçlarına İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları

	N	Min.	Mak.	X	S.S.	Çarpıklık		Basıklık	
						Değer	Hata	Değer	Hata
Anlaşma	441	12.00	46.00	33.33	6.83	-.54	.12	.18	.23
İlişki Tarzı	441	2.00	14.00	9.72	2.64	-.75	.12	.20	.23
Psikolojik İyi Oluş	441	10.00	56.00	41.91	10.85	-1.00	.12	.29	.23
Kaçınma	441	1.00	5.44	2.87	.99	.06	.12	-.82	.23
Kaygı	441	1.00	6.33	3.50	1.02	.15	.12	-.20	.23

Veri setinde bulunan değişkenler arasında yüksek düzeyde ilişkinin olması çoklu bağıntı şeklinde belirtilmektedir. Değişkenler arasında yüksek düzeyde ilişkinin olması durumunda bu değişkenlerin veri setinden çıkarılması gerekmektedir (Field, 2013). Pallant (2001) yordayan değişkenler arasında .90 ve üzeri bir korelasyonun çoklu bağıntıya neden olacağını belirtmektedir. Çoklu bağıntı analizi yapılırken değişkenler arasındaki ilişkiler ele alınmış ve korelasyon değerlerinin .02 ile .33 arasında yer aldığı saptanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, değişkenler arasında çoklu bağıntının olmadığı gözlenmiştir.

Çarpıklık ve basıklık değerlerinin ve Mahalonobis uzaklık değerlerinin incelenmesinin ardından veri setine ait histogram grafikleri incelenmiş ve verilere ait mod, medyan ve ortalama değerlerinin birbirine yakın olduğu görülmüş ve verilerin normal dağılıma sahip olduğuna karar verilmiştir. Yapılan tüm bu işlemlerden sonra verilerin analizi için parametrik analizlerin kullanılmasının uygun olduğu sonucuna varılarak verilerin analizine geçilmiştir.

Araştırmanın verilerinin analizinde evlilik uyumu, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri belirleyebilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ve

evlilik uyumunun yordanmasında Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Bu analizler bilgisayar ortamında SPSS for Windows 21. İstatistik paket programı ile yapılmıştır.

3. Bulgular

3.1. Bağlanma Stilleri, Psikolojik İyi Oluş ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki ile İlgili Bulgular

Bireylerin bağlanma stilleri, evlilik uyumları ve psikolojik iyi oluşları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Bağlanma Stilleri, Evlilik Uyumu ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki ile İlgili Bulgular

	1	2	3	4	5
1. Anlaşma (Evlilik Uyumu Alt Boyutu)	-				
2. İlişki Tarzı (Evlilik Uyumu Alt Boyutu)	.65**	-			
3. Psikolojik İyi Oluş	.51**	.51**			
4. Kaçınma (Bağlanma Stilleri Alt Boyutu)	-.33**	-.27**	-.25**		
5. Kaygı (Bağlanma Stilleri Alt Boyutu)	-.10*	-.08	.02	.33**	
\bar{X}	33.33	9.72	41.91	2.87	3.50
S.S.	6.83	2.64	10.85	.99	1.02

* $p < .05$, ** $p < .01$, $n = 441$

Tablo 3 incelendiğinde bireylerin evlilik uyumu ölçeğinin “Anlaşma” ($r = .51$, $p = .000$) ve “İlişki Tarzı” ($r = .51$, $p = .000$) alt boyutları ile “Psikolojik iyi oluş” puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken, evlilik uyumunun “Anlaşma” alt boyutu ile “Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri” nin “Kaçınma” ($r = -.33$, $p = .000$) ve “Kaygı” ($r = -.10$, $p = .036$) alt boyutları ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. “İlişki tarzı” ($r = -.27$, $p = .000$) ile “Kaçınma” arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülürken, “İlişki tarzı” ($r = -.08$, $p = .104$) ile “Kaygı” arasında negatif yönlü anlamsız bir ilişki olduğu saptanmıştır.

3.2. Bağlanma Stilleri ve Psikolojik İyi Oluşun Evlilik Uyumunu Yordama Gücü ile İlgili Bulgular

3.2.1. Bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun “Anlaşma” alt boyutunu yordama gücü ile ilgili bulgular

Bireylerin bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşlarının evlilik uyumlarının “anlaşma” alt boyutunun anlamlı birer yordayıcısı olup olmadığını anlamak için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Evlilik Uyumunun Anlaşma Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata _B	β	t	p
Sabit	26.25	1.65	-	15.91	.000
Psikolojik İyi Oluş	.29	.03	.46	10.98	.000
Kaçınma	-1.36	.30	-.20	-4.48	.000
Kaygı	-.31	.29	-.05	-1.07	.284

$R = .55$, $R^2 = .30$, $F_{(3, 437)} = 62.34$, $p = .000$

Bağlanma stillerinin alt boyutları olan kaygı ve kaçınma ile psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun anlaşma alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 4’te verilmiştir. Tablo 4 incelendiğinde psikolojik iyi oluş ve bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma değişkenleri birlikte evlilik uyumunun anlaşma alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur ($R = .55$, $R^2 = .30$, $F_{(3, 437)} = 62,34$, $p = .000$). Psikolojik iyi oluş ile bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma değişkenlerinin birlikte toplam varyansın yaklaşık %30’unu açıkladığı görülmektedir.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) yordayıcı değişkenlerin evlilik uyumunun alt boyutu olan anlaşma üzerindeki görece önem sırası psikolojik iyi oluş, kaçınma ve kaygıdır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t–testi sonuçları incelendiğinde ise, psikolojik iyi oluş ve bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma değişkenlerinin anlaşma üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu görülmektedir. Bağlanma stillerinin kaygı alt boyutunun ise evlilik uyumunun anlaşma alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı saptanmıştır.

3.2.2. Bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun “ilişki tarzı” alt boyutunu yordama gücü ile ilgili bulgular

Bireylerin bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluşlarının evlilik uyumlarının “ilişki tarzı” alt boyutunun anlamlı birer yordayıcısı olup olmadığını anlamak için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5: Evlilik Uyumunun İlişki Tarzı Alt Boyutunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata _B	β	t	p
Sabit	6.37	.65	-	9.85	.000
Psikolojik İyi Oluş	.11	.01	.47	11.11	.000
Kaçınma	-.37	.12	-.14	-3.08	.002
Kaygı	-.11	.11	-.04	-.98	.326

$R = .53$, $R^2 = .28$, $F_{(3, 437)} = 55.81$, $p = .000$

Bağlanma stillerinin alt boyutları olan kaygı ve kaçınma ile psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun ilişki tarzı alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5’te verilmiştir. Tablo 5 incelendiğinde psikolojik iyi oluş ve bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma birlikte evli bireylerin ilişki tarzı evlilik uyumu alt ölçeği puanı ile anlamlı bir ilişki vermiştir ($R = .53$, $R^2 = .28$, $F_{(3, 437)} = 55.81$, $p = .000$). Psikolojik iyi oluş ve bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma değişkenlerinin birlikte toplam varyansın yaklaşık % 28’ini açıkladığı görülmektedir.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) yordayıcı değişkenlerin ilişki tarzı üzerindeki görece önem sırası psikolojik iyi oluş, kaçınma ve kaygıdır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t–testi sonuçları incelendiğinde ise, psikolojik iyi oluş ve bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınma değişkenlerinin evlilik uyumunun ilişki tarzı alt boyutu üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu görülmektedir. Bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaygı ise evlilik uyumunun ilişki tarzı alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur.

4. Tartışma ve Sonuç

Araştırma sonucunda evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları ile kaçınma bağlanma stili arasında negatif yönlü, psikolojik iyi oluş ile de pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ayrıca, psikolojik iyi oluş ve kaçınma bağlanma stili evlilik uyumunun

anlamli yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. Aşağıda, elde edilen bulgular literatürdeki bilgiler doğrultusunda değerlendirilmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları ile kaçınma bağlanma stili arasında negatif yönde anlamli bir ilişkinin olduğu bulgusu geçmiş araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir (Açık, 2008; Banse, 2004; Brennan ve Shaver, 1995; Erişti, 2010; Feeney, 1994; Fuller ve Finchman, 1995). Kaçınmalı bağlanma stiline sahip bireyler herhangi bir çatışma durumunda eşlerinin isteklerini göz ardı ederler ve çatışma ile baş etme becerileri düşük olduğu için bu çatışma durumunu önemsiz gösterme eğiliminde olurlar. Ayrıca bu bireyler ilişkilerinde yoğun korku ve güvensizlik duygusu yaşarlar. Bu da onların ilişkilerinde eşleri ile yakınlık kurmaktan kaçınmalarına neden olur (Mikulincer ve Shaver, 2012). Ancak evlilik uyumu yüksek olan bireylerin aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlık, cinsellik, yaşam felsefesi gibi konularda anlaşma düzeylerinin yüksek olduğu ve boş zaman etkinlikleri, ev dışı etkinlikler, çatışma çözme, güven gibi alanlarda daha uyumlu bir ilişki tarzı geliştirdikleri bilinmektedir (Tutarel Kışlak, 1999). Dolayısıyla ilişkilerde kaçınmalı bağlanan bir bireyin yakınlık kurmaktan kaçınma, eşine olan güvensizlik ve korku duyguları onların uyumlu bir evlilik süreci yaşamalarına engel olmuş olabilir. Elde edilen bu sonuç, bireylerin ilişkilerindeki terk edilmeye karşı kaygı ve yakınlık kurmaktan kaçınma duygularının ilişkilerindeki uyum düzeylerini etkilediğini (Solmuş, 2003) ortaya koymaktadır. Bu nedenle bireylerin ihtiyaç duymalarına karşın hayal kırıklığı yaşamaktan korktukları için bir partnerle yakınlık kurmaktan kaçınmalarının onların ilişkilerinde uyum sorunları yaşamalarına neden olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucunda elde edilen evlilikte uyumun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamli bir ilişkinin olduğu bulgusunu literatürde destekleyen çalışmalar mevcuttur (Amiri, Rad ve Hosseinik, 2018; Glenn, 1975; Johnson vd., 1986; Kim ve McKenry, 2002; Proulx, Helms ve Buehler, 2007; Shek, 2001). Psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireylerin insanlarla iyi ilişkiler kurmada başarılı oldukları, kendini gerçekleştirecek çevresel imkânları oluşturdukları, kişisel gelişim, kişilerarası ilişkiler, topluma katkı gibi konularda yaşam amaçlarına sahip olduğu, kendi potansiyelini sürekli geliştirdikleri ve daha özerk oldukları bilinmektedir (Ryff, 1989; Ryff ve Keyes, 1995). Bu açıdan psikolojik iyi oluşta meydana gelen artış, bireyleri evlilik ilişkisinde daha işlevsel bir aşamaya ulaştırmış ve çiftlerin daha uyumlu bir evlilik yaşamalarına yardımcı olmuş olabilir. Çünkü evlilik uyumunda, anlaşma alt boyutu yaşam felsefesi, duyguların ifadesi, aile içi ilişkiler, toplumsal kurallar konusunda eşler arasında yer alan uzlaşmayı ve ortak hareket edebilme durumunu yansıtmaktadır. Benzer şekilde evlilik uyumunun ilişki tarzı alt boyutunda ise sosyal etkinlikler, boş zamanlarını değerlendirme, çatışma çözme, eşler arası güven gibi konularda ortak bir paydada buluşabilmeyi yansıtmaktadır. Bu bağlamda psikolojik iyi oluşu yüksek bireyin, daha çok olumlu duyguları deneyimlediği, kendi özelliklerinin farkında olduğu, özerk davranışlarında bulunabildiği, destekleyici sosyal ilişkilere sahip olduğu ve yaşamda anlam bulduğu (Ryff ve Singer, 2008) bilgisinden hareketle, araştırma sonucunda elde edilen bu bulgu, psikolojik iyi oluşun artmasının çiftlerin evlilik uyumunu da artırdığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bir başka bulguya göre psikolojik iyi oluşun evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutlarının en güçlü yordayıcısı olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırma bulgusuyla benzerlik taşıyan çalışmalar olduğu görülmektedir (Danesh, Aminalroayaei ve NooriPour-Liavoli, 2017; Kublay ve Oktan 2015; Ekşi, Güneş,

Yaman, 2018; Yeşiltepe ve Çelik, 2014). Psikolojik iyi oluş, kişinin kendinde var olan özellikleri yargılamadan olduğu gibi kabul etmesi, özerk davranabilmesi, anlamlı ve amaçlı bir yaşantıya sahip olması, bireysel gelişim göstermesi ve çevre ile olan ilişkilerinde hakimiyet kurması gibi özelliklerle karakterizedir (Ryff, 1989). Dolayısıyla olumlu ve olumsuz özelliklerini bilen, destekleyici sosyal ilişkileri olan, amaçlı bir hayat sürdüren birisinin yakın ilişkilerinde de bu özellikleri aracılığıyla daha uyumlu bir ilişki yaşayacağı düşünülebilir. Evlilik ilişkisinde daha az çatışma yaşama, önemli konularda uzlaşmaya varabilme, boş zaman etkinliklerine beraber katılma ve eşler arasında duygusal yakınlığın olması uyumlu bir evlilik olarak ele alınmaktadır. Ayrıca uyumlu çiftler, olgun, dengeli, uzlaşmacı ve uyumlu olarak nitelendirilmektedir (Spanier, 1972). Bu bağlamda psikolojik iyi oluşta da bireyin sadece yaşamdan doyum alması değil aynı zamanda işlevsel bir hayat sürdürmesinin gerekliliği üzerinde de durulmaktadır (Ryff, 1989). Dolayısıyla işlevsel bir hayat sürdüren bireyin, evlilik ilişkisindeki uyum düzeyi de bu süreçten etkilenmiş olabilir.

Araştırmanın bir başka bulgusu ise, bağlanma stillerinin alt boyutu olan kaçınmanın da evlilik uyumunun alt boyutlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bu bulgu literatürde yapılan bazı araştırmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Açık, 2008; Erişti, 2010; Gallo ve Smith, 2001; Sarı, 2012; Tuncay-Senlet, 2012). Bağlanmaya ilişkin kaçınmanın yüksek olduğu bireyler, eşleri ile yaşadıkları duygusal yakınlık konusunda rahat değildirler ve eşlerine güven duymakta sorun yaşarlar. Bu durumların çiftler arasındaki iletişimi olumsuz etkileyeceği, ilişkinin kalitesini bozacağı ve sonuç olarak da evlilik uyumunu azaltacağı düşünülebilir. Bu bağlamda kaçınmanın azalmasının evlilik uyumunu olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bir diğer bulguda, bağlanma stillerinin kaygı alt boyutunun evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutlarının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bu bulguyu literatürde destekleyen bazı çalışmalar olduğu görülmektedir (Collins, 2008; Hatch, 2008; Özmen ve Atik, 2010; Sarı, 2012). Araştırma sonucunda elde edilen bu bulgu literatürdeki bazı çalışmalarla ise çelişmektedir (Açık, 2008; Butzer ve Campbell, 2008). Araştırmanın bu bulgusu oldukça dikkat çekici ve açıklanması güç bir bulgudur. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireyler ilişkilerinin sabit ve dengeli ilerlemesini isterken bir yandan da yaşadıkları kaygı nedeniyle partnerlerini kaybedecekleri endişesine kapılabilirler (Bartlomew ve Horovitz, 1991). Ancak evlilik uyumu yüksek bireyler ilişkilerinde duyguların ifadesi, çatışma çözme, boş zamanlarını değerlendirme gibi konularda uzlaşma hâlinde dirler (Tutarel-Kışlak, 1999). Yetişkin bağlanma stilleri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri etkileyen faktörlerin belirlenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada da kaygı bağlanma stili ile evlilik doyumu arasında bir ilişki olmayışı bireylerin evlilik uyumlarının yüksek olmasıyla açıklanmıştır (Hatch, 2008). Benzer şekilde bu araştırma sonucunda da kaygı bağlanma stili ile evlilik uyumunun ilişki tarzı ve anlaşma alt boyutları arasında bir ilişkinin olmayışı, çiftlerin evlilik uyumlarının yüksek olması ve bu uyumu artıran etmenlerle ilgili olabilir. Çiftlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasının, ilişkilerinde daha özerk davranmalarının, kendilerini olduğu gibi kabul etmelerinin ve işlevsel bir hayat sürdürmelerinin de etkisiyle çiftler, ilişkilerinde daha az kaygı yaşamış ve daha yüksek düzeyde evlilik uyumu geliştirmiş olabilirler.

5. Öneriler

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular neticesinde aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

Evlü bireylere dönük olarak gerçekleştirilecek psikolojik danışma faaliyetleri kapsamında çiftlerin bağlanma biçimleri ve psikolojik iyi oluş düzeyleri de sürece dahil edilebilir. Çiftlerin uyumlu bir evlilik hayatı sürdürebilmeleri için evli bireylere dönük seminerler ve eğitimler düzenlenebilir.

Bu araştırma Erzurum ilinde 2014-2015 yılları arasında araştırmaya gönüllü olarak katılan evli bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonuçlarının genellenebilirliği açısından daha sonra yapılacak çalışmalarda farklı çalışma grupları üzerinde araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Kaynaklar

- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Amiri, F., Rad, R. M. ve Hosseinik, S. S. (2018). Predicting marital adjustment, sexual satisfaction, and psychological well-being based on thought control strategies among teachers of Yasuj. *Adab Al-Kufa*, 2(37), 73-86.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2018). Evlilikte fedakârlık doyumunun ilişkisel özgünlük ve evlilik doyumunu bağlamında değerlendirilmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(2), 1276-1290.
- Bacanlı, H. (2001). Eş seçimi tercihleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 7-16.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-373.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3: Loss*. Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. ve Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York, NY, US: Guilford Press.
- Brennan, K. A. ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267-283.
- Brown, G. M. (2016). Examining parent's marital adjustment and children's social behaviour in nigerian secondary schools. *International Journal of Sustainable Development*, 11(1), 75-80.

- Busby, D. M., Boden, J., Niehuis, S., Reifman, A. ve Fitzpatrick, J. (2015). Predicting partner enhancement in marital relationships: The family of origin, attachment, and social network approval. *Journal of Family Issues*, 38(15), 2178-2199.
- Butzer, B. ve Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141-154.
- Calvo, V., Palmieri, A., Codamo, A., Scampoli, M. R. ve Bianco, F. (2015). Perceptions of parental bonding, adult attachment, and marital adjustment in prospective adoptive parents. An empirical study in the pre-adoptive period. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(4), 419-432.
- Carr, D., House, J. S., Kessler, R. C., Nesse, R. M., Sonnega, J. ve Wortman, C. (2000). Marital quality and psychological adjustment to widowhood among older adults: a longitudinal analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(4), 197-207.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B. ve Turner, L. A. (2015). *Araştırma yöntemleri: Desen ve analiz*. (çev. A. ALPAY). Ankara: Anı.
- Chung, K. ve Choi, E. (2014). Attachment styles and mother's well-being among mothers of preschool children in Korea: The mediating role of marital satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 69, 135-139.
- Clout, D. ve Brown, R. (2016). Marital relationship and attachment predictors of postpartum stress, anxiety, and depression symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 35(4), 322-341.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Collins, N. L. ve Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew ve D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships* (pp. 53-90). London: Kingsley.
- Collins, Z. R. (2008). *Effects of enduring vulnerabilities on change in marital satisfaction: An examination of neuroticism, romantic attachment style, and parental marital quality*. State University of New York at Binghamton.
- Danesh, E., Aminalroayaei, P. ve Nooripour, L. R. (2017). The relationship between resiliency, psychological well-being and marital satisfaction of infertile couples undergoing in vitro fertilization. *Commonity Health*, 4(3), 170-178.
- Dhar, S. (2015). Identity consistency, attachment and marital quality in Indian adults. *Psychological Studies*, 60(2), 239-243.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Buletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Scollon, C. N. ve Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. In *Assessing well-being* (pp. 67-100). Springer, Dordrecht.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S. ve Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
- Edgerton, J. (2002). Separation-individuation, adult attachment style, and college adjustment. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 80(4), 484-492.

- Ekşi, H., Güneş, F. ve Yaman, N. (2018). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluşları ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 203-233.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage. *Personal Relationships*, 1(4), 333-348.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. London: Sage.
- Fincham, F. D. ve Beach, S. R. (1999). Conflict in marriage: Implications for working with couples. *Annual Review of Psychology*, 50(1), 47-77.
- Fuller, T. L. ve Fincham, F. D. (1995). Attachment style in married couples: Relation to current marital functioning, stability over time, and method of assessment. *Personal Relationships*, 2(1), 17-34.
- Gallo, L. C. ve Smith, T. W. (2001). Attachment style in marriage: Adjustment and responses to interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 263-289.
- Glenn, N. D. (1975). The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. *Journal of Marriage and the Family*, 37(3), 594-600.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family*, 52(4), 818-831.
- Gülyüksel Akdağ, F. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2015). Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3).
- Hatch, D. L. (2008). *Factors that influence the association between adult attachment and marital satisfaction*. PhD Dissertation, Utah: Utah State University.
- Hazan, C. ve Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Huck, S. W. (2008). *Reading statistics and research* (5th ed.). Boston: Pearson.
- İşgör, İ. Y. (2017). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 6(1), 494-508.
- Johnson, D. R., White, L. K., Edwards, J. N. ve Booth, A. (1986). Dimensions of marital quality: Towards methodological and conceptual refinement. *Journal of Family Issues*, 7(1), 31-49.
- Kafetsios, K. ve Sideridis, G. D. (2006). Attachment, social support and well-being in young and older adults. *Journal of Health Psychology*, 11(6), 863-875.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. ve Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Kim, H. K. ve McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being a longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911.
- Kobak, R. R., Sudler, N. ve Gamble, W. (1991). Attachment and depressive symptoms during adolescence: A developmental pathways analysis. *Development and Psychopathology*, 3(4), 461-474.

- Kornaszewska Polak, M. (2016). Subjective loneliness, well-being and marital satisfaction in couples with different attachment styles. *Polskie Forum Psychologiczne*, 21(4), 514-533.
- Krejcie, R. V. ve Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E. ve Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-387.
- Li, A., Robustelli, B. L. ve Whisman, M. A. (2016). Marital adjustment and psychological distress in Japan. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(7), 855-866.
- Locke, H. ve Wallace, K. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21(3), 251-255.
- Lussier, Y., Sabourin, S. ve Turgeon, C. (1997). Coping strategies as moderators of the relationships between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(6), 777-791.
- Martins, T. C., Canavarro, M. C. ve Moreira, H. (2016). Adult attachment and dyadic adjustment: The mediating role of shame. *The Journal of Psychology*, 150(5), 560-575.
- McMillan, J. H. ve Schumacher, S. (2010). *Research in education: Evidence-based inquiry*. New Jersey: Pearson Higher Education.
- Meyers, S. A. ve Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9(2), 159-172.
- Mikulincer, M. ve Florian, V. (2001). Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health. In G. Fletcher ve M. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (pp. 537-557). Oxford, UK: Blackwell.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11(1), 11-15.
- Mohammadi, K., Samavi, A. ve Ghazavi, Z. (2016). The relationship between attachment styles and lifestyle with marital satisfaction. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(4), 1-6.
- 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.
- Özgül, İ. E. (2009). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel.
- Özmen, O. ve Atik, G. (2010). Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 367-371.
- Pallant, J. (2001). SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS. *Behaviour Change*, 18(1), 58-62.
- Pearson, E. S. ve Hartley, H. O. (1966). *Biometrika Tables for Statisticians, Volume 1. (3rd ed.)*. Cambridge United Kingdom: Cambridge University Press.

- Priel, B. ve Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: Effects on affect regulation. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 235-241.
- Proulx, C. M., Helms, H. M. ve Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Sarı, T. (2012). *Evli bireylerin ebeveyn alguları, otomatik düşünceleri ve bağlanma stillerinin evlilik doyumunu ile ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.
- Shaver, P. ve Hazan, C. (1987). Being lonely, falling in love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 105-124.
- Shek, D. T. (2001). Paternal and maternal influences on family functioning among Hong Kong Chinese families. *The Journal of Genetic Psychology*, 162(1), 56-74.
- Sivandian, M., Besharat, M. A., Asgarabad, M. H. ve Moghadamzade, A. (2016). The moderating role of ego strength on the relationship between attachment styles and marital adjustment. *Community Health*, 3(1), 41-53.
- Solmuş, T. (2003). Romantik bağlanma (II) İlişkisel değişkenler ve ilişki süreci. *Türk Psikoloji Bülteni*, 9(28-29), 99-108.
- Solmuş, T. (2010). *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi*. İstanbul: Sistem.
- Spanier, G. B. (1972). Romanticism and marital adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 34(3), 481-487.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999a). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleminde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Boston MA: Allyn & Bacon/Pearson Education.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOO): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Terzi, Ş. ve Çankaya, Z. C. (2016). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1-11.
- Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algulama ve doyum*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Therman, L. M., Bittenweiser, E., Ferguson, L. W., Johnson, W. B. ve Wilson, D. E (1938). *Psychological factors in marital happiness*. New York: McGraw Hill.
- Torquati, J. C. ve Raffaelli, M. (2004). Daily experiences of emotions and social contexts of securely and insecurely attached young adults. *Journal of Adolescent Research*, 19(6), 740-758.
- TUİK (2013). Türkiye İstatistik Kurumu.
- Tuncay-Senlet, E. (2012). *Kadına yönelik aile içinde şiddetin bağlanma, evlilikte başa çıkma ve sosyal desteğin etkileri ile birlikte evlilik uyumu ve psikolojik durumlar*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tutarel Kışlak, Ş. T. ve Çavuşoğlu, P. Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(9),61-68.
- Tutarel Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 2(5), 35-42.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte Uyum Ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Yeşiltepe, S. S. ve Çelik, M. (2014). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi olma ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(3), 992-1013.

Extended Abstract

Özgüven (2009) defines the concept of marriage as a contract between two people in order to create a common life, make decisions together, share life and meet some needs. Various studies have been done to discover what are the factors that enable marriage to continue. Some of these factors are marital adjustment, marital quality, marital satisfaction, social support perceived by the spouses, personality traits. When the literature is examined, it is seen that these concepts focus on marital adjustment which helps to maintain a healthy marital relationship (Erişti, 2010). Marital adjustment is defined as a way of ensuring that partners with different personality characteristics are able to adapt to the conditions of daily life, solve their problems and solve them be in good communication with each other and be happy (Brown, 2016; Locke and Wallace, 1959; Özer, Cihan and Güngör 2012). Marital adjustment also refers to the happiness and satisfaction of married life as a result of the harmony of married couples (Tutarel-Kışlak and Çubukça, 2002). When we look at the nature of romantic relationships, it can be said that each romantic relationship is actually a process of attachment and that the choice of partner and the marriage decision are influenced by the attachment style (Solmuş, 2010). In this study, the concept of attachment styles considered as potential for sustaining life and influencing the nature of marital relationship is considered as a variable. It is considered that the concept of psychological well-being also influences marital adjustment. Psychological well-being, a self-acceptance of one's self, a sense of autonomy in thought and action, the ability to manage complex environments to meet personal needs and values, a holistic approach to defining meaningful goals and lifelong creation (Ryff, 1989). In this context, the aim of this research is to examine the relationship between attachment styles, marital adjustment, and psychological well-being of married individuals and to determine whether attachment styles and psychological well-being are significant predictors of marital adjustment.

In this research, relational model which is one of the descriptive methods is used. The sample of the study was composed of 441 married individuals selected by appropriate sampling from the sample. Marital Adjustment Scale, Inventory of Experiences in Close Relationship, Psychological Well Being Scale and Personal Information Form were used in the collection of the data.

According to the results of the research it was found that there was significant positive relationship between agreement and relationship style sub scale of marital adjustment scale and avoidance sub scale of attachment styles. And there was a negative significant relationship between agreement sub scale with anxiety sub scale of attachment styles. It was determined that there was a positive significant relationship between agreement and relationship with psychological well-being. Besides avoidance and psychological well-being were significant predictors of relationship style, but it was found that anxiety was not a significant predictor marital adjustment and every sub scale.

As a result of the research, the finding that the agreement and relationship styles, which are the sub-dimensions of marital adjustment, are negatively related to the avoidance, which is the sub-dimension of the attachment styles (Banse, 2004, Brennan and Shaver, 1995; Erişti, 2010; Feeney, 1994, Fuller and Finchman, 1995). According to the results obtained in the surveys conducted, feelings of avoidance of establishing anxiety and closeness to the abandonment of the individuals relate to the levels of harmony in relation. For this reason, despite the individual's need to avoid frustration because they are afraid of life, they cause some adjustment problems in their relationships. There are studies supporting the finding in the literature (Kim and McKenry, 2002; Proulx, Helms and Buehler, 2007) that there is a positive correlation between the level of adjustment in marriage and psychological well-being. It can be said that positive situations such as sharing love and respect among the individuals in marriage and family life, sharing the duties and responsibilities within the family, bringing out the problems that are emerged as a solution focused result and the spouses meeting each other's emotional, social and sexual needs helped harmonize the marriages of the individuals in general. According to another finding obtained as a result of research, it is seen that psychological well-being is the strongest predictor of each sub-dimension of marital adjustment. This can be explained by the factors that increase the level of happiness in the marriage of the individual. Individuals should respect each other in marital life, try to cope with the problems with a compromising approach by the spouses in the problems that are happening in the family, and the happiness that emerges as a result of the spouses meeting each other's needs will increase the harmony between the spouses. When the literature is examined, it is seen that there are studies bearing similarity to research findings (Erişti, 2010; Gallo and Smith, 2001; Kublay and Oktan, 2015; Sarı, 2012; Tuncay-Senlet, 2012; Yeşiltepe and Çelik, 2014).

The following suggestions can be made at the conclusion of the findings obtained as a result of the research:

Couple attachment styles and psychological well-being levels can also be included in the scope of psychological counseling activities to be conducted for married individuals. Seminars and trainings for married people can be organized so that couples can live a harmonious marriage life. This research was conducted on married individuals who voluntarily participated in the research in Erzurum province between 2014 and 2015. In terms of the generalization of the results of the research, further studies can be carried out on different study groups. Taking into consideration the relationship between marital adjustment and psychological well-being, it may be advisable to investigate the predictive effect of marital adjustment on psychological well-being, in future studies.