

Evli Bireylerde İletişim Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Sevilemezlik- Çaresizlik ve Evlilik Süresi

Unlovability, Helplessness and Marriage Duration as a Predictor of Communication Skills in Married Individuals

Semra UÇAR¹, Yelda YILDIZ ÖNAL², Şule BAŞTEMUR³

¹Dr. Öğr. Üyesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, Eğitim Fakültesi, Erciyes Üniversitesi, Türkiye, smrucr@gmail.com (<https://orcid.org/0000-0002-4395-9081>)

²Dr. Öğr. Üyesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, Eğitim Fakültesi, Medipol Üniversitesi, Türkiye, yeldayildiz06@gmail.com (<https://orcid.org/0000-0002-2397-4778>)

³Sorumlu Yazar, Dr. Öğr. Üyesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, Eğitim Fakültesi, Ordu Üniversitesi, Türkiye, sulebastemur@odu.edu.tr smrucr@gmail.com (<https://orcid.org/0000-0003-3940-0565>)

Geliş Tarihi: 05.08.2020

Kabul Tarihi: 30.10.2021

ÖZ

Bu araştırmanın birinci amacı ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) ve evlilik süresinin birlikte evli bireylerin iletişim becerilerini ne düzeyde yordadığının araştırılmasıdır. Araştırmanın ikinci amacı ise evli bireylerin iletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) cinsiyetlerine ve evlilik sürelerine göre farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle 400 evli katılımcı (238 kadın, 162 erkek) araştırmada yer almıştır. Veri toplama araçları olarak İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE), İletişim Becerileri Envanteri (İBE) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizine göre, sevilemezlik ve evlilik süresi değişkenleri bir arada iletişim becerilerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ayrıca, evli bireylerin cinsiyete göre iletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar t-testiyle; evlilik süresine göre iletişim becerilerinin, ilişki inançlarının farklılaşp farklılaşmadığı ise tek yönlü varyans analiziyle test edilmiştir. Tek yönlü varyans analizinin anlamlı olduğu durumda, gruplar arasında bulunan anlamlı farklılığın, hangi gruplar arası farklılardan kaynaklandığını belirlemek için post-hoc testlerden Tukey yapılmıştır. Cinsiyete göre iletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik); evlilik süresine göre ise iletişim becerilerinin ve çaresizlik inancının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Bulgular ilgili alanyazın ile tartışılmıştır. Sonuç olarak elde edilen bulgular psikolojik danışma sürecinde ilişki inançlarının ve evlilik süresinin evlilikte iletişim becerilerini içerecek şekilde ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: İletişim becerileri, ilişki inançları, sevilemezlik, çaresizlik, evli çiftler.

ABSTRACT

The first purpose of this study was to examine the predictive power of relationship beliefs (unlovability, helplessness) and marriage duration on communicating skills of married individuals. The second purpose of this study was also to determine whether there is a difference among married couples' communication skills and relationship beliefs (unlovability, helplessness) according to their gender and marriage duration.

Sample was consisted of 400 married couples (238 females, 162 male) reached with convenience sampling. As data collection tools, Relationship Belief Inventory (RBI), Communicating Skills Inventory (CSI) and the Personal Information Form was used. According to the multiple regression analysis, unlovability and marriage duration variables together significantly predict communication skills. In addition, whether the communication skills and relationship beliefs (unlovability, helplessness) of married individuals differ according to gender was determined by independent groups t-test; whether communication skills and relationship beliefs differ according to the duration of marriage was tested by one-way analysis of variance. In the case where one-way variance analysis was significant, Tukey test was performed to determine the significant differences between the groups and which groups they derived from. Communication skills and relationship beliefs (unlovability, helplessness) of married individuals were significantly differed according to their genders and also communication skills and helplessness were significantly differed according to marriage duration. Findings are discussed with the related literature. The findings obtained as a result show that relationship beliefs and duration of marriage are issues that need to be studied at the point of communication in the process of counseling.

Keywords: Communicating skills, relationship beliefs, unlovability, helplessness married couples.

GİRİŞ

Evlilik, bireylerin bir hayatı paylaştığı, birliktelik, sevgi, dayanışma, sosyal ihtiyaçlar ve cinsel doyum gibi birçok faktörle ilişkili olan yakın ilişki biçimidir. Bu ilişki biçiminde çiftler hem kişisel özerkliklerini hem de birbirleri ile olan ilişki biçimlerini evlilik sürecinde ortaya koymaktadır. Çiftler arasındaki bu ilişki neslin devamını sağlarken çocukların dünyaya gelmesi ile bireylerin rol ve sorumluluklarının değişime uğradığı bir yapıdır (Larson & Holman, 1994). Evlilikle başlayan serüven zaman içerisinde rollerin ve etkileşimlerin değişmesiyle aile de kendine özgü bir yapıya dönüşmektedir. Bu yapı kültürel olarak benzerlikleri barındırdığı gibi kendine özgülüğü ile farklılığı da barındırmaktadır. Tüm bunların merkezinde ise ilişkinin temel ihtiyaçları yer almaktadır (Walsh, 2017). Çocuk sahibi olmanın getirdiği ebeveyn rol ve sorumluluklarının yanı sıra kişilerin kendileriyle birlikte evlilik öncesi öğrenmelerinden getirdikleri iletişim biçimleri (Blanchard, Hawkins, Baldwin & Fawcett, 2009) ve evlilik ilişkisine yönelik inançlar (Sharp & Ganong, 2000) bu temel ihtiyaçların şekillenmesinde öne çıkmaktadır.

Etkili iletişim becerileri hayatın her dönemini etkilediği gibi evliliği de etkileyen önemli unsurlardan biridir. Evlilik öncesinde bireyler arasındaki iletişim bir ilişki kurma ya da başlatma ile ilgili hedeflere ulaşma amaçlı olabilmektedir (Johnson, 1990). Bu sebeple bu süreçte eşlere gönderilen sözlü ya da sözsüz mesajlar bireyin ilişkilere dair algı, tutum ve eğilimlerinden etkilenmektedir (McWhirter ve Voltan Acar, 1985). Benzer şekilde evlilikte de bireylerin birbirlerine gönderdikleri mesajlar iletişim becerileri ile ilişkili olabilmektedir. Aile içi iletişimde gönderilen açık ve doğrudan olmayan mesajlar (Soylu ve Kağnıcı, 2015) ve iletişime kapalı olmak (Aydın, 1998) aile içinde sorunlara neden olabilmektedir. Bu şekilde bir evliliğin devam ettirilmesi de taraflar için zorlayıcı olabilmektedir (Özgüven, 2000). Ayrıca evli bireylerin sorunları ile ilgili yürütülen araştırmalar Türkiye’de eşlerin iletişim yetersizlikleri nedeniyle sık sık tartıştıklarını ve sorunların çoğu kez çözüme ulaşmadığını (Özgüven ve Sayıl, 1999) hatta eşleri boşanma aşamasına getiren nedenlerin de başında geldiğini (Kayma Güneş, 2007) göstermektedir.

Özgüven’e göre (2000), eşler arasındaki etkili iletişim bireylerin birbirlerini daha iyi tanımasını, aile kaynaklarının etkili kullanımı, karar alırken ortak kararların alınabilmesi, bireylerin hem kendilerine hem de eşlerine saygı çerçevesinde davranması ile doğrudan ilişkilidir. Bu sebeple evlilikte bireylerin birbirleri ile kurdukları iletişimin kalitesi evlilik ilişkisinin kalitesinin de belirleyicisi olabilmektedir (Duran ve Hamamcı, 2010). Açık ve dürüst iletişim, çiftlerin farklılıklarının yanı sıra birbirlerine olan sevgi ve hayranlıklarını ifade etmelerine olanak tanıyan bir atmosfer yaratmaktadır (Wickrama, 2012). Yapıcı iletişim yakınlığı teşvik etmekte, desteği arttırmakta ve problemlerini etkili bir şekilde çözmelerini sağlayarak çiftlerin evlilikleri üzerindeki stresini azaltmaktadır (Malkoç, 2001). Evlilikte etkili iletişim kurabilen, aile ile ilişkili

konularda ortak kararlar alabilen çiftler ile ailedeki sorunları olumlu şekilde çözümleyen çiftlerin evliliklerinin daha uyumlu olduğu söylenebilmektedir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpan, 2005). Başka bir deyişle Fitzpatrick'in (2009) önerdiği gibi; iyi iletişim, iyi evlilik için esastır. Diğer taraftan ise evlilikte çiftler arasında iletişimsizlik arttıkça evlilik içerisindeki problemler de artmaktadır (Esere, Yusuf, & Omotosho, 2011).

Evlilikte çiftler arası iletişimi etkileyen bazı demografik faktörler bulunmaktadır. Bu faktörlerden ilki cinsiyettir. İmamoğlu (1994) tarafından yürütülen bir araştırmaya göre her iki cinsiyet de iletişim sorunları yaşamakta, iletişim problemlerini birbirleri ile paylaşmakta zorluk yaşamaktadır ancak kadınların eşleri ile iletişim kurma istekleri ve çabaları erkeklerden daha fazladır. Ayrıca kadınlar eşleri kendilerine sorunlarını anlatmadıkları için rahatsız olmaktadır (Kocadere, 1995). Kadınlar eşleri ile sorunları tartışmaya daha istekliken (Anahar Delibalta, 2013), erkekler ise iletişim kurmamayı ve iletişim örüntüsünden geri çekilmeyi tercih etmektedirler (Heavey, Layne, & Christensen, 1993). İkinci demografik faktör olan evlilik süresi de çiftler arasındaki iletişimi etkileyebilmektedir. Eşler arasındaki iletişimle doğrudan ilişkili olan evlilik doyumu (Hyun & Shin, 2012) evliliğin başlarındaki bireylerde yüksek iken (Tuzcu, 2017), 15 yıl sonrası evliliklerde uyumun azalma eğiliminde olduğu söylenebilmektedir (Seferoğlu, 2017). Evliliğin geç dönemlerinde ise doyum tekrar yükselmektedir (Jose & Alfons, 2007). Aynı zamanda, evliliğin ilk yıllarında taraflar bir yandan evlilikte kendilerini ve eşlerini tanımaya çalışırken bir yandan da evliliğe uyum sağlamaya çalışmaktadır. Jent'in (2006) belirttiği üzere evliliğin ilk beş yılı kur yapma evresi olmakta ve evliliğin çökme riskini taşıdığı gibi bunun baskısını da hissettirmektedir. Evlilikte 15 yıl ve üstünde ise çocukların evi terk ettiği ve evliliğin ilk yılları gibi bireylerin tekrar baş başa olduğu ve yeni düzene uyum sağlama süreci deneyimlenmektedir.

Evlilik ilişkisine yönelik inançlar da evliliği etkileyen diğer durumlardan biridir. Temelleri evlilik öncesi romantik ilişkilere dayanan ilişki inançları bireylerin ilişkilere yönelik oluşturdukları idealleri ve beklentileri içermektedir (Eidelson & Epstein, 1982). İlişki inançları işlevsel ve işlevsel olmayan inançlar olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. İşlevsel olmayan ilişki inançları genel olarak netlik içermemekte, katı kuralları ve bireylerin birbirlerinden çarpıtılmış beklentilerini içermektedir (Fletcher & Kininmonth, 1992; Stackert & Bursik, 2003). Ayrıca ilişkilerin başlaması, gelişmesi, çiftler arası çatışmalar gibi birçok nokta ile doğrudan ilişkilidir (Knee, 1998; Sprecher & Metts, 1999).

Evlilik ilişkisinde akılcı olmayan inançların ve beklentilerin rolü Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi'de (ADDT) vurgulanmıştır (Kalkan, 2006). ADDT'nin vurguladığı akılcı olmayan inançlar, ilişkilerdeki birçok anlaşmazlığın temeli olarak görülmektedir ve bireyin ortak düşünce süreçlerinin bir parçası hâline gelen işlevsiz düşünce örüntülerinin bir sonucu olarak gelişmektedir (Dryden, 2003). Bu vurgu bireylerin evlilikte verdiği tepkilerin, ilgili inançlarla ilişkili olduğunu desteklemektedir. ADDT, evlilikte sorun yaşama nedenleri arasında bireyin sadece kendisi ve diğerleri hakkında değil aynı zamanda evlilik ilişkisi hakkında da gerçekçi olmayan beklentileri olmasından kaynaklanabileceğini belirtmektedir (Fincham, 2003). Evliliğe dair ilişki inançlarının işlevsiz oluşu da evlilikte iletişim kurmak da dahil olmak üzere, evlilik uyumunu ve doyumunu da etkilemektedir (Janjani, Momeni, Rai, & Saidi, 2017; Kervancıoğlu, 2016). Bu durum, sosyal ilişkilerde de anlaşmazlık nedeni olabilmektedir. İşlevsiz ilişki inançları evli bireylerin ilişkilerini etkilediği gibi daha fazla stres yaşamalarına da neden olabilmektedir (Hamamcı, 2005). Birbirleri ile ilişkili bu faktörlerin etkileri bununla da sınırlı kalmamakta ve evlilik iletişiminin de bu süreçte etkilenmesine yol açabilmektedir. Özetle, ilişki inançları söz konusu olduğunda beraberinde evli çiftler arasındaki iletişime yansımaları da kaçınılmaz nitelikte olabilmektedir.

Etkili iletişim, evlilik ilişkilerinde önemli bir role sahiptir (Olson & Olson, 2000). Evlilikte sağlıklı bir ilişki yürütülmesi için eşler arasındaki iletişim becerilerinin de sağlıklı olması gerekmektedir. Nitekim evlilik ilişkisinin sağlıklılığı evlilik doyumu (Soylu ve Kağnıcı, 2015), köken aile aracılığı ile kazandıkları iletişim becerilerini ne derece yakın ilişkilerine ve kendi

kurdukları ailelere taşıdıkları (Juvva & Bhatti, 2006) ile de kendini göstermektedir. Bu etkileşimin iletişim becerilerine yansması aile bireylerinin evliliğe ve aile olmaya dair inançlarından bağımsız olmayabilmektedir. Olumlu iletişim, aile organizasyonunun farklı seviyelerinde hareketi kolaylaştırırken, iletişim becerilerinin eksikliği, aile sisteminin uyum ve esneklik seviyelerini değiştirmesini engellemektedir (Fincham, Beach, Lambert, Stillman, & Braithwaite, 2008). Bireylerin evlilik ilişkilerine yönelik işlevsel ve işlevsel olmayan inançları yaşanacak olumsuzlukların habercisi niteliğindedir (Larsen & Olson, 1989). Aile ve evlilik ilişkilerinin farklı kültürlerde de farklılaşabileceği göz önünde bulundurulduğunda, bu araştırmayla Türkiye örneğinde eşler arası iletişim becerilerini yordayan değişkenlerin belirlenebileceği düşünülmektedir. Bu araştırmanın eşler arasındaki iletişim süreçlerinin kültürel bağlamda anlaşılmasıyla da kültüre özgü katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu katkılar çift ve aile danışmanlığı alanındaki uygulayıcılara da uygulamalarında fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Kültürler aynı zamanda dinamik yapılar olarak dönüşmektedir. Bu dönüşümler içerisinde aileyi güçlendirmek ve aile işleyişini kendine özgü iletişim ve inançlarıyla anlayıp sürece adapte olmayı sağlamaktadır (Walsh, 2017).

Sözü geçen evlilik ve aile içi süreçlerin yanı sıra bu problemlerin sonuçlarının evliliğin sonlanması tercihlerinin artmasına yol açması, evlilikte eşlerin ilişkilerinin anlaşılmasını gerekli kılmaktadır (Kalkan, 2006). Bu problem durumundan hareketle evli bireylerin ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik), cinsiyet ve evlilik süresinin iletişim becerilerini ne yönde yordadığı araştırılmıştır. Bu araştırmada alanyazın bilgisi de dikkate alınarak evlilik sürecinde öne çıkan değişkenler arasında yer alan cinsiyet ve evlilik süresine göre iletişim becerileri ve ilişki inançlarının (sevilemezlik- çaresizlik) nasıl bir farklılaşma gösterdiğinin de anlaşılması amaçlanmaktadır. Özetle, evlilikte bireyleri geçmişlerinden bugünlerine getirdikleri iletişimden ve ilişkiye dair inançlarından bağımsız düşünmek güçtür. Bu iki faktör doğum içinde büyüdükleri aileden ve daha geniş çerçevede de kültürlerinden etkilenmektedir. Kültürün getirdikleri her ailede kendine özgü bir hal almakta ve bu da her yeni evliliği eski ve yeninin harmanlandığı bir hale dönüştürmektedir. Her iki cinsiyet de bu mesajları ve öğretileri farklı yorumlayabilmektedir. Bu farklılıkta iki cinsiyete ilişkin evlilikteki beklentilerin farklılaşması da etkili olmaktadır. Bu da kadın olarak ve erkek olarak iletişim becerilerinin evlilikte kendini nasıl gösterdiği ve bu becerilere ilişkiye dair inançların nasıl eşlik ettiğini gündeme getirmektedir. Çiftler evlilik süreçleriyle birlikte iletişim becerileri ve inançlarıyla kendi deneyimlerini oluşturmaktalar. Bu deneyimlerin yıllar içerisinde evlilikte geçen süreyle beraber ailenin yaşam döngüsü dikkate alındığında artı ve eksileri ile iletişim becerileri ve ilişkiye dair inançları ne yönde etkilediği sorusunu akla getirmektedir. Bu noktada bu araştırmanın amacını temsil edeceği düşünülen aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- İlişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) ve evlilik süresi birlikte evli bireylerin iletişim becerilerini yordamakta mıdır?
- Evli bireylerin iletişim becerileri ve ilişki inançları cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
- Evli bireylerin evlilik süresine göre iletişim becerileri ve ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Bu araştırma nicel araştırma geleneğinde yer alan ilişki bir araştırmadır. İlişkisel araştırma, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin, bu değişkenlere herhangi bir şekilde müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013). Keşfedici ilişki araştırmalarda, değişkenler arası ilişkileri analiz ederek önemli bir olay anlaşılmasına çalışılırken yordayıcı ilişki araştırmalarda değişkenler arasındaki ilişkiler incelenerek bir ya da birden çok değişken değerinden yola çıkarak diğer değişkenin bilinmeyen değeri belirlenmeye çalışılır (Fraenkel & Wallen, 2006). Bu araştırmada bağımlı

değişken iletişim becerileri, bağımsız değişkenler ise ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) ile kategorik değişkenler olan cinsiyet ve evlilik süresidir.

2.1. Araştırma Grubu

Araştırma grubunu ulaşılabılır örnekleme yöntemiyle ulaşılan gönüllü 400 evli kadın ve erkek katılımcı oluşturmaktadır. Seçkisiz olmayan örnekleme yöntemi olan ulaşılabılır örneklemede ihtiyaç duyulan örnekleme büyüklüğüne ulaşabilmek için araştırmacı ölçme araçlarını ulaştırabileceği gruplara yönelmektedir (Büyüköztürk vd., 2013). Araştırma verileri, İstanbul, Van, Ordu ve Malatya illerinden yüz yüze ve/veya çevrimiçi veri toplama yöntemi ile toplanmıştır. 'Google formlar' üzerinden çevrimiçi versiyona dönüştürülen ölçekler, farklı çevrimiçi platformlar (sosyal medya, whatsapp grupları vb.) üzerinden hedef kitleye ulaştırılmıştır. Bu bölgelerin araştırmacıların çalıştıkları ve/veya yaşadıkları bölgeler olması ulaşılabılırlik kısmının gerekçelendirilmektedir. Ayrıca örnekleme grubunun üç farklı coğrafi bölgeyi (Doğu Anadolu, Karadeniz ve Marmara Bölgesi) temsil etmesini de sağlamaktadır. Bu şekilde araştırmacının amacına daha zengin bilgi kaynaklarına ulaşabilmek adına belirli odaklar ekseninde (Yıldırım ve Şimşek, 2013) bilgi toplama alanı oluşturulmaya ve genişletilmeye çalışılmıştır. Katılımcıların büyük bir kısmına eş zamanlı olmayan çevrimiçi görüşme aracılığıyla ulaşılmış olunması nedeniyle katılımcıların formu nasıl bir atmosferde doldurdukları konusunda da fikir sahibi olunamamıştır. Ayrıca, çevrimiçi platformda yanıtlanma yapamayacak durumda olanların çalışmaya dâhil edilmesi konusunda da sınırlılık yaşanmaktadır (Coulson, 2016). Örnekleme yanlılığının önüne geçmek adına farklı şehirlerden ve farklı platformlardan bilgi toplanmıştır. Araştırma grubunun demografik değişkenleri örnekleme hakkında fikir sahibi olunması amaçlı geniş kapsamlı olarak Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Evli Bireylerin Demografik Değişkenlere Göre Sayısal Dağılımı

| | | N | % |
|-------------------|--|-----|-------|
| Cinsiyet | Kadın | 238 | 59.5 |
| | Erkek | 162 | 40.5 |
| Yaş | Beliren Yetişkinlik Dönemi (18-25 yaş) | 29 | 7.25 |
| | Genç Yetişkinlik Dönemi (26-40 yaş) | 283 | 70.75 |
| | Orta Yetişkinlik Dönemi (41-60 yaş) | 88 | 22 |
| Eğitim Durumu | İlköğretim | 21 | 5.3 |
| | Ortaöğretim | 37 | 9.3 |
| | Yüksekokul | 26 | 6.5 |
| | Lisans | 208 | 52 |
| | Lisansüstü | 108 | 27 |
| Evlilik Süresi | 1-5 yıl | 173 | 43.3 |
| | 6-15 yıl | 161 | 40.3 |
| | +15 yıl | 66 | 16.5 |
| Ebeveynlik Durumu | Evet | 295 | 73.8 |
| | Hayır | 105 | 26.2 |

| | | | |
|------------------------|-------------------|-----|------|
| Yaşanılan Yer | Köy | 6 | 1.5 |
| | Kasaba | 11 | 2.8 |
| | Şehir | 225 | 56.3 |
| | Metropol | 158 | 39.5 |
| Algılanan Gelir Düzeyi | Alt Gelir Düzeyi | 21 | 5.3 |
| | Orta Gelir Düzeyi | 333 | 83.3 |
| | Üst Gelir Düzeyi | 46 | 11.5 |

Tablo 1'e göre araştırmaya katılanlar değerlendirildiğinde; kadın katılımcıların daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcılar ağırlıklı olarak genç yetişkinlik döneminde yer alan, 1-5 yıl ile 6-15 yıl arası evli olan, üniversite eğitimini tamamlamış, ebeveyn olan, şehir veya metropolde yaşayan, orta gelir düzeyinde olan evli bireylerdir. Gelir düzeyinin belirlenmesinde bireylerin algıladıkları gelir düzeyi referans alınmıştır. 'Yaşanılan yer', bireylerin yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yeri yansıtmaktadır. Gelişim dönemleri gelişim kuramcılarının (Arnett, 2000, Erikson, 1982; Havighurst, 1972) sınıflamaları dikkate alınarak oluşturulmuştur. Evlilik süresi için aralıklar oluşturulurken ise Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2020) boşanma verilerinde evliliğin ilk beş yılında oranın (%35.3) en yüksek olması ve 15 yıl ve sonrasında bu oranın %10'lara düşmesi dikkate alınmıştır. Ayrıca, Jent'in (2006) ilk 5 yıl ve 15 yıl üstü evlilik değerlendirmesi referans alınmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE), İletişim Becerileri Envanteri (İBE) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

2.2.1. İlişkilerde İnanç Envanteri

Kalkan (2006) tarafından, romantik ilişkilerde bireylerin akılcı olmayan inançlarını ölçmek amacıyla geliştirilen İlişkilerde İnanç Envanteri (İİE) 20 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipi olan envanterde katılımcılar görüşlerini "Hiç Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kararsızım (3), Katılıyorum (4), Tamamen Katılıyorum (5)" şeklinde derecelendirmektedir. Envanterden alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20'dir. Alınan puanların yüksekliği, bireylerin romantik ilişkilere yönelik akılcı olmayan inançlarının fazlalığını göstermektedir. İİE'nin geçerlik çalışmasında yapı geçerliği ve benzer ölçekler geçerliği kullanılmıştır. Yapı geçerliği için yapılan faktör analizi sonuçları, varyansın %35.84'ünü açıklayan "çaresizlik" ve "sevilemezlik" isimli iki faktör olduğunu ortaya koymuştur. Envanterin bütününe ilişkin iç tutarlık katsayısı .78, test tekrar test güvenilirlik katsayısı .69; "Sevilemezlik" alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .80, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .71'dir. Bulunan değerler, İİE'nin güvenilirliği için yeterli sayılabilecek düzeydedir (Kalkan, 2006). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı çaresizlik alt boyutu için .72, sevilemezlik için .83 ve ölçeğin bütünü için de .83 olarak bulunmuştur.

2.2.2. İletişim Becerileri Envanteri

Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından, üniversite öğrencilerinin sahip oldukları iletişim beceri düzeylerini; davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutlar bakımından ölçmek amacıyla 3 faktörde 15'er madde olmak üzere 45 maddelik bir envanter geliştirilmiştir. 5'li Likert tipi olan ölçekte yer alan maddeler 'Tam Benim Gibi (5), Biraz Benim Gibi (4), Kararsızım (3), Benim Gibi Değil (2), Benim Gibi Hiç Değil (1)' şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 225, en düşük puan ise 45'tir. Alınacak puanın yüksekliği, bireyin iletişim beceri düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Testi yarılama yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışmasında r - .64, test tekrar test sonucunda ise r- .68 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlığını belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach alpha katsayısı ise .72 olarak bulunmuştur. Bu bulgular, ölçeğin güvenilirliğinin kullanılabilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Korkut'un (1996) İletişim

Becerileri Değerlendirme Ölçeği ile yapılan geçerlik çalışmasında benzer ölçekler katsayısı .70'tir. Bu değer, ölçeğin geçerli sayılmasında yeterli olduğu düşünülmektedir (Ersanlı ve Balcı, 1998). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .76 olarak bulunmuştur.

2.2.3. Kişisel Bilgi Formu

Bireylerin demografik özellikleriyle ilgili bilgileri toplamak amacıyla hazırlanan formda, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresi, ebeveynlik durumu, yaşanan yer ve algılanan gelir düzeyi ifadeleri yer almaktadır.

2.3. Verilerin Analizi

Veriler, analiz edilmeden önce kayıp veriler ve hatalı kodlamalar yönünden değerlendirilmiştir. Daha sonra, regresyon analizinin sayıtlarını değerlendirmek için değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Bu bağlamda çarpıklık ve basıklık katsayıları ± 1 sınırları içerisinde olduğundan dağılım normal dağılım olarak kabul edilmiştir (Tabachnick & Fidell, 2013). Çoklu doğrusallık varsayımı için varyans artış faktörleri (VIF), durum indeksi (CI) ve tolerans değerleri incelenmiştir. VIF değerlerinin 1.2-1.9, CI değerlerinin 1-15 ve tolerans değerlerinin .05-.09 arasında olduğu görülmüştür. VIF değerlerinin 10 ve 10'dan küçük (Kline, 2011), CI değerlerinin 30'dan küçük (Gujarati, 1995) ve tolerans değerinin .01'den büyük olduğu durumlarda (Tabachnick & Fidell, 2013) çoklu bağlantı sorunu bulunmamaktadır. Sonuç olarak gerekli varsayımlar tamamlanarak analize geçilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde Pearson Momentler korelasyon katsayısı, nokta çift serili korelasyon katsayısı, çift serili korelasyon katsayısı, çoklu doğrusal regresyon analizi, bağımsız gruplar için t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Regresyon analizinde yordayan ve yordanan değişkenler en az eşit aralıklı ölçeğinde ölçülen sürekli değişkenler olmalıdır. Ancak sıralama ve sınıflama ölçeğine giren bağımsız değişkenlerin de bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmek istenebilir. Bu durumda sınıflamalı veriler, "dummy" değişken olarak adlandırılan yeni yapay bir değişkene dönüştürülerek analize dâhil edilir (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2010). Bu çalışmada bağımsız değişkenlerden sınıflama ölçeğine giren evlilik süresi değişkeni "dummy" değişkene dönüştürülmüştür. Evlilik süresi değişkeninde 1-5 yıl olan grup referans grubudur. Dummy1, evlilik süresi 5-15 yıl olan gruba '1', evlilik süresi +15 yıl olan grup '0' değeri; Dummy2 ise evlilik süresi 5-15 yıl olan gruba '0', evlilik süresi +15 yıl olan gruba '1' değeri atanarak oluşturulmuştur. İstatistiksel analizler SPSS 22.0 programı kullanılarak yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma problemleri çerçevesinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

3.1. İlişki İnançlarının ve Evlilik Süresinin Evli Bireylerin İletişim Becerilerini Yordamasına İlişkin Bulgular

Öncelikli olarak çoklu doğrusal regresyon analizine dahil edilen sürekli değişkenler (iletişim becerileri, sevilmezlik ve çaresizlik ilişki inançları) arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Cinsiyet ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek için nokta çift serili korelasyon katsayısı, evlilik süresi ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek için ise çift serili korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Araştırmanın yordanan değişkeni iletişim becerileri ile sevilmezlik ($r = -.32, p < .01$) ve çaresizlik ($r = -.21, p < .01$) arasında olumsuz yönde, evlilik süresi ($r = .23, p < .01$) arasında ise olumlu yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İletişim becerileri ile cinsiyet ($p = .08, p > .05$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Dolayısıyla cinsiyet değişkeni regresyon analizine dâhil edilmemiştir. Korelasyon işlemlerinin ardından ilişki inançları (sevilmezlik-çaresizlik) ve evlilik süresinin evli bireylerin iletişim becerilerini yordama durumu çoklu doğrusal regresyon analiziyle incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. İletişim Becerilerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

| Değişken | B | SD | B | t | P | R | R ² |
|--------------|---------|-------|-------|--------|--------|------|----------------|
| Sabit | 173.256 | 2.705 | - | 64.044 | < .001 | | |
| Sevilemezlik | -.641 | .134 | -.325 | -4.772 | < .001 | .349 | .12 |
| Dummy1 | 3.382 | 1.279 | .127 | 2.644 | .009 | | |
| Dummy2 | 3.663 | 1.676 | .107 | 2.185 | .029 | | |

Tablo 2'ye göre yapılan çoklu regresyon analizinde, sevilemezlik ilişki inancı ile evlilik süresi birlikte iletişim becerilerindeki toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır ($R = .349$, $R^2 = .12$, $p < .001$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre (β) yordayıcı değişkenlerin iletişim becerileri üzerindeki görece önem sırası, sevilemezlik ve evlilik süresi şeklindedir. Sonuç olarak sevilemezlik inancı iletişim becerilerini azaltmakta, evlilik süresi ise arttırmaktadır. Ancak çoklu regresyon analizinde çaresizlik ilişki inancı değişkeninin iletişim becerilerini anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmüştür ($p > .05$).

3.2. Cinsiyete Göre Evli Bireylerin İletişim Becerileri ve İlişki İnançlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular:

İletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak için uygulanan bağımsız gruplar için t testinin analiz sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Cinsiyete Göre Evli Bireylerin İletişim Becerileri ve İlişki İnançları (Sevilemezlik-Çaresizlik) Değişkenlerine İlişkin Bağımsız Gruplar için t-Testi Sonuçları

| Değişkenler | | Cinsiyet | | |
|---------------------|----------|-----------------|-----------------|----------|
| | | Erkek (n = 162) | Kadın (n = 238) | p |
| İletişim Becerileri | Ort ± SS | 162.34 ± 14.47 | 164.83 ± 10.11 | .04* |
| Sevilemezlik | Ort ± SS | 18.76 ± 6.55 | 15.73 ± 5.07 | < .001** |
| Çaresizlik | Ort ± SS | 30.34 ± 6.25 | 28.13 ± 6.41 | < .001** |

* $p < .05$; ** $p < .01$

Tablo 3 incelendiğinde, evli bireylerin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri ve ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılık göstermektedir ($p < .05$). Buna göre, evli kadınların evli erkeklerle göre iletişim becerileri puan ortalamaları daha yüksek, evli erkeklerin ise sevilemezlik ve çaresizlik ilişki inançları puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

3.3. Evlilik Süresine Göre Evli Bireylerin İletişim Becerileri ve İlişki İnançlarının Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular:

İletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) evlilik süresine göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Evlilik Süresine Göre Evli Bireylerin İletişim Becerileri ve İlişki İnançları (Sevilemezlik-Çaresizlik) Değişkenlerine göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

| Değişkenler | | Evlilik Süresi | | | p |
|---------------------|----------|-------------------|--------------------|-----------------|------|
| | | 1-5 yıl (n = 172) | 6-15 yıl (n = 161) | +15 yıl (n =66) | |
| İletişim Becerileri | Ort ± SS | 162.13 ± 11.60 | 165.36 ± 11.92 | 164.46 ± 13.48 | .04* |
| Sevilemezlik | Ort ± SS | 16.73 ± 5.60 | 16.57 ± 5.53 | 18.45 ± 7.24 | .07 |
| Çaresizlik | Ort ± SS | 28.54 ± 6.71 | 28.81 ± 5.78 | 30.78 ± 6.94 | .04* |

* $p < .05$; ** $p < .01$

Tablo 4 incelendiğinde, evli bireylerin iletişim becerileri puan ortalamasının evlilik süresine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur ($F = 3.10$; $p < .05$). Diğer bir ifadeyle, evlilik süresinin iletişim becerileri üzerinde önemli bir değişken olduğu söylenebilir. Gruplar arasında ortaya çıkan farkın kaynağını bulabilmek için Post Hoc testlerden Tukey kullanılmıştır. Buna göre 1-5 yıl arası evli olanların iletişim becerileri puan ortalamasının (162.13), 6-15 yıl arası evli olanların puan ortalamasından (165.36) düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı zamanda evli bireylerin çaresizlik ilişki inancı toplam puan ortalamasının evlilik süresine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur ($F = 3.07$; $p < .05$). Yapılan ikili karşılaştırmalara göre 1-5 yıl arası evli olanların çaresizlik ilişki inancı puan ortalamasının (28.54), 15 yıldan fazla evli olanların puan ortalamasından (30.78) düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Diğer gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır ($p > 0.05$).

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada öncelikli olarak ilişki inançları (sevilemezlik-çaresizlik) ve evlilik süresinin evli bireylerin iletişim becerilerini ne düzeyde yordadığı ve ikinci olarak da evli bireylerin iletişim becerilerinin ve ilişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) cinsiyete ve evlilik sürelerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının araştırılması amaçlanmıştır. Bu iki amaç doğrultusunda bu araştırmada elde edilen bulguları sırayla ele alındığında; sevilemezlik ilişki inancı ve evlilik süresinin iletişim becerilerini anlamlı yordadığı görülmektedir. Evli bireylerde sevilemezlik ilişki inancı iletişim becerilerini negatif yönde yordarken evlilik süresinin ise pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Cinsiyete göre ilişki inançları ve iletişim becerileri puan ortalamalarının farklılaştığı, evli kadınlarda iletişim becerileri puan ortalamaları daha yüksekken erkeklerde ise ilişki inançları puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Son olarak, evlilik süresine göre evli bireylerin iletişim becerileri ve çaresizlik ilişki inancının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmektedir. İletişim becerilerinin 1-5 yıl içerisindeki evliliklerde daha az anlamlı iken, çaresizlik ilişki inancının 15 yıl ve üstü evliliklerde daha fazla anlamlı olduğu görülmektedir.

Evlilik sürecinde evli bireylerin iletişim becerileri ve çaresizlik inançlarının paralel değişim göstererek farklılaşmasının yanı sıra yordayıcı değişkenler olan sevilemezlik ve evlilik süresi değişkenleri, bireylerin problemlerinin üstesinden gelmek için kullandıkları sözlü ve sözsüz iletişim becerilerinden etkilenmektedir. Başvurulan bu beceriler artı veya eksi yönde etkileri de beraberinde getirmektedir (Jent, 2006). Evlilik içerisinde geliştirilen kurallar zaman içerisinde daha da belirginleşmektedir. Geliştirilen bu kurallar, bireylerin iletişim becerilerini ve ilişkideki sevilme ya da sevilme algılarını da etkilemektedir. Sonuç olarak da iletişimin iyiliği kadar evlilik ilişkisi iyi olmaktadır. İletişim tek başına kendini ifade etmek değildir aynı zamanda duygusal yakınlık iletişiminin ilk ön plana çıkan yönüdür (Hill, 2001). Bu durum aynı zamanda,

iletişim becerilerinde sevilemezliğin yordayıcılığını açıklar niteliktedir. İnanç sisteminin bir parçası olan sevilemezlik, kişilerarası ilişkileri etkilemektedir. Kültürün statü yükler nitelikte sunduğu evlilik ilişkisel ve kişisel deneyimlerle şekillenmektedir. Bu durumda bireyin yaşadığı kültürden içinde yetiştiği aileden etkilenen inançların devreye girdiği bir yapı oluşmaktadır (Christensen, 2014). İletişimin eksik kaldığı yerde ilişkinin sarsılması kaçınılmaz hale gelebilmektedir. Bu noktada ilişkinin onarılmasına ihtiyaç duyulmaktadır (Driver, Tabares, Shapiro, & Gottman, 2017). Bu onarma sürecinde ilişkiye dair inançların neler olduğunun ve bu inançlara yıllar içerisinde nasıl bir değişimin eşlik ettiğinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Cinsiyete göre araştırma bulguları değerlendirildiğinde, iletişim becerilerinin kadınların lehine anlamlı farklılık göstermesinde; kadınların erkeklerden daha fazla olumlu evlilik tutumuna sahip olmalarından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir (Willoughby, 2010). Cinsiyet farklılıklarının ilişki inançlarında da görülmesi alanyazında yer alan evlilik inançlarının cinsiyete göre farklılık göstermesi ve zaman içerisinde değişmesi bulgusuyla örtüşmektedir (Willoughby, Medaris, James, & Bartholomew, 2015). Bu bulgular aynı zamanda kültürden bağımsız bir değerlendirme yapmanın uygun olmayacağını da göstermektedir. Türk kültürünün ilişkisel bir kültürel (Kağıtçıbaşı, 2012) yapıya sahip olduğu göz önünde bulundurulduğunda diğerlerine ilişkin algıların ve ilişkilerin bireyin yaşamındaki etkisi de belirleyici niteliktedir. Bu durum hem bireysel faktörlerin hem de kişilerarası faktörlerin ilişkilerde devreye girmesine yol açmaktadır (İmamoğlu, 2003; Kağıtçıbaşı, 2012). Erkeklerde bireysel faktörler daha öne çıkarken kadınlarda ilişkisel faktörler daha öne çıkmaktadır (Ercan, 2013; Kashima, & Hardie, 2000). İlişki inançlarının (sevilemezlik-çaresizlik) erkeklerde daha fazla anlamlı farklılık göstermesi de geleneksel evliliklerde evi geçindirme, ekonomik refahı sağlama, kadının ev içinde ev işleri ve çocukla ilgilenmesi ve bu yapının kendini koruyabilmesinde erkeğin belirleyici olmasının (Bianchi & Milkie, 2010) etkili olduğu düşünülmektedir. Geleneksel cinsiyet rollerinin evliliklerdeki etkisinin azalması ve evlilikte hem ev içinde hem ev dışında ortaklaşa katkının artması ile birlikte evlilikteki belirgin kadın etkisinin yerini erkeğin de evliliğin niteliğindeki ve sürdürülebilirliğindeki etkisini arttırmaktadır (Rogers & Amato, 2000). Bu iki durum da evlilikte erkeğin konumunu daha da önemli kılarak erkeğin eş ve aile babası olarak kendisi ile ilgili inançlarını ve algılarını etkileyebilmektedir. Eşin ve diğerlerinin gözünde ilişkide nasıl olduğu, nasıl algılandığı ve bu algılar noktasında kendini sevilemez veya çaresiz olarak tanımlayabilmektedir. Özetle erkeğin evlilikte kendini çaresiz hissettiği zamanlar iletişim becerilerinin etkili veya etkisiz işlediği zamanlardan öte evliliğin genelinde ortaya koyduğu imaj ile daha çok ilgilidir. Evliliğe olan inançlar daha çok evliliğin başarısını etkilemektedir (Campbell & Wright, 2010).

Toplumun iki cinsiyete biçtiği rollerin aynı olmaması iki cinsiyetin evlilikten beklentilerinin de farklılaşmasına yol açmaktadır (Bernard, 1972). Toplumsal cinsiyet rollerinin erkeğin kendisini duygusal ve sözel olarak açık ifadesine çok fazla imkân vermemesi evli erkeklerin inançlarının daha fazla ön plana çıkmasına yol açmaktadır. Evlilik paketi içerisinde sunulanlar ile yola çıkılması tarafların birbirlerine karşı olan şeffaflığını da sınırlaması nedeniyle evlilikte geçen zaman arttıkça ilişkiye dair inançlar etkilerini nispeten azaltmaktadır. Atıflar, beklentiler çoğul etkiden bireysel düzeyde etkiye geçiş yapmaktadır. Evliliğe ilişkin roller ve inançlar aynı zamanda evlilikten beklentiler çerçevesinde evliliğin başarısının da göstergesi niteliğinde olabilmektedir (Rios, 2010). Gelişim dönemleriyle bir diğer deyişle yaşın artmasıyla beraber evlilikten beklentileri farklı şekillerde etkilemektedir. Geçen zaman bireylerin bulunduğu gelişim dönemlerini beraberinde yetişkinlik rollerini ve sorumluluklarını da şekillendirmektedir (Kazemi-pour, 2009). Katılımcıların büyük bir kısmının genç ve orta yetişkin döneminde olmaları da iletişim becerilerinin zamanla artmasındaki bulgularla desteklenmektedir. Gelişim dönemi önemli yaşam görevi olarak görülen evliliğin kadında ve erkekte 20'li yaşlarda ve özellikle erkekler için 30'lu yaşların başında beklenmesi ile de bir sorumluluk yüklemektedir (Scott, Schelar, Manlove, & Cui, 2009). Aynı durum ilişki inançları perspektifinden de geçerlidir. İlişki deneyimleri, ebeveynlik, iş yaşamı gibi başka sorumlulukların devreye girmesi ortak yaşantıların artması inançları şekillendirmektedir (Beam, Maraw, Turkheimer, & Emery, 2018). Dolayısıyla

da evliliğe yönelik motivasyonlar ve beklentiler zamanla gelişmektedir (Amani & Behzaad, 2011). Uyum ve ortak dilin geliştirilme ihtimali daha da artmaktadır. Tüm bunlar gerçekleşirken bir yandan da evlilik, eşlerin yeni oluşturdukları aile formu içerisinde kimliklerinin gelişimine de katkı sağlamaktadır (Willoughby vd., 2015).

Araştırma sonuçları evli bireylerin evlilik sürecine dikkat çekerek, zamanla değişim gösteren ilişki inançlarına ve iletişim becerilerinin önemini vurgulamaktadır. Bu değişim döngüsünde kadınlar iletişim becerileri ile öne çıkarken erkekler ise ilişkideki kendilerine ilişkin inançları ile öne çıkmaktadır. İletişim becerileri evliliklerde algılanan inançlara (sevilemezlik-çaresizlik) bağlı olarak olumlu veya olumsuz yönde değişebilmektedir. Bu durumda evli bireylerden söz ederken evlilik sürelerince devam eden öğrenmelerini de dikkate almak gerektiği görüşünü desteklemektedir. Bu görüşü destekleyen Walsh'a (2017) göre, değişimin getirdikleri içerisindeki karmaşıklıkta uyumu yakalamalarına vurgu yapmaktadır. Bu araştırma da tam da bu uyumun yakalanmasına yönelik yapılacak akademik araştırma ve mesleki uygulamalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Kesitsel ve boylamsal araştırmalarla ilişkisel, bireysel ve kültürel etkenlerin dâhil edildiği evli bireylerin ilişki ve inançlarına yönelik yaşam döngüsünü içeren çalışmalara yer verilebilir. Bu çalışmalarda kuşak etkisi de dikkate alınarak köken aileden getirdikleri ile yetiştirdikleri nesillere aktardıklarını içeren araştırmalara yer verilebilir. Aile danışmanlığı alanında ailenin işlevselliği üzerine çalışırken araştırmadan elde edilen bulguların yol gösterici olabileceği, ilişki inançları ve iletişim becerilerinde etkili faktörlere ilişkin farkındalık ve yeni perspektifler edinilmesine de katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bulguların aynı zamanda ailenin kültürel yansımalarının yanı sıra aileye özgü işleyişin de ele alınmasında katkı sağlayıcı olabileceği düşünülmektedir. Araştırma bulguları kullanılırken araştırmada çevrim içi veri toplama yönteminden de yararlanıldığı unutulmamalıdır. Çevrim içi veri toplama katılımcıların internet erişimi ve kullanımı olması koşulu ulaşılan kitleyi ve bu kitlenin paylaştıkları verinin güvenilirliğini etkileyebilmektedir. Farklı coğrafi bölge ve şehirler ile bu sınırlılığın kısmen de olsa önüne geçilmeye çalışılsa da katılımcı dağılımı ve araştırmaya dâhil olan kitlenin heterojenliği sınırlı kalmaktadır. Orta gelir düzeyindeki bireylerin katılımındaki yoğunluk da bu durumu desteklemektedir. Şehirlere ve yaşamın geçirildiği bölgelere göre evlilikteki yaşam koşulları ve öğrenmeler farklılaşabilmektedir. Bundan sonraki araştırmalarda farklı yaşam alanları, şehir ve bölgelerin dâhil edildiği daha geniş ve çeşitliliğe sahip gruplarla çalışılmasının etkili olacağı düşünülmektedir. Evlilik sürecindeki değişimler ve öğrenmelere vurgudan hareketle bu öğrenmelerin evlilik öncesi süreçten başlayan ve aile yaşamındaki döngülerden de etkilenildiği düşünüldüğünde çift etkinlikleri ve atölyelerini içeren erişilebilir içerikler hazırlanabilir. İlerleyen dönemlerde yapılacak çalışmalarda bireylerin evlilik öncesi süreçlerine (nişanlılık, flört dönemi gibi) odaklanan ve daha yaşam boyu perspektifte ele alınan çalışmalara ağırlık verilmesinde fayda olacağı düşünülmektedir. Yapılacak çalışmalara mümkün olduğunca çiftlerin ikisinin de katılımının daha kapsayıcı ve zenginleştirici içerikler sunacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Amani, A., & Behzad, D. (2011). The motivation for marriage among engaged women and men. *Journal of Family Counseling & Psychotherapy*, 2(3), 372-358.
- Anahar Delibalta, S. (2013). *The relationship among marital communication patterns, parental attitudes, and children externalizing and internalizing behavior problems.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Aydın, K. (1998). *Eşlerin evlilik doyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Beam, C. R., Marcus, K., Turkheimer, E., & Emery, R. E. (2018). Gender differences in the structure of marital quality. *Behavior Genetics*, 48(3), 209-223. <https://doi.org/10.1007/s10519-018-9892-4>.
- Bernard, J. (1972). *The future of marriage*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Bianchi, S. M., & Milkie, M. A. (2010). Work and family research in the first decade of the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 705-725. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00726.x>
- Blanchard, V. L., Hawkins, A. J., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2009). Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 203-214. <https://doi.org/10.1037/a0015211>
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö., ve Köklü, N. (2010). *Sosyal bilimler için istatistik* (6. Baskı). Ankara: Pegem.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell, K., & Wright, D. W. (2010). Marriage today: Exploring the incongruence between Americans' beliefs and practices. *Journal of Comparative Family Studies*, 41(3), 329-345. <https://doi.org/10.3138/jcfs.41.3.329>
- Christensen, E. J. (2014). *Young adult's marital attitudes and intentions: The role of parental conflict, divorce and gender*. Colorado: Colorado State University Press.
- Coulson, N. (2016). *Psikologlar için çevrimiçi araştırma yöntemleri*. (Çev. D. Hasta). Ankara: Nobel.
- Driver, J., Tabares, A., Shapiro, A. F., & Gottman, J. M. (2017). Mutlu ve mutsuz evliliklerde çiftlerin etkileşimleri. F. Walsh (Ed.) *Normal aile süreçleri: Büyüyen çeşitlilik ve karmaşıklık*. İçinde. (ss. 3-30). (Çev. M. Kaya). Ankara: Pegem.
- Dryden, W. (2003). The cream cake made me eat it. An introduction to the ABC theory of REBT. W. Dryden (Ed.), *Rational emotive behaviour therapy: Theoretical developments*. İçinde. (pp. 1-21). New York: Routledge.
- Duran, Ş. ve Hamamcı, Z. (2010). Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve çatışma iletişim tarzları üzerine etkisinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23), 87-100.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.50.5.715>
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Ercan, H. (2013). Genç yetişkinlerde benlik kurgusu üzerine bir çalışma. *Journal of World of Turks*, 5(2), 157-178.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. New York: Norton & Company.
- Ersanlı, K., ve Balcı, S. (1998). İletişim becerileri envanteri geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(10), 7-12.
- Esere, M. O., Yusuf, J., & Omotosho, J. A. (2011). Influence of spousal communication on marital stability: Implication for conducive home environment. *Edo Journal of Counselling*, 4(1-2), 50-61.

- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current Directions in Psychological Science*, 12(1), 23-27.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., Lambert, N., Stillman, T., & Braithwaite, S. (2008). Spiritual behaviors and relationship satisfaction: A critical analysis of the role of prayer. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(4), 362-388.
- Fletcher, G. J. O., & Kininmonth, L. (1992). Measuring relationship beliefs: An individual differences measure. *Journal of Research in Personality*, 26, 371-397. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(92\)90066-D](https://doi.org/10.1016/0092-6566(92)90066-D).
- Fitzpatrick, M. A. (2009). *Between husbands and wives: Communication in marriage*. Newbury Park, CA: Sage
- Fraenkel R. J., & Wallen E. N. (2006). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw-Hill.
- Gujarati, D. N. (1995). *Basic econometrics* (4. Ed.). New York: United State Military Academy.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 23(3), 245-261.
- Havighurst, Robert J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: McKay.
- Heavey, C. L., Layne, C., & Christensen, A. (1993). Gender and conflict structure in marital interaction: A replication and extension. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 16 -27.
- Hill, T. L. (2001). *The good marriage revisited*. (Master's Degree). The University of Wisconsin-Stout, Wisconsin.
- Hyun, S. & Shin, H. (2012). Marital satisfaction and its contributing factors. Nguyen, B. S. (Eds.). *Psychology of Satisfaction* içinde (pp. 109-125). New York, NY: Nova Science Publishers, Inc.
- İmamoğlu, E. O. (1994). Değişim sürecinde aile; Evlilik ilişkileri bireysel gelişim ve demokratik değerler. Aile Kurultayı-Değişim Sürecinde Toplumsal Katılım ve Demokratik Değerler içinde (s. 33-51). Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları
- İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing, but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129, 367-402.
- Janjani, P., Momeni, K., Rai, A., & Saidi, M. R. (2017). Mediating role of irrational beliefs in the relationship between the quality of family communication and marital satisfaction. *World Family Medicine Journal: Incorporating the Middle East Journal of Family Medicine*, 15(7), 1-6.
- Jent, G. A. (2006). Improving communication in marriage. 12.07.2020 tarihinde <https://doc.uments.com/s-improving-communication-in-marriage.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Johnson, D. M. (1990). *Reaching out: Interpersonal effectiveness and self-actualization*. Prentice Hall International Inc.
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73-85. <https://doi.org/10.1080/00926230600998573>
- Juvva, S., & Bhatti, R. S. (2006). Epigenetic model of marital expectations. *Contemporary Family Therapy*, 28(1), 61-72. <https://doi.org/10.1007/s10591-006-9695-2>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji* (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

- Kalkan, M. (2006). İlişkilerde İnanç Envanterinin (İİE) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25), 45-54.
- Kashima, E., & Hardie, E. A. (2000). The development and validation of the relational, individual and collective self aspects (RIC) scale. *Asian Journal of Social Psychology*, 3, 19-48. <https://doi.org/10.1111/1467-839X.00053>
- Kazemi-pour, S. (2009). The evaluation of youth attitudes toward marriage and understanding its consequences with emphasis on student marriages in universities. *Journal of Culture of the Islamic of Azad University*, 13(2), 75-95.
- Kayma Güneş, D. (2007). Boşanma sürecindeki eşlerin aile içi ilişkileri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu yordama gücü*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Kline, R. B. (2011). *Methodology in the Social Sciences. Principles and practice of structural equation modeling* (3. Eds.). New York: Guilford Press.
- Knee, C. R. (1998). Implicit theories of relationships: Assessment and prediction of romantic relationship initiation, coping and longevity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 360-370.
- Kocadere, M. (1995). *İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Korkut, F. (1996) İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği'nin geliştirilmesi: Güvenirlik ve geçerlik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 18-23.
- Larsen, A. S., & Olson, D. H. (1989). Predicting marital satisfaction using PREPARE: A replication study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15(3), 311-322.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43(2), 228-237.
- Malkoç, B. (2001). *The relationship between communication patterns and marital satisfaction*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- McWhirter, J., & Voltan-Acar, N. (1985). *Çocukla iletişim*. Ankara: Nüve.
- Olson, D. H., & Olson, A. K. (2000). *Empowering couples: Building on your strengths*. Minneapolis, MN: Life Innovations.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özgüven, H. D. ve Sayıl, I. (1999). Ankara Üniversitesi kriz merkezine bir yıl süresince başvuran yeni vakaların sorun alanları ve tanılarına göre değerlendirilmesi. *Kriz Dergisi*, 7, 7-3.
- Rios, C. M. (2010). *The relationship between premarital advice, expectations and marital satisfaction*. (Master's thesis). Utah State University, Logan.
- Rogers, S. J., & Amato, P. R. (2000). Have changes in gender relations affected marital quality?. *Social Forces*, 79(2), 731-753. <https://doi.org/10.2307/2675515>.
- Scott, M. E., Schelar, E., Manlove, J., & Cui, C. (2009). Young adult attitudes about relationships and marriage: Times may have changed, but expectations remain high. *Child Trends*, 30, 1-8..
- Sharp, E. A., & Ganong, L. H. (2000). Raising awareness about marital expectations: Are unrealistic beliefs changed by integrative teaching? *Family Relations*, 49(1), 71-76.

- Seferoğlu, E. (2017). *Evlilik süresine göre çiftlerde ilişki sorunlarının değerlendirilmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Soylu, Y., ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 44-54.
- Sprecher, S., & Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 834-851. <https://doi.org/10.1177/0265407599166009>
- 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, 1419-142. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1).
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. Eds.), Boston: Allyn and Bacon.
- Tuzcu, A. (2017). *Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuna üzerine etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2020). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2020-37211> adresinden alınmıştır.
- Walsh, F. (2017). Yeni normal: 21. yüzyıl ailelerin çeşitliliği ve karmaşıklığı. F. Walsh (Ed.) *Normal aile süreçleri: Büyüyen çeşitlilik ve karmaşıklık*. İçinde. (s. 3-30). (Çev. M. Kaya). Ankara: Pegem.
- Wickrama, S. K. (2006). Relationships among sexual satisfaction, marital quality, and marital instability at midwife. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 339-343.
- Willoughby, B. (2010). Marital attitude trajectories across adolescence. *Journal of Youth & Adolescence*, 39(11), 1305-1317. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9477-x>
- Willoughby, B. J., Medaris, M., James, S., & Bartholomew, K. (2015). Changes in marital belief among emerging adults: Examining marital paradigms over time. *Emerging Adulthood*, 3(4), 219-228. <https://doi.org/10.1177/2167696814563381>
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

EXTENDED ABSTRACT

Many factors affect the communication between couples in the marriage process. When the variables that will affect the marriage in a positive and sometimes negative way are examined, individuals' forms of communication before the marriage process (Blanchard et al, 2009) and their beliefs in the relationship of marriage stand out (Sharp & Ganong, 2000). Communication skills between couples must be healthy in order to maintain a healthy relationship in marriage. As a matter of fact that, the health of marriage relation shows itself with marriage saturation (Soylu & Kağnıcı, 2015), and how closely carry the communication of the family they grew up to their close relationships and families established by themselves (Juvva & Bhatti, 2006). The reflection of this interaction on communication skills is not independent of family members' beliefs about marriage and family. The functional and dysfunctional beliefs of individuals towards marriage relations are also the harbinger of negative experiences (Larsen & Olson, 1989). In addition to

the mentioned marriage and family problems, the consequences of problems that lead to increased preferences for the end of marriage make it necessary to understand the relationships of couples in marriage (Kalkan, 2006). Based on this need and the problem situation, considering the effects and interactions of individuals in marriage and their obligations, the relationship beliefs (unlovability, helplessness) and how the marriage duration affected their communication skills were examined. In line with this effect, it is aimed to understand how gender and duration of the marriage, which are thought to affect communication within marriage, differ according to communication skills and relationship beliefs (unlovability, helplessness). This research is a relational research because it aims to make predictions and causal comparisons by level. The research group consists of 400 married individuals who are reached through the available sampling method and voluntarily participate in the research. The data were collected both face to face and online research method from the provinces of Istanbul, Van, Ordu and Malatya. It has been aimed to reach larger groups by social media platforms, scales converted to online version via Google forms, whatsapp groups, various online platforms and snowball sampling method. In this research, Relationship Belief Inventory (RBI), Communication Skills Inventory (CSI) and personal information form were used.

Relationship beliefs (unlovability) and marriage duration are predictive variables in the communication skills of married individuals. Compared to gender, women's communication skills were found to be higher. In relationship beliefs, the average of men was higher. Relationship beliefs appear to differ more significantly when the marriage period is short, such as 1-5 years. Communication is not only self-expression but also emotional proximity is the first aspect of communication (Hill, 2001). This also explains the predictability of unlovability in communication skills. When the findings of the research are evaluated according to gender, it is thought that the significant difference in communication skills in favor of women may be due to the fact that women have more positive marriage attitudes than men (Willoughby, 2010). The fact that gender differences are also seen in relationship beliefs coincides with the findings in the literature that marriage beliefs differ by gender and change over time (Willoughby et al., 2015). These findings also show that it would not be appropriate to make a culture-independent assessment. Relationship beliefs show more significant differences in men. This is believed to be effective in maintaining the home in traditional marriages, providing economic well-being, women's housework and home care in the home, and the determination of men in this structure's ability to protect itself. When a man feels helpless in marriage, he is more concerned with the image he presents throughout the marriage than when his communication skills work effectively or ineffectively. Beliefs in marriage mostly affect the success of marriage (Campbell, & Wright, 2010). Communication skills increase with the duration of the marriage. This is due to the fact that the language of marriage is settled over time, and that verbal and emotional self-expression is dominant in women while communicating behaviorally in men is effective in shaping the language of communication in marriage. The fact that most of the participants are in the young and middle adult periods is supported by the findings in the increasing communication skills over time.

It is important to disseminate works that may be a marriage school for married individuals. In future studies, it is thought that it will be beneficial to focus on the studies that focus on pre-marital processes of individuals (such as engagement, dating period) and which are handled in a lifelong perspective. In a larger sample, it is also thought that giving more weight to the studies with different diverse groups participants and even with the partners of the people will make important contributions.